

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Tesis

Dependencia emocional y creencias irracionales en mujeres víctimas de
violencia psicológica en la pareja

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Carlos Jesús Buiklece Salardi

Asesor: Lic. Jesús Joel Aiquipa Tello

Lima - Perú

2019

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado a mis padres, Carlos Yoni Buiklece y Marta Salardi; quienes son ejemplo constante de esfuerzo y esperanza, además del apoyo a lo largo de mi vida y cultivar sensibilidad, fortaleza y espíritu de lucha.

Bachiller: Carlos Jesús Buiklece Salardi.

Agradecimientos

Agradezco a Víctor Aponte y Maritza Buikler por su afectuoso y desinteresado apoyo incondicional.

Agradezco a mi asesor de Tesis, el psicólogo Jesús Aiquipa Tello por su paciencia y profesionalismo.

INDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	xiii
ABSTRAC	xiv
ÍNDICE DE CONTENIDO	iv
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
INTRODUCCIÓN	xv
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	
1.1.Marco histórico	17
1.2. Bases teóricas	19
12.1. Relación de pareja	19
1.2.1.2 Violencia hacía la mujer en una relación de pareja	21
1.2.1.3 Factores relacionados a la permanencia de la mujer maltratada por su pareja	22
1.2.1.4. Ciclo de la violencia hacía la mujer en la relación de pareja	26
1.2.2. Dependencia emocional	27
1.2.2.1. Características de la persona dependiente	28

1.2.2.2. Factores causales de la dependencia emocional según Jorge Castelló	31
1.2.2.3. Fases de la relación de pareja	34
1.2.3. La terapia racional emotiva conductual (TREC)	37
1.2.3.1 Aporte de Albert Ellis	37
1.2.3.2 Creencias racionales e irracionales en la TREC	38
1.2.3.3. Las 11 creencias irracionales propuestas por Albert Ellis	40
1.2.3.4. La teoría del cambio terapéutico de la TREC	41
1.2.3.5. El A-B-C-D-E como método de cambio psicoterapéutico de la TREC	42
1.2.3.6 Dependencia emocional según la TREC de Albert Ellis	44
1.2.3.7 Dependencia emocional según la terapia de esquemas	45
1.3 Antecedentes del estudio	49
1.3.1 Antecedentes internacionales	49
1.3.2 Antecedentes nacionales	54
1.4 Marco conceptual	58

CAPÍTULO II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y VARIABLES

2.1. Realidad problemática	61
2.2. Antecedentes teóricos	64
2.3. Definición del problema general y específicos	65

2.4. Objetivos, delimitación y justificación de la investigación	66
2.4.1. Delimitación del estudio	67
2.4.2. Justificación e importancia del estudio	68
2.5. Hipótesis, variables y definiciones conceptuales	70
CAPÍTULO III. MÉTODO, TÉCNICA E INSTRUMENTOS	
3.1. Tipo de investigación	73
3.2. Diseño a utilizar	73
3.3. Universo, población, muestra y muestreo	74
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	75
3.5. Procesamiento de datos	78
CAPÍTULO IV. PROCESAMIENTO, PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	
4.1 Presentación de resultados descriptivos	79
4.1.1. Prueba de distribución normal de las variables de estudio	79
4.1.2. Análisis descriptivo de las variables de estudio	80
4.1.3 Frecuencia de puntajes de las variables de estudio	81
4.1.4 Tablas cruzadas entre las variables de estudio y variables sociodemográficas	82
4.2. Presentación de resultados correlacionales	89
4.2.1. Gráficos de dispersión de las variables de estudio	89

4.2.2. Contrastación de hipótesis	107
4.2.2.1. Descripción de los datos hallados a través de la correlación	108
4.3. Discusión de resultados	110
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Conclusiones	119
5.2 Recomendaciones	122
Referencias bibliográficas	123
Anexos	132
Anexo 1	132
Anexo 2	133
Anexo 3	134
Anexo 4	135
Anexo 5	140
Matriz de consistencia	146

LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Factores que influyen en la mujer maltratada	24
Tabla 2 Ejemplo de registro de reestructuración cognitiva en el modelo TREC	43
Tabla 3 Variables, definiciones operacionales e indicadores	70
Tabla 4 Estadístico para determinar la normalidad de la distribución de las variables de estudio	79
Tabla 5 Estadístico descriptivo de la variable dependencia emocional	80
Tabla 6 <i>Estadístico descriptivo para la variable creencias irracionales</i>	80
Tabla 7 <i>Distribución de la muestra según las categorías de la variable dependencia emocional</i>	81
Tabla 8 <i>Distribución de la muestra según las categorías de la variable creencias irracionales</i>	81
Tabla 9 <i>Categorías de dependencia emocional según rango de edad</i>	82
Tabla 10 <i>Categorías de dependencia emocional según estado civil</i>	83
Tabla 11 <i>Categorías de creencia irracional Necesidad de amor y edad</i>	83
Tabla 12 <i>Categorías de creencia irracional Altas auto expectativas y rango de edad</i>	84
Tabla 13 <i>Categorías de creencia irracional Culpabilización y rango de edad.</i>	84
Tabla 14 <i>Categorías de creencia Intolerancia a la frustración y rango de edad</i>	85
Tabla 15 <i>Categorías de creencia irracional Causas externas y rango de edad.</i>	85

Tabla 16	<i>Categorías de creencia miedo ante lo desconocido y edad.</i>	86
Tabla 17	<i>Categorías de creencia irracional Evitación de problemas y rango de edad</i>	86
Tabla 18	<i>Categorías de creencia irracional Dependencia y rango de edad.</i>	87
Tabla 19	<i>Categorías de creencia Indefensión edad.</i>	88
Tabla 20	<i>Categorías de creencia irracional Pasividad y rango de edad.</i>	88
Tabla 21	<i>Correlación Rho de Spearman entre la variable</i>	107
Tabla 22	<i>Correlación de la variable creencias irracionales entre sus dimensiones</i>	132

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	<i>Diagrama de dispersión entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional i necesidad de amor y aprobación</i>	89
Figura 2	<i>Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional necesidad de amor y aprobación</i>	90
Figura 3	<i>Diagrama de dispersión entre la dimensión intolerancia a la soledad y la creencia irracional necesidad de amor y aprobación.</i>	91
Figura 4	<i>Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional necesidad de amor y aprobación</i>	92
Figura 5	<i>Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de control y dominio y la creencia irracional necesidad de amor y aprobación</i>	93
Figura 6	<i>Diagrama de dispersión entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional dependencia</i>	94

Figura 7 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional</i> <i>dependencia</i>	94
Figura 8 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión Deseos de control y dominio y la creencia irracional</i> <i>pasividad</i>	95
Figura 9 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión necesidad de acceso a la pareja y la creencia</i> <i>irracional necesidad de amor y aprobación</i>	96
Figura 10 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de exclusividad y la creencia irracional</i> <i>necesidad de amor y aprobación</i>	97
Figura 11 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión subordinación y sumisión y la creencia irracional</i> <i>necesidad de amor y aprobación</i>	98
Figura 12 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional</i> <i>culpabilización</i>	99
Figura 13 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional causas</i> <i>externas</i>	100
Figura 14 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional</i> <i>causas externas</i>	101
Figura 15 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión intolerancia a la soledad y la creencia irracional</i> <i>dependencia</i>	102
Figura 16 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional</i> <i>dependencia</i>	103
Figura 17 <i>Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de exclusividad y la creencia irracional</i> <i>dependencia</i>	104

Figura 18 *Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional miedo o ansiedad*

105

Presentación

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N°003-FPs y TS-2018, me es grato poder presentar mi trabajo de investigación titulado “Dependencia emocional y creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja”, para obtener el título profesional de licenciatura bajo la modalidad de Tesis.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea adecuadamente evaluado y aprobado.

Atentamente

Carlos Jesús Buiklece Salardi

Resumen

La presente investigación propone estudiar la relación entre la dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos. La muestra es de tipo censal, conformada por 100 mujeres que se encuentran en el rango de 20 y 50 años de edad que actualmente están casadas o en una relación de convivencia.

La investigación es de tipo cuantitativa, el diseño es no experimental, transversal, descriptiva y correlacional.

Los instrumentos que se utilizarán son el Inventario de Dependencia Emocional- (IDE (Aiquipa, 2015) y el registro de opiniones de Albert Ellis.

Los resultados indican que 96% de las mujeres participantes se ubican en una categoría alta de dependencia emocional. En cuanto a la relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en las mujeres del estudio, se halló relación directa estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y las creencias irracionales *necesidad amor y aprobación y dependencia*.

Palabras claves: Violencia psicológica, pareja, dependencia emocional, creencias irracionales

Abstract

The present investigation proposes to study the relationship between emotional dependence and the types of irrational beliefs in women victims of psychological violence by their partners who attend an institution that serves couples in a situation of violence in the Chorrillos district. The sample is of census type, made up of 100 women who are in the range of 20 and 50 years of age who are currently married or in a relationship of coexistence.

The research is quantitative, the design is non-experimental, transversal, descriptive and correlational.

The instruments that will be used are the Inventory of Emotional Dependency- (IDE (Aiquipa, 2015) and the register of opinions of Albert Ellis.

The results indicate that 96% of the participating women are placed in a high category of emotional dependence. Regarding the relationship between emotional dependence and irrational beliefs in the women of the study, a direct statistically significant relationship was found between emotional dependence and irrational beliefs, need for love and approval and dependence.

Keywords: Psychological violence, couple, emotional dependence, irrational beliefs

Introducción

La violencia contra la mujer es una problemática que a pesar de las marchas y los esfuerzos por mediatizarla sigue fuertemente arraigada en la sociedad peruana, teniendo como expresión más íntima los núcleos familiares y las relaciones conyugales. En el 2016 el Instituto Nacional de Estadística e Informática reportó que el 68.2% de mujeres ha sido víctima de violencia psicológica, física o sexual por parte de su esposo o conviviente y un año después, en el 2017 es la misma INEI quién reporta que solo el 27% de las mujeres víctimas de violencia llegan a efectuar una denuncia policial.

Para Castillo (2018), director general del Instituto Nacional de Salud Mental, las mujeres que han sufrido maltrato saben que no es saludable continuar con esa relación, pero no logran concluirla por miedo a la soledad y que en algunos casos buscan revivir emociones de dolor no superadas en la infancia y esto se relaciona con la dependencia afectiva. En función a ello se ha recolectado antecedentes de investigaciones que estudian la violencia a la mujer por parte de la pareja y su relación con la variable dependencia emocional, encontrando que hay relación estadísticamente significativa entre ambas, corroborándose en la mayoría de dichas investigaciones la hipótesis inicial: “a mayor dependencia emocional, mayor propensión a la violencia en la pareja”. A este previo escenario se agrega la variable de las creencias irracionales, las cuales son una serie de pensamientos adquiridos a lo largo de la historia personal de los individuos. Se caracterizan por ser verdades a priori de carácter extremista, dogmático y causantes de perturbación emocional, tales como “necesito el amor y la aprobación de los demás de lo contrario no puedo ser feliz”, “necesito de alguien más fuerte que yo en quien depender” “tengo que sentir miedo de cualquier cosa incierta” “es

terrible que las cosas no salgan como yo quiero”. La base teórica en la que se sostiene la variable de las creencias irracionales es la terapia racional emotiva conductual (TREC) de Albert Ellis.

El trabajo de investigación está conformado por los siguientes capítulos.

El primer capítulo es el marco teórico de la investigación, el cual está conformado por el marco histórico, las bases teóricas de las variables, las investigaciones antecedentes nacionales e internacionales y el marco conceptual.

El segundo capítulo desarrolla el planteamiento de la realidad problemática, definiendo el problema general y los específicos, los objetivos de la investigación, la delimitación del estudio y su importancia. Así también se plantean la hipótesis general y las hipótesis específicas. Y finalmente se operacionaliza las variables e indicadores.

El tercer capítulo aborda la metodología de la investigación, organizada en: Tipo y diseño empleado. Universo, población y muestra. Las técnicas e instrumentos en la recolección de datos.

El cuarto capítulo se centra en el procesamiento y análisis de los resultados. Finalmente en el quinto capítulo se aborda la discusión, las conclusiones y recomendaciones.

Capítulo I

Marco teórico conceptual

1.1. Marco histórico

La presente investigación se centra en la violencia psicológica hacia la mujer por parte de la pareja, en función de esto se revisará algunos hitos históricos acerca del objeto de estudio.

La violencia ha estado presente a lo largo de la historia de la humanidad y ha sido moldeada mediante los cambios históricos, sociales y culturales de cada pueblo, tiempo y nación (Martínez, citando a Escobal, 2001). También la forma como la violencia se expresa es variable, debido a que en algunas culturas fue y sigue siendo aceptable.

Este autor menciona que es a partir de la revolución Francesa en donde se da una toma de consciencia en torno a los derechos universales que antes estaban bajo el régimen de un monarca (Martínez, 2014). Estos cambios fueron tomando relevancia durante la industrialización y urbanismo a fines del siglo XIX.

La crisis por la que pasó la humanidad al soportar los devastadores golpes de dos guerras mundiales en el siglo XX, terminó de generar el impulso necesario para prestar total atención a los derechos individuales y acerca de normas de convivencia dentro de la sociedad (Martínez, 2014).

No fue sino hasta que surgió la Organización de las Naciones Unidas en el año 1945 donde se sientan las bases de un cambio en la concepción de la “violencia humana” y con ella la declaración universal de los derechos humanos en 1948 proclamando que “todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos” (ONU, 1948).

