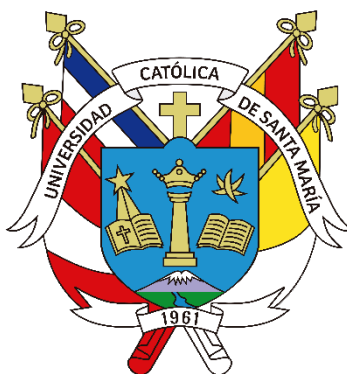


Universidad Católica de Santa María
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades
Escuela Profesional de Psicología



**Dependencia emocional y resiliencia en jóvenes universitarios que han
experimentado una ruptura amorosa**

Tesis presentada por las Bachilleres:

Neyra Bernal, Sara Margot

ORCID: 0009-0002-2970-5701

Zegarra Apaza, Yajaira Diana

ORCID: 0000-0002-0375-7071

para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Asesor (a):

Mg. Yana Calla, Victor Ritchar

ORCID: 0000-0001-6380-3693

Arequipa - Perú

2026

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

PSICOLOGIA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 12 de Agosto del 2025

Dictamen: 011657-C-EPSIC-2025

Visto el borrador del expediente 011657, presentado por:

2018206322 - ZEGARRA APAZA YAJAIRA DIANA

2018246682 - NEYRA BERNAL SARA MARGOT

Titulado:

**DEPENDENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS QUE HAN
EXPERIMENTADO UNA RUPTURA AMOROSA**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

LICENCIADO (A) EN PSICOLOGÍA

**29680041 - LARA QUILLA JAIME ERNESTO
DICTAMINADOR**



**29606304 - PUMA HUACAC ROGER FREDDY
DICTAMINADOR**



**F0000012 - NUEZ TRUJILLO AARON
DICTAMINADOR**



Dependencia emocional y resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to UNIV DE LAS AMERICAS Trabajo del estudiante	3%
2	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	3%
3	1library.co Fuente de Internet	2%
4	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
5	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.autonmadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad Europea de Madrid Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
10	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1%
11	idoc.pub Fuente de Internet	1%
12	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	1%

Dedicatoria

Dedico esta investigación a mis padres, Martin y Yonilda, cuyo esfuerzo constante, apoyo incondicional y dedicación diaria han sido fundamentales para poder alcanzar mis objetivos y metas, los amo profundamente. A mis hermanos, Erick y Osmar, mis compañeros de vida, gracias por ser mis pilares y estar a mi lado siempre que los necesito; sin ustedes mi vida no sería la misma. A Dios, por guiarme y ponerme en el lugar y el momento adecuado en cada etapa de vida. A mi escuela profesional, por darme los conocimientos que hoy poseo y alimentar la pasión que tengo por la psicología, la cual me permitió mejorar como persona, amarme como soy y prepararme para ser una persona que influya de manera positiva en la sociedad. Finalmente, dedico de manera especial esta tesis a mi hermana, Karen Neyra, mi inspiración y mi modelo a seguir. Gracias por ser mi mayor soporte y creer en mí cuando yo misma dudé.

Sara Margot Neyra Bernal

A mi familia, que fue presencia constante incluso cuando yo misma me sentía ausente. A mi madre, por su forma de sostener sin imponerse. A mi padre, por el amor firme y silencioso que me ofreció desde niña, por hacerme sentir valiosa aun cuando yo no sabía cómo verme. A mis hermanos, por su compañía cotidiana, por los consejos compartidos y por recordarme, sin grandes discursos, que no estaba sola.

A Mirella, por su compañía incondicional en este proceso.

A la niña que fui, que creció sintiéndose fuera de lugar, creyendo que los logros pertenecían a otros. Hoy comprendo que no carecía de capacidades: simplemente habitaba el mundo desde una sensibilidad distinta.

A los años universitarios, donde mi neurodivergencia se hizo visible y ya no pudo seguir siendo ignorada. A ese tiempo en el que cada olvido parecía confirmar mis miedos, en el que intentarlo todo no siempre era suficiente y rendirse parecía una opción constante. Fue ahí donde tuve que aprender, con esfuerzo y paciencia, a conocerme, aceptarme y construir desde mis propios ritmos.

A la música, que estuvo desde el primer momento. A ese espacio libre que no discrimina ni exige, que me permitió elegir, comunicarme y sostener una identidad cuando todo se volvía confuso. La música fue lenguaje, refugio y compañía; una forma de permanecer cuando las palabras no alcanzaban. Nunca dejaré de agradecerle todo lo que me dio.

A Yogurt, pequeña presencia que sostuvo silencios difíciles y me ancló a la vida en momentos en los que el peso era demasiado.

Y a mí. Por quedarme. Por seguir aun con miedo. Por llegar hasta aquí entendiendo que este trabajo no es solo un logro académico, sino la prueba de que incluso desde la fragilidad, es posible avanzar.

Yajaira Diana Zegarra Apaza

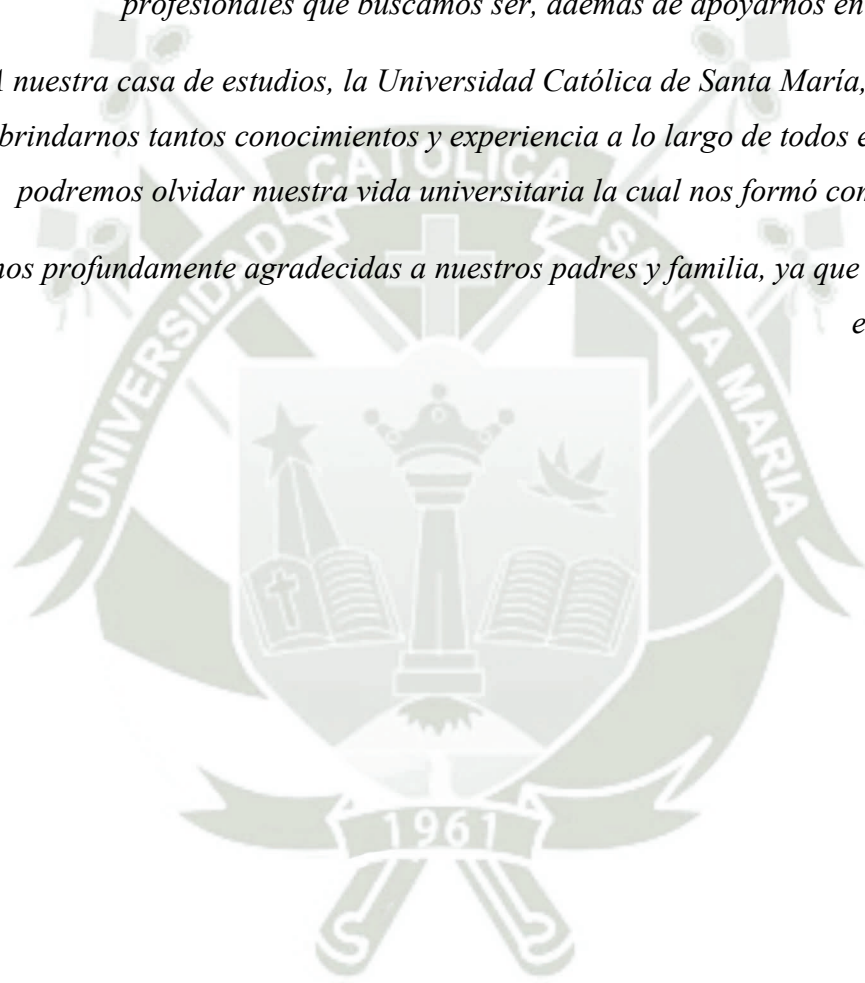
Agradecimientos

Queremos agradecer a todas las personas que nos guiaron en el camino de la realización de esta tesis. Agradecemos a nuestro asesor, por su apoyo y disposición en cada paso de nuestra tesis. Su conocimiento nos inspiró a superar cada obstáculo.

Así mismo, agradecemos a todos nuestros docentes que nos acompañaron a lo largo de nuestra carrera universitaria, quienes nos brindaron su apoyo y conocimientos para ser las profesionales que buscamos ser, además de apoyarnos en la investigación.

A nuestra casa de estudios, la Universidad Católica de Santa María, por acogernos y brindarnos tantos conocimientos y experiencia a lo largo de todos estos años, nunca podremos olvidar nuestra vida universitaria la cual nos formó como profesionales.

Y estamos profundamente agradecidas a nuestros padres y familia, ya que sin ellos nada de esto sería posible.



Resumen

La siguiente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa. La muestra estuvo conformada por 302 estudiantes de una universidad privada de 18 a 32 años, la cual fue no probabilística intencional. Los instrumentos usados fueron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y la Escala de Resiliencia (ER). Para la recolección de datos se utilizó una ficha sociodemográfica. Se obtuvo como resultado que el nivel de relación entre Dependencia Emocional y la Resiliencia fue de magnitud débil ($Rho = -.243, p < .001$). Concluyendo que, los estudiantes universitarios con mayor nivel de resiliencia, tienden a experimentar niveles más bajos de dependencia emocional tras la separación.

Palabras claves: Dependencia emocional, resiliencia, ruptura amorosa.

