

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“DISTORSIONES COGNITIVAS Y DEPENDENCIA
EMOCIONAL EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE
18 A 25 AÑOS DE CAJAMARCA, 2023”

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autores:

Katia Yaneli Chilon Correa

Jose Daniel Silva Valencia

Asesor:

Mg. Kelly M. Santa Cruz Cáceres

<https://orcid.org/0000-0003-3341-1722>

Cajamarca - Perú

2024

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Marlon Valderrama Puscan
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Mg. Tania Lip Marín de Salazar
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Mg. Kelly M. Santa Cruz Cáceres
	Nombre y Apellidos

INFORME DE SIMILITUD

CHILON CORREA KATIA YANELI_SILVA VALENCIA JOSE DANIEL_ DISTORSIONES COGNITIVAS Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE 18 A 25 AÑOS DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	2%
3	ri.ues.edu.sv Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	dspaceapi.uai.edu.ar Fuente de Internet	1%
7	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	1%

DEDICATORIA

De Daniel Silva: A las dos mujeres de mi vida, a mi madre y a mi abuela, sin ustedes no estaría dónde estoy. El esfuerzo que hicieron por mí, jamás podré olvidarlo. Un abrazo hasta el cielo abuela.

De Katia Chilón: A Dios que con su amor infinito me guía y a mi madre por su protección y lucha insaciable por mi salud, por motivarme hacer cada vez mejor.

Agradecimiento

De Daniel Silva: Agradezco a cada uno de los profesores y compañeros que estuvieron involucrados en mi formación profesional, especialmente a aquellos que me enseñaron con el ejemplo, a nuestra asesora Kelly Santa Cruz que el tiempo la puso de nuevo como nuestra maestra y su apoyo fue fundamental en esta última etapa de la carrera.

De Katia Chilón: Agradezco a mi asesora Kelly Santa Cruz, por su apoyo incondicional en la realización de este proyecto y a mi compañero de tesis Daniel Silva, por su confianza y soporte, así mismo a mi madre y hermanos por siempre motivarme en los momentos difíciles y creer en mí.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	18
CAPÍTULO III: RESULTADOS	24
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	30
REFERENCIAS	33
ANEXOS:	39

Índice de tablas

Tabla 1 <i>Correlación entre las Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional</i>	24
Tabla 2 <i>Nivel de Dependencia Emocional</i>	25
Tabla 3 <i>Niveles de los Tipos de Distorsiones Cognitivas</i>	25
Tabla 4 <i>Niveles de Dependencia Emocional Según el Sexo</i>	28
Tabla 5 <i>Resultados de Prueba T-Student para Comparar la Dependencia Emocional por Sexo</i>	28

Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

RESUMEN

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023. En tal sentido, cuenta con un enfoque cuantitativo, no experimental, de tipo descriptivo y de corte transversal. Debido a esto, la muestra estuvo conformada por 150 jóvenes universitarios de ambos sexos. Asimismo, se utilizaron para la obtención de datos los siguientes instrumentos; el Inventario de Pensamientos Automáticos y la Escala de Dependencia Emocional. Además, se realizó un análisis estadístico utilizando el SPSS v.29, mediante la prueba de normalidad Kolmogorov – Smirnov con una significancia de ($p \geq 0.05$) y el coeficiente de Pearson en relación con su distribución paramétrica. Finalmente, los resultados mostraron una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables, que existe niveles bajo de dependencia emocional, que el tipo de distorsión cognitiva más presente es la falacia de recompensa divina, y que no existen diferencias significativas entre los niveles de dependencia emocional en función del género.

PALABRAS CLAVES: Dependencia emocional, parejas jóvenes, distorsiones cognitivas, universitarios.

ABSTRACT

The general objective of this research was to determine the relationship between cognitive distortions and emotional dependence in young university students between 18 and 25 years of age in Cajamarca, 2023. In this sense, it has a quantitative, non-experimental, descriptive and cross-sectional approach. Therefore, the sample consisted of 150 young university students of both sexes. Likewise, the following instruments were used to obtain data: "The Automatic Thoughts Inventory" and "The Emotional Dependence Scale". In addition, a statistical analysis was performed using SPSS v.29, using the Kolmogorov - Smirnov normality test with a significance of ($p \geq 0.05$) and Pearson's coefficient in relation to its parametric distribution. Finally, the results showed a statistically significant correlation between both variables, that there is a low level of emotional dependence, that the type of cognitive distortion most present is the divine reward fallacy and that there are no significant differences between the levels of emotional dependence as a function of gender.

KEY WORDS: Emotional dependence, young couples, cognitive distortions, university students.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

La dependencia emocional altera las relaciones de parejas y trae consecuencias negativas como una baja autoestima, sumisión y, en casos extremos, violencia. Según una investigación desarrollada por especialistas de la Organización Mundial de la Salud, luego de analizar una base de datos en 161 países y durante el año 2000 al 2018, al menos una de cada cuatro mujeres ha experimentado situaciones de violencia doméstica (World, 2024). En Perú, según la jueza suprema Janet Tello Gilardi, solo hasta el año 2022 se registraron 10,522 casos de mujeres víctimas de violencia (Andina, 2022). Es decir, el índice de violencia puede llegar a afectar a más del 70% de la población femenina. En Cajamarca, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), entidad encargada de realizar estadísticas oficiales en el país, se identificó que aproximadamente el 64% de la población femenina ha sufrido las consecuencias de la violencia (Revoredo, 2021).

Por tanto, este comportamiento atípico presente en algunas mujeres víctimas de violencia, donde justifican o racionalizan erróneamente estas conductas desadaptativas por parte de la pareja, se pueden explicar como consecuencia de la dependencia emocional (Cobeñas & Montenegro, 2018). Por consiguiente, la dependencia emocional emerge como una de las diversas explicaciones para esta problemática. Además, es interesante destacar la existencia de estereotipos socioculturales que sugieren que la mujer es la parte emocionalmente más dependiente en una relación, sin embargo, la teoría psicológica muestra que no hay diferencia determinante entre ambos géneros (Valdivia & Vargas, 2017). Asimismo, a este dilema, se suma la variable distorsiones cognitivas, siendo esta un conjunto de pensamientos adquiridos a través de la historia personal de un individuo (Buiklece, 2019).

Ahora bien, se han realizado pocos estudios sobre la dependencia emocional con relación a las distorsiones cognitivas. Así, por ejemplo, a nivel internacional, una

investigación determinó la existencia entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en mujeres de entre de 18 y 45 años. Este estudio decidió incluir como muestra a 42 participantes a quienes se les aplicó un instrumento para evaluar las distorsiones cognitivas y contrastar la relación con la dependencia emocional. Los resultados comprobaron la hipótesis general, ya que en dicha población las distorsiones cognitivas se relacionan a la dependencia emocional (Bogarín et al., 2021).

Así también, en Colombia, una investigación demostró que las distorsiones cognitivas se relacionan con la dependencia emocional en parejas jóvenes. Para los fines convenientes de esta investigación, se utilizó una muestra de 92 estudiantes del nivel universitario, a quienes se les aplicaron instrumentos para medir la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas. Los resultados confirmaron su hipótesis general, mostrando que existe una correlación entre ambas variables (Castañeda & Sáenz, 2019).

