

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“DEPENDENCIA EMOCIONAL Y BIENESTAR
PSICOLÓGICO EN ESTUDIANTES DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2021”

Trabajo para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Nancy Scarlett Gonzales Franco

Asesor:

Mg. Angela Benita Domínguez Vergara

<https://orcid.org/0000-0003-2329-1990>

Lima - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Karim Elisa Talledo Sánchez	43300453
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Renzo Martinez Munive	41466055
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Erica Gonzáles Ponce de León	18167597
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME SIMILITUD - ANTIPLAGIO

Document Information

Analyzed document	tesis scarlett programa antiplagio.pdf (D147112279)
Submitted	2022-10-20 21:14:00
Submitted by	
Submitter email	n00087369@upn.pe
Similarity	14%
Analysis address	angela.vergara.delnor@analysis.urkund.com

DEDICATORIA

Quisiera dedicar el presente trabajo al gran amor de mi vida que es mi hijo Giordano, es la persona por quien me levanto día a día, por quien busco crecer y ser una mejor persona. Gracias a su llegada tuve la motivación necesaria para no rendirme y continuar.

AGRADECIMIENTO

A mis asesores de tesis quienes me han guiado en este camino. A mi madre que con apoyo y amor me ayuda a alcanzar mis metas. A Carla, quien es como una madre para mí, siempre presente en todo aspecto de mi vida. A mi hermana Lula, por preocuparse y darme ese empujón motivacional para mantenerme a pie. En general a todas las personas quienes han aportado en mi vida para que pueda lograr alcanzar mis sueños, que hoy en día se hacen realidad.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME SIMILITUD - ANTIPLAGIO	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	8
ÍNDICE DE FIGURAS	9
RESUMEN	10
ABSTRACT	11
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	12
1.1. Realidad problemática	12
Justificación	14
Antecedentes de investigación	14
Bases teóricas	19
1.2. Formulación del problema	27
1.3. Objetivos	27
1.4. Hipótesis	28
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	30
2.1 Tipo de investigación	30
2.2 Población y muestra (materiales, instrumentos y métodos)	31
2.3 Técnicas e instrumentos de recolección	31

2.4	Procedimiento	33
2.5	Análisis de datos	33
2.6	Aspectos éticos	34
CAPÍTULO III: RESULTADOS		35
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES		39
REFERENCIAS		46
ANEXOS		55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Correlación entre dependencia emocional y bienestar psicológico	3
Tabla 2. Nivel de dependencia emocional.	3
Tabla 3. Nivel de bienestar psicológico	4
Tabla 4. Correlación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones	4
Tabla 5. Correlación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía	5
Tabla 6. Correlación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos	5
Tabla 7. Correlación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales	6

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diseño de investigación

28

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. Se evaluó a 87 estudiantes utilizando el enfoque cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional. los instrumentos utilizados fueron El Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) validado por Ventura y Caycho (2016) y La Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A) validada por Domínguez (2014). Los resultados evidenciaron que existe relación inversa y significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una universidad privada de Lima, 2021. Se concluye que la dependencia emocional tiene relación inversa con el bienestar psicológico y viceversa.

PALABRAS CLAVES: Dependencia emocional, bienestar psicológico, estudiantes, universidad.

ABSTRACT

The main objective of this study was to determine the relationship between emotional dependence and psychological well-being in students of a Private University of Lima, 2021. 87 students were evaluated using the quantitative approach, non-experimental cross-sectional design and correlational scope. The instruments used were the Emotional Dependence Questionnaire (CDE) validated by Ventura and Caycho (2016) and the Psychological Well-Being Scale for Adults (BIEPS-A) validated by Domínguez (2014). The results showed that there is an inverse and significant relationship between emotional dependence and psychological well-being in students of a Private University of Lima, 2021. It was concluded that emotional dependence has an inverse relationship with psychological well-being and vice versa.

KEYWORDS: Emotional dependence, psychological well-being, students, university.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En la sociedad actual la vida relacional y socioafectiva está predispuesta a repetidas circunstancias psicosociales en las que los conflictos emocionales en las relaciones de pareja son descritos como una especie de psicopatología de la vida cotidiana (Valle y Moral, 2018). En relación a ello, la dependencia emocional de pareja es una conducta disfuncional por la cual una persona se adhiere a otra a fin de no perderla generando un sometimiento propiciado por la carencia afectiva (Cubas, 2020). De ahí que, se tiende a creer de manera errónea que, a mayor sufrimiento o sumisión emocional, habrá mayor amor (Galán-Jiménez y Sánchez-Armas-Capello, 2018).

En ese sentido, la dependencia emocional de pareja se concibe como una conexión afectiva continua y excesiva con otra persona la cual es distorsionada y caracterizada por una autovaloración negativa y déficit a nivel afectivo (Camarillo et al., 2020). De ahí que, los dependientes emocionales a nivel de pareja muestran subordinación, pérdida de identidad, posesividad, escasas habilidades sociales, apego excesivo y dificultad de autonomía; lo cual va relacionado al mantenimiento de la relación de pareja a fin de llenar el vacío emocional (González-Jiménez y Hernández, 2014).

Cabe precisar que esta problemática no es ajena a los estudiantes que se encuentran en la etapa universitaria, puesto que se ha encontrado que los estudiantes universitarios pueden padecer de dependencia emocional de pareja (Ponce-Díaz et al., 2019), lo cual fue reflejado en un estudio con universitarios donde se identificó que un 40% presentó características de dependencia emocional (López et al., 2019); también se encontró en otro estudio que la dependencia emocional de pareja en universitarios está asociado a

características negativas como esquemas disfuncionales de pensamiento; tales como subyugación, apego, abandono, autosacrificio y privación emocional (Urbiola y Estévez, 2015), además de presencia de agresión verbal (Muñoz y Benítez, 2017), física o sexual (Rodríguez et al., 2018). También, a nivel académico se ha identificado que los universitarios con presencia de dependencia emocional presentan una pobre motivación académica (Bustamante, 2021), lo cual puede generar calificaciones bajas, estrés y malestar (Ponce-Díaz et al., 2019).

Por ello, que la dependencia emocional de pareja en universitarios afecta tanto a varones como mujeres de diferentes carreras profesionales, ya que tiende a desarrollar en corto, mediano o largo plazo consecuencias negativas a nivel emocional; expresándose en síntomas ansioso-depresivos (Camarillo et al., 2020), reacciones agresivas y déficit de solución de problemas (Niño y Abaunza, 2015).

Cabe puntualizar que los estudiantes universitarios suelen ser considerados como personas responsables, esforzadas y con un proyecto de vida (Naigeboren et al., 2013). Sin embargo, un estudio reciente realizado con universitarios reportó que 65% de los evaluados tenía nivel bajo de bienestar psicológico (Bermúdez, 2021), en tanto que otro estudio también identificó nivel bajo de bienestar psicológico en el 22.8% de los encuestados (Ramírez, 2019). En ese sentido, el bienestar psicológico es otra variable importante a considerar respecto a la etapa universitaria, ya que, el bienestar psicológico está relacionado a la valoración positiva que tiene una persona acerca de su desarrollo y experiencias (Ryff, 1995); encontrándose que puede reforzar la regulación emocional (Advíncula, 2018), el afrontamiento de los problemas (Matalinares et al., 2016), la autoeficacia (Espinoza y Barra, 2018) y la satisfacción con la vida en universitarios

(Moreta et al., 2017). Además, el bienestar psicológico tiene una relación positiva con el rendimiento académico en estudiantes de educación superior (Espinoza, 2021).