Abstract

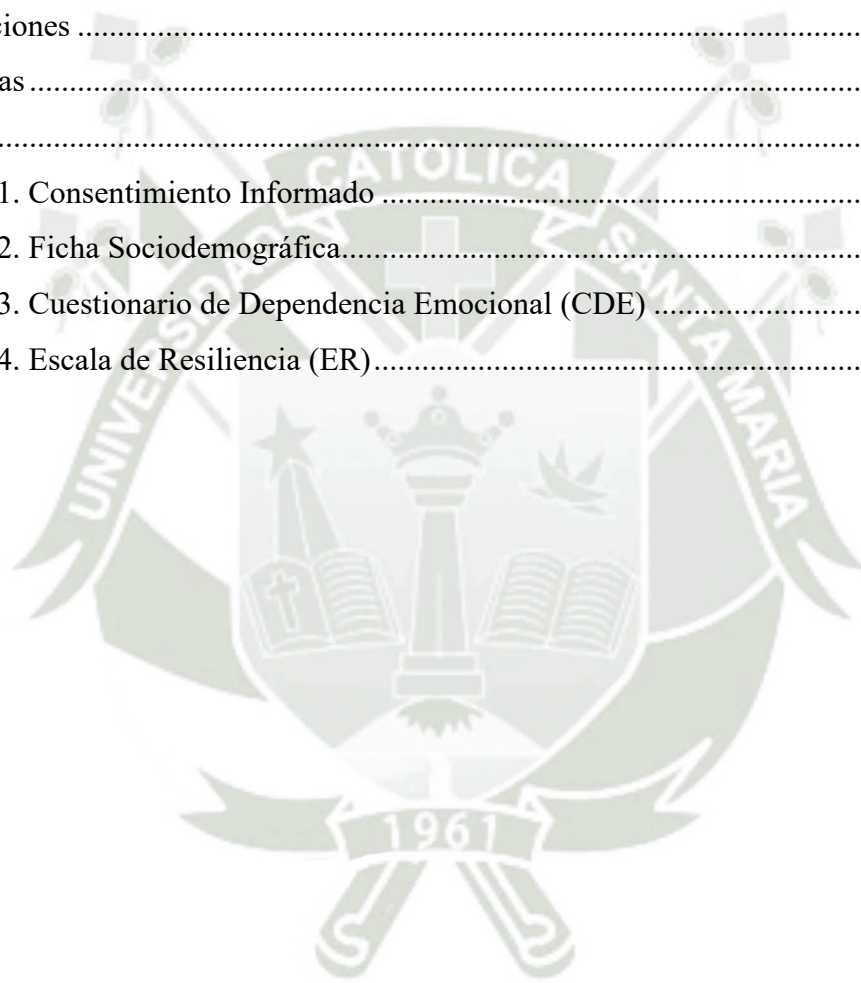
The main objective of the research was to determine the relationship between emotional dependence and resilience in young university students who have experienced a breakup. The sample was made up of 302 students from a private university, aged 18 to 32, which was intentional non-probabilistic sampling. The instruments used were the Emotional Dependence Questionnaire (CDE) and the Resilience Scale (ER). A sociodemographic form was used for data collection. The relationship between Emotional Dependence and Resilience was weak ($Rho = -.243, p < .001$). It was concluded that university students with a higher level of resilience tend to experience lower levels of emotional dependence after the breakup.

Key words: Emotional dependence, resilience, youth, university students, breakup.

Índice

Dedicatoria	
Agradecimientos	
Resumen	
Abstract	
Capítulo I. Marco Teórico	1
Introducción.....	1
Pregunta de Investigación.....	5
Variables y su Definición Operacional.....	5
Variable 1. Dependencia Emocional.....	5
Variable 2. Resiliencia	5
Objetivos.....	6
Objetivo General.....	6
Objetivos Específicos.....	6
Antecedentes Teórico-Investigativos	6
Dependencia Emocional	6
Ansiedad de Separación.	7
Expresión Afectiva de la Pareja.	7
Modificación de Planes.	7
Miedo a la Soledad.....	7
Expresión Límite.....	7
Búsqueda de Atención.....	8
Resiliencia.....	8
Ecuanimidad.....	9
Perseverancia.....	10
Confianza en sí Mismo.....	10
Satisfacción Personal.....	10
Sentirse Bien Solo.	10
Ruptura Amorosa	10
Relación de Pareja.....	11
Juventud	11
Hipótesis	15
Capítulo II. Método	16
Diseño de Investigación.....	16
Instrumentos	16
Instrumento 1. Ficha Sociodemográfica	16
Instrumento 2. Escala de Resiliencia (ER)	16
Instrumento 3. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE).....	18
Participantes.....	19
Procedimiento.....	20

Consideraciones Éticas	21
Análisis de Datos	21
Capítulo III. Resultados.....	23
Resultados.....	23
Discusión	30
Conclusiones.....	36
Sugerencias.....	37
Limitaciones	38
Referencias	39
Anexos.....	44
Anexo 1. Consentimiento Informado	44
Anexo 2. Ficha Sociodemográfica.....	45
Anexo 3. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)	46
Anexo 4. Escala de Resiliencia (ER).....	48



Índice de Tablas

Tabla 1.

Datos sociodemográficos de la muestra 20

Tabla 2.

Niveles de dependencia emocional 23

Tabla 3.

Niveles de resiliencia 24

Tabla 4.

Prueba de normalidad de las variables 24

Tabla 5.

Comparación de variables según sexo 25

Tabla 6.

Comparación de variables según estado sentimental 26

Tabla 7.

Comparación de variables según grupo de edad 27

Tabla 8.

Matriz de correlación de dependencia emocional y resiliencia 28

Capítulo I. Marco Teórico

Introducción

La presente investigación pretende analizar la dependencia emocional y la resiliencia al experimentar una ruptura amorosa en estudiantes universitarios, ya que ambos aspectos influyen en el bienestar psicológico de los estudiantes. Un duelo emocional como este, en ocasiones, puede ser una experiencia emocionalmente intensa y la vida universitaria está llena de desafíos que, si no se abordan de manera adecuada, puede alterar los niveles de estrés, lo cual dificulta o prolonga su recuperación del proceso de duelo que trae una ruptura amorosa, sumándose otros factores estresantes que se dan en el contexto universitario, como adaptación a un nuevo entorno, desempeño académico, relaciones interpersonales, dinámica familiar, estilo de vida, presión financiera, etc.

El nivel de impacto de un suceso como este depende y varía según los rasgos y el contexto de cada persona. Resulta de interés público, por muchas razones y factores, la interacción que se da entre las características de la población joven y el impacto de esta problemática psicosocial en sus vidas. La dependencia emocional y la resiliencia tienen un papel crucial al momento de experimentar una ruptura amorosa, y de eso dependerá el nivel de intensidad del impacto al terminar una relación amorosa, influyendo consecuentemente en la calidad de vida del estudiante universitario, ya que después del vínculo con la familia de procedencia, las relaciones amorosas cobran más importancia en los adultos jóvenes, porque esto les permite cubrir necesidades básicas y esenciales para el desarrollo social y personal. (Barajas, Robles, González, Cruz del Castillo, 2012).

El ser humano atraviesa diversas etapas a lo largo del ciclo de vida, experimentando cambios físicos, cognitivos y emocionales desde el nacimiento hasta la adultez tardía (Papalia & Martorell, 2021). Una de las fases más decisivas en este proceso es la juventud y el inicio de la adultez temprana, las cuales suelen coincidir con la vida

universitaria y con el reconocimiento legal de la sociedad. En el contexto peruano, al cumplir los 18 años, los individuos son legalmente considerados adultos y, por ende, adquieren derechos y responsabilidades, como ejercer el voto, administrar bienes y contraer matrimonio. Sin embargo, la adultez no sólo se define por criterios legales, sino también por el desarrollo de la autonomía, la independencia y la madurez emocional, aspectos clave en la transición hacia la adultez funcional (Arnett, 2000).

Durante esta etapa, los jóvenes universitarios enfrentan la consolidación de la madurez sexual, psicológica y cognoscitiva. No obstante, la madurez cognoscitiva puede requerir más tiempo para completarse, ya que el desarrollo del lóbulo prefrontal, responsable de la regulación emocional y la toma de decisiones, se extiende hasta aproximadamente los 25 años (Blakemore & Choudhury, 2006). La madurez psicológica, por su parte, implica la formación de la identidad personal, la independencia de los padres, el establecimiento de un sistema de valores y el desarrollo de relaciones interpersonales significativas (Erikson, 1968).

En este contexto, la dependencia emocional y la resiliencia juegan un papel crucial en la adaptación universitaria. La dependencia emocional, entendida como la necesidad excesiva de aprobación y afecto en las relaciones interpersonales, puede afectar la autonomía y la toma de decisiones en los jóvenes (Castelló, 2020). Por otro lado, la resiliencia, definida como la capacidad de afrontar y adaptarse positivamente ante adversidades, se relaciona con la madurez psicológica y la independencia emocional (Grotberg, 2006). En la vida universitaria, altos niveles de resiliencia pueden contribuir a una mejor gestión del estrés académico y emocional, facilitando la transición hacia la adultez plena (Masten, 2018).

Según datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) el 6.3% de los adolescentes tuvo su primera relación sexual antes de los 15 años, Este hallazgo

evidencia que la búsqueda de pareja y el establecimiento de vínculos íntimos comienzan desde edades tempranas, lo que adquiere una relevancia particular en la muestra de jóvenes universitarios. En esta etapa, estos individuos buscan consolidar relaciones que sean firmes, estables, cercanas, compatibles y comprometidas, ya sean de índole afectiva o amistosa. Por ello, es esencial considerar la influencia de la madurez sexual en la formación de vínculos interpersonales y en el impacto que estos tienen sobre la calidad de vida y el bienestar emocional de la población universitaria.

Barajas Márquez, et. al. cita a la definición de relación según Díaz-Loving y Sánchez (2004) la pareja es un vínculo entre dos personas que enlazan pasos y etapas mediante el tiempo, lo que permite comprender el nivel de intimidad y cercanía que cada uno siente por el otro. Este proceso es influido por experiencias pasadas de ambas personas y las expectativas para la relación (Collins & Gillath, 2012). Es importante abordar dos variables altamente significativas que retienen alta probabilidad de presentarse en dicha etapa de la vida.

Castelló (2006) define la dependencia emocional como la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de la relación, donde existe un aferramiento desmesurado hacia la pareja, en el cual encontramos ideas de idealización y sumisión, lo cual evidencia una baja autoestima, intolerancia a la soledad, miedo al abandono, etc. Esto lleva a una relación desequilibrada donde una o ambas partes buscarán la permanencia de la relación sin importar los factores dañinos que puedan existir como normalizar los actos violentos.

Así mismo, la dependencia emocional es un patrón que involucra aspectos emocionales, motivacionales, cognitivos y conductuales que se orientan hacia el otro como fuente de seguridad personal y satisfacción que conlleva falsas creencias con respecto al amor, las relaciones y uno mismo, haciendo que las personas con este patrón piensen que

la vida solo puede existir en una relación, a pesar que esta les cause dolor e insatisfacción porque no pueden satisfacer sus necesidades emocionales no resueltas y les hace sentir inseguridad frente a la disponibilidad de una persona particular cuando la requieran. (Castelló, 2005; Hirschfeld et al., 1977; Lemos & Londoño, 2006; Norwood, 1985; Schaeffer, 1998).