A nivel nacional, se realizó un estudio en una institución del nivel secundario de Villa El Salvador para demostrar que las distorsiones cognitivas están relacionadas con el desarrollo de la dependencia emocional. El estudio trabajó con una muestra representativa de 358 estudiantes y utilizó dos instrumentos, uno para medir la dependencia emocional y otro para los pensamientos automáticos. Los resultados obtenidos confirmaron su hipótesis general, demostrando una relación significativa entre ambas variables (Romani, 2020).

Del mismo modo, otro estudio quiso relacionar las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional. Este estudio consideró necesario trabajar con una muestra de 278 estudiantes del nivel universitario. Para contrastar la hipótesis general se utilizaron dos instrumentos, uno para la dependencia emocional y otro para evaluar las distorsiones en el pensamiento. El resultado fue que ambas variables tienen una correlación altamente significativa (Picoy, 2022).

Asimismo, en una institución privada de la provincia de Huancayo, se determinó que las distorsiones cognitivas se relacionan significativamente con la dependencia emocional. Para ello, a una muestra de 91 participantes se les administró consecutivamente dos instrumentos, uno para medir las distorsiones cognitivas y otro para medir el nivel de dependencia emocional. Los resultados obtenidos lograron contrastar la hipótesis general, ya que mostraron que existe una relación positiva entre ambas variables (Machacuay & Rodríguez, 2021).

A nivel local, un estudio analizó la relación entre las parejas emocionalmente dependientes y las distorsiones cognitivas. Esta investigación trabajó con una población de mujeres estudiantes y contó con una muestra de 64 participantes. Para el estudio se aplicaron consecutivamente dos instrumentos, primero para medir las creencias irracionales y luego para medir el grado de dependencia emocional. Los resultados mostraron que, a mayor presencia de creencias irracionales, mayor incidencia de desarrollar dependencia emocional hacia la pareja (Alcalde & Briones, 2020).

Por ello, es fundamental conocer la definición de ambas variables. En primer lugar, para la "dependencia emocional" el autor con más investigaciones sobre este fenómeno es Castelló. En este sentido, la define como la necesidad afectiva insatisfecha que se busca llenar inadecuadamente por otras personas, manifestándose como un patrón persistente de conductas (Castelló, 2005). La dependencia emocional se presenta como demandas afectivas frustradas que la persona busca satisfacer a través de relaciones interpersonales inestables y desequilibradas (Moral & Sirvent, 2005). Además, la dependencia emocional implica aspectos sentimentales, cognitivos, conductuales y motivacionales, así como distorsiones cognitivas y creencias irracionales sobre aspectos relacionados con el amor y la convivencia en la vida conyugal (Moral et al., 2018).

Según Lemos y Londoño (2006), los factores de la dependencia emocional son: Ansiedad por separación: miedo y preocupación excesiva por la separación o abandono de la pareja; Expresión afectiva: necesidad constante de afecto por desconfianza o inseguridad y debe asegurarse que ser amado; Modificación de planes: nada es más importante que la pareja, la prioriza ante todo por el deseo de complacer; Miedo a la soledad: manifiesta un miedo excesivo a la soledad a no tener una relación sentimental o a sentirse poco querido, por lo que necesita a su pareja para sentirse seguro y equilibrado; Búsqueda de atención: la búsqueda activa de atención para asegurar que la relación continúe e intentar ser el centro de la vida de la pareja.

Sin embargo, aunque la dependencia emocional es un fenómeno interesante como forma de estudio, sobre todo por sus implicaciones, es uno de los menos estudiados hasta la fecha. Por ello, existe información errónea, poco actualizada, con muchos sesgos y que sólo se centra en tratar las consecuencias, como la presencia de patologías relacionadas (Castelló, 2005). Además, es necesario aclarar que a esta desinformación se suma el hecho de que existen pocos instrumentos estandarizados a nivel nacional y menos aún a nivel local, es decir, no hay seguridad a nivel de validez y confiabilidad. Así, para medir la dependencia emocional en la muestra elegida, jóvenes universitarios de la ciudad de Cajamarca, se consideró idónea la aplicación del cuestionario de Dependencia Emocional (Lemos & Londoño, 2006), adaptado por Brito y Gonzáles (2016).

Por otro lado, según Beck (1979) las "distorsiones cognitivas" se presentan como esquemas cognitivos que representan una forma de pensar alejada de la realidad, entendidas como errores en el pensamiento y procesamiento de la información que percibimos, así como creencias exageradas e incongruentes que los sujetos se hacen sobre la realidad que creen verdaderas, pero que en realidad son parcial o totalmente erróneas. También se consideran distorsiones cognitivas las ideas erróneas sobre uno mismo y sobre los demás que conducen

a un procesamiento incorrecto de la información que afecta a la conducta y a los pensamientos automáticos (Ruíz y Lujan, 1991).

Por esta razón, con el propósito de medir las distorsiones cognitivas, siendo el resultado de esquemas desarrollados por cada individuo como única verdad y tomando como base la propuesta y definición establecida por Beck, autores como Ruiz y Luján (1991) proponen 15 tipos diferentes de distorsiones en el pensamiento, es decir, a nivel cognitivo, creando para ello su propio instrumento de medición al que denominaron "Inventario de Pensamientos Automáticos", el cual permite identificar los pensamientos erróneos más recurrentes, tales como:

Filtración o abstracción selectiva, en la que sólo se destacan algunas partes de un acontecimiento, dejando de lado la interpretación del contexto. El pensamiento polarizado es una cierta inclinación para predecir conclusiones extremas, con posibilidades opuestas, sin tener pruebas de ello. La sobregeneralización se refiere a las conclusiones que surgen a partir de un solo hecho particular, y lo utiliza como explicación a otras situaciones, sin ninguna evidencia.

Además, la interpretación del pensamiento se considera la causa de generar conclusiones sobre los sentimientos y las intenciones de otras personas, sin ninguna prueba. La visión catastrofista produce la predisposición a posibles conclusiones catastrofistas, sin ningún dato real que lo demuestre. La personalización es la que atribuye o culpa de los sucesos que ocurren en su entorno sin pruebas suficientes.

Del mismo modo, en la falacia de control, reclama la responsabilidad de todo o de todos y quiere mantener el control. La falacia de la justicia es la percepción de injusticia ante todos los hechos que no coinciden con sus expectativas o que van en contra de sus propios deseos. El razonamiento emocional hace que los pensamientos estén guiados por el estado emocional del dependiente, es decir, cree que lo que siente es verdad.

Por otro lado, la falacia del cambio es el deseo de que las acciones de otras personas satisfagan las propias necesidades. Etiquetar, se utilizan etiquetas engañosas para generalizar los hechos o las personas que los rodean. Culpar, se suele atribuir a otras personas la responsabilidad de las propias elecciones. En la falacia del deber ser, se desarrollan pensamientos de normas rígidas, se piensa y se autoexige cómo deben cumplirse las cosas. Por último, en la falacia de la recompensa divina, se tiende a creer que se es merecedor de algún premio divino por comportarse de la manera correcta.

Este instrumento ha mostrado un alto nivel de confiabilidad y validez en aplicaciones a nivel nacional (Ferrer et al., 2017).

Por ello, la presente investigación tendrá relevancia teórica, ya que los resultados obtenidos permitirán una mejor comprensión de la variable dependencia emocional y su relación con las distorsiones cognitivas. Además, el estudio tiene la particularidad de realizarse en una muestra significativa, poco estudiada, como son los jóvenes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2023.