Por consiguiente, tomando en cuenta la relevancia de las variables dependencia emocional y bienestar psicológico dentro del grupo etario de los universitarios, se propuso realizar la presente investigación a fin de determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana.

Justificación

A nivel teórico, esta investigación genera un mayor conocimiento y profundización respecto a los constructos dependencia emocional y bienestar psicológico en relación a la realidad actual de los estudiantes de la carrera de psicología, lo cual se puede utilizar en futuras investigaciones.

A nivel práctico, este estudio permite que a partir de los resultados obtenidos se desarrollen propuestas o estrategias psicoemocionales a fin de contrarrestar la dependencia emocional y promover el bienestar psicológico en los estudiantes universitarios.

A nivel social, propicia la generación de un espacio de sensibilización respecto de la importancia de la estabilidad psicoemocional en el estudiante universitario, ya que dicha estabilidad posibilita el logro de metas y la realización personal aportando con ello a la mejora de la sociedad en su conjunto.

Antecedentes de investigación

Se presenta a continuación estudios empíricos en el contexto internacional y nacional acerca de las variables de estudio dependencia emocional y bienestar psicológico:

A nivel internacional, Bermúdez (2021) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 163 jóvenes de Ecuador mediante diseño no experimental de corte transversal utilizando el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño y la escala de bienestar psicológico de Ryff, encontrando como resultado que el nivel significativo de dependencia emocional predominó con 61.3%, mientras que el nivel bajo de bienestar psicológico predominó con 65%; por otro lado, a nivel correlacional se encontró ausencia de relación significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico.

Por su parte, Sandoval (2021) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y habilidades sociales en 260 estudiantes de una universidad de Ecuador mediante diseño no experimental de corte transversal, utilizando el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño y la lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein, encontrando como resultado relación inversa significativa entre dependencia emocional y habilidades sociales; además se identificó relación inversa significativa entre dependencia emocional y habilidades alternativas a la agresión y habilidades para hacer frente al estrés.

Además, Marziali (2020) planteó como objetivo analizar la relación entre bienestar psicológico, autoestima y estilos de apego en la experiencia de pareja de 300 jóvenes de Argentina mediante diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional utilizando la escala BIEPS-A, la escala de Autoestima de Rosenberg y el cuestionario de Experiencia en las Relaciones de Pareja, encontrando que el bienestar psicológico no tiene relación con la autoestima, pero si relación inversa con los estilos de apego en las experiencias de pareja.

Asimismo, Tulcanaza (2019) planteó como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional con la participación de 120 mujeres ecuatorianas, mediante diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional utilizando la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y el Instrumento de dependencia emocional (ICOD), encontrando que el 45.83% evidenció dependencia emocional; mientras que el 61.67% evidenció nivel medio de bienestar psicológico; además se encontró relación inversa entre bienestar psicológico y la dependencia emocional.

Latorre et al. (2018) plantearon como objetivo determinar el grado de relación entre bienestar psicológico y la codependencia emocional en 549 estudiantes universitarios de Ecuador mediante diseño no experimental de corte transversal, utilizando para ello el Inventario de Codependencia (ICOD) y la escala de Bienestar Psicológico (EPB), encontrando que el 11.28% presentó alta codependencia, mientras que el 16.94% presentó nivel bajo de bienestar psicológico; en tanto que a nivel de correlación se halló que hay correlación inversa entre el bienestar psicológico y las relaciones de pareja de codependencia.

Dentro del contexto nacional, Apari y Astoquilca (2021) plantearon como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 195 estudiantes de una universidad de Lima mediante diseño predictivo transversal utilizando el Inventario de dependencia emocional creada por Aiquipa (2015) y la Escala de Bienestar Psicológico para adultos validada en Perú por Domínguez (2014); encontrando que hay influencia significativa de la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico, además la dependencia emocional influye de manera negativa en magnitud pequeña sobre el autoconcepto/control de situaciones, autonomía, proyectos y vínculos sociales.

Córdova (2020) planteó como objetivo determinar la relación entre apego adulto en sus dimensiones ansiedad y evitación con el bienestar psicológico en 170 estudiantes de una universidad de Lima, mediante diseño no experimental de corte transversal, utilizando la escala de experiencias en las relaciones cercanas y la escala de bienestar psicológico para adultos validada en Perú por Domínguez (2014) encontrando como resultado relación inversa entre la dimensión ansiedad con las dimensiones de bienestar psicológico: aceptación/control de situaciones, proyectos y vínculos sociales.

Bautista (2019) planteó como objetivo determinar el grado de influencia de la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico en 138 mujeres jóvenes mediante diseño no experimental de corte transversal utilizando el Inventario de dependencia emocional creado por Aiquipa (2015) y la Escala de Bienestar Psicológico para adultos validada en Perú por Domínguez (2014); encontrando como resultado relación inversa significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico, además se identificó relación inversa entre bienestar psicológico y las dimensiones de dependencia emocional miedo e intolerancia a la soledad, necesidad de acceso a la pareja, subordinación y sumisión.

Por su parte, Alarcón (2019) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 280 adolescentes mujeres víctimas de violencia de pareja y no violencia de una unidad escolar del Cercado de Lima, mediante diseño no experimental transversal y alcance correlacional, utilizando la Escala de dependencia emocional – ACCA y la Escala de bienestar psicológico – BIEPS, encontrando que hay relación inversa y significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico.

Además, Avalos (2019) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 250 adolescentes mujeres víctimas de violencia y no víctimas de violencia familiar de instituciones educativas de Comas, mediante diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, utilizando la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), encontrando que hay relación inversa y significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico.

También, Ramírez (2019) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 281 estudiantes de secundaria del Cercado de Lima, mediante diseño no experimental de corte transversal y alcance correlacional, utilizando la Escala BIEPS-J y la Escala de dependencia emocional ACCA, encontrando que el 22.8% evidenció nivel bajo de bienestar psicológico mientras que el 84.7% evidenció tendencia a la dependencia emocional; además se encontró que no existe relación significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico.

Ríos (2018) planteó como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en 94 estudiantes de un Instituto de Lima mediante diseño predictivo transversal utilizando el Cuestionario de Dependencia Emocional y la Escala de Bienestar Psicológico, encontrando que hay relación inversa y significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico; además se encontró que a mayor proporción en las dimensiones autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida, los estudiantes no experimentarán necesidad de acceder a su pareja, de ser el centro de atención para su pareja y también

disminuye la posibilidad de que la persona intente en reiteradas ocasiones retomar la relación.

Bases teóricas

Dependencia emocional

La dependencia emocional es concebida como una circunstancia en la cual se genera sumisión y subordinación de parte de una persona en relación con la pareja desarrollando un vínculo afectivo inadecuado (Castelló, 2005); de ahí que, se mencionen componentes básicos de la dependencia emocional, tales como ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención (Lemos y Londoño, 2006). Por su parte, Izquierdo-Martínez y Gómez-Acosta (2013) refieren que la dependencia emocional es un patrón de conductas las cuales se caracterizan por subordinación y búsqueda de atención en la relación de pareja; además, Camarillo (2016) menciona que se asemeja a síntomas producidos por las adicciones comportamentales y adicionalmente Aiquipa (2015) la describe como la manipulación de una contraparte hacia su pareja con la intención de aumentar el apego. Tomando en cuenta la conceptualización de la dependencia emocional surgen modelos que la explican, tales como:

Modelo de la Vinculación Afectiva

Este modelo realza la vinculación afectiva entendida como el lazo afectivo que se genera entre dos personas y que permanece en el tiempo, tomando en cuenta que dicha vinculación afectiva se puede generar en diferentes intensidades tales como leve, moderado

o exagerado conllevando a que se desarrolle una polarización entre la vinculación y desvinculación (Castelló, 2005).