Debido a este cambio histórico promovido por el surgimiento de la ONU se celebró congresos y acuerdos internacionales sobre los derechos, tales como la Conferencia Mundial de los Derechos Humanos en Viena, la Convención Internacional de la Mujer en Beijín (1995), la Convención Interamericana para Prevenir y Sancionar la Violencia Contra la Mujer (1994) (Martínez, 2014).

Con respecto a los cambios de paradigma referentes a la violencia contra la mujer la ONU publica el 23 de febrero del 1994 la Declaración de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer, aprobada en una resolución de la asamblea general de Naciones Unidas del 20 de diciembre de 1993, siendo este el primer documento internacional que aborda específicamente este tipo de violencia y menciona en su primer artículo, “que la violencia contra la mujer es todo acto de violencia hacia la mujer que pueda ser de carácter físico, sexual o psicológico, también las amenazas de tales actos, la manipulación o la privación injustificada de la libertad” (Yugueros, 2014)

La violencia hacia la mujer en el ámbito de la pareja no ha sido fácil de definir, no porque no existiera, por el contrario, está fuertemente arraigada a lo cultural, normalizada muchas veces por las mismas víctimas, perteneciendo al núcleo privado de la pareja, acompañando de forma cotidiana y silenciosa

En esta misma línea Yugueros (2014) menciona que es gracias a los movimientos feministas que se ha podido ver directamente estos hechos, formando parte de una problemática de carácter público, exigiéndose que se legisle y penalice estos actos y brindar protección a la mujer víctimas de este tipo de violencia.

En el Perú, la violencia contra la mujer es una lucha constante, dejando muchas veces a los espectadores impotentes ante la poca capacidad de resolución que muestran las autoridades para frenarla. Por ejemplo, según datos de la OMS, (2016) el acto de violencia más común que han sufrido las mujeres era una bofetada por parte de la pareja, oscilando entre el 9% en Japón y el 52% en las provincias del Perú. De esta forma también en el año 2016 el INEI reporta que el 68.2% de las mujeres fueron víctimas de violencia psicológica, física y/o sexual por su esposo o conviviente.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Relación de pareja

Morales (2016) define a la relación de pareja como la interacción entre dos personas que se atraen mutuamente y que han elegido libremente establecer dicha unión. A su vez, esta relación ha de estar fundamentada en el respeto y el amor, de lo contrario se tornará conflictiva o tendrá lugar la separación.

Bajo la perspectiva de Morales (2016), en una relación de pareja, la comunicación, el apoyo mutuo, la relación sexual y la cooperación supondrán para los miembros el establecimiento de límites saludables con el fin de lograr un adecuado clima emocional.

Así mismo, Morales (2016) refiere que toda relación de pareja afectiva atraviesa o podría atravesar un proceso de evolución que se da mediante las siguientes fases:

A. Extraños

Esta primera fase consta de dos individuos que se desconocen totalmente, no tiene lugar ninguna reacción fisiológica o psicológica que despierte uno hacia el otro.

B. Amistad

En esta fase las dos personas empiezan a conocerse, siendo lo más importante el generar una impresión positiva, provocando la reacción de desear establecer mayor comunicación. Esta fase es estimulante y placentera.

C. Atracción

La principal característica de esta fase es la idealización hacía la otra persona, también llamado el enamoramiento. Empieza a haber una atracción, tal vez a la apariencia física o a las características particulares, pudiendo ser recíproco o no serlo.

D. Romance

En esta fase ambas personas se identifican uno con el otro, interrelacionándose mediante varios estilos de comunicación, que a su vez se expresan de manera conductual, tales como besos, encuentros sexuales, intimidad y exclusión de otros. Además de ello se genera un fortalecimiento de lazos emocionales recíprocos.

E. Compromiso

Esta etapa corresponde la continuación natural y funcional del romance. Aquí la relación da paso al establecimiento de compromiso, pudiendo ser el matrimonio una de las vías de consolidación. Al ser ahora un compromiso, se adjudica un intercambio de derechos y responsabilidades influenciadas por la sociedad, la historia familiar y las expectativas de una relación duradera. A su vez, es normal que existan problemas en la relación, sobretodo relacionado a la tolerancia de las diferencias.

F. Conflicto

El haber alcanzado la fase de compromiso tiene varias implicancias en las interacciones cotidianas que pueden cambiar la óptica que tienen los miembros de la pareja acerca de sí mismos, cambiando el énfasis existente de las similitudes a las diferencias. Si el foco de atención es el de encontrar cada vez más diferencias, esto generará un problema en la adaptación de ambos y en el deseo de continuar juntos.

G. Disolución del amor

En esta fase se da la disminución de la percepción del vínculo amoroso que tuvo lugar en el compromiso. Son varias las causas que podrían poner fin a la relación, tales como infidelidad, conflicto y el establecimiento de nuevos planes de vida.

H. Separación o divorcio

Incluso tras la decisión de tener una relación y establecer un compromiso auténtico, la separación desde una perspectiva legal y física pone fin de manera oficial a la relación. Tener en cuenta que la disolución del amor y el divorcio no necesariamente ocurren en simultáneo.

1.2.1.2. Violencia hacia la mujer en una relación de pareja

La violencia de pareja es una de las formas de violencia hacia la mujer más común que hay incluyendo aspectos físicos, sexual y psicológicos, OMS (2013) y que el 35% de las mujeres en el mundo ha sufrido de alguno de estos tipos de violencia por parte de su pareja (OMS, 2017).

En este mismo informe la OMS valida y enfatiza los datos hallados en una investigación que tuvo lugar en el año 2013, con 24.000 mil mujeres de 10 países, obteniendo los siguientes datos estadísticos. Entre el 13 y el 61% de mujeres indicaron que alguna vez han sufrido de violencia física por parte de su pareja. Entre el 6% y el 59 de mujeres refirieron haber sufrido violencia

sexual por parte de sus parejas. Y entre 20% y 75% de mujeres señalaron haber sufrido violencia psicológica por parte de su pareja (OMS, 2013).

Tal como se aprecia en los datos proporcionados por la OMS, la violencia psicológica, también llamada violencia emocional en la pareja es el tipo de violencia que más prevalece. En relación con esto, Blázquez, Moreno y García-Baamonde (2010) refieren que las expresiones de maltrato psicológico son previas a las agresiones físicas en las relaciones de pareja. De igual manera estos autores mencionan que cuando se transgrede los límites en el respeto que ha de existir hacia la otra persona, el utilizar la violencia como forma de ejercer control se vuelve más habitual. Las conductas utilizadas para ejercer dicho control suelen ser a través de humillaciones, descalificaciones, mofas, indiferencia y amenazas reiterativas de abandono, conductas que entran en lo que denominamos violencia psicológica (Blázquez et al., (2010).

Para Rubio-Garay, Carraco, Amor y López-Gonzales (2015) la violencia hacia la mujer en la relación de pareja aparece de manera progresiva y soterrada, pero su mantenimiento dependerá de creencias o mitos sobre la relación y la exposición previa de modelos de violencia. Estos autores refieren que las primeras manifestaciones de violencia en la pareja no llevan a la ruptura de la relación, sino que por el contrario activa creencias sobre el amor romántico como “el amor lo puede todo”.

1.2.1.3. Factores relacionados a la permanencia de la mujer maltratada por su pareja

Según Amor et al. (2006) explican los factores relacionados a la permanencia de la mujer maltratada por su pareja, diferenciando características contextuales, características de la mujer maltratada y características de los agresores.

Características contextuales

Estas características se relacionan a la permanencia de la mujer maltratada con la pareja que la agrede y también con el hecho de regresar con él luego de haber terminado la relación. Muchas mujeres se ven obligadas a regresar con el agresor cuando éste es su principal fuente de sostenimiento económico o se encuentran motivadas por otros factores considerados vitales, como el tener una vivienda o permanecer cerca a sus hijos pequeños (Anderson, 2003, citado por Amor et al., 2006).

Otro factor contextual es la consideración que se tiene de la gravedad de violencia percibida por la mujer agredida. Cuando se percibe la violencia recibida como leve o moderada se tiende a buscar una justificación del maltrato recibido; en cambio, las que sufren niveles más alto de violencia son aquellas que desean terminar la relación y al mismo tiempo son las que menos lo hacen (Amor et al., 2006).

Por último, un tercer factor contextual que lleva a una mujer maltratada por su pareja a no concluir con esa relación es el miedo que supone para ellas las posibles represalias (Amor et al., 2006).

A. Características de las mujeres maltratadas

Aquí se incluyen aspectos cognitivos y emocionales, tales como sentirse enamorada, presentar dependencia emocional hacía el agresor y tener un sistema de creencias particular. También están involucrados características de personalidad, incluyendo síntomas psicopatológicos (Amor et al., 2006).

B. Características del agresor

Hay que tener en cuenta que no todos los agresores son iguales, que la conducta agresiva que muestran no tiene lugar en todos los contextos y que ciertas condiciones psicopatológicas podrían subyacer a la conducta agresora. Cabe resaltar que las conductas de maltrato y de manipulación tienen un gran impacto en el proceso de toma de decisiones de la mujer víctima de violencia en la pareja (Amor et al., 2006).

Tabla 1: *Factores que influyen en el hecho de que una mujer que es maltratada por su pareja permanezca con el agresor:*

FACTORS QUE INFLUYEN EN LA MUJER MALTRATADA EN LA PERMANENCIA CON EL AGRESOR

CARACTERÍSTICAS CONTEXTUALES

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

- Dependencia económica
- Aislamiento familiar y social
- Hijos pequeños a su cargo
- Aceptación de los consejos de personas significativas sobre la conveniencia de aguantar al agresor

ACCESO A RECURSOS COMUNITARIOS

- Ausencia de alternativas reales en cuanto al alojamiento, empleo, servicios sociales y psicológicos de ayuda
 - Desconocimiento de los recursos existentes
-

GRAVEDAD DE LAS CONDUCTAS
VIOLENTAS

- Moderada frecuencia e intensidad del maltrato
- Elevada gravedad del maltrato

CARACTERÍSTICAS DE LA MUJER MALTRATADA

ASPECTO COGNITIVOS Y EMOCIONALES

- Enamoramiento intenso
- Dependencia emocional
- Creencias y errores atribucionales

CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD

- Sentimientos de baja autoestima
- Sentimientos de culpa por la existencia de la violencia
- Bajo nivel de asertividad

REPERCUSIONES PSICOLÓGICAS EN LA
VICTIMA

- Sentimientos de indefensión y desesperanza
- Ansiedad excesiva
- Elevado grado de afectación del maltrato en su vida cotidiana

CARACTERÍSTICAS DE LOS AGRESORES

CARACTERÍSTICAS DE PERSONALIDAD Y
TIPOS DE MALTRATADOR

- Codependencia emocional
- Características antisociales de la personalidad
- Agresor de alto riesgo, posee historial delictivo

CONDUCTAS ESPECÍFICAS DE
MANIPULACIÓN Y MALTRATO

- Pide perdón y jura que no volverá a maltratarla
- Se presenta con un estado de ánimo depresivo y amenaza con suicidarse si es abandonado
- Amenaza a la víctima con graves consecuencias si es abandonado

Elaborada por el autor.

Fuente: Amor et al. (2006).

1.2.1.4. Ciclo de la violencia hacia la mujer en la relación de pareja

Amor et al. (2006) Proponen un modelo que explica 3 fases de la agresión hacia la mujer en una relación de pareja.

A- Primera fase

El maltrato surge de manera sutil y casi imperceptible con conductas de control, gestos en el lenguaje no verbal y descalificaciones. Si la víctima se encuentra enamorada es muy probable que se habituara progresivamente a la violencia, percibiéndola como algo intrínseco y natural de la relación de pareja. A nivel cognitivo y afectivo se tiende a normalizar y minimizar tales conductas, afirmando frases como “no hay pareja perfecta”.

En algunos casos, si la violencia se expresa desde un inicio de manera explícita, lo que surge por parte de la víctima es la esperanza de que cambie, expresada mediante la creencia de que, si se sacrifica y se esfuerza, logrará hacer que su pareja cambie.

B- Segunda fase

En una segunda fase la violencia se vuelve crónica, alternando con episodios de arrepentimiento y ternura lo que generará una dependencia emocional.

Al no poder entender por qué hay estos cambios repentinos en la dinámica disfuncional de la pareja, la mujer objeto de ella, podría atravesar una fase de autoinculpación, ya sea porque cree que ella la ocasiona o porque no sabe lidiar con lo que sucede. Asimismo, en este estadio la mujer podría optar por conductas de escape mal adaptativas, tales como consumo de sustancias y aislamiento social y familiar.

C- Tercera fase

En última instancia la mujer se percata de que la violencia es incontrolable, lo que surge es indefensión y desesperanza.

1.2.2. Dependencia emocional

La dependencia emocional es la necesidad de afecto desproporcionado que un individuo siente por otro (Castelló, 2005).

Castelló (2005) distingue la dependencia instrumental de la dependencia puramente afectiva. El primer grupo corresponde a personas que carecen de auto concepto definido y con grandes necesidades de aprobación, mientras que la dependencia puramente afectiva se centra en lo que la literatura de autoayuda denominó como adicción al amor, siendo también este segundo tipo de dependencia el objeto de estudio de esta investigación, por lo que nos centraremos exclusivamente en ella.

En función a ello, el autor explica el perfil de la persona dependiente emocional, caracterizado por un patrón de relaciones parentales inestables desde la infancia, lo cual genera

una búsqueda incesante de suplir dichas carencias a través de relaciones sentimentales ulteriores (Castello, 2005).

Plantea el autor que, cuando tiene lugar una ruptura en su relación de pareja, el dependiente queda al borde de padecer trastornos mentales tales como depresión, ansiedad, pensamientos intrusivos e ideación suicida (Castello, 2005).