A nivel práctico, la investigación pretende que los resultados obtenidos al final del proceso de desarrollo contribuyan significativamente al avance de programas que ayuden a diseñar, implementar y prevenir consecuencias relacionadas con estos fenómenos de estudio. Asimismo, que sean aplicados y estandarizados en la comunidad universitaria de la ciudad de Cajamarca.

A nivel clínico, los resultados obtenidos aportarán información relevante sobre ambas variables y como consecuencia permitirá a los expertos en salud mental explorar las principales distorsiones cognitivas evidenciadas por los pensamientos automáticos en la población de jóvenes universitarios de la ciudad de Cajamarca.

En definitiva, el estudio e investigación de la dependencia emocional tanto de forma única, como en su relación con las distorsiones cognitivas, debería convertirse en un tema

de gran interés investigador para la comunidad psicológica. Además, como dato no menor, la población de jóvenes universitarios es la población menos estudiada. Existen escasas investigaciones y estudios que avalen la correlación entre el tipo de pareja dependiente y las distorsiones cognitivas que presentan o desarrollan los jóvenes universitarios, especialmente en nuestra comunidad.

Por lo tanto, el análisis de la problemática antes mencionada lleva a la investigación a plantear la interrogante en los siguientes términos: ¿Cuál es la relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023?

Es por esta razón, como objetivo general la investigación pretende determinar la relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023. Del mismo modo, como objetivos específicos se planea identificar: el nivel de dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023; el tipo de distorsión cognitiva predominante y significativamente más presente en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023; y por último comparar los niveles de dependencia emocional según el sexo de los jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.

Ahora bien, debido a los objetivos ya definidos y al correcto manejo de un marco teórico que sustente la definición de las variables, es necesario orientar la investigación para lo cual se plantearán posibles explicaciones en forma de proposiciones. En tal sentido, las hipótesis son explicaciones tentativas de un problema, formuladas como enunciados que orientan un estudio e indican lo que se pretende probar (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Debido a esto, se planteó como hipótesis general que existe una relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años

de Cajamarca, 2023. Del mismo modo, tenemos como una hipótesis específica que existe una diferencia estadísticamente significativa al comparar los niveles de dependencia emocional según el sexo de los jóvenes de 18 a 25 años de una universidad de Cajamarca en el año 2023.

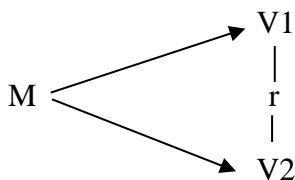
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

El enfoque que se presenta en esta investigación, por sus características, se considera cuantitativo, por lo que se utilizan técnicas estadísticas para cuantificar una realidad objetiva, a través de la recolección de datos y sus procedimientos estandarizados. Dado lo anterior, este enfoque facilita la descripción de dichos fenómenos de investigación, buscando una relación causal o determinando los efectos de un evento, demostrando que uno de sus objetivos es la comprobación de hipótesis y teorías (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Asimismo, este estudio presenta un diseño transversal no experimental, por tanto, se centra únicamente en observar en un mismo tiempo y espacio un fenómeno sin manipular ninguna variable, trabaja únicamente observando los fenómenos y analizándolos tal y como se desarrollan en su entorno natural. Además, la investigación es descriptivo-correlacional, ya que su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado y por lo tanto requiere explorar los vínculos entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional.

Así, la intención del tipo descriptivo es buscar e investigar el nivel o estado de una o más variables en una población y el tipo correlacional analiza la frecuencia y correlación de variables, sin intervención directa, en términos de causa y efecto; ambos tipos de estudios ocurren en un tiempo específico (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

El siguiente esquema presenta un diseño transversal:



Donde:

V1: Distorsiones Cognitivas (variable independiente)

V2: Dependencia Emocional (variable dependiente)

M: Muestra

r: relación

La población se entiende como un conjunto de seres que habitan un mismo espacio. Así, para Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), este grupo o conjunto de elementos es lo que se denomina población ya que además comparten una serie de características que ayudan a delimitar una investigación. Por ello, la investigación estuvo conformada por una población, que además de compartir un mismo espacio, comparten las características de ser jóvenes universitarios entre 18 y 25 años de la ciudad de Cajamarca, en el año 2023.

Los siguientes criterios se utilizaron para la selección de la muestra:

Criterios de inclusión: jóvenes de sexo femenino y masculino, que acepten participar voluntariamente en la investigación y que mantengan o no, una relación sentimental.

Por otro lado, criterios de exclusión: jóvenes que no deseen participar voluntariamente, jóvenes que presenten algún tipo de discapacidad física que limite directamente su capacidad para cumplir con los instrumentos de medición utilizados, jóvenes que no rellenen completamente los instrumentos y que no envíen sus respuestas en el plazo indicado.

Para efectos de la investigación, se consideró adecuado trabajar con una muestra de 150 participantes que cumplieron con los criterios de selección y que accedieron voluntariamente a responder un formulario virtual a través de un enlace del software gratuito de gestión de encuestas, Google Forms. Asimismo, la forma de selección de los participantes se considera un muestreo intencional no probabilístico, dado que estos fueron seleccionados

de acuerdo con las características de interés para el estudio (Hernández & Carpio, 2019). De igual forma, cabe mencionar que un muestreo intencional no probabilístico no es estadísticamente representativo de la población.

Así también, la etapa de recolección de datos es de vital importancia para el estudio, de ella depende tanto la validez interna como externa (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Por esta razón, se utilizó la encuesta como técnica para medir variables y obtener información sobre los participantes de un tema determinado con el fin de ser interpretada y reflejar la realidad.

El objetivo de esta recolección de datos era determinar la relación entre dos variables, para lo cual se utilizaron dos instrumentos de medida, es decir, uno para cada variable: el Cuestionario de Dependencia Emocional se utilizó para evaluar la dependencia emocional, y el Inventario de Pensamientos Automáticos para medir las distorsiones cognitivas.

Fueron Mariantonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Arredondo quienes construyeron el Cuestionario de Dependencia Emocional que consta de 23 ítems y su propósito es medir perfiles de personas con dependencia emocional. El cuestionario se divide de 6 factores: ansiedad por separación: conformado por 7 ítems; expresión afectiva: conformada por 4 ítems; modificación de planes: conformado por 4 ítems; miedo a la soledad: con 3 ítems; expresión límite: conformado por 3 ítems y por último búsqueda de atención: conformado por 2 ítems. Su aplicación fue diseñada para hombres y mujeres mayores de 16 años, su duración es de aproximadamente 10 minutos y se determina con relación a su valoración mediante una escala Likert de 1 a 6 que va desde "completamente falso" hasta "me describe perfectamente".

Para la población de Cajamarca, Brito y Gonzales (2016) estandarizaron este instrumento utilizando el estadístico SPSS v.29, mediante la participación de 987 cajamarquinos, se determinó la confiabilidad y el valor de 0.919, obteniendo así un alfa de

Cronbach para todos los ítems del cuestionario de dependencia emocional. Por ello, para validar el cuestionario se decidió someterlo a diez expertos donde el resultado fue que los ítems contribuyen a la estructura del instrumento y que es confiable y adecuado (Allcaco, 2020).