Para Castelló (2005) las características de los dependientes emocionales se pueden agrupar en tres categorías: Área de las relaciones de pareja, área de las relaciones con el entorno interpersonal y área de autoestima y estado anímico. De igual forma, se mencionarán algunos otros autores dentro de estas a fin de complementar la información. Dentro de todas estas características Castelló (2005) considera que son tres las más importantes y sin las cuales sería muy difícil determinar una dependencia emocional: Baja autoestima, miedo e intolerancia a la soledad y la tendencia a establecer relaciones desequilibradas de pareja. Asimismo, afirma que mientras una persona cumpla con más características las probabilidades de que este sea un caso de dependencia emocional serán mayores.

Para Castelló (2005) los dependientes emocionales se suelen fijar en personas que reúnen ciertas características. Así, los objetos suelen ser personas fácilmente idealizables para el dependiente quien le otorgará cualidades positivas que no existen o que son exageraciones del aspecto físico, inteligencia, personalidad, talento en alguna profesión, etc. Cualquier otra persona “normal” no quedará fascinada ante ellos (Castelló, 2005). Por otro lado, los objetos tienden a ser narcisistas y explotadores. Así, se consideran superiores, presentan una elevada autoestima y ego. No desean cariño o afecto, solo sometimiento, admiración de sus cualidades y que lo amen como él se ama. Al inicio utilizará técnicas como la simpatía o seducción que son interesantes para el dependiente que busca personas con elevada autoestima, seguridad y amor propio (cosa que ellos no tienen) y luego lo menospreciará (Castello, 2005).

Del mismo modo, Castelló (2012) afirma que los objetos pueden ser personas muy posesivas, que deseen exclusividad con su pareja, mostrándose dominantes y ambivalentes (quieren y necesitan a sus parejas, pero las odian al mismo tiempo).

Igualmente, estos objetos pueden ser también problemáticos (personas con adicciones, tendencias violentas, problemas con la justicia, etc.). Los dependientes que eligen este tipo de parejas suelen tener una dependencia más intensa y mayor desequilibrio emocional. Son los que tienen grandes carencias afectivas en la infancia los que se suelen identificar con este tipo de objetos pues quieren cuidar al otro como les gustaría que hubiesen cuidado de ellos en la infancia (Castelló, 2012). Finalmente, los objetos también pueden presentar trastornos de personalidad del eje II (el más común es el narcisista) o contar con rasgos atenuados de personalidad de ciertas categorías diagnósticas. Además, podemos encontrar trastornos del eje I siendo los más frecuentes los trastornos relacionados con sustancias (Castelló, 2005).

Desde este punto de vista, la dependencia emocional se puede manifestar en diferentes niveles, así como también en condiciones de posesividad o subyugación; de ahí que, la pareja puede llegar a desarrollar un vínculo afectivo disfuncional en el cual existen las siguientes dimensiones (Castelló, 2005):

- Miedo a la ruptura entendido como el miedo a la finalización de la relación de pareja.
- Miedo e intolerancia a la soledad entendido como la desesperación de verse sin pareja.
- Subordinación y sumisión considerada como una característica sutil y agresiva que busca mantener la relación de pareja.

- Prioridad de la pareja se relaciona a poner en primer lugar a la pareja.
- Necesidad de acceso de la pareja considerado como una forma de acoso hacia la pareja.
- Deseos de exclusividad entendido como una jerarquización marcada de la pareja en desmedro con otras personas.
- Deseos de control y dominio considerado como la actitud de dominación.

Bienestar psicológico

El término bienestar psicológico suele relacionarse a un nivel adecuado de funcionamiento con el mundo exterior, aunque también con la generación de un crecimiento personal (García et al., 2020). De ahí que, el bienestar psicológico posibilita adecuadas condiciones de vida, personales y sociales (Moreta-Herrera et al., 2018). Por su parte, Ferrer (2020) considera que el bienestar psicológico es una condición en la cual la persona presenta un nivel físico y mental que le genera satisfacción y tranquilidad. Además, Barrientos et al. (2017) lo describe como un crecimiento personal a partir del cual se visualiza un funcionamiento adecuado.

Adicionalmente, el bienestar también fue entendido desde una perspectiva eudemónica entendiendo que el bienestar psicológico está en conexión con la obtención del desarrollo personal, el potencial humano y el significado de la vida (Kardas et al., 2019).

Relacionado a esta perspectiva eudemónica se desarrollan modelos que buscan entender en mayor medida el constructo bienestar psicológico, tal como:

Modelo multidimensional del bienestar psicológico

Plantea un punto de vista eudamónico entendiendo al bienestar a partir de las teorías del desarrollo humano, del ciclo vital, el funcionamiento mental positivo y el significado de la vida; es decir, el bienestar es comprendido a partir de una diversidad de características relacionadas al desarrollo y las potencialidades humanas (Ryff, 1989).

De esta manera, el bienestar psicológico se establece a partir de las experiencias obtenidas en la vida llegando a generar un potencial determinado (Ryff, 1989). De acuerdo con ello, el bienestar psicológico se caracteriza por ser una capacidad humana orientada a fortalecer y propiciar el desarrollo personal a nivel personal, familiar, laboral y académico (Ryff y Keyes, 1995).

Asimismo, se menciona que el bienestar psicológico está compuesto de dimensiones específicas, tales como: a) autoaceptación, b) capacidad de mantener relaciones positivas con otras personas, c) autonomía, d) dominio del entorno, e) crecimiento y madurez y f) creencia de propósito y sentido de vida (Ryff y Singer, 1996).

El modelo de seis dimensiones propuesto por Ryff, facilita la evaluación comprensiva del individuo desde una perspectiva de funcionamiento global considerando que el establecimiento de relaciones positivas con otros puede estar mediado por el nivel de aceptación que tiene el individuo de sí mismo además el estado saludable de esas relaciones se basa en el nivel de autonomía que tiene cada una de las personas que participa de la relación; mientras que, la capacidad para dominar el entorno, muchas veces depende del estado de crecimiento personal del individuo y éste a su vez con el establecimiento de metas concretas o propósito en la vida (Rodríguez y Quiñones, 2012).

Cuando hablamos de bienestar psicológico también debemos considerar la perspectiva de desarrollo humano, ya que los modelos de desarrollo humano

complementan la visión de bienestar psicológico. En términos del desarrollo y su relación con las dimensiones, se ha encontrado que a medida que crece en edad el individuo, éste presenta niveles más bajos en las dimensiones de propósito en la vida y crecimiento personal (Ryff & Keyes, 1995)

En síntesis, la mirada multidimensional permite ver interacciones entre las dimensiones tal y como ocurre en la vida cotidiana de las personas; además, se considera como las personas utilizan los recursos que tienen en cada área de formación e interactuando unos con otros, de ahí que, la noción de desarrollo permite que el individuo continúe fortaleciendo áreas, sin necesariamente enfocarse en la falta o en un estado disfuncional por lo cual el bienestar psicológico no se limita a una mirada lineal, lo que implica un movimiento cíclico impactado por las etapas de desarrollo humano.