Otra variable en nuestra investigación es la resiliencia. Wagnild y Young (1993) la definen como característica del ser humano para enfrentar la adversidad, así como moderar el efecto negativo del estrés. Un factor importante para sobrellevar acontecimientos vitales estresantes.

De acuerdo con Henderson (2019) define a la resiliencia como capacidad de resistir, sobrevivir, adaptarse y superar la exposición a eventos traumáticos y estresantes que causan sufrimiento y contribuyen a la posterior recuperación y empoderamiento personal. Esta capacidad puede explicar la razón de que algunas personas pueden adaptarse y enfrentar de manera positiva experiencias negativas de mejor manera que otras (Omar, Paris, Uribe, Ameida da Silva y Aguiar de Souza, 2011), cumpliendo un papel protector en la salud mental y física.

Las personas que se encuentran en el ciclo vital de la juventud se encuentran en una población de alto riesgo ya que según datos del ministerio de salud (MINSA) se registraron más de 500 suicidios, el 55 % de los casos corresponden a adolescentes y jóvenes, entre los 12 y 25 años de edad.

La presente investigación busca expandir el conocimiento acerca del nivel dependencia emocional y la resiliencia de los jóvenes universitarios ante una ruptura amorosa, ya que al ser una etapa en el ciclo de la vida donde existen relaciones de pareja más estables, la idealización de la relación se vuelve más intensa y es aquí donde los jóvenes pueden desarrollar la dependencia emocional. El nivel de resiliencia es un factor

que ayuda a la superación de una ruptura amorosa, además de ser considerada como un factor protector ante la presencia de la dependencia emocional. Es por esto que la presente investigación busca dar a conocer la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en jóvenes estudiantes para poder tomar acción ante los resultados que se obtendrán con el fin de informar a la sociedad, favorecer la salud mental de los jóvenes y aportar a investigaciones futuras.

Pregunta de Investigación

¿Qué relación existe entre el nivel de dependencia emocional y resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa?

Variables y su Definición Operacional

Variable 1. Dependencia Emocional

Conceptualmente la dependencia emocional según Castelló (2005) nos dice que es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona tiene hacia su pareja a lo largo de las diferentes relaciones que pueda experimentar en su vida.

La dependencia emocional se evaluó mediante el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lomos y Londoño. El test posee 23 ítems, hace una evaluación de constructo total y seis subescalas (miedo a la soledad, ansiedad por separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, búsqueda de atención y expresión límite) - Tiempo aproximado para su diligenciamiento: 10 minutos.

Variable 2. Resiliencia

La resiliencia conceptualmente según Rutter (1993) es la capacidad que tienen las personas para desarrollarse psicológicamente sanos y exitosos a pesar de vivir en contextos de alto riesgo. La resiliencia conceptualmente según Cyrulnik (2001) es la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas. La resiliencia

se evaluó mediante la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. El test posee 25 ítems del 1 al 7, evalúa la resiliencia en estudiantes.

Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación entre la dependencia emocional y resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Objetivos Específicos

Describir los niveles de dependencia emocional en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Describir los niveles de resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Comparar la dependencia emocional y resiliencia según el sexo en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Comparar la dependencia emocional y resiliencia según el estado sentimental de los estudiantes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Comparar la dependencia y resiliencia según grupo etario en estudiantes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Antecedentes Teórico-Investigativos

Dependencia Emocional

Castelló (2005) define la dependencia emocional como un patrón crónico de demandas afectivas insatisfechas, que llevan a la persona a buscar desesperadamente satisfacerlas mediante relaciones interpersonales estrechas. Según sus investigaciones, su larga experiencia y trayectoria como psicoterapeuta nos brinda una teoría muy completa en la cual considera las siguientes dimensiones como parte de la dependencia emocional, las cuales son:

Ansiedad de Separación. Son expresiones emocionales de miedo que surgen ante la posibilidad de que la relación termine. Ante la potencial ruptura de una relación, es posible que una persona emocionalmente dependiente desarrolle ansiedad por separación. Puede surgir por distintas razones como la distancia temporal requerida en la vida cotidiana, por los descansos de la rutina que pueden crear desconfianza en el regreso de tu pareja y llevar a la activación de pensamientos automáticos de pérdida y soledad. (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006).

Expresión Afectiva de la Pareja. Es la necesidad de una persona de recibir muestras constantes de afecto por parte de su pareja, lo cual fortalece su amor y alivia inseguridades este pedido puede deberse a una necesidad insaciable de pareja, lo que ha hecho que esta imagen sea similar a la adicción a las drogas (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006).

Modificación de Planes. Se refiere a cambios en actividades, planes y comportamientos como resultado de deseos implícitos o explícitos de satisfacer o simplemente pasar más tiempo con una pareja. Este factor ciertamente enfatiza la gran manipulación no solo de los cuidados, sino también de la otra parte del aislamiento social (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006).

Miedo a la Soledad. Es el temor a perder una relación caracterizado por un miedo terrible a estar solo o sentirse no amado. Una persona dependiente emocional necesita que su pareja se sienta segura y equilibrada, por lo que la soledad se percibe como aterradora, un aspecto que el adicto emocional evita (Castelló, 2005).

Expresión Límite. Algo que caracteriza a este factor de la dependencia emocional son las acciones de autoagresión y pérdida del autocuidado debido a la pérdida del sentido de vida que la persona dependiente manifiesta ante una posible ruptura de la relación, lo que se considera un evento catastrófico su encuentro con la soledad. Estos

comportamientos pueden estar relacionados con el trastorno límite de la personalidad (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006).

Búsqueda de Atención. La persona dependiente emocional está en constante búsqueda activa de atención por parte de su pareja para asegurar estabilidad en la relación y trata de ser el centro de su vida. Los dependientes emocionales, que sienten que son el centro de atención de su pareja, se sienten muy seguros, pero hasta en la más mínima actividad sienten que su pareja no les presta atención o que se reducen a ellos, se desesperan y sentirse solo que no tienen el mismo valor que sus contrapartes y crean cuadros clínicos desde los más leves hasta los más severos (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006).

Otros autores definen la dependencia emocional como un patrón de comportamientos estables de subordinación y desadaptativos, búsqueda de atención que afectan a las relaciones de pareja y asimetría según Izquierdo-Martínez & Gómez-Acosta (2013). Debido a estos patrones, la persona afectada evita algunos aspectos de la relación que evalúa negativamente y, en última instancia, domina la necesidad de permanecer con la otra persona y los pensamientos y sentimientos relacionados con la posible pérdida de la relación, incluso soportando todo tipo de resistencia. sobre la relación, generando consecuencias negativas.

Resiliencia

Block y Block (1980) refieren que la resiliencia es una característica personal del individuo, la cual relacionaron con la habilidad de funcionar de manera óptima en varias situaciones, apreciándose como una capacidad cotidiana para responder a situaciones estresantes a lo largo de su vida y de esta manera superar las adversidades potenciando cada vez más dicha habilidad. Años después el término fue adaptado a las ciencias sociales

para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Peralta, 2006).

Otra definición que ayuda a comprender el papel de la resiliencia es la de Seligman y Czikszentmihaly (2000) en la cual nos explican que esta capacidad contribuye positivamente a la calidad de vida y contiene a la persona en momentos con altos niveles de estrés. Desde la psicología positiva investiga y trata de comprender qué mecanismos y procesos son las bases de las fortalezas y los valores de las personas, las cuales son parte integral del ser humano. Es curioso como algunas personas que viven situaciones traumáticas desarrollan algún tipo de trastorno por la alta exposición al estrés, en la mayoría de los casos no es así, e incluso muchos son capaces de aprender y beneficiarse de estas experiencias difíciles (Vera Poseck, 2006).

Wagnild y Young (1993), describen cinco componentes de la resiliencia los cuales se muestran en el desarrollo de la creación de sus test Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Las diferentes dimensiones se desarrollaron a partir de dos factores las cuales son la competencia personal como primer factor, la cual contiene la autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia; y la aceptación de uno mismo y de la vida como segundo factor, la cual contiene adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable. La resiliencia fue desarrollada en cinco dimensiones las cuales son:

Ecuanimidad. Esta se considera como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias, la cual mantiene un estado de estabilidad psicológica la cual no se altera tras experimentar emociones, dolor u otros fenómenos que puedan afectar a la salud mental del individuo. Es tener una vasta experiencia y “esperar tranquilo” ante las diferentes situaciones que puedan suceder y se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

Perseverancia. Es la continua persistencia a pesar de la adversidad y las situaciones adversas o de desaliento; la perseverancia connota un deseo fuerte de seguir luchando para lograr los objetivos planteados por el individuo, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina.

Confianza en sí Mismo. Es la facultad de creer en uno mismo, en sus habilidades y capacidades. Es la habilidad de depender de uno mismo y conocer sus ventajas y limitaciones.

Satisfacción Personal. Se refiere a entender que la vida tiene un significado y evaluar las propias colaboraciones.

Sentirse Bien Solo. Se refiere al conocimiento del camino de la vida que posee cada persona la cual se vive de manera única y comparten algunas experiencias: quedan otras que deben enfrentarse y superar solo y el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y sentirnos únicos.

Ruptura Amorosa

La ruptura amorosa es un tipo de duelo el cual puede variar en cómo es que afecta a cada persona y que suele ser muy común en la vida de las personas, donde se experimentan diferentes estados afectivos y cognitivos negativos, así mismo se presentan dificultades en las relaciones sociales íntimas de la persona (Boss, 2001).

En la relación de pareja existen diferentes características, experiencias, actitudes y creencias, por lo cual hay una probabilidad de conflicto dentro de la relación y esta se vea afectada al no encontrar una solución a los posibles desacuerdos, por lo tanto, este vínculo puede llegar a romperse de manera temporal o permanente. (Caruso, 2003; Valdez Medina, González-Amarratia, Torres y Rocha, 2011; citado por Barajas, et REIal 2012; citado por Conerejos, 2017).