Por otro lado, Ruiz y Luján (1991) diseñaron el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) adaptado y estandarizado en el Perú por Riofrío y Villegas (2016). El IPA puede ser aplicado de manera individual o colectiva tanto para hombres como mujeres mayores de 17 años y su aplicación tiene una duración de 10 a 15 minutos. El instrumento incluye una escala de 45 ítems que identifica pensamientos automáticos negativos identificados en 15 tipos de distorsiones cognitivas, entre ellas: interpretación del pensamiento, ideas polarizadas, pensamiento filtrado, deberías, personalización, sobregeneralización, visión de un futuro catastrófico, etiquetas globales, ideas de culpa, razonamiento emocional y las falacias de control, cambio, justicia, razón y recompensa divina (Ferrer et al., 2017).

Para la corrección e interpretación, la continuidad de los pensamientos automáticos se mide a través del puntaje total obtenido del instrumento, el cual se obtiene de la suma de cada puntaje por ítem, considerando el hecho de que cada alternativa se mide a través de una escala que va de 0 a 3 puntos donde: Nunca lo pienso, corresponde a una puntuación de 0; A veces lo pienso, corresponde a una puntuación de 1; Bastante a menudo lo pienso, corresponde a una puntuación de 2 y Frecuentemente lo pienso, corresponde a una puntuación de 3. Entonces, sumando la puntuación obtenida de los 3 ítems correspondientes a cada una de las 15 distorsiones cognitivas, se obtiene una puntuación con un rango de 41 entre 0 y 9 puntos.

Según Silva (2017) por medio de la V de Aiken, se obtuvo que los ítems puntuaron 1.00 por medio del análisis factorial confirmatorio. Asimismo, se comprobó la fiabilidad

con una puntuación de .962. por medio del alfa de Cronbach. Sin embargo, es indispensable someter el instrumento a una evaluación por jueces expertos para analizar su validez y confiabilidad en nuestro contexto, Cajamarca.

También es necesario realizar una prueba piloto para continuar con el desarrollo de la investigación. A efectos del presente estudio, se extrajo una muestra aleatoria de 50 estudiantes universitarios del total de 150 que respondieron a los inventarios. De estos datos se extrajeron los indicadores de validez y fiabilidad, respectivamente.

Este estudio se inició con la recopilación de información científica y teórica basada en las variables distorsiones cognitivas y dependencia emocional, posteriormente, se creó un cuestionario virtual utilizando el software libre de encuestas, Google Forms, el cual incluía primero los propósitos de la investigación, luego el objetivo que se pretende alcanzar, posteriormente el consentimiento informado y finalmente la presentación de cada cuestionario con sus respectivos ítems y opciones de marcación. Luego fue posible llegar a cada uno de los participantes del estudio a través de las redes sociales (Facebook y WhatsApp), para proporcionarles el enlace a la encuesta. El acceso a la encuesta duró una semana completa, ya que se consideró un tiempo necesario para recoger los datos requeridos para la investigación y para que estos fueran posteriormente analizados en el programa estadístico SPSS v.29.

Para el posterior análisis de la información obtenida, se codificaron las respuestas de los participantes y se ordenaron por cada instrumento utilizado, utilizando el programa Excel. A continuación, los datos se transfirieron al programa SPSS. v.29 y se realizó un análisis de normalidad, dado que había más de 50 participantes, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, obteniendo como resultado $p=0.05$, lo que demuestra que los datos siguen una distribución normal.

Posteriormente, se utilizó la prueba estadística de Levene para evaluar la igualdad de varianzas y luego mediante la conversión de puntuaciones y percentiles de la prueba T de Student y la prueba de relación estadística, coeficiente de correlación de Pearson (r), fue posible determinar la relación entre las variables, distorsiones cognitivas y dependencia emocional.

Finalmente, para los aspectos éticos como lo mencionan Salomone y Fariña (2010), se toma en cuenta el Código de Conducta del Psicólogo (2010), el cual menciona lo siguiente: beneficencia y no maleficencia: asumiendo la responsabilidad de no hacer daño, ningún participante corrió el riesgo de ser expuesto a algún daño físico, mental y/o emocional, enfocándose en hacer el bien a aquellos con los que se mantiene una relación profesional.

De igual manera, fidelidad y responsabilidad: se intentó generar confianza con las personas con las que se trabajó y asumir la responsabilidad de nuestros actos. Simultáneamente, integridad: en esta investigación se trabajó con veracidad, exactitud y honestidad en la ciencia. También, justicia: con el compromiso de ser imparciales y justos en cualquier proceso o procedimiento y permitir que todas las personas tuvieran acceso y se beneficiaran de los resultados de esta investigación. Además, se respetó la dignidad de las personas: donde se priorizó la privacidad, así como la seguridad y el valor. Por último, se utilizó el Manual de redacción APA. 7ª edición; para la elaboración de citas y referencias, con el propósito de no incurrir en plagio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En primer lugar, se obtuvo una prueba de normalidad para determinar la distribución de los datos y se elija el estadístico adecuado para el establecimiento de las relaciones de las variables (ver anexo 3).

Para contrastar la hipótesis general de investigación, se considera que H_i =Existe relación entre distorsiones cognitivas y dependencia emocional y que H_o =No existe relación entre distorsiones cognitivas y dependencia emocional, donde, si la $sig > .05$ se acepta la H_o , pero si la $sig < .05$ se rechaza la H_o .

Tabla 1

Correlación entre las Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional

	Inventario de Pensamientos Automáticos	Cuestionario de Dependencia Emocional
Correlación de Pearson	1	.361**
Sig. (bilateral)		< .001
N	150	150
Correlación de Pearson	.361**	1
Sig. (bilateral)	< .001	
N	150	150

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

Nota: Un valor mayor que 0 indica que existe una correlación positiva.

La Tabla 1 muestra que los datos son paramétricos, por lo que se utilizó el Coeficiente de Correlación de Pearson, observándose que las dos variables correlacionan de manera positiva con una correlación significativa al nivel 0.01 (bilateral). Es decir, se rechaza la H_o y se acepta la H_i donde, se acepta la existencia de una relación significativa entre las

distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.

La tabla 2 muestra que el nivel de dependencia emocional de los jóvenes universitarios es de 71,5%, presentando así un nivel bajo de dependencia y el 28,5% presenta un nivel medio. Por lo tanto, no se evidencia un alto nivel de dependencia emocional en los jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.

Tabla 2

Nivel de Dependencia Emocional

	Nivel	Cantidad	Porcentaje %
Dependencia emocional	Bajo	131	71.5 %
	Medio	19	28.5%
	Alto	0	0%
Total		150	100%

Nota: Resultados obtenidos de la muestra total por medio del programa SPSS v.29.

La Tabla 3, muestra la existencia de una distorsión cognitiva predominante y significativamente más presente en los estudiantes de 18 a 25 años de una universidad de Cajamarca, 2023, es la Falacia de la Recompensa Divina con un 55%, ubicándose en un nivel medio.