Además, el modelo multidimensional de Bienestar Psicológico propuesto por Ryff (1989), facilita la evaluación comprensiva del individuo desde una perspectiva de funcionamiento global donde los individuos pueden presentar más fortalezas en unas áreas que en otras por lo cual el balance no radica en el peso de cada una de las dimensiones, sino en la mirada global que se hace del bienestar psicológico. Desde una perspectiva de desarrollo, cada una de estas dimensiones madura y evoluciona a un ritmo distinto, como también cobran distintos significados e importancia para las personas, según la etapa en la que se encuentren considerando que resulta beneficioso entonces, que los profesionales de la salud mental en los centros de consejería, conozcan e incorporen, en la medida en que les sea posible, las seis dimensiones de bienestar psicológico en los procesos de ayuda con estudiantes universitarios (Rodríguez y Quiñones, 2012).

En esa misma línea, Casullo y Castro (2000) plantean una perspectiva multidimensional del bienestar psicológico entendiéndola como la valoración a nivel físico, psicológico y social, así como una habilidad de mantener una relación saludable y continua en el tiempo propiciando logros en la vida y auto aceptación, considerando que se desarrolla en base a 4 dimensiones: aceptación/control de situaciones, autonomía, proyectos personales y vínculos sociales.

De acuerdo con lo mencionado, se considera que mientras una persona experimente mayor cantidad de emociones positivas a diferencia de las negativas tendrá un mayor bienestar psicológico (Castro, 2010).

En cuanto al marco conceptual a considerar en el presente estudio, se toman en cuenta las siguientes definiciones:

Dependencia emocional. - condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra, ya que interactúan dos personas expresando emociones o sentimientos en un sentido intenso o inadecuado (Lemos y Londoño, 2006).

Ansiedad por separación, es la expresión afectiva que se genera ante el miedo imaginario de la posibilidad de terminar la relación de pareja.

Expresión afectiva de la pareja, es la necesidad de vivenciar de manera consecutiva expresiones de afecto de la persona que tiene como pareja (Lemos y Londoño, 2006).

Modificación de planes, es el cambio de planes o decisiones de una persona a causa de tener la intención de ser aprobada por la pareja (Lemos y Londoño, 2006).

Miedo a la soledad, es el miedo imaginario de llegar a no tener pareja, tanto como la preocupación por no llegar a tener alguien como pareja (Lemos y Londoño, 2006).

Expresión límite, es la reacción intensa que genera una persona cuando genera ideas repetitivas de perder a la persona que es su pareja llegando a auto agredirse (Lemos y Londoño, 2006).

Búsqueda de atención, es una búsqueda continua que genera una persona a fin de no vivenciar momentos de soledad o aislamiento (Lemos y Londoño, 2006).

Bienestar psicológico. - valoración a nivel físico, psicológico y social, así como una habilidad de mantener una relación saludable y continua en el tiempo propiciando logros en la vida y auto aceptación (Casullo y Castro, 2002).

Control de situaciones. - sensación de control y manejo de diversas situaciones que permiten a la persona generar adaptación (Casullo, 2002).

Vínculos psicosociales. - capacidad de generar relaciones interpersonales adecuadas en base a la confianza, empatía y expresión afectiva (Casullo, 2002).

Autonomía. - posibilidad de tomar decisiones independiente y asertivamente (Casullo, 2002).

Proyectos personales. - metas a lograr en base al significado de la vida y los valores establecidos (Casullo, 2002).

1.2. Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?

Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?

¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?

¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?

¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

Objetivos específicos

Identificar el nivel de dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

Identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

1.4. Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Hipótesis específicas

Existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.

Existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1 Tipo de investigación

Este estudio fue tipo básico, ya que se enfocó a generar un nuevo conocimiento a partir de teorías o conocimientos pre existentes acerca de determinados fenómenos de estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

Además, este estudio es de nivel no experimental, ya que se consideró analizar las variables de estudio en su ambiente natural sin general alguna intervención ni alteración de las condiciones en la que se manifiestan las variables (Ato y Benavente, 2013).

La investigación realizada tuvo diseño correlacional, puesto que se planteó identificar el grado o nivel de correlación entre las variables de estudio; además, el alcance de la investigación fue transversal puesto que las variables de estudio se analizaron en un solo momento en el tiempo (Hernández y Mendoza, 2018).

El diseño es el siguiente:

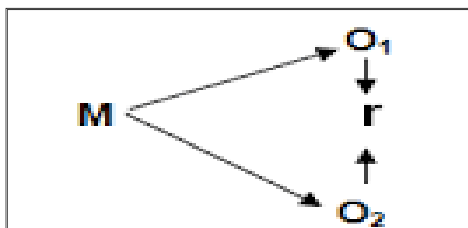


Figura 1. Diseño de investigación

Dónde:

- M : Muestra
- r : relación entre variables
- O₁ : Observación del bienestar psicológico
- O₂ : Observación de la dependencia emocional

2.2 Población y muestra (materiales, instrumentos y métodos)

La población estuvo integrada por 172 estudiantes varones y mujeres del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima, cuyas edades fluctuaron entre los 24 y 35 años; donde 69 fueron mujeres y 18 fueron varones.

Asimismo, se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión:

- Aceptar el consentimiento informado y participar voluntariamente.
- Completar el llenado de los instrumentos de medición.

Como criterio de exclusión se consideró:

- No estar matriculado en el semestre académico 2021-1 en la universidad seleccionada.

La muestra se obtuvo mediante el uso de la fórmula para poblaciones finitas resultando una cantidad de 120 participantes. Sin embargo, la muestra de estudio fue de 87 estudiantes varones y mujeres del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima, ya que, se consideró utilizar el muestreo no probabilístico autoelegido por voluntarios, considerando la dificultad de acceso a los participantes debido al confinamiento social producto de la pandemia por la COVID-19. De ahí que, se compartió un enlace conteniendo los instrumentos de medición a los participantes del estudio que tuvieron la posibilidad y/o disponibilidad de responder al mismo durante un período de tiempo de un mes aproximadamente.

2.3 Técnicas e instrumentos de recolección

La técnica utilizada fue la encuesta, la cual es un método de recolección de información en relación a los objetivos planteados y a las variables de estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

Respecto al instrumentos empleado en la presente investigación, para la variable dependencia emocional se utilizó el Cuestionario de dependencia emocional, el cual fue creado por Lemos y Londoño (2006) y validado en Perú por Ventura y Caycho (2016), cuyo objetivo es medir el nivel de dependencia emocional y está conformado por 23 ítems los cuales están presentados en escala Likert donde 1 = completamente falso para mí, 2 = la mayor parte es falso de mí, 3 = ligeramente más verdadero que falso, 4 = moderadamente verdadero de mí, 5 = la mayor parte es verdadero de mí y 6 = me describe perfectamente; además, está integrado por 6 dimensiones: ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención. Respecto a la validez del instrumento, se desarrolló un análisis factorial exploratorio donde se identificaron coeficientes adecuados como $KMO = .87$ que indica la posibilidad de analizar por factores el constructo; además, se desarrolló análisis factorial confirmatorio identificando la presencia de 6 factores lo cual se responde a la escala original. Respecto a la confiabilidad, se calculó un coeficiente omega el cual fue $.90$ que significa nivel de confiabilidad alto.