La ruptura amorosa es uno de los sucesos más estresantes y dolorosos en la vida de un individuo, ya que al igual que en una muerte de un ser querido se pasa por un proceso de duelo, el cual puede tardar meses e incluso años para llegar a una etapa de superación.

Relación de Pareja

Es el vínculo entre dos personas de carácter sentimental el cual se desarrolla comúnmente desde la juventud temprana donde se atraviesan diferentes etapas como el enamoramiento, noviazgo para finalmente llegar al matrimonio.

Según Paez (2006) La relación de pareja es una de las más agradables experiencias que se puede tener como seres humanos, por ello es llamativo para los hombres desde tiempos muy antiguos. Desde 4.000 a. C. se pueden observar frases e imágenes románticas para una pareja.

Juventud

Tomasi (1998) nos dice que la juventud se constituye, desde este sentido, como siempre lo hizo: "[...] una fase transitoria de la niñez al ser adulto, caracterizada por el descubrimiento del individualismo, el desarrollo de un plan de vida y la formación de un sistema personal de valores".

Saltalamacchia y Sánchez (1989) la juventud refiere a “un cierto momento” en la evolución biológica, pero esto varía ya que cada cultura define de diferente manera la niñez, adolescencia, juventud y/o vejez al mismo tiempo que los roles sociales asignados han ido cambiando a lo largo del tiempo. Por lo cual en el interior de cada país se comprende la etapa de la juventud de manera distinta. Según el MINSA (2016) en el Perú la etapa vital de la juventud está comprendida por las edades entre los 18 y los 29 años, 11 meses y 29 días.

Fonseca, Gutierrez, Riaño, Hernandez y Andrade (2021) realizaron una investigación en México sobre “Autoestima y dependencia emocional en relaciones de

pareja de estudiantes universitarios”, en esta investigación participaron 82 estudiantes de psicología que sostenían una relación de pareja de 4 meses como mínimo y 111 meses como máximo. Fueron seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia con un diseño investigativo no experimental. Se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Conducta en la relación de pareja. Los resultados nos indican un nivel de autoestima bajo y un nivel de dependencia emocional promedio lo cual indica la presencia de dependencia emocional. También hallaron que la correlación entre dependencia emocional y autoestima fueron estadísticamente significativas lo que demuestra que una persona con baja autoestima puede llegar a presentar algún rasgo de dependencia emocional.

Momeñe y Estévez (2018) realizaron un estudio en España “El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico” el cual buscó estudiar la relación de la resiliencia con la dependencia emocional y el abuso psicológico, así como su papel predictivo y mediador en ambas, analizando las diferencias entre las variables en función a la edad. La muestra estuvo conformada por 299 personas entre hombres y mujeres entre los 18 y 64 años. Los resultados revelaron que la dependencia emocional y el abuso psicológico disminuyen a medida que la capacidad resiliente aumenta, al mismo tiempo que se ha comprobado la capacidad predictiva de la resiliencia elevada sobre la ausencia de la dependencia y el abuso psicológico y su capacidad mediadora.

Condori Caller y Gómez Mendoza (2021) llevaron a cabo una investigación sobre “Dependencia Emocional y Resiliencia en Mujeres Víctimas de Violencia que acuden a un Centro de Salud del Cusco” cuyo método fue puro o básico y el diseño no experimental transeccional – correlacional. La muestra fue de tipo probabilístico y estuvo conformada por 115 mujeres. Se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño para evaluar la dependencia emocional y la Escala de Resiliencia de Wagnild y

Young para evaluar la resiliencia. Los resultados evidencian que existe una relación estadísticamente significativa negativa o inversa entre la dependencia emocional y la resiliencia, esto significa que a menos resiliencia hay más dependencia y de igual manera, a menos dependencia más resiliencia.

Cruz, Carhuatocto y Diaz (2020) realizaron una investigación en la ciudad de Chiclayo “Dependencia emocional y resiliencia en internos del penal de Picsi” el cual tuvo como propósito determinar la relación entre dependencia emocional y resiliencia. La población fue de 351 internos entre edades de 18 y 55 años de edad. Se utilizaron el Inventario de Dependencia Emocional IDE y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Los resultados demostraron que no existe relación significativa entre dependencia emocional y resiliencia, esto quiere decir que la carencia emocional que una persona manifieste hacia su pareja no afecta la capacidad de resiliencia del individuo.

López Cordova (2019), realizó una investigación sobre “Resiliencia y dependencia emocional en mujeres expuestas a situaciones de violencia familiar en el distrito de Independencia” la investigación realizada en Lima fue de tipo básica con un diseño no experimental, de nivel descriptivo correlacional cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 142 mujeres. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el Instrumento de Dependencia Emocional de Aiquipa. Los resultados que se obtuvieron nos indica que existe una relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional. Por lo tanto, se pudo evidenciar que, a menor capacidad resiliente en las participantes, mayor será el nivel de dependencia emocional que desarrollen.

Marín-Ocmin (2019) realizó una investigación en Lima “Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños” el cual busca hallar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un

Centro Preuniversitario de Lima Norte. La población fue de 172 estudiantes entre los 17 a 35 años. Se utilizaron la Escala de Dependencia Emocional (CDE) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron que los estudiantes con autoestima alta no mostraron dependencia emocional.

Banda Andrede y Sarmiento Leyva (2018) realizaron una investigación en Arequipa sobre “Autoestima y dependencia emocional, en jóvenes víctimas y no víctimas de violencia en la etapa de enamoramiento en institutos de educación pública” fue un estudio descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 420 mujeres y hombres estudiantes que se encuentren en una relación amorosa, 210 estudiantes del Instituto Honorio Delgado y 210 del Instituto Pedro P. Díaz. En esta investigación se utilizó el cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO) de Rodríguez Franco, Antuña, Rodríguez Díaz, Herrero, y Nieves (2007), el Test de Autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de Dependencia emocional (CDE) de Lomos y Londoño. Los resultados demostraron que estadísticamente existe una relación negativa entre la autoestima y dependencia emocional en estudiantes que no son víctimas de violencia en el enamoramiento, se demostró que una mayor autoestima se asocia con una menor dependencia emocional. También se halló que una relación estadísticamente negativa significativa entre la autoestima y dependencia emocional en personas víctimas de violencia. Además, se halló que a mayor violencia menor autoestima, al igual que a mayor violencia existe mayor dependencia emocional.

Huanqui Virrueta (2018) realizó una investigación en la ciudad de Arequipa “Clima social familiar y dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes de Psicología y Comunicación Social” la muestra estuvo conformada por 276 estudiantes de pregrado de Psicología (181 estudiantes) y Comunicación Social (95 estudiantes), 201 mujeres y 75 hombres. Se utilizó la Escala de Clima Social Familiar de MOOS (FES) y el

Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE). Los resultados del índice de correlación indica que existe una correlación significativa débil.

Conocuica y Ramos (2018) realizaron una investigación en la ciudad de Arequipa la cual fue “Estructura familiar y dependencia emocional en jóvenes universitarios”, esta investigación tuvo como finalidad hallar la relación entre la estructura familiar y la dependencia emocional en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María. La población fue de 942 estudiantes entre los 18 y 25 años, de los cuales 455 mantenían una relación amorosa y 487 no. Se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional CDE (Lemos & Londoño, 2006). Los resultados revelaron que existe una relación estadísticamente significativa entre estructura familiar y dependencia emocional.

Frisancho y Quiroz (2015) realizaron una investigación en la ciudad de Arequipa “Dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes universitarios hijos únicos y no únicos” donde se busca saber si los hijos únicos presentan mayor dependencia emocional hacia su pareja que los hijos no únicos de la Universidad Católica de Santa María. La muestra fue de 372 estudiantes, 132 hijos únicos y 240 no únicos. Se aplicaron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y un Cuestionario para determinar los datos demográficos. Los resultados revelaron que existe una diferencia estadísticamente significativa entre la dependencia emocional hacia la pareja y los hijos únicos y no únicos.

Hipótesis

Existe una relación negativa y significativa entre la dependencia emocional y la resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Capítulo II. Método

Diseño de Investigación

Según Ramos (2017) la investigación utilizó un enfoque cuantitativo junto a un diseño no experimental con alcance correlacional y temporalidad transversal ya que se usó instrumentos de medición de variables y estadística, además se tuvo como objetivo encontrar relación entre la dependencia emocional y resiliencia, las cuales no fueron manipuladas y medidas en un solo momento en el tiempo.

Instrumentos

Instrumento 1. Ficha Sociodemográfica

Los datos sociodemográficos giraron en torno a temas como la ruptura amorosa y su relación con la resiliencia. Se incluyeron ítems para conocer el sexo, la edad, carrera profesional, semestre actual y orientación sexual, del mismo modo, se realizaron preguntas específicas con respecto a una ruptura amorosa como si se ha experimentado una ruptura, tiempo de la relación, motivos de la separación, quien terminó la relación, en que etapa de proceso de superación se encuentra. Las respuestas van desde los 6 meses a menos y 2 años a más

Instrumento 2. Escala de Resiliencia (ER)

La escala de la (ER) fue elaborada por Wagnild y Young (1993) y estandarizada por Gómez (2019). El objetivo del instrumento es identificar el grado de resiliencia individual, considerado como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación del individuo.

Este instrumento está dirigido a adolescentes y adultos, consta 25 ítems y posee un formato tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es indicador de totalmente desacuerdo y 7 es indicador de totalmente de acuerdo; los más altos puntajes indicarán mayor resiliencia. Las calificaciones oscilan entre 25 a 175 puntos. Los rangos de la escala son de 108 Baja

resiliencia, 109-128 Bajo, 129-137 Media, 138-148 Alto y de 149-153 Muy Alto. Su conformación es jerárquica y está compuesto por dos dimensiones y dentro de estas se encuentran dos factores.

Factor I: Competencia personal. Comprende 17 ítems (ítems: 8, 11, 1, 4, 14, 15, 23, 9, 10, 17, 24, 16, 25, 3, 5) que indican: autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia.

Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida. Comprende 8 ítems (ítem: 7, 12, 2, 20, 13, 18, 6, 22, 19, 21) que representan: adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable. Refleja: aceptación por la vida y un sentimiento de paz estable.