1.2.2.1. Características de la persona dependiente

Las características de las personas dependiente emocional propuestas por Jorge Castelló, dio origen a las dimensiones del inventario de dependencia emocional IDE (Aiquipa, 2015):

A- Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa

La relación de pareja se vuelve la prioridad, la persona dependiente es absorbida hasta perderse en el otro, empieza a vivir la vida de su pareja. De forma gradual o súbita va dejando sus aficciones, sus preferencias, sus metas, incluso a su familia y amigos hasta convertirse en una sombra del otro (Castelló, 2012).

B- Voracidad afectiva: Deseo de acceso constante

Es la expresión de necesidad psicológica extrema que el dependiente tiene hacia su pareja, esto se traduce en desear absolutamente estar con el/ella constantemente, cuando no es posible hacerlo físicamente, se emplean medios de comunicación, como llamadas telefónicas, mensajes de texto, video llamadas (Aiquipa, 2015).

El otro se vuelve en alimento emocional y sentir que se pierde esa conexión supone un desconcierto en el dependiente. Pero esto no queda solo ahí, el otro empieza a sentirse con privilegio en la relación, tornándose el epicentro.

C- Tendencia a la exclusividad en las relaciones

Casi todas las parejas tienen un normal deseo de exclusividad el uno con el otro, que se expresa en el hecho de que ninguno desea compartir con terceros, pero como todo rasgo del dependiente esto es una exclusividad llevada al extremo. Nuevamente empiezan a encerrarse en una burbuja, en un mundo para dos hermético, formando una coraza, se van alejando de sus círculos sociales y esperan que el otro corresponda con lo mismo (Lazo, 1998 y Castelló 2005, citado en Aiquipa, 2015).

D- Idealización del compañero

Se convierte en alguien sobrevalorado, es muy difícil que un dependiente emocional se enamore de alguien a quien no admire, y esa admiración no deviene de datos objetivos y realistas (grado académico alcanzado, Estatus) sino de la sensación mágica de estar cerca a alguien superior y que por circunstancias inexplicables ha decidido estar con el dependiente. Muchas veces ya, la persona idealizada tiene un perfil de endiosamiento y de frialdad hacia los demás (Castelló, 2012).

E- Sumisión hacia la pareja

Las relaciones de pareja de los dependientes son desequilibradas, a simple vista son asimétricas. Uno de los miembros en este tipo de relación se muestra como dominante y agresivo, y el otro, justamente el dependiente, justifica y minimiza la agresión física o psicológica recibidas, al mismo tiempo de que se menosprecia y autodescalifica (Castelló, 2005).

F- Pánico ante el abandono o rechazo de la pareja

Para la persona dependiente la sola idea de que la pareja termine la relación, o se vaya con otra persona, supone una fuente de angustia considerable, lo paradójico es que este miedo aún continua incluso estando en una relación tormentosa, donde ha habido violencia de alguna índole, Riso (2013). En estos casos el cliente se parece a un drogodependiente en plena crisis de abstinencia (Castello, 2005, citado en Aiquipa, 2015).

G- Trastorno mentales tras la ruptura

En la literatura que aborda la dependencia emocional se encuentra constantemente la analogía entre el apego afectivo y la adicción a sustancias. Ya que genera dependencia, Tolerancia y abstinencia (Riso, 2013). Además de ello la relación de pareja dependiente es la puerta de ingreso a una serie de padecimientos mentales, depresión con ideas obsesivas, donde los recuerdos e imágenes mentales llegan una y otra vez, ansiedad con somatización, y toda esta grave sintomatología suele desaparecer con un llamada del objeto de la adicción (Castelló, 2012).

H- Busquedas de parejas con un perfil determinado

El tipo de persona que suele preferir el dependiente emocional es en la mayoría de los casos alguien soberbio, déspota, posesivo, hostil, para poder ejercer el habitual papel de sumisión satisfactoriamente (Castelló, 2015). Esta característica podría tener relación con lo que la terapia de esquemas denomina como la trampa vital del abuso (Young & Kloslo, 2012).

I-Amplio historial de relaciones de pareja, normalmente ininterrumpida

La persona dependiente no concibe la vida estando solo, por lo que tiene un amplio historial de relaciones que van desde la adolescencia, incluso cuando están terminando una relación y con el síndrome de abstinencia en proceso muchos de ellos ya están enganchándose rápidamente con otra persona a quien avisan como el nuevo salvador.

J- Baja autoestima

La autoestima comprende actitudes de autocuidado, de salvaguardarse así mismo, defender los propios intereses, búsqueda de satisfacción saludable, y autorespeto (Aiquipa, 2015 citando a Castelló, 2005). Los dependientes se evalúan así mismo de manera autodespreciativa, infravalorándose, y ofrendándose al otro, no conocen los límites saludables en una relación.

1.2.2.2. Factores causales de la dependencia emocional según Jorge Castelló

A. Carencia afectiva y relaciones insatisfactorias en edades tempranas del desarrollo de la persona

Castelló (2005) menciona que los primeros años de vida son sumamente importantes y que las pautas de interacción que tendrá el niño en relación a su entorno más cercano determinarán la manera como se vinculará posteriormente. Si un niño experimenta rechazo por sus padres o más aún crece en un entorno agresivo donde se le trató como un ser inferior, esa atmósfera de desigualdad estará impregnada en la concepción que tiene de sí mismo. A estos conceptos que el niño interioriza del ambiente se le denomina “esquemas” siendo este la representación mental de la realidad externa. El esquema brinda información de sí mismo y de sí mismo en relación a los demás.

Con el tiempo el niño crece y vive con las creencias que las personas próximas no tienen que quererle o que se encuentran en un estatus más elevado que él, todo ello llevará a la persona a normalizar los malos tratos y la carencia afectiva por parte de su pareja.

Por esta razón no es de extrañar que la persona dependiente no se percate o se percate de un modo muy abstracto que está vivenciando una relación afectiva asimétrica.

B. Mantenimiento de la vinculación y focalización excesiva en fuentes externas de la autoestima

Las influencias ambientales a través de las relaciones con las figuras paternas juegan un papel muy importante en el origen de la dependencia emocional, a su vez el niño no es un ente pasivo, sino que, por el contrario, será la interacción activa que desempeñe el niño lo que mantendrá finalmente el desarrollo de la dependencia emocional. La persona dependiente aprende a buscar la satisfacción personal y basar su valía como persona en función a la aprobación externa que obtenga, aunque tenga que recibir solo migajas.

C. Factores causales de tipo biológicos

Para Castelló (2005) El hecho de pertenecer a un sexo u a otro influirá en la facilidad en cuanto a la desvinculación afectiva. Siendo las mujeres más proclives a la dependencia emocional. Este factor no es suficiente para que una persona desarrolle dependencia emocional, sino que se ha de sumar los factores antes mencionados, pero si podría mencionarse que es un factor de predisposición. Así también el temperamento es otro factor de vulnerabilidad biológica, expresada en una mayor susceptibilidad a las carencias emocionales en la infancia.

Este autor señala también que la dependencia emocional guarda relación con los trastornos del estado de ánimo, como la depresión y la ansiedad, relación que se expresa en la comorbilidad frecuente con estos trastornos, a la vez que repercuten directamente en la autoestima.

Finalmente, un último factor biológico que afecta a las personas que han vivido en ambientes infantiles cargados de estrés e insatisfacción crónica, es que debido a ello los sistemas serotoninérgicos del cerebro se ven alterados, afectando el sistema de recompensas y el estado de ánimo.

D. Factores socioculturales y de género de la dependencia emocional

La sociedad imprime diferentes mensajes al varón y a la mujer, la cultura occidental promueve que el varón se revista de características agresivas, competitivas e individualistas. Por el contrario, en la mujer se moldea los conceptos de pasividad y empatía, diferencias que se aprecian incluso en cómo se promueven los juegos de la niñez de un género y del otro.

De igual forma lo cultural afecta en la creación de mitos o creencias erróneas que son captadas como reglas de vida, tales como que el varón debe estar más interesado en el sexo y temer al compromiso y que la mujer debe buscar a un buen prospecto y cazarlo.

Por lo tanto, podría resumirse que la construcción de estereotipos y prejuicios influyen en la conducta y en la percepción de las personas.

1.2.2.3. Fases de la relación de pareja de los dependientes emocionales

Primera Fase: Euforia

El dependiente emocional suele tener una gran habilidad para encontrar a la persona “idonea e interesante” esta persona se convierte rápidamente en su salvadora, el emancipador de su soledad. A esta fase se le conoce como euforia porque está caracterizada por un desbordamiento emocional parecido a una “borracheira emocional”(Castello, 2005). En esta fase se da una “ilusión de permanencia” llamado así por el autor Riso (2012) ilusión que envuelve al dependiente en la arriesgada idea de lo “permanente y eterno” vivenciando un continuo deseo de acceso hacía el otro a través de cualquier medio y en cuanto se establece una relación, el dependiente empieza a generalizar sus fantasías, podría casarse en ese mismo instante, endiosar a la pareja y complacerla no le supone ningún reto (Castelló, 2005).

Segunda Fase: Subordinación

Aquí el dependiente ofrenda completamente su voluntad al servicio de la otra persona, consolidándose los roles de dominación y sumisión (Castelló, 2005). Cabe resaltar que asumir estos roles es de mutuo consenso, en ningún momento el dependiente piensa que está haciendo algo en contra de su voluntad. Pese a no haber obligación en el establecimiento de esta dinámica relacional, la persona idealizada continua recibiendo la admiración constante del dependiente. Así mismo el rol de sometimiento que emplea el dependiente es una estrategia para evitar el abandono (Castelló, 2005).

Tercera Fase: Deterioro

La duración de la fase anterior puede ser breve o larga, no hay una regla fija en cuanto duración. De tener lugar una separación en la fase de subordinación y regresar con la pareja se reanuda el pacto de sumisión y sometimiento que existían previamente, pero en esta nueva instancia hay una intensidad mayor que en la etapa precedente. Si antes se hablaba de una libre elección de roles y de un disfrute que eso suponía para la persona dependiente. En esta fase la situación se desborda, ya no es cuestión de admirar al otro, sino de resistir humillaciones, palabras hirientes, degradación sexual y otros tipos de violencia (Castelló, 2005). Muchas veces esta fase coincide con la convivencia y el matrimonio siendo más difícil poder poner fin a la relación disfuncional.

Cuarta Fase: Ruptura y síndrome de abstinencia

Es difícil que una persona dependiente ponga fin a una relación, si lo hace tal vez tenga miedo a represalias o a perder beneficios que creía tener al estar en su relación. Cabe mencionar que la decisión de culminar viene de parte de la persona objeto de adicción del dependiente, no porque éste no soporte más, sino como forma de expresar total desprecio.

Lo que genera ansiedad, angustia y un deseo insaciable de volver a tener acceso a su pareja. En ocasiones incluso podrían darse relaciones sexuales ocasionales, siendo interpretado por el dependiente como señales o posibilidades de que la relación aún puede reanudarse, llevándolo a suplicar para retomar la relación o buscar familiares que ejerzan un rol de conciliadores. En otros escenarios podría retomarse la relación y volver a la fase de deterioro la cual podría estancar a la relación en dicha fase (Castelló, 2005).

Quinta Fase: Relación de transición

Al finalizar la fase anterior la persona dependiente se encuentra sumergida en sintomatología ansiosa, en última instancia cuando pierde toda esperanza y en aras de su autodesprecio y soledad puede motivar la búsqueda de un nuevo objeto de idealización, un nuevo salvador temporal. Esa característica de temporalidad es lo que define que sea un periodo de transición, optando por ello para evitar el miedo que supone para el dependiente el hecho de estar solo. Lo que llevará al dependiente en la búsqueda de cualquier candidato, pero esta vez su rol frente a éste será frío y desapegado, cumpliendo su cometido, el de mitigar el dolor (Castelló, 2005). El dependiente emocional no tiene ningún reparo en establecer una relación temporal con alguien por quien no siente nada, y si esta relación de transición se da durante la fase de abstinencia aún guardará cierta esperanza de retomar su relación inicial. Finalmente en cuanto a esta fase, Castello (2005) refiere que se trata de un puente hasta encontrar a alguien apropiado según sus selectos estándares.

Sexta Fase: Recomienzo del ciclo

Al finalizar cada una de las etapas de ruptura, abstinencia y relaciones de transición finalmente la persona dependiente encuentra al “idóneo” con características que le atraen, tales como frialdad y egocentrismo volviendo a repetir el ciclo. Llegado este punto el dependiente entierra su pasado, ya no tiene razón alguna para seguir hablando acerca de su relación pasada, está muy ocupado enfocándose al actual objeto de su dependencia (Castelló, 2005).

1.2.3 La Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC)

La teoría y el abordaje Psicoterapéutico de Albert Ellis es la Terapia Racional Emotiva Conductual la cual propone que los trastornos mentales son mediados por las cogniciones; por lo tanto, los pensamientos son la causa de las perturbaciones emocionales. Las creencias generan actitudes y autoverbalizaciones que bien podrían reducir o aumentar el malestar emocional. La TREC no pretende ser puramente objetiva, científica o técnica sino que es una aproximación humanístico-existencial a los problemas humanos y a sus soluciones. Es racional pero al servicio del hombre, Ellis. A (1989). Así también la Teoría TREC propone que la herencia biológica, las propias experiencias de desarrollo en el ambiente y las influencias de otras personas predisponen a una filosofía interior racional o irracional. Menciona también de que casi todos los seres humanos tenemos ambas formas de procesar la información, y que se puede reaprender una filosofía que relativice, sea flexible y otorgue emociones acordes a los experimentado, por lo tanto a tener pensamientos racionales.