Asimismo, para la variable bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) elaborada por Casullo y Castro (2002) y validada en el Perú por Domínguez (2014) el cual mide bienestar psicológico conformado por 13 ítems los cuales están expresados en escala Likert del 1 al 3 donde, 1 = en desacuerdo, 2 = ni de acuerdo ni en desacuerdo y 3 = de acuerdo, integrado por 4 dimensiones las cuales son aceptación/control de situaciones, autonomía, proyectos y vínculos sociales. En cuanto a la validez, se realizó análisis factorial confirmatorio donde se identificó la presencia de 4 factores como parte del constructo original; en cuanto a la confiabilidad se encontró que los ítems de la escala tienen correlaciones ítem-total entre $.664$ y $.894$ demostrando elevada

homogeneidad, además el alfa de Cronbach de la escala total fue .96 lo cual indica que posee un nivel de confiabilidad alto.

2.4 Procedimiento

Inicialmente, se generó el contacto y coordinó con el área de coordinación de la facultad de psicología de la universidad seleccionada a fin de identificar la cantidad de estudiantes del 10mo ciclo y proceder a aplicar los instrumentos de medición. Seguidamente, se confeccionó un documento en formato Google forms el cual incluyó el objetivo de la investigación, las encuestas a realizar, así como, el consentimiento informado; posteriormente, se procedió a contactar a los estudiantes de psicología de la universidad seleccionada y enviarles mediante un link el documento de Google forms a través del aplicativo de smartphone denominado Whatsapp o correo electrónico, a fin de obtener los datos los cuales finalmente fueron trasladados y procesados a los programas de Excel y SPSS consecutivamente mediante tablas.

2.5 Análisis de datos

Para realizar el análisis de datos, inicialmente las respuestas de las encuestas se codificaron y clasificaron en base a las dimensiones y valor total de las variables dependencia emocional y bienestar psicológico mediante el programa Excel. Seguidamente, dichos datos fueron trasladados al programa SPSS versión 28 a fin de ser analizados de manera descriptiva y correlacional.

Continuamente, a fin de desarrollar el objetivo principal de la investigación se procedió a realizar la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov identificando que la distribución era no normal. De acuerdo con ello, a nivel correlacional, se utilizó la prueba

de correlación de Spearman a fin de corroborar las hipótesis de investigación principal y específicas planteadas, considerando que el valor p o nivel de significancia fue menor a .05, por lo cual se aceptó la hipótesis de investigación corroborando la relación entre las variables de estudio.

En cuanto al desarrollo de los objetivos descriptivos referentes a los niveles de las variables dependencia emocional y bienestar psicológico, se calcularon las frecuencias y porcentajes de los niveles de las variables dependencia emocional y bienestar psicológico por medio del programa SPSS versión 28 a fin de identificar el nivel predominante en cada variable.

2.6 Aspectos éticos

Para este estudio se consideró el respeto de la propiedad intelectual de la información teórica utilizada; asimismo, en cuanto a los participantes del estudio se les presenta y da a conocer el objetivo de la investigación, así como, la voluntariedad de su participación en base a la presentación de un consentimiento informado. Asimismo, se considera el código de ética del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2017) el cual refiere mediante los artículos 22 al 27 que toda investigación se realiza considerando las normas nacionales e internacionales, utilizando consentimiento informado, evitando el plagio y evitando riesgos para los participantes del estudio.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Correlación entre dependencia emocional y bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Dependencia emocional	<i>rho</i> de Spearman	- .455
	<i>p</i>	.000

Nota. $p < .05$

En la Tabla 1 se presenta la correlación entre las variables dependencia emocional y bienestar psicológico, observándose una correlación inversa moderada y significativa ($rho = -.455, p = .000$) entre ellas.

Tabla 2

Nivel de dependencia emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	27	31,0
Nivel medio	34	39,1
Nivel alto	26	29,9
Total	87	100,0

Se aprecia en la Tabla 2, que el nivel medio predomina en cuanto a dependencia emocional con 39.1%.

Tabla 3

Nivel de bienestar psicológico

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	27	31,0
Nivel medio	38	43,7
Nivel alto	22	25,3
Total	87	100,0

En relación a la Tabla 3, se encuentra que el nivel medio predomina en cuanto al bienestar psicológico con 43,7%).

Tabla 4

Correlación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones

		Control de situaciones
Dependencia emocional	<i>rho</i> de Spearman	-.370
	<i>p</i>	,000

Nota. p < .05

En cuanto a la Tabla 4 se presenta la correlación entre la variable dependencia emocional y la dimensión control de situaciones, observándose una correlación inversa moderada significativa ($rho = -.370$, $p = .000$) entre ellas.

Tabla 5

Correlación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía

		Autonomía
Dependencia emocional	<i>rho</i> de Spearman	-.363
	<i>p</i>	.000

Nota. p < .05

En cuanto a la Tabla 5 se presenta la correlación entre la variable dependencia emocional y la dimensión autonomía, observándose que existe correlación inversa baja significativa ($rho = -.363, p = .000$) entre ellas.

Tabla 6

Correlación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos

		Proyectos
Dependencia emocional	<i>rho</i> de Spearman	-.341
	<i>p</i>	.001

Nota. p < .05

En cuanto a la Tabla 6 se presenta la correlación entre la variable dependencia emocional y la dimensión proyectos, observándose que existe correlación inversa baja significativa ($rho = -.341, p = .001$) entre ellas.

Tabla 7

Correlación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales

		Vínculos sociales
Dependencia emocional	<i>rho</i> de Spearman	-.425
	<i>p</i>	.000

Nota. p < .05

En cuanto a la Tabla 7 se presenta la correlación entre la variable bienestar psicológico y la dimensión vínculos sociales, observándose que existe correlación inversa moderada significativa ($rho = -.425, p = .000$) entre ellas.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El presente estudio tuvo como propósito principal determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Los resultados sugieren que existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico. Estos resultados son similares a lo encontrado por Apari y Astoquilca (2021) quienes también identificaron relación inversa entre variables considerando que en su investigación se utilizó una mayor cantidad muestral y uso de una escala de dependencia emocional distinta, lo cual indicaría que a pesar de ciertas diferencias metodológicas se corrobora que el bienestar psicológico, siendo una capacidad humana orientada a fortalecer y propiciar el desarrollo a nivel personal, familiar, laboral y académico (Ryff, 1989), es entendible que se contraponga con una búsqueda desmedida de afecto en la pareja (Castelló, 2005). Esto indica que la condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005) se relaciona de manera inversa con la valoración a nivel físico, psicológico y social, es decir, tiene contraposición con la habilidad de mantener una relación saludable y continua en el tiempo propiciando logros en la vida y auto aceptación (Casullo y Castro, 2002). Respecto a ello, se pueden mencionar que Ryff (1989) sostiene que el establecimiento de relaciones positivas con otros está mediado por el nivel de aceptación que tiene el individuo de sí mismo, además el estado saludable de esas relaciones se basa en el nivel de autonomía que tiene cada una de las personas que participa de la relación. De acuerdo al resultado obtenido y la información teórica identificada respecto al objetivo general se vislumbra que la dependencia emocional es un estado psicológico disfuncional a nivel de pareja el cual tiene la característica principal de

debilitar la estabilidad psicoemocional de la persona por lo cual tiende a relacionarse afectivamente de manera disfuncional, propiciando conductas inadecuadas respecto a la forma de actuar, pensar y sentir expresadas en diferentes áreas de la vida que forman parte de un desarrollo saludable repercutiendo incluso con el logro de objetivos personales.