Tabla 3

Niveles de los Tipos de Distorsiones Cognitivas

Dimensión	Nivel	Cantidad	Porcentaje %
Filtraje	Bajo	84	56%
	Medio	62	41.3%

Dimensión	Nivel	Cantidad	Porcentaje %
Pensamiento polarizado	Alto	4	2.67%
	Bajo	143	95.3%
	Medio	6	4%
Sobregeneralización	Alto	1	0.67%
	Bajo	143	95.3%
	Medio	6	4%
Interpretación del pensamiento	Alto	1	0.67%
	Bajo	134	89.3%
	Medio	13	8.67%
Visión catastrófica	Alto	3	2%
	Bajo	133	88.67%
	Medio	16	10.67%
Personalización	Alto	1	0.67%
	Bajo	142	94.6%
	Medio	8	5.3%
Falacia de control	Alto	146	97.3%
	Bajo	3	2%
	Medio	1	0.67%
Falacia de justicia	Alto	1	0.67%
	Bajo	128	85.3%
	Medio	21	14%
Razonamiento emocional	Alto	1	0.67%
	Bajo	147	98%ETI
Falacia de cambio	Medio	3	2%84
	Bajo	125	83.3%

Dimensión	Nivel	Cantidad	Porcentaje %
Etiquetas globales	Medio	22	14.6%
	Alto	3	2%
	Bajo	145	96.6%
	Medio	5	3.3%
Culpabilidad	Bajo	143	95.3%
	Medio	6	4%
	Alto	1	0.67%
Los debería	Bajo	111	74%
	Medio	36	24%
	Alto	3	2%
Falacia de razón	Bajo	129	86%
	Medio	19	12.67%
	Alto	2	1.3%
Falacia de recompensa divina	Bajo	17	11.3%
	Medio	83	55.3%
	Alto	50	33.3%

Nota: Resultados obtenidos de la muestra total por medio del programa SPSS v.29.

Para contrastar la hipótesis específica se considera que, H_i =Existen diferencias significativas entre la media de los niveles de dependencia emocional según el sexo de los universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023 y que H_o =No existen diferencias significativas entre la media de los niveles de dependencia emocional según el sexo de los universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023, en donde, si $p_{valor} < 0.05$ se rechaza H_o , pero si $p_{valor} \geq 0.05$ se acepta H_o y se rechaza la H_i .

Tabla 4

Niveles de Dependencia Emocional Según el Sexo

Nivel	Femenino		Masculino	
	Cantidad	Porcentaje %	Cantidad	Porcentaje %
Bajo	77	78.57%	53	91.38%
Medio	15	15.3%	5	8.62%
Alto	0	0%	0	0%
Total	92	100%	58	100%

Nota: Resultados obtenidos de la muestra total por medio del programa SPSS v.29.

La Tabla 4 muestra el análisis con relación a la comparación de la variable dependencia emocional presente en la población según sexo. Se observa entonces que ambos sexos no presentan un nivel alto, sino que las mujeres obtienen un nivel medio (15,3%) y en el caso de los hombres un nivel medio (8,62%). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis H_1 , ya que los resultados muestran que no existe una correlación estadísticamente significativa.

Tabla 5

Resultados de Prueba T-Student para Comparar la Dependencia Emocional por Sexo

Prueba de muestras independientes								
Prueba de Levene de igualdad de varianzas			prueba t para la igualdad de medias					
F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia Inferior Superior	

Prueba de muestras independientes										
Depen dencia emocio nal	Se									
	asum									
	en	2.	.1	.7					-	
	varia	04	5	0	148	.483	1.585	2.253	2.8	6.03
	nzas	0	5	4					67	7
	igual									
	es									
	No									
	se									
	asum			.7						-
en			2	134.					5.88	
varia			9	782	.467	1.585	2.175	2.7	7	
nzas								16		
igual										
es										

Nota: Resultados obtenidos del programa SPSS v.29.

Con base en la prueba de Levene en la Tabla 5, tenemos como resultados $p_{valor}=0.155 > 0.05$, concluyendo que los datos tienen una distribución normal e igualdad de varianzas, por lo tanto, se pudo aplicar la prueba T-Student, la cual detalla que: el $p_{valor}=0.483$. Al ser mayor al error $\alpha=0.05$, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta H_0 . Por lo tanto, no existe diferencia significativa entre la media de los niveles de dependencia emocional según sexo de los jóvenes universitarios entre 18 y 25 años de Cajamarca, 2023.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los resultados de la presente investigación aportan información para la comprensión teórica de ambas variables. Así, en relación con el objetivo general, los resultados mostraron una correlación significativamente baja entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional.

Asimismo, este resultado coincide con los obtenidos en las investigaciones realizadas por Romaní (2020) y Picoy (2022) donde determinaron que existe una relación significativa entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios. Según Castelló (2005), las distorsiones cognitivas están provocadas por la búsqueda de figuras afectivas, estableciéndose así vínculos de pareja excesivos. Además, las personas dependientes se caracterizan por tener un esquema de desconfianza, el cual hace referencia a experiencias infantiles adversas, creencias de ser considerado débil o necesitado de afecto, como lo mencionan Ruiz e Imbernon (1996) quienes creen que el bienestar de uno depende de cómo lo traten los demás (como se citó en Lemos y Londoño, 2006). Por esta razón, también se involucran aspectos cognitivos sobre la convivencia e interacción inestable y desequilibrada (Moral et al., 2018; Moral y Sirvent, 2005).

Asimismo, se identificó que el 71,5% de los jóvenes universitarios presentan un nivel bajo de dependencia emocional. Así, este resultado se relaciona con los obtenidos por Pica (2021) y Becerra y Tocas (2022) quienes determinaron que la dependencia en los estudiantes presenta un nivel bajo. También son similares los resultados obtenidos por Riofrío y Villegas (2016), Picoy (2022) y Romaní (2020), donde no se encontraron niveles altos. Esto demuestra que los jóvenes no presentan necesidad afectiva, por el contrario, tienen la capacidad de establecer relaciones interpersonales sanas, lo que podría deberse a una buena interacción familiar, habilidad para enfrentar retos emocionales o como resultado de tener

necesidades afectivas satisfechas, reduciendo la probabilidad de desarrollar dependencia emocional (Castelló, 2005).

Por otra parte, se identificó que la distorsión cognitiva más predominante es la falacia de recompensa divina con un 33.3%. En esa misma línea Riofrio y Villegas (2016) y Picoy (2022) determinaron que es la distorsión más predominante en estudiantes universitarios. Así, Romani (2020) menciona que el inadecuado procesamiento de información que tienen los jóvenes, quienes tendrían mayor tendencia a fijarse en estímulos del ambiente, produce una visión más distorsionada de la realidad y como consecuencia la idealización de la pareja que va a estar correlacionado de manera directa a la idea distorsionada de que los problemas mejorarán por medio de sacrificio y paciencia, absteniéndose así de la búsqueda de posibles soluciones.

Finalmente, fue posible comparar los niveles de dependencia emocional de acuerdo con el sexo, observándose que ninguno obtuvo un nivel alto, por el contrario, las mujeres fueron identificadas con un nivel medio de 15,3% y los hombres con 8,62%. Como se menciona en las investigaciones de Brito y Gonzales (2016) y Romani (2020), el sexo no indica una diferencia significativa. En este sentido, según Castelló (2005), pertenecer al sexo femenino predispone a la aparición de la dependencia, ya que tienden a permanecer vinculadas afectivamente a sus figuras significativas, a diferencia de los hombres; sin embargo, se deben considerar otros factores causales importantes, como factores socioculturales o predisposición genética a psicopatologías, que contribuyen al desarrollo y mantenimiento de la dependencia emocional.

En cuanto a las limitaciones, no fue posible acceder a la cantidad de población deseada para la recolección de datos. Asimismo, el elevado número de ítems de ambos instrumentos aumentaba la probabilidad de que los participantes experimentaran cierto desánimo en el momento de completarlos. Además, la aplicación de los instrumentos fue

virtual, lo que impidió el control de posibles distractores externos. Por último, la falta de antecedentes de estudios de investigación locales más amplios con la misma población y las mismas variables retrasó el avance del proceso de investigación.