1.2.3.1 Aportes de Albert Ellis

Albert Ellis (1913 – 2007) Es considerado por muchos autores como el abuelo de la terapia cognitiva-conductual, por ser pionero en desarrollar un modelo de intervención colocando énfasis en los pensamientos de las personas, influyendo a otros autores importantes a crear sus propios modelos de terapia cognitiva, como Aaron Beck, David Burns, Donal Meichenbaum, Jeffrey Young, entre otros.

La asociación Americana de Psicología (APA) en su división de clínica y consejería, Refiere a Ellis como uno de los más influyentes referentes del siglo XX en psicología clínica.

En los años 40 Empezó a atender clientes con problemas emocionales a través del Psicoanálisis, y tras tres años de usar ese abordaje psicoterapéutico se termina por desilusionar al

ver la poca efectividad y al percatarse que al rebatir activamente el modo de pensar de las personas éstas comenzaban a mejorar. Influenciado por la filosofía de los Estoico, Epícteto y Marco Aurelio, como también de Russell, Schopenhauer, Kant y de Psicólogos como Karen Horney, Alfred Adler y de la filosofía Humanista. Es donde empieza a crear su propio modelo de Terapia, La Terapia Racional (1955) y aunque siempre utilizó técnicas conductuales como la exposición, Inundación, desensibilización y técnicas emocionales como la visualización recibió críticas por parte de otros profesionales de la salud mental, comparándolo con la filosofía Racionalista. En la actualidad la terapia fundada por Ellis se conoce como TREC, Terapia Racional Emotiva Conductual.

1.2.3.2 Creencias racionales e irracionales en la TREC

Para Ellis citado por Ruiz y Fusté (2015) Las actitudes y creencias se expresan en el pensamiento que conforman el contenido de patrones de pensamiento estables de una persona.

Para Beck, (2012) Los esquemas mentales representan creencias, reglas y presunciones que son relevantes y permiten a la persona obtener inferencias e interpretaciones, permite el almacenamiento, recuperación e interpretación de información, constituye información acerca de uno mismo, los demás y el futuro.

Finalmente estas creencias muestran la forma como interactuamos con nosotros mismos y los demás pudiendo ser adaptativa o saludable, como también disfuncionales. Por ellos es de vital importancia el rol de las cogniciones en la TREC para la salud y enfermedad mental. Una de las principales contribuciones de la TREC a la TCC es la distinción entre creencias racionales e irracionales (Ellis, 1989).

Las creencias racionales son cogniciones evaluativas particulares en cada individuo de carácter flexible, expresándose como “preferencias”- “me gustaría qué, preferiría qué”.

Se caracterizan por ser evaluaciones que se sustentan en la realidad, son posibles de verificar, lo cual produce una emocional saludable (Ellis, 2000).

Los sentimientos de placer y satisfacción son experimentados cuando las personas obtienen algo que anhelaban y por lo contrario, experimentan insatisfacción o emociones desagradables (Tristeza, preocupación o disgusto) cuando no se obtiene lo deseado, y son respuestas apropiadas que se corresponden con la experiencia negativa que haya tenido lugar. Ambas son racionales, porque no impiden el lograr los objetivos y son flexibles- relativas. (Ellis, 1989).

Las características de las creencias racionales según Ellis y Maclaren (2004) son las siguientes:

1. Son objetivas
2. Ayudan a llevar a cabo nuestros propósitos y metas, favoreciendo el desarrollo personal
3. Son flexibles y relativas
4. La emoción que generan (agradable o desagradable) la podemos manejar
5. Estimula las relaciones interpersonales saludables
6. Son la fuente de la salud mental.

Adiferencia de las creencias racionales, existen creencias que generan o mantienen el malestar emocional, exagerado a través de pensamientos ilógicos y poco realistas (Ellis, 2000).

A esos pensamientos poco realistas se les conoce como creencias irracionales, debido a que son imposiciones absolutistas, rígida y dogmática, verbalizadas a manera de exigencias: “Tengo qué, Estoy obligado a, los demás tienen qué, la vida debería ser” y generan emociones que

parecen desbordar a las personas (depresión, ansiedad, Culpabilidad, ira incontrolable, Idefensión, miedo paralizante) y que interfieren en la obtención de metas. Esto tiene lugar en el diálogo interno de las personas, quienes están todo el tiempo repitiéndose estas exigencias (Santandreu, 2013).

1.2.3.3 Las 11 creencias irracionales propuestas por Albert Ellis

Ellis (1980) elaboró una lista con las 11 creencias irracionales más comunes que tuvo lugar durante su trabajo terapéutico, no son la únicas, de hecho existen infinidad de creencias y son particulares de cada persona, pero por su uso práctico e histórico serán citadas:

1. Es una necesidad absoluta ser aprobado y amado por los demás.
2. Una persona debe ser competente, eficaz, perfecto en todo lo que realice de lo contrario es alguien inservible.
3. Las personas deben ser buenas todo el tiempo, de lo contrario son malvadas y merecen castigo.
4. Es horrible e insoportable que las cosas no salgan como uno quisiera.
5. El sufrimiento emocional es a causa de sucesos externos, y por lo tanto no hay nada que se pueda hacer por remediarlo, se es una víctima de las circunstancias.
6. Si algo es o puede llegar a ser peligroso uno debe estar preocupado por ellos todo el tiempo.
7. Es mejor evitar los problemas de la vida, antes de que hacerles frente
8. Se necesita de otras personas, uno mismo por si solo no puede hacerse cargo
9. Si algo malo sucedió en el pasado, eso me determina y me afectará toda mi vida
10. Los problemas de los demás son tan terribles que lo adecuado debería ser preocuparse por los demás.

11. Existe una solución perfecta para resolver todos los problemas humanos y sería horrible no encontrarla nunca.

1.2.3.4 La teoría del cambio terapéutico de la TREC

A pesar de lo señalado que existe una predisposición biológica a pensar irracionalmente, la TREC es bastante optimista en el sentido de que considera que las personas pueden elegir el trabajar para cambiar ese pensamiento irracional y abandonar los efectos autodestructivos a los que se está acostumbrado (Ellis, 1989).

La TREC menciona acerca de dos niveles del cambio de pensamientos, ambos consisten en una reestructuración filosófica de las creencias irracionales.

El primer nivel es *el específico* significa que las personas cambian sus exigencias absolutistas, los “debo de, tengo que” por preferencias relativas racionales. Y el nivel de cambio Filosófico *general* supone que la persona adopte una actitud no dogmática frente a los acontecimientos de la vida. Para ambos niveles de cambio filosófico se aconseja lo siguiente. Ellis (1989):

1. Las personas han de darse cuenta que ellos mismos son quienes generan su propio malestar emocional, aunque las situaciones puedan ser adversas o desagradables y contribuyen en los problemas, esto solo representa un aspecto secundario para el cambio, es decir que se resuelva o no la dificultad presentada no es necesario para generar un cambio cognitivo-emocional.
2. Reconozca que Ud. Tiene la capacidad para cambiar su forma de pensar
3. Comprenda que las perturbaciones emocionales provienen de creencias irracionales absolutistas y dogmáticas.
4. Aprendan a detectar sus creencias irracionales y a diferenciarlas de las opciones racionales.
5. Debata las creencias irracionales mediante los métodos Lógico-Empírico y Pragmático.

6. Trabajen para interiorizar los cambios con técnicas Cognitivo,conductuales y emocionales.
7. Adopten esta filosofía de vida, de modo que el cambio permanezca.

1.2.3.5 El A-B-C-D-E como método de cambio psicoterapéutico de la TREC

Para la TREC Existen tres niveles de pensamientos Ellis (2004):

1. Las inferencias: Pensamientos automáticos que emplea la persona para darle sentido a los eventos o situaciones del entorno, se suelen expresar de la siguiente manera: “seguramente , a lo mejor, tal vez”
2. Las evaluaciones: Es la manera como son valoradas las inferencias, en el caso de las evaluaciones irracionales existen tres:
 - Intolerancia a la frustración: “No lo puedo soportar, no aguanto mas, ¡por qué a mi!”
 - Vision catastrófica:“Es terrible, horrible, lo peor, No puedo o no podré,
 - Etiquetas globales: “Soy un tonto, soy inferior, Soy debil , todos son iguales”
3. Creencias Irracionles: Sistema de creencias, caracterizado por ser extremista, no poseer datos objetivos sino procedentes de la percepción inadecuada de la realidad, generan un intenso malestar emocional, impiden lograr los objetivos. Se Expresa de la siguiente forma“debo dé, los demás tienen qué, la vida debería ser”.

Es entonces que la TREC busca enseñar a los clientes a cambiar su Intolerancia a la frustración por tolerancia a la frustración, la visión catastrófica por una visión moderada de lo malo, a las etiquetas globales por aceptación positiva incondicional y a los “debería” por “preferiría”. Para ello se vale del modelo A-B-C-D-E para generar cambios filosóficos profundos que impacten en el bienestar emocional.

Para Ellis (2004). El abordaje terapéutico es el siguiente:

La “A”: Es un suceso o situación activador, puede provenir de un hecho externo (Algo que sucede) como también de un recuerdo, una imagen mental, o una Inferencia.

La “B”: Son las Valoraciones acerca de la situación activadora (A) mas el sistema de creencias de la persona.

La “C”: Es la consecuencia generada por “A+B” Consecuencias conductuales y emocionales-fisiológicas.

La “D”: Consiste en reconocer las creencias irracionales y debatirlas mediante argumentos racionales.

La“E”: Consiste en expresar la nueva creencia racional con la finalidad de tener una conducta acorde junto a una emoción saludable.

Tabla 2: *Ejemplo de registro de reestructuración cognitiva en el modelo TREC.*

A	B	C	D	E
Evento	Valoración	Consecuencias	Debate de	Reestructuración
Activador	+ Creencias sobre “A”	Emocionales y Conductuales	creencias irracionales	cognitiva y cambio emocional
Mi novio decide terminar la relación	Es terrible que me haya sucedido esto, no lo puedo soportar más, la	Me siento deprimida, ya no quiero ir a trabajar, ni salir, ni hacer nada	Acepto lo que pasó, claro que lo puedo soportar, terminar una	Claro que puedo hacer muchas cosas, además me gusta mi trabajo y salir con mis amigas me hará

vida no tiene	relación no	sentir mejor. Me
más valor, soy	determina mi	siento triste, pero
fea, soy un	felicidad ni	esto no es el fin de
desastre.	mucho menos	mi vida.
El Tenía	mi valía como	
que amarme	persona.	
para siempre,	además nadie	
me lo prometio.	esta obligado a	
Es una persona	amarme.	
despreciable.		

Elaborada por el autor.

1.2.3.6 Dependencia emocional según la TREC de Albert Ellis

Para la TREC la persona dependiente emocional es aquella que tiene un sistema de creencias irracionales acerca de la manera como se conceptúa así mismo dentro de una relación y como conceptúa a la persona amada. Expresada por imposiciones absolutistas y mágicas y que el super romanticismo es la entrada a un amor neurótico. Ellis (2000) refiere que la persona dependiente emocional sostiene estas creencias irracionales o mitos que interfieren en el surgimiento de una relación saludable. Las siguientes creencias irracionales del amor extremadamente romántico:

1. Puedes amar apasionadamente solo a una persona en la vida
2. El verdadero amor debe durar para siempre
3. Fuertes sentimientos de amor romántico aseguran una relación de pareja feliz

4. El sexo sin amor romántico no es satisfactorio, el amor y el sexo siempre van juntos
5. El amor romántico es la forma más sublime y perfecta del amor.
6. Si pierdes a la persona que amas románticamente debes sentirte fuertemente abatido y no puedes volver a enamorarte en mucho tiempo.

Así también Albert Ellis (2000) habla de las creencias irracionales de las personas celosas y posesivas:

1. Debo tener una garantía de que solo me quieres a mi y vas a seguir haciéndolo para siempre.
2. Si tu no me quieres como yo a ti, debe de ser que existe algo malo en mi que me hace inmercedor de amor
3. Cómo yo te amo intensamente y todo el tiempo, tu debes corresponderme con la misma intensidad de lo contrario sentiré un gran dolor.
4. Si no tengo la certeza de que tu me amas mi vida no tiene valor ni razón para ser feliz.

1.2.3.7 Dependencia emocional según la terapia de esquemas

La terapia de esquemas es un modelo teórico y terapéutico que surge entre los años 1990 y 1999, creada por Jeffrey Young y colaboradores. Dicho modelo de intervención profundiza los conceptos y el alcance terapéutico de la terapia cognitiva conductual (TCC) de Aaron Beck, asimismo integra elementos de la escuela constructivista, terapia gestalt, teoría del apego y psicoanálisis de modo que se obtenga un abordaje integrativo (Young, Klosko & Wheisaaar 2013).

Young, quien inicialmente empleaba técnicas de la TCC para tratar a sus pacientes empezó a darse cuenta que muchos de estos pacientes no respondían a la terapia cognitiva estándar, lo que lo impulsó a relacionar una serie de indicadores que mostraban estos pacientes “difíciles” y a comparar sus hallazgos con los de otros terapeutas cognitivo conductuales. Llegó a la conclusión

que los pacientes con sintomatología del Eje 1 (según el diagnóstico multiaxial del DSM IV) respondían favorablemente al modelo de Beck, pero hay un gran número de pacientes que llegaban a consulta con síntomas del Eje 1 y una vez que esos síntomas remitían continuaban manifestando problemas vagos, como si sintiesen que en su vida hubiese algo que aún estuviera fallando. Estos pacientes no presentan síntomas del eje 1 o presentan demasiados por lo que son difíciles de tratar con la TCC tradicional, siendo una alternativa eficaz el modelo de esquemas (Young, 2013).