En base a ello, se desarrolló un primer objetivo específico el cual fue identificar el nivel de dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021; de acuerdo con ello se identificó que predomina el nivel medio de dependencia emocional en un 39.1%, lo cual indica que en la muestra de estudio la condición de generar relaciones de pareja de manera dependiente donde una persona adopta el rol dominante y la otra persona el rol sumiso (Casullo y Castro, 2002). Se expresa en un grado que puede ocasionar problemas mayores, concluyendo que de no contrarrestar dicho estado actual se puede desarrollar un estado más agudo de relación disfuncional a nivel de pareja.

Asimismo, se desarrolló un segundo objetivo específico el cual fue identificar el nivel de bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021; considerando ello se identificó que predomina el nivel medio de bienestar psicológico en un 43.7%, lo cual indica que la capacidad de generar una estabilidad mental, emocional y conductual que conlleva al desarrollo de objetivos y metas en las diferentes áreas de la vida (Ryff, 1989), se encuentra en una etapa la cual requiere aun consolidarse, concluyendo que de no mejorar dicha condición actual la estabilidad psicoemocional puede dificultar el logro de un desarrollo personal en las distintas esferas de la vida.

Además, se planteó como tercer objetivo específico determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Los resultados sugieren que existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones. Este

resultado es similar al obtenido por Bautista (2019) quien encontró relación inversa entre la dimensión control de situaciones y dependencia emocional. Esto indica que la condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005) se relaciona de manera inversa con la sensación de control y manejo de diversas situaciones o circunstancias que permiten a la persona generar adaptación (Casullo y Castro, 2002). Este resultado también es sustentado por Granja y Mota (2018) quienes manifiestan que los jóvenes con un vínculo amoroso dependiente hacia su pareja se verán afectados en su bienestar psicológico, aunque hayan tenido un estilo de crianza democrático, debido a que las debilidades se acentúan al no poder manejar las demandas. En base al resultado obtenido en el tercer objetivo específico, se puede resaltar que las personas que tienen la capacidad de manejar y gestionar situaciones o circunstancias de la vida diaria, sean rutinarias o problemáticas, tienen un nivel de estabilidad psicológica lo cual les previene de generar estados disfuncionales a nivel de pareja como la dependencia emocional. Es por ello que, el hecho de contar con estabilidad psicológica, permite establecer relaciones con un adecuado vínculo afectivo en la pareja, ya que existe la capacidad de poder afrontar situaciones de manera positiva, caso contrario en circunstancias donde se presenta la dependencia emocional, puesto que se carece de dichas capacidades.

Respecto al cuarto objetivo específico el cual fue determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Los resultados sugieren que existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión autonomía. Estos resultados son similares a lo encontrado por Córdova (2020) quien también encontró relación inversa entre el temor a ser abandonado o rechazado por la pareja característico de la dependencia emocional y la

capacidad de autonomía personal. Esto indica que la condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005) tiene relación inversa con la posibilidad de tomar decisiones de manera independiente y asertiva (Casullo y Castro, 2002). Este resultado, se sustenta en base a lo expresado por Córdova (2020) quien considera que la persona que tiene necesidad excesiva por estar con la pareja, así como el temor reiterativo de ser abandonado o abandonada presenta problemas en cuanto a la capacidad de interrelacionarse de manera flexible y libre con los demás y el cuanto a la expresión de su comportamiento de manera natural ya que genera de manera reiterada un miedo, alerta o alarma de un alejamiento, separación o abandono de parte de la pareja. Respecto al resultado obtenido en el cuarto objetivo específico se revela que la persona que presenta la capacidad de autonomía, independencia o libertad en el desarrollo de sus acciones y metas a realizar tiene la capacidad de no generar un vínculo disfuncional de pareja el cual lo condicione a estar sujeto o dependiente de la misma en sus diferentes áreas de la vida.

De igual forma, el quinto objetivo específico fue determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Los resultados sugieren que existe relación inversa significativa entre dependencia emocional y la dimensión proyectos. Este resultado es similar al reportado por Apari y Astoquílca (2021) quienes también encontraron relación negativa entre dichos constructos. Esto indica que la condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005) tiene relación inversa con las metas a lograr en base al significado de la vida y los valores establecidos (Casullo y Castro, 2002). Este resultado tiene coincidencia con lo planteado por Castelló (2012) quien sostiene que la persona con dependencia emocional en lugar de realizar sus

proyectos personales se enfoca en la pareja buscando satisfacer las carencias afectivas generadas en la infancia, por lo cual sus comportamientos están orientados a cuidar al otro como les gustaría que hubiesen cuidado de ellos en la infancia. Respecto a este resultado identificado en el quinto objetivo específico se concluye que las personas que generan una relación de pareja expresada de manera dependiente tienden a descuidar sus propios intereses o le dificulta identificar motivaciones adicionales a la de generar un apego desmedido con la pareja lo cual limita de manera considerable la obtención de la realización personal.

Finalmente, el sexto objetivo específico fue determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima. Los resultados sugieren que existe relación significativa entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales. Estos resultados son similares a lo encontrado por Sandoval (2021) quien identificó relación negativa entre la dependencia emocional y la capacidad de relacionarse funcionalmente con las demás personas. Esto indica que la condición en la cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005) tiene relación inversa con la capacidad de generar relaciones interpersonales adecuadas en base a la confianza, empatía y expresión afectiva (Casullo y Castro, 2002). De acuerdo con Caballo (2007) esta relación inversa es entendible ya que las personas con un nivel de vínculos sociales adecuado reaccionan de manera positiva ante señales de ansiedad ya sea a nivel cognitivo o comportamental presentando a su vez bajos niveles de conducta dependiente. Respecto a este resultado correspondiente al sexto objetivo específico se concluye que la persona con un problema de dependencia emocional de pareja tiene limitaciones en cuanto a su capacidad de relacionarse de manera productiva y constructiva con los demás ya que presenta

inadecuadas las habilidades sociales pertinentes generando un estilo de comunicación sumiso a nivel interpersonal que mantiene la dependencia de pareja y viceversa.

Los resultados tienen implicancias prácticas, ya que, al conocer la relación inversa del bienestar psicológico con la dependencia emocional en los estudiantes de una Universidad Privada de Lima, repercute a que se realicen estudios exhaustivos posteriores para profundizar en la problemática y se desarrollen programas o módulos psicológicos que promuevan el adecuado bienestar psicológico y prevengan la dependencia emocional en sus estudiantes. Además, tiene implicación teórica puesto que genera un incremento al bagaje de conocimientos teóricos referidos a los constructos de dependencia emocional y bienestar psicológico, y en consecuencia un mayor conocimiento en la interrelación de las variables de estudio llegando a formar parte de futuras investigaciones; también tiene implicancias metodológicas ya que ocasiona la comprobación de la pertinencia de los instrumentos psicológicos utilizados. Finalmente, a nivel social, involucra la necesidad de difundir información del presente estudio y con ello aportar para la mejoría en la formación profesional, brindando recursos y herramientas a profesionales que trabajan en el ámbito educativo de nivel universitario.

El estudio presentó la siguiente dificultad en la realización. Se consideró a una universidad como lugar de recolección de datos debido a la limitación de alcance para acceder a otras universidades a causa de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID – 19 en el presente año de la realización, debido a que las clases se realizaron de manera sincrónica y no había la asistencia administrativa necesaria para tramites de dicha índole.