Por otro lado, las implicaciones incluyen tanto aspectos teóricos como metodológicos, ya que la investigación representa un precedente actual para futuras investigaciones. Asimismo, mediante la realización de una prueba piloto, se demuestra que los instrumentos son aplicables con validez y fiabilidad a nivel local. Por último, cada aspecto se considera una fuente de información que servirá como punto de partida para investigaciones a mayor escala e influencia social, en las que no sólo se considere la relación entre ambas variables, sino también sus consecuencias y cómo prevenirlas.

En conclusión, existe una correlación significativamente baja entre las distorsiones cognitivas y la dependencia afectiva, ya que las variables se correlacionan positivamente, lo que se refiere a que las distorsiones cognitivas se originan en la búsqueda de figuras afectivas, es decir, una persona dependiente presenta distorsiones que le hacen creer que el bienestar propio depende exclusivamente de la pareja.

Finalmente, se concluye que no existen diferencias significativas entre los niveles de dependencia en función del sexo, ya que habría que considerar otros factores causales importantes como los socioculturales o la predisposición genética a las psicopatologías, que contribuyen al desarrollo de la dependencia emocional.

Referencias

- Alcalde, A. & Briones, E. (2020). *Creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes mujeres de un instituto de salud de Cajamarca* (Tesis de licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1422/INFORME%20DE%20TESIS%20ELVIA%20Y%20ANTHONY-ok.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Allcaco, D. (2021). *Dependencia emocional y Violencia en las relaciones de pareja en mujeres comerciantes del Mercado Ferial N° 1 Pisco, 2020* (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo, Lima.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60885/Allcaco_FD_M-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Beck, A. (1979). *La terapia cognitiva y los trastornos emocionales*.
https://issuu.com/leosantos59/docs/beck_aaron_t_-_terapia_cognitiva_de_0e467392a99e43
- Becerra, G. y Tocas, L. (2022). *Dependencia emocional y violencia de pareja en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Cajamarca, 2022* (Tesis de bachiller). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/2421/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bogarín, M., Gamarra, A., Bagnoli, A., Mongelós, N. & González, H. (2021). *Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal*. Revista de la Sociedad Científica del Paraguay, 26(2), 9–23.
<https://doi.org/10.32480/rscp.2021.26.2.9>

- Buiklece C. (2019). *Dependencia emocional y creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja* (Tesis de bachiller). Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4280/TESIS_BUIKLECE_CARLOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Brito, V. & Gonzales, E. (2016). *Estandarización del cuestionario de dependencia emocional (CDE) en la ciudad de Cajamarca* (Tesis de licenciatura). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/276/Ps.%20011%20Brito%20y%20Gonzalez%202016%20Estandarizaci%3bn%20CDE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castañeda, E. y Saenz, L. (2019). *Dependencia emocional y distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla*. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/4266>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. <https://ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV312062023223108.pdf>
- Cobeñas, J. & Montenegro, J. (2018). *Niveles de dependencia emocional y tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas de un hospital nivel II-1 del distrito de Ferreñafe*. (Tesis de licenciatura). Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo
http://tesis.usat.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12423/1572/TL_Cobe%3b%20lasCernaJenifer_MontenegroArtegaJorge.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Empresa Peruana de Servicios Editoriales S. A. EDITORA PERÚ. (2022, 9 marzo). *Poder*

Judicial: 10,522 mujeres han sido víctimas de violencia en lo va de 2022.

<https://andina.pe/agencia/noticia-poder-judicial-10522-mujeres-han-sido-victimas-violencialova2022884122.aspx#:~:text=En%20lo%20que%20va%20de%202022%2C%20en%20el%20Per%C3%BA%20se,y%20Acceso%20a%20la%20Justicia>

Ferrer-Pérez, V. A., Bosch-Fiol, E. & Blahopoulou, I. (2017). *Distorsiones Cognitivas en los Programas de Intervención con Maltratadores Aplicados en España*. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica, 43(1), 135–147. https://doi.org/10.21865/ridep43_135

Hernández, C. & Carpio, N. (2019). *Introducción a los tipos de muestreo*. Revista Científica del Instituto Nacional de la Salud, 2617-5274. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta, Ciudad de México*. Editorial Mc Graw Hill Education, Año de edición: 2018, ISBN: 978-1-4562-6096-5, 714 p. https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/wp-content/uploads/2019/02/RUDICSv9n18p92_95.pdf

Moral, M., García, A., Cuetos, G. & Sirvent, C. (2017). *Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles*. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 8 (2), 96-107. <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245153986004.pdf>

Moral, M., Sirvent, C., Ovejero, A. & Cuetos, G. (2018). *Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo*. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>

La Psicología en el ámbito jurídico (2010). *Principios Éticos de los Psicólogos y Código de Conducta American Psychological Association (APA)*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf

Lemos, M. & Londoño, N. (2006). *Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en la población colombiana*. *Acta Colombiana de Psicología*, 9 (2), 127-140. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>

Machacuay, E. & Rodríguez, W. (2021). *Creencias irracionales y dependencia emocional*. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10096/1/IV_FHU_50_1_TE_Machacuay_Rodriguez_2021.pdf

Moral, M. y Sirvent, C. (2008). *Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación*. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150-167. https://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2.pdf

Picoy, E. (2022). *Distorsiones cognitivas y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una universidad privada del distrito de San Juan de Lurigancho* (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del Norte, Lima. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31579/Picoy%20Solis%20Erica%20Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Revored, C. (2021). *Cajamarca: Violencia Contra las Mujeres y Ruralidad*. Evidencia.

<https://evidencia-pe.com/blog/2021/11/cajamarca-violencia-contra-las-mujeres-y-ruralidad/>

Riofrio, J. & Villegas, M. (2016). *Distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en universitarios – Pimentel*. Revista Científica PAIAN, 7(1).

<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/311>

Romani, F. (2020). *Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador*.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1186?show=full>

Ruiz, J & Luján, J. (1991). *Manual de Psicoterapia Cognitiva. Inventario de pensamientos automáticos*.

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

Salomone, G. & Fariña, J. (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta American Psychological Association (APA)*. Universidad de Buenos Aires, Argentina.

https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf

Silvia, M. (2017). *Violencia familiar y distorsiones cognitivas en adolescentes mujeres de una institución educativa estatal del distrito de Bellavista - Callao, 2017*, (Tesis de licenciatura) Universidad César Vallejo, Lima.

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

Valdivia, C. & Vargas, E. (2017). *Distorsiones cognitivas y dependencia emocional de pareja en estudiantes universitarios*. (Tesis de licenciatura) Universidad Católica de Santa María, Arequipa. <https://core.ac.uk/download/pdf/198129312.pdf>.

World Health Organization: WHO. (2024, 25 marzo). *Violencia contra la mujer.*

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

ANEXOS

ANEXO N° 1: Matriz de consistencia: Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional en Jóvenes Universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.