Según Jeffrey Young los esquemas poco adaptativos, también llamados trampas vitales están compuestos de recuerdos, emociones, sensaciones corporales y creencias irracionales orientado hacia uno mismo y hacia los demás, teniendo su origen en la infancia o adolescencia, siendo disfuncional a un grado significativo (Young, 2013).

Para Rodríguez (2009) los esquemas están caracterizados por ser verdades a priori, se autoreforzan, son resistentes a ser modificados, suelen ser generados y activados por experiencias ambientales y despiertan un malestar emocional intenso.

De acuerdo a este modelo teórico las trampas vitales surgen debido a 5 necesidades emocionales básicas insatisfechas durante la infancia (Young, 2013):

1. Necesidad de contacto y afecto seguro y estable
2. Necesidad de autonomía, competencia y sentido de identidad
3. Necesidad de expresar emociones y deseos
4. Necesidad de juego libre y espontáneo
5. Necesidad de límites realistas

Si un niño no recibe un contacto cálido que brinde seguridad, sino que por el contrario convive en un ambiente inestable, hostil, frío o aversivo, podrían surgir los siguientes esquemas (Rodríguez, 2009): Abandono e inestabilidad, privación emocional, desconfianza y abuso, imperfección y vergüenza y exclusion social. Estos esquemas suelen activarse principalmente en las relaciones de pareja (Young & Klosko, 2012).

La persona con el esquema de abandono convive con la profunda creencia que los demás no pueden brindar un apoyo estable y que tarde o temprano será abandonado, experimentando un gran miedo a toda situación que represente un abandono real o imaginario. Paradojicamente estas personas buscan vincularse en relaciones afectivas que confirmen esta creencia, como parejas inestables o inaccesibles (Young & Klosko, 2012).

Aquellos con el esquema de privación emocional, adquieren la creencia que nadie podrá proteger, apoyar o empatizar con sus necesidades emocionales. Esto podría llevar a tal persona y según la estrategia de afrontamiento que utilice a ser controladora, obsesiva y altamente celosa en sus relaciones de pareja. Conductas que llevadas al extremo terminan por alejar a la pareja, confirmando la creencia de base (Young & Klosko, 2012).

Las personas con el esquema de desconfianza y abuso posee la creencia de que los demás lo herirán o se aprovecharán en cualquier momento y de acuerdo a ciertas características del temperamento y la estrategia de afrontamiento disfuncional que la persona emplee lo llevará a buscar y a normalizar situaciones de abuso, ya sea física, sexual o psicológica (Young, 2013).

Esto se relaciona con el hecho de justificar a la pareja agresora. En función a ello Young & Klosko (2012) refieren que algunas personas permiten el abuso y el maltrato por parte de la pareja como una forma de reproducir el abuso vivido en la infancia por ser este habitual y en

algunos casos incluso la única forma en el que podían concebir una relación parental, denominando a este patrón repetitivo y autodestructivo como la trampa vital del abuso.

Para el modelo de la terapia de esquemas son las experiencias tempranas y las necesidades emocionales insatisfechas las que llevan a las personas a generar creencias disfuncionales, las cuales se manifiestan en las relaciones de pareja. Los esquemas que más destacan en esta situación son los de la primera necesidad, la necesidad de contacto y afecto seguro y estable, también llamado como dimensión de “desconexión y rechazo” (Huertas et al., 2016).

Los esquemas pertenecientes a la dimensión de desconexión y rechazo suelen ser originados en los primeros años de vida a partir de la frustración de la primera necesidad emocional básica. Para el niño es vivido como doloroso y traumático y según la implicancia de la biología del trauma, estos quedan grabados de manera indeleble en la amígdala cerebral a través de un proceso conocido como el condicionamiento del miedo y el trauma (Young, 2013).

Lo que plantea Young (2013) con respecto a la biología del trauma es que los recuerdos conscientes son almacenados en el hipocampo pero los recuerdos inconscientes, los cuales activan sensaciones corporales y emociones intensas son almacenados en la amígdala cerebral, por ello es difícil trabajar estos esquemas precoz desadaptativos solo con técnicas cognitivas y por ende es importante para su modelo terapéutico hacer conexiones neuronales entre la amígdala y el cortex frontal que modera y debilita la activación de los esquemas a través de exposición prolongada.

El protocolo de intervención según este modelo pasa por tres fases, siendo la primera enseñar al paciente técnicas cognitivas que fortalezcan su adulto sano, combatiendo la creencia nuclear del esquema al mismo tiempo que genera una defusión saludable.

La segunda fase de intervención se da a través de técnicas vivenciales adaptadas de la terapia gestalt para poder nutrir y proteger al niño vulnerable del paciente.

La tercer fase es enseñar al paciente a romper patrones conductuales disfuncionales, estrategias que el paciente aprendió en su contexto infantil, las cuales tuvieron en su momento un valor adaptativo de supervivencia frente a un ambiente hostil pero que en la edad adulta está llevando al paciente a tomar decisiones que perpetúan el esquema disfuncional, para este fin el modelo de Young (2013) se vale de estrategias conductuales.

Además de ello, algo que caracteriza a la terapia de esquemas es la atmósfera cálida que tiene lugar en la relación terapéutica, relación que Young (2013) denominó “Reparentalización limitada” que consiste en convertirse en una figura paterna provisional que modele conductas de “adulto sano”.

1.3 Antecedentes del Estudio

En base a las características y objetivos de la investigación se presentan los siguientes antecedentes, donde se estudió la variable dependencia emocional y la variable creencias irracionales:

1.3.1. Antecedentes internacionales

Llerena (2017) realizó una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre creencias irracionales y la dependencia emocional con estudiantes de la carrera de medicina de una Universidad en Ecuador. Se utilizó un diseño correlacional transversal. La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de ambos sexos, de los cuales 72 eran mujeres y 48 hombres, entre 18 y 21 años de edad. Como instrumentos se emplearon el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos & Londoño.

Entre las conclusiones se halló que las creencias irracionales sí se relacionan con la dependencia emocional, asimismo las creencias irracionales que predominan en los estudiantes de medicina son la creencia de perfección con el 30.83%, seguida de la creencia de ansiedad con el 18.33% y la creencia de indefensión con el 15.83%.

Del castillo, Hernández, Romero e Iglesias (2015) realizaron una investigación con el objetivo de identificar la relación entre la dependencia emocional y violencia en el noviazgo entre estudiantes universitarios mexicanos. Se utilizó un diseño correlacional transversal no experimental. La muestra estuvo conformada por 317 estudiantes de los cuales 165 fueron mujeres y 152 fueron varones. Como instrumentos se emplearon el Cuestionario de Violencia en el Noviazgo de García y Guzmán y el Cuestionario de Dependencia Emocional Pasiva de Lemos & Londoño. Entre las conclusiones se halló que si existe relación positiva estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y la violencia en el noviazgo. Además, en los factores de ansiedad por separación y expresiones límite del cuestionario de dependencia, se encontró relación estadísticamente significativa con los factores de chantaje, control y celos del cuestionario de violencia en el noviazgo.

Múnera y Tamayo (2013) llevaron a cabo una investigación cuyo objetivo fue identificar y describir la presencia de esquemas mal adaptativos tempranos en usuarias víctimas de violencia intrafamiliar que acuden a un centro de violencia en Colombia. Se utilizó un diseño descriptivo transversal. La muestra estuvo conformada por 44 mujeres entre 25 y 50 años de edad, dependientes económicamente del conyugue agresor. El instrumento utilizado fue el test de esquemas YSQ (L2) de Jeffrey Young. Entre las conclusiones se halló que los esquemas mal adaptativos relevantes encontrados fueron: Vulnerabilidad al daño o enfermedad en el 79%,

esquema de autosacrificio presentándose en el 72%, el esquema de privación emocional en el 69% y el esquema de abandono con el 68% de las participantes de la investigación.

Rosal (2014) realizó una investigación con el objetivo de determinar cuáles son los niveles de ideas irracionales que se presentan con más frecuencia en personas que están en una relación de pareja. Se utilizó un diseño descriptivo puro. La muestra estuvo conformada por 32 personas de ambos sexos, de 30 a 50 años de edad. Como Instrumento utilizó el Inventario de Ideas irracionales de Albert Ellis. Entre las conclusiones se halló que el nivel de ideas irracionales que se presenta con más frecuencia en personas que se encuentran en una relación de pareja es el nivel somático, lo que significa que la problemática de pareja gira alrededor del Yo físico, la apariencia y aceptación de la persona.

Gonzáles y Leal (2014) realizaron una investigación cuyo objetivo consistió en determinar si la dependencia emocional es un factor de riesgo para ser víctima de violencia de pareja en mujeres que acuden al Centro de Apoyo a la Mujer Maltratada (CAMM). Se utilizó un diseño ex post facto retrospectivo de dos grupos. La muestra estuvo conformada por dos grupos; el grupo clave conformado por 35 mujeres y el grupo control por 115 mujeres de 18 a 35 años de edad con un estado civil de convivientes. Como instrumento se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos & Londoño. Entre las conclusiones se halló que la dependencia emocional es un factor de riesgo para ser víctima de violencia en mujeres que acuden a CAMM y en las que viven en el sector Paraíso. Se halló también niveles altos de dependencia emocional en todas sus dimensiones, donde figura con mayor puntaje la dimensión ansiedad de separación y la dimensión miedo a la soledad.

Mejía (2014) realizó una investigación con el objetivo de determinar la influencia de las creencias irracionales en las emociones positivas y negativas en madres víctimas de abuso

sexual. Se utilizó un diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 20 madres de niños y adolescentes víctimas de abuso sexual. Como instrumentos se emplearon el inventario de creencias irracionales de Albert Ellis y la escala de emociones positivas y negativas de Bárbara Fredrickson. Entre las conclusiones se halló que las creencias irracionales y las emociones de madres víctimas de abuso sexual si se correlacionan, siendo las creencias irracionales más frecuentes ansiedad en un 30% y dependencia en 40%. Con respecto a las emociones, el 75% de la muestra evidencia emociones negativas, con lo cual se concluye que las emociones negativas tienen conexión con las cogniciones, siendo la emoción negativa predominante la culpabilidad.

Lemos, Londoño y Zapata (2007) realizaron una investigación con el objetivo de reconocer que distorsiones cognitivas se asocian a personas que presentan dependencia emocional, para este fin se analizó dos grupos, personas con dependencia emocional y personas sin dependencia emocional. Se utilizó un diseño analítico de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 116 personas de ambos sexos, de los cuales 58 fueron mujeres y 57 fueron varones. Los instrumentos empleados fueron, el cuestionario de dependencia emocional CDE y el Inventario de pensamientos automáticos IPA. Entre las conclusiones se halló que las distorsiones cognitivas que más se asocian a las personas con dependencia emocional son los “deberías” y la “falacia de control”.

Askari (2018) realizó una investigación cuyo objetivo fue comprender el sistema de creencias, ira y agresividad en relaciones de pareja y con abordaje cognitivo conductual, para este fin se analizó dos grupos, teniendo a un grupo control de 8 parejas y 6 parejas del grupo experimental. La muestra estuvo conformada por catorce parejas en total, seis casadas y ocho de ellas en una relación, con un rango de edad de 18 a 60 años. Se empleó un diseño experimental. Los instrumentos utilizados “State – Trait Anger Expression Inventory- 2 (STAXI - 2)”,

“Novaco Anger Scale (NAS)”, “Anger Disorder Scale (ADS:S)” y “The Aggression Questionnaire (AQ)” para medir las creencias irracionales se utilizó la entrevista estructurada del modelo TCC. Entre las conclusiones se halló que el modelo cognitivo conductual tiene una influencia moderada en la reducción de la ira y el enojo en las relaciones de pareja.

Višlā, Flückiger, Holtforth & David (2015) realizaron una investigación cuyo objetivo fue identificar la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad, ira y depresión a través de un estudio metaanalítico. Para este fin se recopilaron 100 muestras independientes reunidas en 83 estudios primarios, utilizando un modelo de efectos aleatorios. Se empleó un diseño meta analítico correlacional. Como instrumento se utilizó el programa de paquete estadístico para el metaanálisis Mac y Metafor R. Entre las principales conclusiones se halló que existe una relación moderada entre las creencias irracionales y la angustia (ansiedad, depresión, estrés e ira).

Silva dos Santos (2016) realizó una investigación con el objetivo de identificar las distorsiones cognitivas en parejas e intervenir con el modelo cognitivo comportamental. La muestra estuvo compuesta por 16 parejas heterosexuales mayores de 18 años. Con un diseño de tipo experimental. Los instrumentos utilizados fueron el “Cuestionario Sociodemográfico”, “Beck Depression Inventory (BDI)”, “Beck Anxiety Inventory (BAI)”, “Escala de satisfacción conyugal (ESC)”, “Escala de ajustamiento Diádico (DAS)”, “Inventario de Habilidades Sociales Conyugales (IHSC)”, “Relationship Belief Inventory (RBI)”, “Cuestionario de Pensamientos Automáticos (ATQ)”, “Escala de actitudes disfuncionales (EAD)”, “Record of dysfunctional thoughts (RDT)”. Entre las conclusiones se halló que las distorsiones cognitivas más frecuentes en las relaciones de pareja son la lectura del pensamiento y la sobregeneralización, como también que la intervención cognitiva conductual mejora la satisfacción conyugal y las habilidades interpersonales y disminuye el malestar generado por pensamientos distorsionados.