En conclusión, respecto al objetivo general, existe relación inversa moderada significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico ($\rho = -.455$) en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021

Considerando el primer objetivo específico, predomina el nivel medio de dependencia emocional con 39.1% en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

En relación al segundo objetivo específico, predomina el nivel medio de bienestar psicológico con 43.7% en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

Respecto al tercer objetivo específico, existe relación inversa baja significativa entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones ($\rho = -.370$) en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021

En cuanto al cuarto objetivo específico, existe relación inversa baja significativa entre dependencia emocional y la dimensión autonomía ($\rho = -.363$) en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021

En relación al quinto objetivo específico, existe relación inversa baja significativa entre dependencia emocional y la dimensión proyectos ($\rho = -.341$) en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021

Finalmente, respecto al sexto objetivo específico, existe relación inversa moderada significativa entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales ($\rho = -.425$) en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.

REFERENCIAS

- Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. (Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú).
- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 412-437
- Alarcón, A. (2019). *Dependencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes mujeres víctimas de violencia de pareja y no violencia de una gran unidad escolar del Cercado de Lima, 2018*. (Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo).
- Apari, E. y Astoquilca, M. (2021). *Dependencia emocional y bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia de pareja de la provincia de Ica, 2021* (tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo).
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/62096>
- Ávalos, M. (2019). *Bienestar psicológico y dependencia emocional en adolescentes mujeres víctimas y no víctimas de violencia familiar de instituciones educativas estatales del distrito de Comas, 2019*. (Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo).
- Barrientos, S. et al. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266
- Bautista, L. (2019). *Influencia de la dependencia emocional sobre el bienestar psicológico en jóvenes universitarias*. (Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola). <https://repositorio.usil.edu.pe/items/c3116dc0-715b-42b1-9197-ef6a66d49b60>

- Bermúdez, W. (2021). *Dependencia emocional y bienestar psicológico de adultos jóvenes en relación de pareja del Distrito Metropolitano de Quito durante la pandemia, periodo 2020–2021* (tesis de licenciatura, Universidad Central de Ecuador).
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/25414/1/FCP-CPC-BERMUEDEZ%20WENDY.pdf>
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological wellbeing*. Chicago: Aldine.
- Bustamante, S. (2021). Dependencia afectiva y motivación académica en universitarios de la ciudad de Tarma-2020. *Diagnóstico Educativo*, 4(4), 31-37.
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/diagnostico/article/view/1052/1275>
- Caballo, V. (2007) *Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Siglo Veintiuno Editores.
- Camarillo, L. et al. (2020). Escala de la dependencia de pareja: propiedades psicométricas. *Actas Esp. Psiquiatría*, 48(4), 145-153.
- Camarillo, L. (2016). Dependencia emocional: un nuevo reto para la patología dual en el trastorno límite de personalidad. *Revista de Patología Dual*, 3(1).
<http://doi.org/10.17579/RevPatDual.03.3>
- Castelló, B. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial
- Castelló, B. (2012). *La superación de la dependencia emocional*.
<http://www.casadellibro.com/libro-la-superacion-de-ladependencia-emocional/9788415306801/1984797>
- Castro, A. (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Paidós.

- Casullo, M. y Castro, A. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en adolescentes. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 18(1), 36-68.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Paidós
- Córdova, H. (2020). *Apego adulto y bienestar psicológico en relaciones de parejas universitarias de Lima Metropolitana* (tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola). <https://repositorio.usil.edu.pe/items/703ed6c2-bab1-42f8-992b-383dd9b1bbca>
- CPP (2017). Código de ética del psicólogo peruano. Lima: Consejo directivo nacional. https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Cubas, M. (2020). *Dependencia emocional: una revisión teórica*. (Trabajo de Investigación. Universidad Señor de Sipán). <http://servicios.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/6797/Cubas%20Lozano%2c%20Mar%20Vidalina.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. doi: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., & et-al. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276-302.
- Domínguez, S. (2014). Análisis Psicométrico de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
- Espinoza, C. y Barra, E. (2018). Autoeficacia, apoyo social y bienestar psicológico en estudiantes universitarios asmáticos. *Revista de Psicología*, 14(28), 141-147.

- Espinoza, O. (2021). Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en estudiantes de pregrado de la escuela de Tecnología Médica de una Universidad Privada de Lima Metropolitana (tesis de licenciatura, Universidad Norbert Wiener). <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5722>
- Ferrer, N. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 5(199), 1-14. DOI: <https://doi.org/10.32351/rca.v5.199>
- Galán-Jiménez, S. y Sánchez-Armáss-Capello. (2018). Psychometric properties of the dependent ideation scale. *Annals of psychology*, 34(3), 465-471.
- García, D. et al. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2), 182-190.
- González-Jiménez, A. y Hernández, M. (2014). *Emotional dependency based on the gender of young adolescent in Almeria, Spain*. Procedia-social and behavioral sciences, 6th International conference on intercultural education "Education and health: from a transcultural perspective", 132, págs. 527-532. Almería.
- Granja, M. y Mota, C. (2018). Estilos parentais e vinculação amorosa: efeito mediador do bem-estar psicológico em jovens adultos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 93-109
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill

- Izquierdo-Martínez, S. y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de La Disciplina*, 7(1), 81–91. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862013000100008&script=sci_arttext&tlng=en
- Kardas, F. et al. (2019). Gratitude, Hope, Optimism and Life Satisfaction as Predictors of Psychological Well-Being. *Eurasian Journal of Educational Research*, 82(1), 81-99. <https://10.14689/ejer.2019.82.5>
- Latorre, G., & et-al. (2018). Bienestar psicológico en parejas y codependencia en la etapa de la juventud. *Puce*, 105, 247-268.
- Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de Dependencia Emocional en Población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología Colombiana*, 9(2), 127- 140
- López, I. et al. (2019). Influencia de las carencias afectivas en las relaciones de pareja en mujeres universitarias. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, (32), 75-84. <https://doi.org/10.5377/farem.v0i32.9232>
- Marziali, P. (2020). *Bienestar psicológico, autoestima y estilos de apego en la experiencia de pareja en jóvenes adultos argentinos, 2020*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aires) <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/11876>
- Matalinares, M. et al. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Persona* (19), 105-126. doi: <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.975>

- Moreta, R. et al. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de estudiantes ecuatorianos. *Salud y sociedad*, 8(2), 172-184. doi:10.22199/S07187475.2017.0002.00005
- Moreta-Herrera, R. et al. (2018). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos. *Actualidades en psicología*, 32(124), 112-126. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>
- Muñoz, J. y Benítez, J. (2017). Incidencia de la violencia en la pareja en una muestra de adolescentes universitarios españoles. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 26(2), 183-193.
- Naigeboren, M. et-al. (2013). *¿Qué significa ser estudiante universitario? representaciones de los alumnos de ciencias de la educación UNT. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Buenos Aires: Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-054/451.pdf>
- Niño, D. y Abaunza, N. (2015). Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Psyconex*, 7(10), 1-27. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/23127>
- Ponce-Díaz, C. et al. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 7(Spe), e351.

<https://www.proquest.com/docview/2426146251/fulltextPDF/448165DA275B49D-EPQ/1?accountid=36937>

- Ramírez, C. (2019). *Bienestar psicológico y dependencia emocional en adolescentes de secundaria de dos instituciones educativas de Cercado de Lima, 2019*. (Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo).
- Ríos, F. (2018). *Dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de administración en un Instituto de Chorrillos, 2018*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán).
- Rodríguez, Y. y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7-17.
- Rodríguez, R. et al. (2018). Violencia en el noviazgo, género y apoyo social en jóvenes universitarios. *Escritos de Psicología*, 11(1), 1-9.
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C., y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719-727.
- Ryff, C. y Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14–23. doi: doi:10.1159/000289026
- Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico*. (Tesis de Licenciatura, Universidad de Belgrano).