Novella (2002, citado en, 2005) realizó una prueba piloto en el Perú, obteniendo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.89. Por otro lado, la estandarización fue hecha por Gómez (2019) obtuvo una confiabilidad, ligeramente menor a la mencionada adaptación, se calculó por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach teniendo un resultado de 0.87.

En el año 2004 se realiza una nueva adaptación de la Escala de Resiliencia por un grupo de profesionales de la facultad de psicología Educativa de la UNMSM realizada en una muestra de 400 estudiantes varones y mujeres de tercer año de secundaria de la UGEL 03, obteniéndose una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach de 0.83.

La validez concurrente se demuestra por los altos índices de correlación de la ER con mediciones bien establecidas de constructos vinculados con la resiliencia. Fueron determinadas 5 dimensiones de resiliencia (Wagnild y Young, 1993, citado en Salgado, 2005).

Instrumento 3. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

El cuestionario de dependencia emocional (CDE) de Mariantonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Arredoño (2006) se encuentra validado en la población peruana por Caycho y Ventura (2016) y hay evidencia de su uso en otros estudios. El objetivo de este cuestionario es medir el constructor de dependencia emocional.

Está constituido por 23 ítems las cuales se agrupan en 7 factores: ansiedad de separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención. Posee un formato estilo Likert de 6 puntos que va desde 1 el cual es indicador de menor asertividad “completamente falso de mí”, hasta 6 el cual es indicador de mayor asertividad “me describe perfectamente”. Las calificaciones oscilan entre 23 a 81 puntos, indicando que a mayor puntaje habrá mayor grado de dependencia emocional.

Las respuestas se calificaron sumando los valores correspondientes a cada ítem y asignando el puntaje según la respuesta dada. Luego, se suman los puntajes obtenidos para cada factor y se registra la puntuación total como puntaje directo (PD). Finalmente, se convierten los puntajes totales utilizando los baremos adecuados, brindados mediante el estudio de Ventura y Caycho (2016), para obtener la calificación final. Los rangos de escala son puntuación menor o igual a 46 No dependencia, 47-60 Tendencia a la dependencia y mayor o igual a 61 Dependencia. Su conformación es jerárquica y está compuesto por dos dimensiones y dentro de estas se encuentran cinco factores.

Para este estudio se utilizó la versión del CDE de Lemos y Londoño (2006) validado y evaluado de sus propiedades psicométricas en jóvenes peruanos por Castro y Quiroz (2021).

Factores. Ansiedad de separación (ítems 2, 6, 7, 8, 13, 15, 17). Expresión afectiva de la pareja (ítems 5, 11, 12, 14). Modificación de planes (ítems 16, 21, 22, 23). Miedo a la

soledad (ítems 1, 18, 19). Expresión límite (ítems 9,10, 20). Búsqueda de atención (ítems 3, 4).

La validación estuvo conformada por 987 personas entre los 18 y 35 años de la ciudad de Cajamarca con un tipo de muestreo no probabilístico. El cuestionario consta de 23 ítems divididos en 6 factores, que representan las dimensiones de la dependencia emocional, fueron medidos en una escala Likert del 1 al 6. Los resultados de estandarización hecha por Castro y Quiroz (2022) del CDE en la ciudad de Piura determinando la consistencia interna mediante el Alfa de Cronbach con un valor que oscila entre 0.711 y 0.942, lo cual demuestra ser apto para su aplicación.

Participantes

La población estuvo conformada por estudiantes de una universidad privada de Arequipa, se utilizó un muestreo no probabilístico intencional. Se encuestó a 372 universitarios, de los cuales se retiró a 70 casos debido a que no cumplían con los criterios de inclusión, como haber pasado por una ruptura amorosa hace menos de dos años, que la relación haya durado mínimo 4 meses, aceptar la participación voluntaria en la investigación y que sean estudiantes matriculados en la institución; siendo así, la muestra final quedó conformada por 302 estudiantes universitarios de 18 a 34 años, otras características de la muestra se presentan en la Tabla 1.

Dentro de los criterios de inclusión están los siguientes: Todos aquellos estudiantes mayores de edad que hayan experimentado al menos una ruptura amorosa, todos aquellos que hayan autorizado y firmado el consentimiento informado, y finalmente, que haya llenado correctamente los instrumentos. En cuanto a los criterios de exclusión sólo se excluirá a aquellas personas que hayan tenido una relación menor a 4 meses de duración.

Tabla 1

Datos sociodemográficos de la muestra

Variable	<i>n</i>	%
Sexo		
Femenino	196	64.9
Masculino	106	35.1
Grupo de edad		
18 a 22 años	221	73.2
23 a 26 años	67	22.2
27 a 34 años	14	4.6
Estado sentimental		
En una relación amorosa	145	48.0
No tiene una relación amorosa	157	52.0
Número de pareja sentimentales		
Uno	65	21.5
Dos	92	30.5
Tres	69	22.8
Cuatro	39	12.9
Cinco	24	7.9
Seis a más	13	4.3
Duración de última relación amorosa		
0 a 6 meses	126	71.7
7 a 12 meses	55	18.2
13 a 24 meses	63	20.9
25 meses a más	58	19.2
Tiempo de la última ruptura amorosa		
0 a 6 meses	96	31.8
7 a 12 meses	65	21.5
13 a 24 meses	57	18.9
25 meses a más	84	27.8
Motivo de la última ruptura amorosa		
Diferencias	92	30.5
Infidelidad	63	20.9
Desconfianza o celos	52	17.2
Falta de comunicación	95	31.5

Procedimiento

En esta parte de la investigación se solicitó permiso a la Universidad Privada para los permisos respectivos y acceder a la población de estudio mediante una carta de presentación. Para ingresar a las aulas se coordinó con el docente encargado de cada salón que se evaluó, de esta manera se aplicó la estrategia de recolección de datos. Para el llenado de los test se explicó con claridad los pasos a seguir para el llenado correcto de los instrumentos elegidos junto al consentimiento informado, este último es importante porque decidieron si participan o no en el estudio de manera voluntaria.

Consideraciones Éticas

En cuanto a los aspectos éticos, se buscó resguardar la propiedad intelectual de los autores y sus obras, cuyas ideas y conceptos se han citado y referenciado de manera correcta.

Según el Colegio de Psicólogos del Perú (2017), establece en su código de ética que el consentimiento informado, la confidencialidad, discreción y cuidado de los datos de los participantes es fundamental para el correcto desarrollo de la investigación.

De igual manera, se garantizó el respeto a la dignidad de las personas, su libertad y autodeterminación, previniendo los posibles daños y tensiones con el fin de salvaguardar la vida privada de los participantes. Cada persona que participó en el presente estudio ha tenido que responder afirmativamente al consentimiento informado, el cual se le fue brindado previo a la realización de los cuestionarios.

Esta investigación fue realizada de acuerdo con las normas éticas establecidas por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2017) haciendo uso de la 7ma edición, asegurando la autenticidad de los datos recopilados. De esta manera garantizamos la veracidad de la investigación, teniendo una base sólida con los trabajos e investigaciones de aquellos autores que impactaron significativamente a la elaboración de la presente investigación.

Análisis de Datos

Una vez recolectados los instrumentos, se descargó la hoja de cálculo de Google para poder realizar la limpieza y codificación de las variables. Posteriormente, la base de datos se exportó al software SPSS en su versión 25, en donde se realizó la estadística descriptiva; siendo que para variables categóricas se hizo uso de frecuencias y porcentajes para la construcción de tablas de frecuencias, por su parte, para las variables numéricas se utilizaron estadísticos como el promedio y la desviación estándar; seguidamente, se realizó

el análisis de normalidad de las variables de estudios mediante la prueba Kolmogorov-Smirnov, al no encontrar una distribución normal se utilizaron pruebas no paramétricas, tal como la Rho de Spearman para analizar la correlación entre variables, así como las pruebas U de Mann Whitney y Kruskal-Wallis para las comparaciones.



Capítulo III. Resultados

Resultados

Los resultados se presentan en el orden de los objetivos específicos al general; en primer lugar, se presenta las tablas de frecuencia para las dos variables de la investigación; en segundo lugar, se muestra el análisis de normalidad de los constructivos de estudio; seguidamente se presentan las comparaciones de las variables de estudio según características de la muestra y finalmente, se muestra la relación entre dependencia emocional y resiliencia.

Tabla 2

Niveles de dependencia emocional

Variable	Bajo		Medio		Alto	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Ansiedad por separación	67	22.2	174	57.6	61	20.2
Expresión afectiva de la pareja	63	20.9	160	53.0	79	26.20
Modificación de planes	93	30.8	164	54.3	45	14.9
Miedo a la soledad	107	35.4	151	50.0	44	14.6
Expresión límite	84	27.8	194	64.2	24	7.9
Búsqueda de atención	77	25.5	165	54.6	60	19.9
Dependencia emocional (puntaje total)	34	11.3	163	54.0	105	34.8

En la Tabla 2 podemos apreciar el análisis descriptivo de las dimensiones y del puntaje total de dependencia se puede observar que los evaluados presentaron un nivel medio; lo que indica que los participantes presentarían ciertos actos recurrentes de necesidades emocionales no satisfechas.

Tabla 3

Niveles de resiliencia

Variable	Muy bajo		Bajo		Medio		Alto		Muy alto	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Competencia personal	45	14.9	93	30.8	43	14.2	62	20.5	59	19.5
Aceptación de uno mismo	0	.0	1	.3	20	3.3	110	36.4	181	59.9
Resiliencia (puntaje total)	0	.0	3	1.0	121	40.1	178	58.9	0	0

En la Tabla 3 se puede observar el análisis descriptivo de los factores resiliencia y su puntaje total, así como sus dos factores. Estos se encuentran en un nivel alto en su mayoría, lo cual denota que existe una adecuada regulación en lo que respecta al efecto negativo del estrés.