Urbiola & Estévez (2015) realizaron una investigación con el objetivo de identificar la relación entre la dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en noviazgo de adolescentes y jóvenes. La muestra estuvo conformada por 1092 estudiantes de ambos sexos con un rango de edad de 13 a 30 años. La investigación emplea un diseño de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron Cuestionario “Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes” y “Cuestionario de esquemas de Young – versión corta”. Entre las conclusiones se halló que los esquemas disfuncionales se asocian con la dependencia emocional, siendo los esquemas de abandono, privación emocional, sometimiento, autosacrificio y apego confuso los más relevantes.

Momeñe, Jáuregui y Estévez (2017) realizaron una investigación con el objetivo de analizar la relación entre la dependencia emocional, la regulación emocional y el abuso psicológico en las relaciones de pareja. La muestra estuvo conformada por 303 personas de ambos sexos con un rango de 18 y 75 años de edad. La investigación emplea un diseño de tipo correlacional. Los instrumentos utilizados fueron “Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes (DEN)”, “Escala de abuso psicológico sutil y manifiesto a las mujeres (SOPAS)”, “Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS)”. Se concluyó que la dependencia emocional se correlaciona con el abuso psicológico y la desregulación emocional.

1.3.2. Antecedentes nacionales

Aiquipa (2015) realizó una investigación con el objetivo de identificar la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja. Se utilizó un diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo constituida por dos grupos de mujeres, 25 mujeres víctimas de violencia de pareja y 26 mujeres que no fueron víctimas de violencia en la pareja. Como Instrumento se emplearon, para la detección de violencia por parte de la pareja los cuestionarios “Ficha de

tamizaje de la violencia de género” y la “Ficha multisectorial violencia familiar” que son instrumentos técnicos del ministerio de salud del gobierno del Perú, Asimismo se empleó el Inventario de Dependencia Emocional IDE. Entre las conclusiones se halló que existe relación estadísticamente significativamente entre la variable dependencia emocional y la variable violencia de pareja, puesto que se encontraron diferencias significativas entre la muestra clínica de mujeres que han sufrido violencia en la pareja y la muestra clínica de mujeres que no han sufrido violencia en la pareja, siendo el grupo clínico mencionado en primer lugar el que puntúa alto en dependencia emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia. Asimismo, se encuentra que 3 dimensiones de la dependencia emocional están relacionadas a la violencia de pareja, las cuales son: Miedo a la ruptura, Prioridad de la pareja y subordinación y sumisión.

Huertas et al. (2016) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre los esquemas mal adaptativos tempranos y la dependencia emocional en mujeres con violencia en su relación y mujeres sin violencia en su relación de pareja. Se utilizó un diseño descriptivo correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 385 mujeres de 14 a 60 años de edad, de las cuales 204 mujeres conforman el grupo de mujeres con violencia en la pareja y 181 mujeres sin violencia en la pareja. Como instrumentos se emplearon la ficha sociodemográfica, incluyendo datos como lugar de procedencia, edad, grado de instrucción, existencia de violencia o no y el tipo de violencia. Además, se utilizó el Cuestionario de Esquemas de Young (YSQ-S3) y el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE). Entre las conclusiones se halló que se encuentra relación positiva estadísticamente significativa entre los 18 esquemas y la dependencia emocional en las mujeres con violencia, existiendo mayor relación entre dependencia emocional con los esquemas de desconfianza y abuso,

privación emocional, fracaso, apego confuso y/o inmaduro; asimismo los factores de dependencia emocional asociados a los esquemas son miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja y deseos de control de la pareja. También se halló que las dimensiones de los esquemas cognitivos disfuncionales tempranos más acentuados se observan en las mujeres con violencia: desconexión y rechazo, sobrevigilancia e inhibición y deterioro en autonomía y ejecución, lo cual no se incide en el grupo sin violencia.

El estudio realizado por Sember (2017) tuvo como objetivo determinar la relación entre las creencias irracionales y la violencia de pareja en estudiantes de cuarto ciclo de dicha universidad. Se utilizó un diseño Correlacional. La muestra estuvo conformada por 604 estudiantes de ambos sexos entre los 18 y 30 años. Los instrumentos empleados fueron, El inventario de Creencias irracionales de Albert Ellis y la Escala adaptada para medir violencia de pareja. Entre las conclusiones se encontró que existe relación significativa y directa entre las dimensiones de creencias irracionales y factores de violencia de pareja en estudiantes de cuarto ciclo de una Universidad Privada del Cono Norte.

Alejos (2017) Hizo una investigación donde el objetivo fue determinar los niveles de dependencia emocional hacia la pareja en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima. Se empleó un diseño no experimental de tipo descriptivo transversal. La muestra estuvo conformada por 181 alumnos de los cuales 136 fueron mujeres y 45 fueron varones. El instrumento utilizado fue el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE). Entre las conclusiones se halló que el 47.6% de la muestra presentó dependencia emocional, así también de las siete dimensiones que mide el IDE, la dimensión de “acceso a la pareja” resalta ocupando el 30.9% de los participantes en el nivel de moderado.

Sartori y De la cruz (2014) realizaron una con el objetivo de conocer los niveles de dependencia emocional de pareja en mujeres atendidas en una clínica universitaria de Lima, comparando dichos niveles en función a su estado civil y grado de instrucción. Se utilizó un diseño descriptivo comparativo. La muestra estuvo conformada por 60 mujeres de 20 a 50 años de edad. Como instrumento se empleó la ficha sociodemográfica que incluía datos del estado civil (soltera, casada, conviviente, divorciada y viuda) además de otros datos personales, como son el grado de instrucción y número de parejas durante toda su vida; el instrumento psicométrico empleado en la investigación es el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE). Entre las conclusiones se halló que el 80% de las mujeres que conformaron la muestra presentan dependencia emocional. Así también se encontró que son las mujeres solteras con un grado académico de técnico superior quienes presentan niveles alto y muy alto de dependencia emocional, lo cual contradijo la hipótesis central de la investigación que consideraba que las mujeres convivientes y de grado de instrucción primaria serían quienes se encontrarían en un nivel más alto de dependencia emocional.

García y Mendoza (2015) realizaron una investigación con el fin de conocer la relación entre los estilos de apego parental y dependencia emocional en pacientes atendidos en los establecimientos de salud categoría I-4 de la ciudad de Chiclayo. Se utilizó un diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 180 pacientes de ambos sexos, mayores de 18 y menores de 35 años de edad. Los instrumentos utilizados son el cuestionario de lazos parentales y el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE). Entre las conclusiones se halló que no existe relación entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en esta muestra. Con respecto a la dependencia emocional se halló que las dimensiones miedo a la soledad con un

32.20% y subordinación y sumisión con un 32.77 se encuentran en un nivel de Moderado, y finalmente la dimensión mido a la ruptura con un 30.51% se ubica en el nivel Muy alto.

Aguinaga (2011) realizó una investigación sobre creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas de violencia infringida por la pareja, dicha investigación tuvo lugar en el Instituto de medicina legal de Lima Norte. El objetivo general fue establecer las diferencias entre las creencias irracionales y las conductas parentales entre un grupo de madres de familia víctimas de violencia infringida por la pareja y un grupo de madres de familia que no se encontraban en esa condición. Se utilizó un diseño Descriptivo comparativo. La muestra estuvo conformada por 100 madres que pasaron por violencia en la pareja y 92 madres que no se encontraron en esa situación. Como Instrumentos se usaron, el inventario de conducta racional de Shorkey y Whitman, y el Inventario de conducta parental de Lovejoy. Entre las conclusiones se halló que existen diferencias significativas en las creencias irracionales, siendo las madres maltratadas las que presentaron puntuaciones más elevadas en los factores de: frustración, necesidad de aprobación, sentimientos de culpa, Inercia y evasión e ideas de infortunio.

1.4 Marco conceptual

Pareja

En la presente investigación se estudió a parejas heterosexuales que están casadas o conviven. Por lo que se definirá la pareja como relación humana en el cual se busca compartir afinidad, sentimiento de amor, deseo sexual y objetivos en común que se encuentren en un espacio de convivencia.

Violencia Psicológica

Es aquel tipo de violencia que ataca la esencia de la persona, su autoestima, sus valores, su identidad, su capacidad intelectual, su aspecto físico o sus emociones.

Dependencia emocional

La dependencia emocional es la necesidad extrema de aferrarse a la vinculación afectiva que tiene una persona hacia su pareja.

Apego afectivo

Se empleará indistintamente para referirse dependencia emocional o adicción al amor.

Creencias irracionales

Las creencias irracionales son pensamientos arraigados e idiosincráticos que posee una persona acerca de sí mismo, los demás y la vida que se activan ante situaciones cotidianas. Se caracterizan por ser interpretaciones rígidas y dogmáticas que generan malestar emocional e impiden a las personas lograr sus objetivos.

Cognitivo/ cognición

Este término se usará en la presente investigación para referirse principalmente a los pensamientos, fantasías, creencias, percepciones, ideas y suposiciones.

Distorsión cognitiva

Este concepto fue desarrollado por el Psicoterapeuta Aaron Beck, para referirse a la percepción sesgada de la realidad, que se manifiesta a manera de pensamientos automáticos que llevan a la persona al malestar emocional, son de carácter evaluativo e inferencial.

Esquema

Los esquemas pertenecen a la teoría del modelo centrado en esquemas de Jeffrey Young. Para esta investigación los esquemas son patrones profundos compuestos por recuerdos, emociones, sensaciones corporales y cogniciones, originados en la infancia o adolescencia de la persona y que son perpetuados a través de conductas, especialmente activados en las relaciones de pareja.

Encuesta

Se empleará el término de encuesta o test indistintamente para referirse al cuestionario de preguntas con lo que se medirá las variables.

Capítulo II

Planteamiento del problema, objetivos, hipótesis y variables

2.1. Realidad problemática

Las relaciones afectivas saludables suponen una fuente de satisfacción para las personas que deciden participar de ella (Aiquipa, 2012). Durante la fase de enamoramiento es completamente natural que exista un deseo constante de estar el uno con el otro, a medida que la relación avanza se espera que el vínculo se fortalezca al mismo tiempo que el respeto y la comunicación mejoren dando paso a un amor maduro (Aiquipa, 2012) llevando la relación a un estado de equilibrio que ayude al desarrollo personal de ambos (Riso, 2013).

Uno de los problemas que aqueja a las relaciones de pareja es la dependencia emocional o apego afectivo, tal como afirma Riso (2013), comparando una relación dependiente a la sensación producida por el opio debido a cómo es estimulado los centros de placer del cerebro. En la nebulosa de una relación disfuncional, se trata, por un lado, ejercer la posesión del otro, en algunos casos por parte de ambos, y en otros uno de los miembros ejerce el rol de sumisión, existiendo una pérdida gradual del respeto por sí mismo junto a una idealización hacia la otra persona.

De esta forma, menciona Riso (2013), depender de la persona que se ama es una forma de automutilación psicológica, en el que el amor a uno mismo y el autorespeto son entregados irracionalmente.

Esto concuerda con lo dicho por Castelló (2005) que refiere que la dependencia emocional afecta a quien la padece a nivel cognitivo, afectivo, volitivo y comportamental, al mismo tiempo que se idealiza al otro y se le conceptúa como quien proporciona seguridad y felicidad. Todo ello deviene por creencias distorsionadas acerca de las relaciones de pareja y de sí mismo.

Un amor posesivo derivado de la dependencia y la carencia de amor propio constituye la puerta de entrada hacia la violencia de pareja (Lemos et al., 2010).

Tal como señala la Organización Mundial de la Salud (2017) la violencia a la mujer encuentra su medio más habitual de ocurrencia en el seno de una relación de pareja, siendo este el lugar donde diferentes aspectos de carácter, comunicación, valores y experiencias tóxicas previas influye en el origen y mantenimiento de este escenario.

Por su parte, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2016) informó que “el 65.2% de las mujeres en algún momento de su vida han sido víctimas de violencia psicológica, física o sexual por parte de su pareja” lo que significa que la violencia de pareja hacia la mujer ha alcanzado un punto álgido.

Incluso hay mujeres que no denuncian el maltrato por el que atraviesan, tal como reporta el Instituto Nacional de Salud Mental, hallando que las mujeres que no denuncian el maltrato perpetrado por sus parejas, son aquellas que pensaron que no era tan grave (51,1%), que no era necesario denunciar (40,5%), y pensaron que la pareja iba a cambiar (35.3%). Con respecto a esto, Castillo (2015), director general del INSM, explicó que las mujeres que han sufrido maltrato saben que es absurdo seguir en esa relación, pero no son capaces de poner límites por miedo a la soledad, que en algunos casos buscan re experimentar emociones de dolor no superadas en la infancia y que esto se relaciona con la dependencia afectiva.

En función a lo expuesto, Castelló (2005) señala que la dependencia emocional explicaría la conducta de algunas mujeres víctimas de violencia de pareja cuando lo justifican, evitan demandarlos, o regresan con el agresor pensando que en algún momento su pareja podrá cambiar y algunas otras mujeres deciden iniciar una nueva relación con una persona con características similares.

El peor de los escenarios posibles de la dependencia emocional es que se suele originar y perpetuar en un contexto de violencia, el cual podría llegar al feminicidio. De acuerdo a la situación actual que atraviesa el país debido a la creciente violencia hacia la mujer es de vital importancia comprender que factores psicológicos se relacionan.

Lo que se ha podido observar en el contexto en el que tiene lugar la presente investigación es que las mujeres que han sufrido de violencia psicológica toleran el maltrato, entre otros aspectos, por temor al abandono, miedo a la soledad, pensamientos de indefensión y creencia de que la persona maltratadora podrá cambiar.

Riso (2012) explica que la dependencia emocional es la vinculación cognitiva-afectiva de carácter obsesivo, originada en la creencia irracional de que la otra persona es imprescindible para existir.