Título	Problema General	Objetivo General	Hipótesis general	Variables	Metodología
<p>“Distorsiones cognitivas y dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023”</p>	<p>¿Cuál es la relación de las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023?</p>	<p>Determinar la relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.</p>	<p>Existe una relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca en el año 2023.</p>	<p>Distorsiones Cognitivas</p>	<p>Tipo de investigación básica Enfoque de investigación: Cuantitativo Diseño de investigación: No experimental Corte de investigación: Transversal Nivel de investigación: Descriptiva-Correlacional Población y muestra: Está comprendida por 150 estudiantes universitarios entre varones y mujeres de 18 a 25 años de la ciudad de Cajamarca. Muestreo: No probabilístico intencional Instrumentos: - Cuestionario de dependencia emocional de Lemos M. & Londoño, N. H. (2006). - Inventario de pensamientos automáticos (IPA) elaborado por Ruiz y Luján (1991). Análisis de datos: Sistema informático de estadística SPSS versión 29.</p>
		Objetivo Específico	Hipótesis específica		
		<ul style="list-style-type: none"> - Identificar el nivel de dependencia emocional en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023. - Identificar el tipo de distorsión cognitiva predominante y significativamente más presente en jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023. - Comparar los niveles de dependencia emocional según el sexo de los jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023. 	<p>- Existe una diferencia estadísticamente significativa al comparar los niveles de dependencia emocional según tipo de sexo de los jóvenes universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.</p>		

Anexo N° 2: Matriz de operacionalización: Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional en Jóvenes Universitarios de 18 a 25 Años de Cajamarca, 2023.

Variable	Definición conceptual	Instrumentos	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Variable 1 DEPENDENCIA EMOCIONAL	Las características que muestra una persona que depende emocionalmente de otra, es el apego excesivo a la pareja, sumisión, idealización del futuro, baja autoestima, incapacidad para tolerar la soledad y patrones de relación inestables y poco saludables. (Lemos y Londoño, 2006).	Cuestionario de Dependencia Emocional Adaptado a la ciudad de Cajamarca por Brito y Gonzales (2016).	- Ansiedad por separación - Expresión afectiva de la pareja - Modificación de planes - Miedo a la soledad	8,15,16,7,2,13,17,14 21,20,6,23,22,9 5,3,4,11,12 18,19,10,1	Análisis estadístico: Statistical Package for the Social Sciences (SPSS v.29). Estadístico para el análisis bivariado Kolmogorov – Smirnov. Coeficiente de Correlación Pearson (r). Prueba de Leven. Prueba de T de Student.
Variable 2 DISTORSIÓN COGNITIVA	las distorsiones cognitivas son consideradas conceptos erróneos sobre uno mismo y sobre los demás que conducen a un procesamiento incorrecto de la información que afecta el comportamiento y los pensamientos automáticos (Ruíz & Lujan, 1991).	Inventario de pensamientos automáticos “IPA” de Ruiz y Lujan (1991).	- Filtraje o abstracción selectiva - Pensamiento polarizad - Sobre generalización - Interpretación del pensamiento - Visión catastrófica - Personalización - Falacia de control - Falacia de justicia - Razonamiento emocional - Falacia de cambio - Etiqueta global - Culpabilidad - Falacia del debe ser - Falacia de razón - Falacia de recompensa divina	1, 16, 31 2, 17, 32 3, 18, 33 4, 19, 34 5, 20, 35 6, 21, 36 7, 22, 37 8, 23, 38 9, 24, 39 10, 25, 40 11, 26, 41 12, 27, 42 13, 28, 43 14, 29, 44 15, 30, 45	

Anexo N° 3: Análisis de normalidad

De acuerdo con los análisis realizados, para poder determinar el estadístico para la prueba de hipótesis adecuado, se debe comprobar si los datos siguen una distribución normal. Para ello, se consideró a prueba estadística Kolmogorov – Smirnov, debido a que la muestra es mayor a la cantidad de 50 ($n \geq 50$). Así, los resultados señalan que se presenta una distribución normal, puesto que $p \geq 0.05$.

Análisis de normalidad de las variables distorsiones cognitivas y dependencia emocional

Kolmogorov – Smirnov				
	Cuestionario de Dependencia Emocional	Estadístico	Gl	Sig.
Inventario de				
Pensamientos	23	.324	4	.
Automáticos				
	24	.183	6	.200*
	25	.260	2	.
	26	.314	3	.
	27	.250	4	.
	28	.265	5	.200*
	29	.156	4	.
	30	.223	5	.200*
	31	.183	8	.200*
	32	.210	8	.200*
	33	.273	4	.
	34	.220	4	.
	35	.385	4	.

Kolmogorov – Smirnov

Cuestionario de Dependencia Emocional	Estadístico	Gl	Sig.
36	.250	4	.
37	.251	7	.200*
38	.341	7	.014
39	.150	5	.200*
41	.385	3	.
42	.411	6	.002
43	.322	4	.
44	.314	4	.
45	.231	6	.200*
46	.260	2	.
47	.211	6	.200*
48	.260	2	.
49	.241	4	.
50	.260	2	.
51	.219	3	.
54	.242	4	.
55	.260	2	.
56	.260	2	.
57	.260	2	.
63	.260	2	.

Nota: Resultados obtenidos del programa SPSS v.29.

Anexo N°4: Ficha técnica de Cuestionario de Dependencia Emocional

Ficha técnica del Cuestionario de Dependencia Emocional

Nombre Original	<i>Cuestionario de Dependencia Emocional</i>
Autor	Lemos y Londoño
Procedencia	Colombia
Administración	Individual y colectiva.
Duración	10 minutos.
Aplicación	Hombres y mujeres de 16 a 55 años.
Puntuación	Escala de Likert del 1 al 6.
Significación	Detección de niveles de dependencia emocional.
Tipificación	Percentiles Colombianos
Usos	Educacional, clínico y en la investigación. Son usuarios potenciales aquellos profesionales que se desempeñan como psicólogos, psiquiatras médicos, trabajadores sociales, consejeros, tutores.
Materiales	Hoja de cuestionario, percentiles locales y lápiz o lapicero.

Tabla de Percentiles del Cuestionario de Dependencia Emocional

PUNTUACIÓN DIRECTA	RANGO PERCENTIL	PORCENTAJE DE RANGO PERCENTIL	NIVEL
138	1	100	ALTO
137	0.991	99	ALTO
136	0.982	98	ALTO
135	0.973	97	ALTO
134	0.965	97	ALTO
133	0.956	96	ALTO
132	0.947	95	ALTO
131	0.939	94	ALTO
130	0.93	93	ALTO
129	0.921	92	ALTO
128	0.913	91	ALTO
127	0.904	90	ALTO
126	0.895	90	ALTO
125	0.886	89	ALTO
124	0.878	88	ALTO
123	0.869	87	ALTO
122	0.86	86	ALTO
121	0.852	85	ALTO
120	0.843	84	ALTO
119	0.834	83	ALTO
118	0.826	83	ALTO
117	0.817	82	ALTO
116	0.808	81	ALTO
115	0.8	80	ALTO
114	0.791	79	ALTO
113	0.782	78	ALTO
112	0.773	77	ALTO
111	0.765	77	ALTO
110	0.756	76	ALTO
109	0.747	75	MEDIO
108	0.739	74	MEDIO
107	0.73	73	MEDIO
106	0.721	72	MEDIO
105	0.713	71	MEDIO
104	0.704	70	MEDIO
103	0.695	70	MEDIO
102	0.686	69	MEDIO
101	0.678	68	MEDIO
100	0.669	67	MEDIO
99	0.66	66	MEDIO
98	0.652	65	MEDIO
97	0.643	64	MEDIO
96	0.634	63	MEDIO