Tabla 4

Prueba de normalidad de las variables

Variable	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Dependencia emocional			
Ansiedad por separación	.091	302	.000***
Expresión afectiva de la pareja	.059	302	.014**
Modificación de planes	.104	302	.000***
Miedo a la soledad	.135	302	.000***
Expresión al límite	.179	302	.000***
Búsqueda de atención	.103	302	.000***
Puntaje total	.054	302	.035*
Resiliencia			
Competencia personal	.070	302	.001**
Aceptación de uno mismo	.065	302	.004**
Puntaje total	.065	302	.004**

En la Tabla 4 se puede observar que al aplicar la prueba de normalidad a las variables dependencia emocional y resiliencia, nos permite afirmar que ninguna de las variables sigue una distribución normal ($p < .05$), por lo cual, la correlación entre los factores y dimensiones de las variables en estudio, se realizó con la prueba no paramétrica de Kolmogorov-Smirnov. para los objetivos de la investigación.

Tabla 5

Comparación de variables según sexo

Variable	Femenino (196)		Masculino (106)		U	p	rb
	M	DE	M	DE			
Ansiedad por separación	21.13	9.394	20.23	9.317	9774.00	.396	.059
Expresión afectiva de la pareja	14.06	5.611	13.08	5.315	9256.00	.118	.109
Modificación de planes	10.84	5.218	10.86	4.784	10224.50	.821	.015
Miedo a la soledad	8.69	4.081	7.25	4.021	8122.00	.002**	.218
Expresión al límite	6.49	3.598	5.56	3.990	9586.20	.262	.077
Búsqueda de atención	6.46	2.972	7.11	2.830	9027.50	.059	.131
Dependencia emocional (Puntaje total)	67.67	25.980	64.86	25.792	9644.00	.304	.071
Competencia personal	76.35	13.866	80.25	15.308	8493.50	.009**	.182
Aceptación de uno mismo	50.62	8.292	53.25	9.214	8187.00	.002**	.211
Resiliencia (Puntaje total)	126.97	21.423	133.50	23.996	8352.50	.005**	.195

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; rb: Correlación biserial de rangos

En la Tabla 5 se puede apreciar que existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en las variables Miedo a la soledad, Competencia personal, Aceptación de uno mismo y Resiliencia ($p < .05$) con un tamaño del efecto mediano; siendo que en la primera las mujeres presentan en promedio un mayor puntaje, y en las demás variables los hombres tienen un puntaje superior.

Tabla 6

Comparación de variables según estado sentimental

Variable	En una relación amorosa (145)		No tiene una relación amorosa (157)		U	p	rb
	M	DE	M	DE			
Ansiedad por separación	21.72	9.521	19.98	9.163	10209.50	.122	.103
Expresión afectiva de la pareja	14.19	5.375	13.29	5.633	10397.00	.193	.086
Modificación de planes	11.29	4.804	10.44	5.271	10060.50	.080	.116
Miedo a la soledad	8.41	4.102	7.97	4.123	10693.00	.361	.060
Expresión al límite	6.82	3.968	6.08	3.480	10204.00	.115	.103
Búsqueda de atención	6.63	2.816	6.75	3.049	11074.00	.682	.027
Dependencia emocional (Puntaje total)	69.05	25.741	64.50	25.948	10278.50	.145	.096
Competencia personal	76.79	14.758	78.59	14.218	10606.00	.306	.068
Aceptación de uno mismo	51.26	9.104	51.80	8.335	11321.00	.935	.005
Resiliencia (Puntaje total)	128.05	23.238	130.39	21.883	10878.50	.506	.044

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; rb: Correlación biserial de rangos

En la Tabla 6 se puede apreciar que no existen diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las variables según el estado sentimental del participante ($p > .05$).

Tabla 7

Comparación de variables según grupo de edad

Variable	18 a 22 años (221)		23 a 26 años (67)		27 a 34 años (14)		K-W	gl	p	ε^2
	M	DE	M	DE	M	DE				
Ansiedad por separación	21.34	9.318	19.58	9.961	18.43	6.111	3.212	2	.201	.010
Expresión afectiva de la pareja	14.14	5.557	12.64	5.418	12.29	4.762	5.482	2	.065	.018
Modificación de planes	10.97	5.122	10.49	4.977	10.64	4.749	.477	2	.788	.001
Miedo a la soledad	8.37	4.147	7.75	4.117	7.36	3.478	1.729	2	.421	.005
Expresión al límite	6.48	3.701	6.55	3.978	5.07	2.947	2.262	2	.323	.007
Búsqueda de atención	6.86	2.876	6.22	3.166	6.14	2.568	3.069	2	.216	.010
Dependencia emocional (Puntaje total)	68.16	25.752	63.24	27.299	59.93	19.645	4.267	2	.118	.014
Competencia personal	78.05	14.537	75.58	14.577	82.71	12.244	2.922	2	.232	.009
Aceptación de uno mismo	51.82	8.619	50.21	9.416	53.57	5.598	1.538	2	.463	.005
Resiliencia (Puntaje total)	129.87	22.561	125.79	23.227	136.29	16.904	2.388	2	.303	.007

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ε^2 : épsilon cuadrado

En la Tabla 7 se aprecia que no existen diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las variables según el grupo de edad ($p > .05$).

Tabla 8*Matriz de correlación de dependencia emocional y resiliencia*

Variable	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Ansiedad por separación	-									
2. Expresión afectiva de la pareja	.756***	-								
3. Modificación de planes	.676***	.607***	-							
4. Miedo a la soledad	.676***	.566***	.566***	-						
5. Expresión al límite	.656***	.533***	.612***	.652***	-					
6. Búsqueda de atención	.624***	.639***	.503***	.500***	.458***	-				
7. Dependencia emocional (puntaje total)	.933***	.849***	.797***	.782***	.758***	.722***	-			
8. Competencia personal	-.262***	-.158**	-.187**	-.356***	-.319***	-.037	-.267***	-		
9. Aceptación de uno mismo	-.153**	-.092	-.107	-.279***	-.258***	.014	-.173**	.855***	-	
10. Resiliencia (puntaje total)	-.233***	-.142*	-.164**	-.341***	-.308***	-.021	-.243***	.981***	.937***	-

*Nota. *p<.05; **p<.01; ***p<.001*

La Tabla 8 muestra la matriz de correlación de las variables de estudio y sus respectivas dimensiones; se puede apreciar que la dimensión Competencia personal se relaciona de manera inversa y con una magnitud débil con las dimensiones de Ansiedad por separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes y Dependencia emocional (puntaje total); de igual manera correlación de manera inversa y con una magnitud media-débil con la dimensión Miedo a la soledad y Expresión al límite. Por su parte, la dimensión Aceptación de uno mismo obtuvo correlaciones negativas de magnitud débil con el puntaje total de la Dependencia emocional y sus dimensiones con excepción de Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes y Búsqueda de atención.

Finalmente, se encontró que la Resiliencia ha correlacionado de manera negativa con una magnitud débil con las dimensiones Ansiedad por separación, Expresión afectiva de la pareja y Modificación de planes; asimismo se obtuvieron correlaciones inversas de magnitudes media-débil entre Resiliencia con las dimensiones Miedo a la soledad y Expresión al límite.



Discusión

El presente estudio exploró la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en estudiantes universitarios que han atravesado una ruptura amorosa, proporcionando una aproximación empírica a la forma en que estas variables interactúan en contextos de pérdida afectiva. A partir de los resultados, se identificó una correlación inversa y estadísticamente significativa, aunque de magnitud débil, entre la dependencia emocional y la resiliencia. Este hallazgo sugiere que, en términos generales, aquellos estudiantes que presentan una mayor capacidad para adaptarse ante la adversidad emocional tienden a experimentar menores niveles de dependencia emocional en sus relaciones. Este resultado es consistente con lo hallado por Condori y Gómez (2021), López (2019), así como Momeñe y Estévez (2018), quienes también identificaron una relación negativa significativa entre ambas variables, lo que respalda la idea de que una menor resiliencia está asociada con una mayor dependencia emocional. Sin embargo, estos hallazgos contrastan con lo reportado por Cruz et al. (2020), quienes no encontraron una relación significativa entre ambas variables, lo que podría atribuirse a las particularidades del contexto carcelario en el que se desarrolló su investigación.

En relación con la dependencia emocional, los datos obtenidos mediante el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño mostraron que más de la mitad de la muestra se encuentra en un nivel promedio. Sin embargo, un 34.8% de los estudiantes presenta niveles altos, lo que representa un porcentaje considerable de jóvenes con características afectivas potencialmente disfuncionales. Esta cifra adquiere relevancia si se considera que los universitarios enfrentan múltiples desafíos emocionales durante su etapa formativa, y una elevada dependencia emocional puede generar dificultades para establecer vínculos saludables, así como complicar el proceso de afrontamiento ante una ruptura amorosa. La presencia de altos niveles de dependencia

emocional también ha sido documentada por estudios previos, como los de Fonseca et al. (2021) y Marín-Ocmin (2019), quienes evidenciaron que los jóvenes con baja autoestima tienden a presentar una mayor dependencia afectiva hacia sus parejas, reforzando la noción de que la autopercepción juega un papel relevante en la dinámica de las relaciones interpersonales.

El análisis de las dimensiones específicas de la dependencia emocional permite comprender con mayor profundidad el perfil emocional de los participantes. Se observaron porcentajes significativos en los niveles altos de ansiedad por separación, modificación de planes y miedo a la soledad, aspectos que reflejan una preocupación intensa ante la idea de perder al otro, una alta prioridad de la pareja en la planificación de la vida diaria, y un temor persistente a la desconexión afectiva. Estos patrones podrían estar asociados a modelos de apego inseguro desarrollados en etapas tempranas, los cuales se reactivan con mayor intensidad tras una ruptura sentimental. En consonancia, investigaciones como las de Banda y Sarmiento (2018) y Huanqui (2018) resaltan la influencia de la historia familiar y el contexto de socialización en la consolidación de vínculos afectivos dependientes, destacando cómo la estructura familiar o el clima emocional del hogar pueden moldear la forma en que se desarrollan las relaciones románticas.

Por otro lado, aunque la búsqueda de atención y la expresión emocional al límite también se presentan en niveles altos en una parte importante de la muestra, estas dimensiones parecen tener una menor influencia sobre la resiliencia, lo cual podría indicar que ciertos comportamientos emocionalmente expresivos o de búsqueda de aprobación no necesariamente deterioran la capacidad de afrontamiento, especialmente si están insertos en contextos de apoyo social funcional.