Esta inflexibilidad del pensamiento es lo que caracteriza a las creencias irracionales, las cuales son adquiridas a lo largo de la vida de las personas a través de mensajes parentales y acontecimientos vitales, conformando un modo particular de percibirse a sí mismo y a los demás. Por otro lado, las creencias irracionales también son promovidas a través de los medios de comunicación que fomentan que la felicidad se obtiene mediante la acumulación de bienes, entre los que destaca el tener una pareja. Incluso la religión premia (refuerza) el padecimiento y la inmolación como forma de expresar amor incondicional.

Es bajo este marco en el que la presente investigación busca analizar la relación que existe entre los niveles de dependencia emocional y las creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica que asisten a una institución que atiende parejas en el distrito de chorrillos.

2.2. Antecedentes Teórico

La dependencia emocional es un concepto psicológico que se ha popularizado a través de libros de autoayuda (Castelló, 2005).

Castelló (2005) rastreó la dependencia emocional en distintos textos, algunos de narrativa literaria y otros de autoayuda. Por citar alguno, Castelló (2005) señala el libro “Las mujeres que aman demasiado” del autor Robín Norwood, mostrando historias de distintas mujeres que aman de una forma extrema y mal correspondida, donde también se muestra el perfil de la mujer codependiente emocional atada a una relación enfermiza.

El mismo Castelló (2005) habla de cómo los manuales de autoayuda han ido introduciendo el concepto de la dependencia emocional. Un libro pionero es el de Martha Bireda, titulado “Independencia emocional, una guía para vencer la adicción al amor” siguiendo el modelo de la terapia cognitivo-conductual.

Por otra parte, Lemos, Jaller, Gonzáles, Díaz y De la Osa (2010) definen la dependencia emocional como un patrón que integra aspectos cognitivos, afectivos y conductuales, sostenida en creencias erróneas acerca del amor de pareja. Siendo la creencia más destacada que “la vida carece de sentido sin una relación de pareja” y que “es preferible tener una relación de pareja tormentosa que no tenerla”.

Amor, Bohórquez y Echeburúa (2006) señalan que la dependencia emocional es uno de los factores asociados a la violencia psicológica, física y sexual que sufren las mujeres dentro de una relación de pareja, razón por la que teóricamente se asocia la dependencia emocional como uno de los factores psicológicos que podrían explicar por qué una mujer maltratada por su pareja le resulta difícil terminar dicha relación.

En función a ello, Lemos et al. (2010) señalan que hay un perfil distintivo en las personas con dependencia emocional y que desde el paradigma cognitivo podría comprenderse dicho perfil.

Por esta razón es que para estos autores la identificación de esquemas desadaptativos tempranos, creencias nucleares, distorsiones del pensamiento y estilos de afrontamiento permite la comprensión de la dependencia emocional (Lemos et al., 2010).

2.3. Definición del problema general y específico

En el presente acápite se plantea el problema principal según el diseño correlacional y los problemas específicos bajo el diseño descriptivo y correlacional.

Problema principal

¿Existe relación entre el nivel de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución para parejas en el distrito de Chorrillos?

Problemas específicos

A. Descriptivo

1. ¿Qué nivel de dependencia emocional se encuentra en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?
2. ¿Cuál es el nivel de los tipos de creencias irracionales que presentan las mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?

B. Correlacional

3. ¿Qué tipo de relación (directa o indirecta) existe entre la dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende parejas en situación de violencia?
4. ¿Cuáles son las dimensiones de la dependencia emocional que se relacionan de manera estadísticamente significativa con los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?
5. ¿Cuál es la intensidad (leve, significativa o alta) de la relación entre la dependencia emocional y sus dimensiones y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?

2.4. Objetivos, delimitación y justificación de la investigación

En este apartado se plantea el objetivo general según el diseño correlacional y los objetivos específicos bajo el diseño descriptivo y correlacional.

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre los niveles de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres que han sufrido violencia psicológica por parte de sus parejas, que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos.

Objetivos Específico

A. Descriptivo

1. Identificar el nivel de dependencia emocional que más incide en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro para parejas en situación de violencia.
2. Identificar el nivel de los tipos de creencias irracionales que presentan las mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro para parejas en situación de violencia.

B. Correlacional

3. Determinar si existe relación directa o indirecta entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus que asisten a un centro para parejas en situación de violencia.
4. Identificar que dimensiones de la dependencia emocional tienen relación estadísticamente significativa con los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro para parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.
5. Determinar si la relación entre la dependencia emocional y sus dimensiones y lo tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro para parejas en situación de violencia es leve, significativa o alta.

2.4.1. Delimitación del estudio

El presente estudio se enfoca en indagar la posible relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en una muestra conformada por 100 mujeres entre 20 y 50 años de edad que asisten a una institución que atiende a parejas que han atravesado por episodios de violencia

psicológica en su relación de pareja. Solo se trabajó con aquellas mujeres que han referido violencia psicológica por parte de sus parejas y que han tenido o tienen una relación de pareja heterosexual. Para extraer la muestra se emplean dos test psicológicos que son: el Cuestionario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el IDE de Jesús Aiquipa. A través de un muestreo de tipo censal.

2.4.2. Justificación e importancia del estudio

La importancia de la investigación se justifica a niveles: Teórico, Práctico y metodológico:

A nivel teórico, la presente investigación pretende corroborar los datos hallados en otras investigación acerca de la relación directa entre la violencia de la mujer por parte de la pareja y la dependencia emocional, aportando desde la perspectiva psicológica que las cogniciones sesgadas, es decir las creencias irracionales, están asociadas a la dependencia emocional, el miedo al abandono, la necesidad absoluta de amor, el temor a lo desconocido, la necesidad de aprobación, el miedo a hacerle frente a las adversidades como las que tienen lugar en la violencia psicológica por parte de la pareja.

A nivel práctico, se identificarán las creencias irracionales que guardan relación directa con la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia psicológica infringida por la pareja, motivando a otros investigadores a crear programas de intervención con la finalidad de que las mujeres que atraviesan por violencia psicológica en la pareja logren identificar las creencias irracionales y el uso de la reestructuración cognitiva mediante el modelo A-B-C-D-E para un adecuado manejo de los pensamientos y emociones, propiciando una mejora en su salud mental y una mejor relación de pareja en el futuro.

A nivel metodológico, aportará la adaptación de una escala que muestre de qué manera están descritos los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de la pareja.

2.5. Hipótesis, variables y definiciones conceptuales

En este apartado se plantea la hipótesis general según el diseño correlacional e hipótesis específicas bajo el diseño descriptivo y correlacional.

Hipótesis general

Existe relación entre los niveles de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

Hipótesis específica

A. Descriptivo

1. Existe un nivel alto de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas.

2. Existen niveles moderado y alto en las creencias irracionales necesidad amor y aprobación, miedo o ansiedad ante lo incierto, dependencia e indefensión ante acontecimientos pasados; en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas en situación de violencia.

B. Correlacional

3. Existe relación directa entre el nivel de dependencia emocional y los tipos de creencia irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

4. Existe relación estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y sus dimensiones y las creencias irracionales necesidad de amor y aprobación, dependencia, miedo o ansiedad ante lo desconocido y causas externas en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

5. Existe una relación con intensidad alta entre la dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

Tabla 3.

Variables, definiciones operacionales e indicadores

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Escala de medición
Niveles de la dependencia emocional	La dependencia emocional es aquella dimensión disfuncional del rasgo de personalidad “Necesidad de vinculación afectiva” que se establece en un individuo	Las respuestas de las participantes obtenidas a través del Inventario de Dependencia Emocional (IDE)	-Miedo a la ruptura -Intolerancia a la soledad -Prioridad de la pareja	Tipo Likert Rangos de medición: -Alto (71 – 99)

			y el contexto habitual	-Necesidad de	-Moderado
			donde se despliega es en	acceso a la pareja	(51 – 70)
			la relación de pareja, así	-Deseo de	Significativo
			también podría estar	exclusividad	(31-50)
			relacionado a un trastorno	-Subordinación	-Bajo o
			de personalidad como no.	y sumisión	normal
				-Deseo de	(1 – 30)
				control y dominio	
Tipos	Ellis A. y Grieger, R.	Las respuestas		-Necesidad de	Tipo
de creencias	(1977) describe a las	de las participantes		amor y aprobación.	dicotómica.
irracionales	creencias irracionales	obtenidas a través		-Altas auto-	Si/No .
	como los pensamientos	del Inventanrio de		expectativas.	Rangos de
	que posee una persona,	Creencias		-	medición:
	sobre los cuales no	Irracionales de		Culpabilización.	Decatipos –
	ostenta evidencia	Albert Ellis		-Intolerancia a la	Leve
	verdadera para confirmar			frustración.	(0-5)
	su idea. Por lo general			-Causas	Moderado
	estas se muestran en			externas.	(6-7)
	formas de requerimientos			-Miedo o	Alto nivel
	autoritarios y rígidos; las			ansiedad.	(8-10)
	cuales interfieren en el			-Evitación de	
	normal desarrollo			problemas.	
	emocional y conductual			-Dependencia.	
	del individuo				

ocasionando alteraciones
psicológicas.

-Indefensión.
-Pasividad.

Elaborada por el autor.

Capítulo III

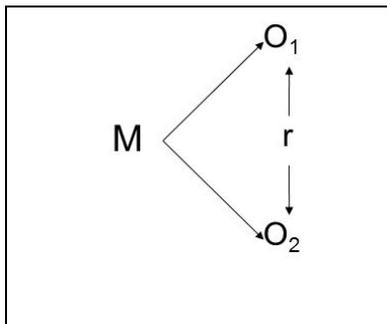
Método, técnica e instrumentos

3.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo cuantitativa, “debido a que su utilidad se centra en la recolección de datos que permitan probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico para probar teorías” (Hernandez, Fernandez & Baptista, 2006).

3.2. Diseño a utilizar

El diseño de la investigación es no experimental, transversal, descriptiva y correlacional, pues su finalidad es conocer la relación que existe entre dos variables en un contexto en particular” (Hernandez, Fernandez & Baptista, 2006).



Donde :

M (Muestra) =Mujeres víctimas de violencia Psicológica por la pareja que asisten a un centro a una institución que atiende a parejas en situación de violencia.

O1 (Observación de variable 1)= Niveles de dependencia emocional

O2 (Observación de la variable2) = Tipos de creencias irracionales

r = Relación entre las dos variable.

VARIABLES DEL ESTUDIO:

Variable 1: Dependencia emocional

Variable 2: Creencias irracionales

3.3. Universo, población, muestra y muestreo

El universo está conformado por todas las mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de su pareja heterosexual que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia ubicado en el distrito de Chorrillos. La población está conformada por 100 mujeres heterosexuales, algunas casadas y otras convivientes, entre 20 y 50 años de edad que han atravesado por violencia psicológica por parte de su pareja y que asisten a esta institución.

En esta investigación se tomó una muestra censal, las 100 mujeres que asisten a la asociación que atiende parejas en el distrito de Chorrillos. Los criterios de selección fueron mujeres entre 20 y 50 años, que han pasado por violencia psicológica por parte de su pareja, encontrándose en una relación heterosexual y que continúen su relación de pareja asistiendo a una institución que atiende parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

El muestreo es no probabilístico de tipo intencional, debido a que el autor seleccionó a las participantes con las características señaladas.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

1. Mujeres heterosexuales de 20 a 50 años de edad
2. Asistir a un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos
3. Estar casada o conviviendo al momento de la evaluación

4. Haber sufrido de violencia psicológica por parte de sus parejas

Criterios de exclusión

1. Mujeres menores de 20 o mayores de 50 años de edad.
2. No estar casadas o conviviendo con sus parejas al momento de la evaluación
3. Mujeres que no han sufrido de violencia psicológica por parte de sus parejas.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se empleó fue la encuesta, la cual facilita el procesamiento de datos de los instrumentos usados. Esta técnica es utilizada en psicología, por su rapidez y confiabilidad según Hernandez, Fernande & Baptista (2006).

Instrumentos utilizados

La variable **dependencia emocional** se mide a través del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa, cuya elaboración data del año 2012 y fue publicada el 2015 por la Editorial Manual Moderno. Este cuestionario es de tipo Likert de 49 ítems, que arroja un puntaje general y siete dimensiones que representan las características de la persona dependiente según el marco teórico de Jorge Castelló (2005).

Para medir la confiabilidad del IDE, por medio de la consistencia interna, se efectuó el método de la división por mitades y por medio del coeficiente de correlación de Pearson corregido mediante la fórmula spearman-brown fue de 0.91 lo cual indica una elevada consistencia interna de la prueba. Los puntajes obtenidos por cada factor fueron los siguientes:

Factor1: Miedo a la ruptura, obtuvo un Alfa de 0.88

Factor2: Miedo e intolerancia a la soledad, obtuvo un Alfa de 0.89

Fctor3: Prioridad de la pareja, obtuvo un Alfa de 0.86

Factor4: Necesidad de acceso a la pareja, obtuvo un Alfa de 0.87

Factor5: Necesidad de exclusividad, obtuvo un Alfa de 0.79

Fctor6: Subordinación y sumisión, obtuvo un Alfa de 0.76

Factor7: Deseos de control y dominio, obtuvo un Alfa de 0.77

Con respecto a la validez de contenido de la prueba los cinco jueces coincidieron con el 95% de los reactivos, siendo estos una representación apropiada del conjunto de características que busca medir el cuestionario.

En lo que respecta a la validez factorial, se evaluó las matrices de correlación obteniendo un valor satisfactorio de 0.96 a través del índice Kaiser-Meyer-Olkin. Posteriormente se extrajeron siete factores con autovalores mayores a 1 y que explican el 58.25% de la varianza de los datos originales (Aiquipa, 2012).