- Sandoval, J. (2021). *Habilidades sociales y dependencia emocional en estudiantes de una facultad de una Universidad de Ambato–Ecuador* (tesis de licenciatura, Universidad Privada Cayetano Heredia).
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9071/Habilidades_SandovalVillalba_Juan.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Tulcanaza, C. (2019). *Dependencia emocional y su influencia en el bienestar psicológico en mujeres de 18 a 25 años de la Iglesia Bíblica Bautista de Guayllabamba, 2018*. (Tesis de Licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamérica).
- Urbiola, I. y Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Psicología Conductual*, 23(3), 571-587.
<https://www.proquest.com/docview/1749659755/fulltextPDF/E7E44990572F4102PQ/1?accountid=36937>
- Urquijo, I. et al. (2016). Inteligencia emocional, satisfacción vital y bienestar psicológico en egresados: el efecto mediador del estrés percibido. *Applied Research Quality Life*, 11, 1241-1252. doi: <https://doi.org/10.1007/s11482-015-9432-9>
- Valle, L. y Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 27-41.
- Ventura, J. y Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de psicología (Santiago)*, 25(1), 01-17.

Villa, M. et al. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166.

Anexo N° 1. Matriz de consistencia

Planteamiento del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables de estudio	Metodología
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación significativa entre dependencia emocional y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima</p>	<p>Variable 1: Dependencia emocional</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ansiedad de separación - Expresión afectiva de la pareja - Modificación de planes - Miedo a la soledad - Expresión límite - Búsqueda de atención 	<p>Tipo y nivel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tipo de estudio <p>Básico, ya que se enfoca a crear conocimiento a partir de teorías previas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nivel de investigación <p>No experimental, ya que no se manipulan las variables de estudio y se realiza en un momento específico.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseño de investigación <p>Correlacional puesto que se planteó identificar el grado o nivel de correlación entre las variables de estudio y alcance transversal.</p>
<p>Problema específico 1</p> <p>¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 1</p> <p>Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.</p>	<p>Hipótesis específica 1</p> <p>Existe relación significativa entre dependencia emocional y la dimensión control de situaciones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Variable 2: Bienestar psicológico</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aceptación/control de situaciones - Autonomía 	<ul style="list-style-type: none"> • Población: <p>Está constituida por 172 estudiantes del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una Universidad Privada de Lima.</p>

<p>Problema específico 2</p> <p>¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021?</p>	<p>Objetivo específico 2</p> <p>Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima, 2021.</p>	<p>Hipótesis específica 2</p> <p>Existe relación significativa entre dependencia emocional y la dimensión autonomía en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Proyectos - Vínculos sociales 	<p>Muestra:</p> <p>87 estudiantes varones y mujeres del 10mo ciclo de la carrera de Psicología de una universidad Privada de Lima. Tipo de muestreo no probabilístico, autoelegido por voluntarios.</p>
<p>Problema específico 3</p> <p>¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 3</p> <p>Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Hipótesis específica 3</p> <p>Existe relación significativa entre dependencia emocional y la dimensión proyectos en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Instrumentos de recolección de datos:</p> <p>Se utiliza la técnica de la encuesta</p> <p>Los instrumentos utilizados son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escala de Dependencia Emocional (CDE) - Escala de bienestar psicológico (BIEPS-A) 	
<p>Problema específico 4</p> <p>¿Cuál es la relación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima?</p>	<p>Objetivo específico 4</p> <p>Determinar la relación entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Hipótesis específica 4</p> <p>Existe relación significativa entre dependencia emocional y la dimensión vínculos sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima.</p>	<p>Técnicas de análisis de datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el análisis de datos se emplea el programa SPSS versión 28. • Para el empleo de pruebas paramétricas o no paramétricas se utiliza la prueba de Kolmogórov-Smirnov. • Para establecer la correlación entre las variables se utiliza Spearman. 	

Anexo N° 2. Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Dependencia emocional	Es la condición en el cual se desarrolla un vínculo disfuncional a nivel de pareja donde una persona predomina sobre la otra (Castelló, 2005).	Ansiedad de separación	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	Ordinal
		Expresión afectiva	5, 11, 12, 14	
		Modificación de planes	16, 21, 22, 23	
		Miedo a la soledad	1, 18, 19	
		Expresión límite	9, 10, 20	
		Búsqueda de atención	3, 4	
Bienestar psicológico	Bienestar psicológico. - valoración a nivel físico, psicológico y social, así como una habilidad de mantener una relación saludable y continua en el tiempo propiciando logros en la vida y auto aceptación (Ryff, 1989)	Control de situaciones	1, 5, 10, 13	Ordinal
		Autonomía	4, 7, 9	
		Proyectos	3, 6, 12	
		Vínculos sociales	2, 8, 11	

Anexo N°3. - Escala de Dependencia Emocional (CDE)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

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

Preguntas	1	2	3	4	5	6
1. Me siento desprotegido(a) cuando estoy solo(a).	1	2	3	4	5	6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado (a) por mi pareja.	1	2	3	4	5	6
3. Para atraer a mi pareja busco impresionarla(o) o divertirla(o).	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 preocupa pensar que está enojada(o) conmigo.	1	2	3	4	5	6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días, me siento ansioso (a)	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. Me considero una persona débil	1	2	3	4	5	6
11. Necesito mucho que mi pareja me exprese afecto	1	2	3	4	5	6
12. Necesito tener a una persona que me considere especial.	1	2	3	4	5	6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío(a).	1	2	3	4	5	6
14. Me siento muy mal, si mi pareja no me expresa frecuentemente 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 una actividad dejo todo para estar con él (ella).	1	2	3	4	5	6
17. Me siento intranquilo cuando no conozco donde está mi pareja.	1	2	3	4	5	6

18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo.	1	2	3	4	5	6
19. No me agrada la soledad.	1	2	3	4	5	6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor de mi pareja.	1	2	3	4	5	6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio solo por estar con él (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 solamente cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4	5	6

Anexo N° 4. La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)

Marque su respuesta de acuerdo a lo que pensó y sintió durante el último mes. Las alternativas de respuesta son: Estoy en desacuerdo = 1, Ni de acuerdo ni en desacuerdo = 2, Estoy de acuerdo = 3. No hay respuestas buenas o malas: todas sirven.

Preguntas

1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida
 2. Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo
 3. Me importa pensar qué haré en el futuro
 4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas
 5. Generalmente le caigo bien a la gente
 6. Siento que podré lograr las metas que me proponga
 7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito
 8. Creo que en general me llevo bien con la gente
 9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciable
 10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida
 11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar
 12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho
 13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias
-

Anexo N° 5. Normalidad de datos

Prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov

	Estadístico	gl	<i>p</i>
Dependencia emocional	.157	8 7	.0 00
Bienestar psicológico	.163	8 7	.0 00
Control de situaciones	.230	8 7	.0 00
Autonomía	.182	8 7	.0 00
Proyectos	.207	8 7	.0 00
Vínculos sociales	.309	8 7	.0 00

Nota. *p* = nivel de significancia, gl = grados de libertad