En cuanto a la resiliencia, los resultados obtenidos a través del Test de Resiliencia de Wagnild y Young muestran que, si bien cerca del 45% de los participantes presenta

niveles bajos o muy bajos en esta variable, la mayoría alcanza niveles medio, alto o muy alto. De forma aún más destacada, las dimensiones de competencia personal y aceptación de uno mismo revelan una alta prevalencia de puntuaciones elevadas, lo que permite inferir que los estudiantes universitarios, en general, cuentan con recursos internos adecuados para afrontar situaciones adversas. Este hallazgo resulta especialmente importante en el contexto de una ruptura amorosa, pues sugiere que, a pesar del impacto emocional que este tipo de eventos puede ocasionar, muchos jóvenes poseen habilidades de afrontamiento como la autorregulación emocional, la introspección positiva y la percepción de autoeficacia. Resultados similares fueron reportados por Momeñe y Estévez (2018), quienes destacaron que niveles elevados de resiliencia predicen una menor probabilidad de desarrollar dependencia emocional, así como una mayor resistencia ante el abuso psicológico.

La combinación de una dependencia emocional moderada con niveles de resiliencia relativamente altos podría reflejar un equilibrio entre la vulnerabilidad emocional y la capacidad adaptativa. Es decir, aunque los estudiantes experimentan dolor, ansiedad o inseguridad tras una ruptura, logran desarrollar estrategias que les permiten procesar emocionalmente el evento y continuar con su vida académica y personal. Este perfil se alinea con la idea de una resiliencia funcional, entendida como la habilidad no solo para resistir la adversidad, sino para aprender y crecer a partir de ella.

El análisis comparativo entre sexos reveló que no existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones generales de dependencia emocional ni en sus dimensiones. Sin embargo, se identificaron diferencias en variables específicas: las mujeres obtuvieron puntuaciones más elevadas en miedo a la soledad, lo cual podría estar influenciado por constructos sociales que promueven una mayor dependencia relacional en las mujeres o por estilos de socialización más afectivos y orientados al vínculo. Por su

parte, los hombres obtuvieron puntajes más altos en las dimensiones de competencia personal, aceptación de uno mismo y resiliencia total. Este resultado podría estar relacionado con un aprendizaje cultural que fomenta en los varones una mayor autosuficiencia emocional y una menor expresión de vulnerabilidad, lo que, en el contexto de una ruptura, se traduce en percepciones más positivas de su capacidad para afrontar la pérdida.

Respecto al estado sentimental actual, los datos muestran que no existen diferencias estadísticamente significativas en las variables evaluadas entre quienes están en una relación y quienes no. Este resultado sugiere que el hecho de mantener actualmente un vínculo amoroso no incide directamente en los niveles de dependencia emocional ni en la resiliencia desarrollada ante una ruptura previa. Es posible que la experiencia de la ruptura en sí misma, independientemente de la situación relacional posterior, sea el factor principal que moviliza o inhibe los mecanismos de afrontamiento. Del mismo modo, los análisis por grupo etario no arrojaron diferencias significativas en ninguna de las variables evaluadas. Si bien se observan tendencias que indican una disminución de la dependencia emocional y un aumento de la resiliencia con el incremento de la edad, estas diferencias no alcanzan significancia estadística. Esto podría estar relacionado con la amplitud del rango de edad, la homogeneidad del contexto universitario o la influencia de otras variables no controladas en el estudio. Resultados similares fueron encontrados por Momeñe y Estévez (2018), quienes observaron que la edad tiende a relacionarse con una menor dependencia emocional, aunque estas diferencias pueden no ser significativas en muestras homogéneas como la universitaria.

En términos generales, los resultados obtenidos indican que ciertas dimensiones de la dependencia emocional, en especial la ansiedad por separación, el miedo a la soledad y la expresión emocional al límite, están asociadas a mayores dificultades para adaptarse

emocionalmente a una ruptura. Estos aspectos parecen disminuir la eficacia de las estrategias de afrontamiento, prolongando el malestar psicológico y limitando la capacidad de recuperación. Por otro lado, las dimensiones de la resiliencia, particularmente la competencia personal y la aceptación de uno mismo, actúan como factores protectores que favorecen una regulación emocional más adaptativa y una visión positiva frente a la adversidad.

Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar la dependencia emocional de forma integral, reconociendo que no todas sus dimensiones afectan por igual la resiliencia, y que algunas pueden representar verdaderos obstáculos para el bienestar emocional en contextos de pérdida afectiva.

Una de las principales limitaciones del presente estudio radica en la metodología de recolección de datos. El uso de formularios virtuales, aunque práctico y accesible, introduce posibles sesgos de selección, ya que solo participaron estudiantes con acceso a internet y dispositivos digitales, lo que podría limitar la diversidad de la muestra. Además, al tratarse de instrumentos autoadministrados, existe el riesgo de que los participantes hayan respondido de forma apresurada, con escasa reflexión o buscando ofrecer respuestas socialmente deseables, especialmente en temas sensibles como las emociones tras una ruptura amorosa.

Asimismo, la investigación se desarrolló bajo un alcance correlacional y de temporalidad transversal, lo que impide establecer relaciones causales entre la dependencia emocional y la resiliencia. La correlación observada entre ambas variables no permite concluir si una influye directamente sobre la otra, por lo que se requiere cautela al interpretar los vínculos identificados, entendiendo meramente una relación entre las variables.

Otro aspecto a considerar es la ausencia de variables contextuales que podrían haber enriquecido la interpretación de los resultados. Factores como el tipo y duración de la relación terminada, el tiempo transcurrido desde la ruptura, el grado de voluntariedad en la separación, así como la presencia o ausencia de redes de apoyo emocional, no fueron considerados, pese a que pueden desempeñar un papel crucial en la forma en que los jóvenes procesan una pérdida amorosa.

A la luz de estas limitaciones, futuras investigaciones podrían abordar la relación entre dependencia emocional y resiliencia desde un enfoque longitudinal, que permita observar la evolución de ambas variables a lo largo del tiempo tras una ruptura amorosa. Esto facilitaría una comprensión más dinámica de los procesos de adaptación emocional.

Además, sería pertinente incorporar variables contextuales y personales que puedan actuar como factores mediadores o moderadores, tales como el apoyo social, el historial de salud mental, las experiencias previas en relaciones o las estrategias de afrontamiento utilizadas. Estos elementos ofrecerían una mirada más completa sobre los mecanismos que favorecen o dificultan la recuperación emocional.

También se recomienda diversificar las muestras incluyendo estudiantes de distintos niveles socioeconómicos, regiones geográficas y tipos de instituciones educativas universitarias, con el fin de incrementar la generalización de los hallazgos. La aplicación de métodos mixtos, que combinen herramientas cuantitativas con entrevistas o relatos personales, podría enriquecer la comprensión de las vivencias emocionales asociadas a la ruptura amorosa desde una perspectiva más profunda y subjetiva.

Finalmente, sería de gran valor evaluar el impacto de programas de intervención psicológica o talleres de educación emocional dirigidos a fortalecer la resiliencia y promover relaciones afectivas más saludables entre los estudiantes universitarios.

Conclusiones

Primera. Se encontró que las variables de la investigación tienen una relación inversa con intensidad media-débil, lo que quiere decir que, a menor dependencia emocional, mayor nivel de resiliencia en los jóvenes estudiantes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa.

Segunda. Se concluye que los estudiantes presentan un nivel medio de dependencia emocional lo cual indica que presentan ciertas características de dependencia en sus relaciones afectivas, pero no alcanzan niveles extremos.

Tercera. Se concluye que los estudiantes poseen un nivel alto de resiliencia, lo cual hacen entender que tienen adecuada regulación al estrés y afrontan experiencias adversas.

Cuarta. Se halló que las mujeres presentan un mayor nivel de dependencia emocional, mientras que los hombres presentan un nivel alto de resiliencia.

Quinta. Se halló que no existen diferencias en los niveles de dependencia emocional y resiliencia según el estado sentimental en los estudiantes.

Sexta. No existen diferencias en los niveles de dependencia emocional y resiliencia de acuerdo con el grupo etario en los estudiantes universitarios.

Sugerencias

Primera. Al departamento de psicología, desarrollar un programa de intervención de la dependencia emocional en las instalaciones de la universidad para generar en los estudiantes conciencia sobre el tema, sus señales, efectos y consecuencias. Promoviendo la resiliencia mediante la autoestima, autonomía, asertividad, tolerancia a la soledad y sentimientos negativos, regulación emocional y prevención de recaídas.

Segunda. A la Universidad donde se aplicó la investigación, se recomienda implementar charlas en auditorios con participación de la escuela profesional de psicología para la promoción de relaciones saludables, satisfactorias y de calidad en los jóvenes universitarios y sensibilizar sobre relaciones disfuncionales y actitudes riesgosas en las relaciones afectivas.

Tercera. En futuras investigaciones, se debe profundizar el tema de dependencia emocional y su relación con diferentes factores como la familia, apego, crianza y entorno social y otros más que puedan influir en el desarrollo en esta, para poder comprender mejor el comportamiento de los individuos dependientes emocionales.

Limitaciones

Primera. Nuestro estudio al ser no probabilístico por conveniencia, conformada por estudiantes universitarios que aceptaron a participar de manera voluntaria limita la posibilidad de generalizar los hallazgos a toda la población universitaria.

Segunda. Demora en la aplicación de test psicológicos, lo cual afectó el cronograma.