95	0.626	63	MEDIO
94	0.617	62	MEDIO
93	0.608	61	MEDIO
92	0.6	60	MEDIO
91	0.591	59	MEDIO
90	0.582	58	MEDIO
89	0.573	57	MEDIO
88	0.565	57	MEDIO
87	0.556	56	MEDIO
86	0.547	55	MEDIO
85	0.539	54	MEDIO
84	0.53	53	MEDIO
83	0.521	52	MEDIO
82	0.513	51	MEDIO
81	0.504	50	MEDIO
80	0.495	50	MEDIO
79	0.486	49	MEDIO
78	0.478	48	MEDIO
77	0.469	47	MEDIO
76	0.46	46	MEDIO
75	0.452	45	MEDIO
74	0.443	44	MEDIO
73	0.434	43	MEDIO
72	0.426	43	MEDIO
71	0.417	42	MEDIO
70	0.408	41	MEDIO
69	0.4	40	MEDIO
68	0.391	39	MEDIO
67	0.382	38	MEDIO
66	0.373	37	MEDIO
65	0.365	37	MEDIO
64	0.356	36	MEDIO
63	0.347	35	MEDIO
62	0.339	34	MEDIO
61	0.33	33	MEDIO
60	0.321	32	MEDIO
59	0.313	31	MEDIO
58	0.304	30	MEDIO
57	0.295	30	MEDIO
56	0.286	29	MEDIO
55	0.278	28	MEDIO
54	0.269	27	MEDIO
53	0.26	26	MEDIO
52	0.252	25	BAJO
51	0.243	24	BAJO
50	0.234	23	BAJO
49	0.226	23	BAJO
48	0.217	22	BAJO
47	0.208	21	BAJO
46	0.2	20	BAJO
45	0.191	19	BAJO

Acti
vaci

Anexo N°5: Ficha Técnica de Inventario de Pensamientos Automáticos

**INVENTARIO DE PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS
"IPA"**

CARACTERÍSTICAS GENERALES

Ficha técnica:

Ficha técnica	
Nombre original:	Inventario de pensamientos automáticos "IPA"
Autores:	Ruiz y Lujan (1991)
Administración:	Individual, colectiva, autoaplicable
Duración:	40-45 minutos aproximadamente
Aplicación:	Adolescentes de 14 ha 17 años
Significación:	Distorsiones cognitivas presentes en la persona
Baremación:	Tabla de baremos para el inventario y cada factor
Material:	Manual, hoja de respuestas
Tomado de:	Este manual se basa en un trabajo realizado por: Kevin Naranjo (2020)

Fuente: Inventario de distorsiones cognitivas
Elaborado por: Kevin Naranjo

Descripción del instrumento

El inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Lujan es un instrumento psicométrico para medir el tipo de distorsiones cognitivas presentes en adolescentes entre 14 a 17 años, determina las distorsiones cognitivas más prevalentes en el adolescente. De entre 15 tipos de distorsiones que se plantean en el instrumento.

ELEMENTOS TEÓRICOS:

Distorsiones cognitivas

Las distorsiones cognitivas son pensamientos automáticos y erróneos que suelen tener las personas, estas llegan a afectar la percepción de la realidad, llegando a provocar conflictos en ese estilo de vida de las personas. Los pensamientos distorsionados al ser interpretados como diálogos internos, charlas a nivel mental, entran de manera automática a la mente, no son reflexivos "Los pensamientos automáticos o palabras e imágenes que están en la mente son relativos a las situaciones y representan el nivel más superficial de las cogniciones." (Beck, 1995, p. 81).

Ruiz y Lujan, (1991) plantean 15 tipos de distorsiones cognitivas que se cree son más frecuentes en las personas y llegan afectar más al individuo, estas 15 distorsiones cognitivas fueron la base para la creación del inventario de pensamientos automáticos, los 15 tipos que proponen son:

Filtraje o abstracción selectiva	Razonamiento emocional
Pensamiento polarizado	Falacia de cambio
Sobre generalización	Etiquetas globales
Interpretación del pensamiento	Culpabilidad
Visión catastrófica	Los deberías
Personalización	Tener razón
Falacia de control	Falacia de recompensa divina
Falacia de justicia	

DISEÑO Y ESTRUCTURA DEL CUESTIONARIO

Distribución de reactivos

FACTORES	NÚMERO DE ITEMS
Filtraje o abstracción selectiva	1-16-31
Pensamiento polarizado	2-17-32
Sobre generalización	3-18-33
Interpretación del pensamiento	4-19-34
Visión catastrófica	5-20-35
Personalización	6-21-36
Falacia de control	7-22-37
Falacia de justicia	8-23-38
Razonamiento emocional	9-24-39
Falacia de cambio	10-25-40
Etiquetas globales	11-26-41
Culpabilidad	12-27-42
Los deberías	13-28-43
Tener razón	14-29-44
Falacia de recompensa divina	15-30-45

Fuente: Inventario de distorsiones cognitivas
 Elaborado por: Kevin Naranjo

Tipo de respuesta.

El inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Lujan consta de varios items a los cuales el adolescente evaluado debe responder de acuerdo con las siguientes opciones:

- 1) Nunca pienso eso
- 2) Algunas veces lo pienso
- 3) Bastantes veces lo pienso
- 4) Con mucha frecuencia lo pienso

Solo deberán marcar una sola respuesta por cada ítem, todos los reactivos de la escala poseen el mismo tipo de respuestas.

INSTRUCCIONES PARA LA APLICACIÓN

Instrucciones generales:

Para la aplicación de la prueba deberán tenerse en cuenta las condiciones generales requeridas con respecto a la aplicación de pruebas psicológicas, tales como un lugar adecuado, que permita que los evaluados se sientan cómodos a la hora de la aplicación; generar un ambiente de confianza entre el aplicador y el evaluado; y evitar cualquier tipo de estímulo que pueda interferir en las respuestas a la prueba. Las instrucciones están impresas en el cuadernillo, sin embargo, el aplicador podría aclarar que no hay respuestas buenas ni malas, que no hay un tiempo límite para resolver el cuestionario y que se debe contestar lo más honestamente posible. Además de lo anterior, el aplicador debe tener en cuenta que:

- Es fundamental leer la prueba completa antes de hacer la aplicación con el fin de tener la visión general y prever posibles preguntas de los evaluados.
- Indicar a los participantes leer las instrucciones detenidamente e informarle que, si hay presencia de dudas, estas serán pertinentemente aclaradas.
- Mencionar que la información recolectada será manejada confidencialmente.
- Motivar y revisar que los participantes respondan todo el cuestionario.

Instrucciones específicas:

A continuación, tienes una lista de pensamientos que suelen presentar las personas ante diversas situaciones. Se trata de que valores la frecuencia con que sueles pensarlos (pensando en general, no en situaciones concretas para cada una de ellas), siguiendo la escala:

0 = Nunca pienso eso;

Anexo N° 6: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado(a) participante.

Somos estudiantes de la carrera de psicología del décimo ciclo de la Universidad Privada del Norte y estamos realizando la presente investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en jóvenes de 18 a 25 años de una universidad de Cajamarca, 2023.

Consentimiento informado:

Por la presente, acepto participar voluntariamente en esta investigación, de igual forma, la información que se recoja será de carácter confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

De tener alguna consulta o duda sobre su participación, puede contactar al correo electrónico N00267190@upn.pe o N00269970@upn.pe.

Desde ya agradecemos su participación.

¿Acepta participación voluntariamente en la presente investigación?

Sí

No