Referencias

- American Psychological Association. (2017). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. <http://www.apa.org/ethics/code/index.aspx>
- American Psychological Association. (2021). *Manual de publicaciones*. Manual Moderno. <https://www.ebooks7-24.com:443/?il=15757>
- Banda Andrade, M. R., & Sarmiento Leyva, G. Y. (2018). *Autoestima y dependencia emocional, en jóvenes víctimas y no víctimas de violencia en la etapa de enamoramiento* Institutos de Educación Pública-Arequipa.
- Barajas Márquez, M. W., Robles García, R., González Forteza, C. F., & Cruz del Castillo, C. (2012). El significado psicológico de una ruptura de pareja significativa en jóvenes universitarios.
- Block, J.H., & Block, J. (1980). “El papel del control y la resiliencia del ego en la organización del comportamiento en W.A. Collins” (ed.) Minnesota Symposium on Child Psychology, 13, 39-101. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Boss, P. (2001). *La Pérdida Ambigua*. Gedisa
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres*. Paidós
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional, Características y tratamiento*. Alianza Editorial.
- Castrillón, D., Chávez, L., Ferrer, A., Londoño, N. H., Maestre, K., Marín, C. A., et al. (2005). Validación del *Young Schema Questionnaire Long Form-Second Edition* (YSQ-L2) en población colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(3), 541-560.
- http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000107&pid=S1657-9267201200020000400014&lng=en

Castro Alburqueque, A. L., & Quiroz Macera, H. T. (2022). Propiedades psicométricas del cuestionario de dependencia emocional (CDE) en jóvenes adultos de la ciudad de Piura, 2021. *Universidad César Vallejo*.

Collins, T.J & Gillath, O. (2012) [Apego, estrategias de ruptura y resultados asociados: los efectos de la mejora de la seguridad en la selección de estrategias de ruptura. *Revista de investigación en personalidad*] 46, 210-222. Link del documento

Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). Código de ética y deontología. Recuperado de:
[/https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)

Conejeros Salinas, C. B. (2017). Ruptura de pareja, regulación, apoyo social y bienestar subjetivo en estudiantes de la Universidad de las Américas sede Chacabuco, Concepción.

Condori Caller, K. L., & Gómez Mendoza, M. T. (2021). Dependencia emocional y resiliencia en mujeres víctimas de violencia que acuden a un Centro de Salud del Cusco.

Consejo General de la Psicología de España. (19 de enero de 2006). *Las dependencias emocionales*. https://www.infocop.es/view_article.asp?id=528

Cruz Ordinola, M. C., Carhuatocto Niño, A., & Díaz de Angulo, D. M. (2020).
DEPENDENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN INTERNOS DEL PENAL
DE PICSÍ.

Díaz-Loving, R. & Sánchez, R. (2004). *Psicología del amor: Una visión integral de la relación de pareja*. México: Porrúa.

Fonseca, I. X. Q., Gutierrez, M. G. G., Riaño, A. M. J., Hernandez, M. L. M., & Andrade, N. A. O. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 9(18), 91-98.

Frisancho, R., & Quiroz, J. (2015). Dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes universitarios hijos únicos y no únicos (Doctoral dissertation, Tesis de Licenciatura).

García, F., & Ilabaca, M, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, Vol. 11(2), 157-172. ISSN 2077-2161.
Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/4615/461545460003.pdf>

Henderson, E. (2009). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: *Editorial Gedisa*.

Huanqui Virrueta, M. Y. *Clima Social Familiar y Dependencia Emocional hacia la Pareja en Estudiantes de Psicología y Comunicación Social*.

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (s.f.). *En el Perú existen más de 200 mil adolescentes que son madres o están embarazadas por primera vez*.
<https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-200-mil-adolescentes-que-son-madres-o-estan-embarazadas-por-primera-vez-8703/#:~:text=El%20INEI%20inform%C3%B3%20que%20el,antes%20de%20cumplir%2015%20a%C3%B1os>

Izquierdo-Martínez, S. A., & Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia*.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862013000100008&script=sci_arttext&tlng=en

Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Construcción y Validación Del Cuestionario De Dependencia Emocional, En Población Colombiana. *Acta colombiana de psicología* 9 (2) 127-140. <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/798/79890212.pdf>

- López Córdova, I. (2019). Resiliencia y dependencia emocional en mujeres expuestas a situaciones de violencia familiar en el distrito de Independencia, 2019.
- Marín-Ocmin, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *CASUS. Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(2), 85-91.
- MINSA (2016). Documento técnico: Orientaciones para la atención integral de salud en la etapa de vida joven.
- Momeñe, J., & Estévez, A. (2019). El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico [The role of resilience in emotional dependence and psychological abuse]. *Revista española de drogodependencias*, 1(44), 28-43.
- Peralta y Ramírez. (2006). La resiliencia en estudiantes universitarios. División de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad del Norte Barranquilla, Colombia.
- Omar, A., Paris, L., Uribe, H., Ameida da Silva, S. H. y Aguiar de Souza, M. (2011). Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicología em Estudo, Maringá*, 16(2), 269-277.
- Paéz, X. Neurobiología del amor y sustrato biológico de la monogamia. Seminarios postgrados multidisciplinarios biología celular. Universidad de los Andes, Venezuela, 2006.
- Ramos, L. (2017). Guía para la evaluación de tesis. Manuscrito no publicado, Facultad de Educación, Ciencias de la Comunicación y Humanidades, Escuela de Humanidades, Carrera Profesional de Psicología, Universidad Privada de Tacna, Perú.
- Rutter, M. (1993). Resilience; some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*. 14, 8, págs. 626-631
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: una alternativa peruana. *Liberabit* 11, 41-48.

Saltalamacchia, H. R., & Sánchez, G. L. (1989). La juventud hoy: un análisis conceptual.

Revista de Ciencias Sociales, (3-4), 41-67.

Seligman, M. y Czikszentmihalyi, M. (2000). Happiness, excellence, and optimum human

function. *American Psychologist*, 55(1). La aceptación incondicional de la persona.

Tomasi, L., & Swatos, W. H. (1998). Adolescence/youth culture. *Encyclopedia of Religion and Society*, 3-7.

Ventura, J., & Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de psicología*, 25(1), 01–17.

<https://doi.org/10.5354/0719-0581.2016.42453>

Vera Poseck, B., Carbelo, B., y Vecina, M.L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postrau-mático. *Papeles del Psicólogo*, 27, 40-49.

Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El siguiente formulario hace parte de la presente investigación a cargo de las bachilleres en psicología Sara Margot Neyra Bernal y Yajaira Diana Zegarra Apaza de la Universidad Católica de Santa María con el objetivo de determinar la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en jóvenes universitarios que han experimentado una ruptura amorosa. La finalidad de este estudio es lograr el grado de Licenciada en Psicología.

- La participación en este estudio es voluntaria.
- La información que se recoja será confidencial y anónima.
- La información no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.
- En caso de **NO** participar **NO** responda el cuestionario.
- El proceso no brindará ningún beneficio al encuestado.
- El encuestado puede pedir cesar de la participación previa conversación con las responsables.

¡Desde ya agradecemos su tiempo y participación!

Acepto participar de manera voluntaria y soy consciente de la finalidad de la evaluación psicológica para el proceso de la investigación ya mencionada.

Su participación es totalmente voluntaria ¿Acepta usted la invitación?

Si

No

Anexo 2. Ficha Sociodemográfica

Ficha sociodemográfica

Complete según corresponda:

1. Edad:

De 18 a 22 años

De 23 a 26 años

De 27 a 34 años

2. Sexo:

Femenino

Masculino

Otro: _____

3. ¿Cómo calificarías tu nivel socioeconómico?

Alto

Medio

Bajo

4. ¿Con quién vives actualmente?

Padres

Compañeros (as) de cuarto

Solo(a)

Otros: _____

5. ¿Cuántas parejas has tenido hasta ahora?

() 1

() 2

() 3

() 4

() 5

() Otro

6. ¿Has experimentado alguna ruptura amorosa? (en caso tuviera pareja actual, considerar como ruptura si han terminado y regresado durante la relación)

Sí

No

7. ¿Cuánto tiempo duró tu última relación amorosa?

De 0 a 6 meses

De 7 a 12 meses

De 13 a 24 meses

De 25 a más meses

8. En caso de haber respondido Sí a la pregunta anterior ¿Hace cuánto tiempo fue dicha ruptura amorosa?

De 0 a 6 meses

De 7 a 12 meses

De 13 a 24 meses

De 25 a más meses

9. ¿Cuál fue el motivo de tu última ruptura?

Diferencias

Infidelidad

Desconfianza o celos

Falta de comunicación

10. ¿Quién terminó la relación?

Yo

Mi ex pareja

11. ¿En qué etapa del proceso de superación de la ruptura cree que se encuentra

Por iniciar o en inicio

En proceso

Anexo 3. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

CDE

Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Edad:..... Sexo:..... Grado de instrucción:.....

Actualmente tengo una relación sentimental: SI NO

Anteriormente tuve una relación sentimental: SI NO

Aun no tuve ninguna relación sentimental: SI NO

Instrucciones:

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma.

Por favor, lea cada frase y decida qué tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

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

1.	Me siento desamparado cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
2.	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1	2	3	4	5	6
3.	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1	2	3	4	5	6
4.	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1	2	3	4	5	6
5.	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1	2	3	4	5	6
6.	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1	2	3	4	5	6
7.	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1	2	3	4	5	6

8.	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1	2	3	4	5	6
9.	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1	2	3	4	5	6
10.	Soy alguien necesitado y débil	1	2	3	4	5	6
11.	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1	2	3	4	5	6
12.	Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1	2	3	4	5	6
13.	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1	2	3	4	5	6
14.	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1	2	3	4	5	6
15.	Siento temor a que mi pareja me abandone	1	2	3	4	5	6
16.	Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1	2	3	4	5	6
17.	Si desconozco dónde está mi pareja me siento intranquilo	1	2	3	4	5	6
18.	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
19.	No tolero la soledad	1	2	3	4	5	6
20.	Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1	2	3	4	5	6
21.	Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella	1	2	3	4	5	6
22.	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1	2	3	4	5	6
23.	Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4	5	6

Anexo 4. Escala de Resiliencia (ER)

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (ER)

1= Totalmente en desacuerdo
 2= Muy en desacuerdo
 3= En desacuerdo
 4= Ni en desacuerdo ni de acuerdo
 5= De acuerdo
 6= Muy de acuerdo
 7= Totalmente de acuerdo

SEXO ____ EDAD: ____ TRABAJO: SI ____ NO ____

ITEMS	EN DESACUERDO DE ACUERDO						
1. Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2. Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3. Dependo mas de mi mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
4. Es importante para mi mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5. Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy amigo de mi mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido (a).	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto cual es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12. Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14. Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15. Me mantengo interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general, encuentro algo de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17. El creer en mi mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy una persona en la que se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7