Finalmente, el Inventario de Dependencia Emocional obtuvo validez por diferencias de grupo contrastados, para este fin se aplicó la prueba final a 31 mujeres diagnosticadas con dependencia emocional que se encontraban recibiendo tratamiento psicológico en un programa de tipo residencial y se aplicó la misma prueba a un grupo no clínico de mujeres. Se compararon las medias de ambos grupos a través de la prueba de la “t” de Student encontrando diferencias estadísticamente significativas entre el grupo diagnosticado con dependencia emocional y el grupo no clínico.

Para efectos del siguiente estudio las propiedades psicométricas del instrumento reportaron un Alfa de Crombach de 0.95 que indica una consistencia interna adecuada (Ver anexo para ver los resultados del IDE).

La variable **creencias irracionales** se mide a través del Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis, siendo este un cuestionario de respuestas dicotómicas de 100 ítems, asimismo mide diez tipos de creencias irracionales, bajo el marco teórico de la TREC.

En lo que respecta a la confiabilidad, Kuba (2017) realiza una actualización del cuestionario, mediante un análisis de confiabilidad por consistencia interna a través del Coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo un coeficiente de 0.81.

Tang (2011) realizó la validez del contenido del cuestionario a partir del criterio de jueces utilizando la V de Aiken, en la cual obtuvo una validez de 0,90 y 1, tal como se aprecia en los puntajes obtenidos por cada creencia:

- En la Creencia irracional 1, obtuvo un total de V 0,93.
- En la Creencia irracional 2, obtuvo un total de V 1,00.
- En la Creencia irracional 3, obtuvo un total de V 0,80.
- En la Creencia irracional 4, obtuvo un total de V 0,90.
- En la Creencia irracional 5, obtuvo un total de V 0,93.
- En la Creencia irracional 6, obtuvo un total de V 0,98.
- En la Creencia irracional 7, obtuvo un total de V 0,98.
- En la creencia irracional 8, obtuvo un total de V 0,97.
- En la Creencia irracional 9, obtuvo un total de V 0,94.
- En la Creencia irracional 10, obtuvo un total de V 0,98.

En el estudio se encontró que la prueba presenta consistencia interna puesto que existe relación directa estadísticamente significativa ($\rho < 0,01$) entre la creencia irracional *Necesidad de amor y aprobación* y las creencias irracionales *Altas auto expectativas, Culpabilización, Miedo o ansiedad ante lo desconocido, Dependencia y Pasividad* (Ver anexo 1).

Además, también la prueba de creencias irracionales presenta evidencias de validez de contenido a través del criterio de jueces (5 expertos, psicólogos clínicos cognitivos conductuales). Puesto que los valores V de Aiken promedio para cada uno de los tipos de creencias irracionales varían entre 0.81 y 0.85 valores aceptables (ver anexo 2).

3.5 Procesamiento de datos

El procesamiento de datos de esta investigación utilizó técnicas estadísticas descriptivas de tendencia central y dispersión. Asimismo, se usó técnicas bivariadas de análisis estadístico. Para este fin se empleó también el coeficiente de correlación de Spearman, puesto que la distribución de los puntajes en la muestra fue no normal. Los resultados fueron procesados y codificados a través del paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS).

Capítulo IV

Procesamiento, presentación y análisis de los resultados

4.1. Presentación de los resultados descriptivos

4.1.1. Prueba de distribución normal de las variables de estudio

Tabla 4

Estadístico para determinar la normalidad de la distribución de las variables de estudio

Variables	<i>K-S</i>	<i>Sig</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>
Dependencia emocional	,147	,000	146	26,2
Creencia 1	,172	,000	5	1,8
Creencia 2	,129	,000	5	1,5
Creencia 3	,196	,000	5	2,2
Creencia 4	,158	,000	5	1,5
Creencia 5	,116	,000	5	1,7
Creencia 6	,135	,000	6	1,6
Creencia 7	,132	,000	5	1,6
Creencia 8	,152	,000	5	1,6
Creencia 9	,141	,000	5	1,6
Creencia 10	,157	,000	5	1,4

N = 100

En la Tabla 4 se observa que en todas las variables de estudio el valor de la prueba K-S presentan valores que van desde 0,116 hasta 0,196, con un nivel de significancia menor a 0,05 lo cual sugiere que todas las variables siguen una distribución no normal.

4.1.2. Análisis descriptivo de las variables de estudio

Tabla 5

Estadístico descriptivo de la variable dependencia emocional.

Estadístico	Valores
Media	146,20
Mediana	147,00
Moda	145 ^a
Desviación estándar	26,243
Varianza	688,687
Mínimo	66
Máximo	186

N=100

En la Tabla 5. Se observa el puntaje de la variable dependencia emocional presenta un valor mínimo de 66 y un valor máximo de 186 y un valor promedio de 146,20 con desviación estándar 26,243.

Tabla 6.

Estadístico descriptivo para la variable creencia irracional.

	<i>M</i>	<i>Med</i>	<i>DE</i>	Varianza	Mínimo	Máximo
Creencia 1	4,80	5,00	1,896	3,596	0	9
Creencia 2	4,94	5,00	1,582	2,501	1	8
Creencia 3	4,64	4,00	2,227	4,960	1	16
Creencia 4	5,03	5,00	1,534	2,353	1	8
Creencia 5	4,62	5,00	1,745	3,046	1	9
Creencia 6	5,51	5,00	1,605	2,576	1	10
Creencia 7	4,58	5,00	1,648	2,716	1	9
Creencia 8	4,73	5,00	1,634	2,670	0	9
Creencia 9	5,17	5,00	1,646	2,708	1	12
Creencia10	4,80	5,00	1,497	2,242	1	8

N=100

En la tabla 6 se observa los puntajes de los tipos de creencias irracionales, encontrando un valor mínimo de 0 para la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación y la creencia irracional 8 dependencias. Asimismo el puntaje máximo se observa en la creencia irracional 3 culpabilización con 16. El valor promedio es de 5,00 para todas las creencias irracionales, excepto para la creencia irracional 3 culpabilización. Finalmente la creencia irracional 3 culpabilización obtiene el mayor rango en desviación estándar 4,960.

4.1.3. Frecuencia de los puntajes de las variables de estudio

Tabla 7

Distribución de la muestra según las categorías de la variable dependencia emocional.

Categorías	<i>f</i>	%
Bajo o normal	4	4
Significativo	5	5
Moderado	5	5
Alto	86	86
Total	100	100

Según lo observado en la Tabla 7, la dependencia emocional se manifiesta de la siguiente manera: El 86% de las participantes se evidencia una dependencia emocional Alta, un 5% evidencia una dependencia emocional moderada al igual que los que puntúan una dependencia emocional significativa, también están representados por un 5% y finalmente los que evidencia una dependencia emocional baja o normal corresponden a un 4% de la muestra.

Tabla 8

Distribución de la muestra según las categorías de la variable creencia irracionales.

Creencias	Bajo		Moderado		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Creencia 1	68	86	25	25	7	7

Creencia 2	62	26	34	34	4	4
Creencia 3	76	76	17	17	5	5
Creencia 4	65	65	27	27	8	8
Creencia 5	69	69	26	26	5	5
Creencia 6	51	51	38	38	11	11
Creencia 7	72	72	23	23	5	5
Creencia 8	67	67	30	30	3	3
Creencia 9	61	61	35	35	4	4
Creencia10	71	17	25	25	4	4

N=100

En la Tabla 8. Se aprecia que 11 de las participantes puntuaron en la categoría alto en la creencia irracional 6, 38 mientras que 8 participantes puntuaron alto en la creencia irracional

En la creencia 6, 8 participante presentan una categoría alta, mientras que 38 de ella se ubican en la categoría moderado y 51 en la categoría baja. Observamos también que 8 participantes se ubican en la categoría alto, 27 en la categoría moderado y 65 en la categoría bajo.

4.1.4. Tablas cruzadas entre las variables de estudio y las variables sociodemográficas

Tabla 9

Categorías de dependencia emocional según rango de edad.

Edad	Bajo o normal	Significativo	Moderado	Alto	Total
20-30	1	1	1	45	48
31-40	1	2	1	24	28
41-51	2	2	3	17	24
Total	4	5	5	86	100

Podemos observar en la Tabla 9. Que 45 de las 100 mujeres encuestadas de 20 a 30 años puntúan en la categoría Alto. Las mujeres de 31 a 40 años son 24 de las 100 mujeres encuestadas y puntúan en la categoría Alto, mientras que en las mujeres de 41 a 51 años son 17 de las 100 mujeres que se encuentran en la categoría Alto en la variable dependencia emocional.

Tabla 10.

Categorías de dependencia emocional según estado civil.

Estado civil	Dependencia emocional				Total
	Bajo o normal	Significativo	Moderado	Alto	
Casadas	3	4	4	45	56
Convivientes	1	1	1	41	44
Total	4	5	5	86	100

En la Tabla 10. Se aprecia que 45 de ellas pertenecen al estado civil casada y 41 de ellas pertenecen al estado civil conviviente. Asimismo, tanto las mujeres casadas como las mujeres convivientes puntúan en su mayoría en la categoría alto en la variable dependencia emocional, siendo un total de 86 de las 100 mujeres muestreadas las que se encuentran en esa categoría.

Tabla 11

Categorías de creencia irracional Necesidad de amor y aprobación y rango de edad.

Edad	Necesidad de amor y aprobación			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	25	20	3	48
31-40	20	5	3	28
41-51	20	3	1	24
Total	65	28	7	100

En la Tabla 11. Se aprecia que 65 de las 100 mujeres encuestadas pertenecen a la categoría bajo, 28 de las 100 mujeres pertenecen a la categoría moderado y 7 de las 100 mujeres a la categoría alto en la creencia irracional 1.

Tabla 12

Categorías de creencia irracional Altas auto expectativas y rango de edad.

Edad	Altas auto expectativas			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	27	19	2	48
31-40	18	9	1	28
41-51	17	6	1	24
Total	62	34	4	100

Tabla 12. Se aprecia que el 62 de las 100 mujeres en el estudio pertenecen a la categoría bajo, 34 de ellas a la categoría moderado y 4 de ellas a la categoría alto en la creencia irracional 2.

Tabla 13

Categorías de creencia irracional Culpabilización y rango de edad.

Edad	Culpabilización			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	33	11	4	48
31-40	24	4	0	28
41-51	20	3	1	24
Total	77	18	5	100

En la Tabla 13. Observamos que 77 de las 100 mujeres del presente estudio pertenecen a la categoría bajo, 18 a la categoría moderado y 5 de ellas a la categoría alto en la creencia irracional

3.

Tabla 14

Categorías de creencia irracional Intolerancia a la frustración y rango de edad.

Edad	Intolerancia a la frustración			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	34	10	4	48
31-40	15	9	4	28
41-51	16	8	0	24
Total	65	27	8	100

En la Tabla 14. Se visualiza que 65 de las 100 mujeres muestreadas pertenecen la categoría bajo, 27 de las 100 mujeres a la categoría moderado y 8 de ellas a la categoría alto en la creencia irracional 4.

Tabla 15

Categorías de creencia irracional Causas externas y rango de edad.

Edad	Causas externas			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	34	10	4	48
31-40	19	9	0	28
41-51	16	7	1	24
Total	69	25	5	100

En la Tabla 15. Se aprecia que 69 de las 100 mujeres del presente estudio pertenecen a la categoría bajo, 26 de ellas a la categoría moderado y 5 a la categoría alto en la creencia irracional

5.

Tabla 16

Categorías de creencia irracional Miedo o ansiedad ante lo desconocido y rango de edad.

Edad	Miedo o ansiedad ante lo desconocido			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	23	23	2	48
31-40	16	10	2	28
41-51	12	5	7	24
Total	51	38	11	100

En la Tabla 16. Se observa que 51 del total de las mujeres en el presente estudio se encuentran en la categoría bajo, 38 en la categoría moderado y 11 en la categoría alto en la creencia irracional

6.

Tabla 17

Categorías de creencia irracional Evitación de problemas y rango de edad.

Edad	Evitación de problemas			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	36	9	3	48
31-40	18	9	1	28
41-51	18	5	1	24
Total	72	23	5	100

En la Tabla 17. Se observa que el 72 del total de las mujeres en el presente estudio se ubican en la categoría bajo, 23 de ellas en la categoría moderado y 5 en la categoría alto en la creencia irracional 7.

Tabla 18

Categorías de creencia irracional Dependencia y rango de edad.

Edad	Dependencia			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	33	14	1	48
31-40	17	10	1	28
41-51	17	6	1	24
Total	67	30	3	100

En la Tabla 18. Se aprecia que 67 de las 100 mujeres en el presente estudio pertenecen a la categoría bajo, 30 en la categoría moderado y 3 de ellas en la categoría alto en la creencia irracional 8.

Tabla 19

Categorías de creencia irracional Indefensión ante eventos del pasado y rango de edad.

Edad	Indefensión ante eventos del pasado			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	28	17	3	48
31-40	17	10	1	28
41-51	16	8	1	24
Total	61	35	4	100

En la tabla 19. Se observa que 61 del total de las mujeres del presente estudio pertenecen a la categoría bajo, 35 de ellas a la categoría moderado y 4 a la categoría alto en la creencia irracional 9.

Tabla 20

Categorías de creencia irracional Pasividad y rango de edad.

Edad	Pasividad			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
20-30	28	17	3	48
31-40	25	2	1	28
41-51	18	6	0	24
Total	71	25	4	100

En la Tabla 20. Se aprecia que 71 del total de las mujeres del presente estudio pertenecen a la categoría bajo, 25 de ellas a la categoría moderado y 4 de ellas a la categoría alto en la creencia irracional 10.

4.2. Presentación de resultados correlacionales

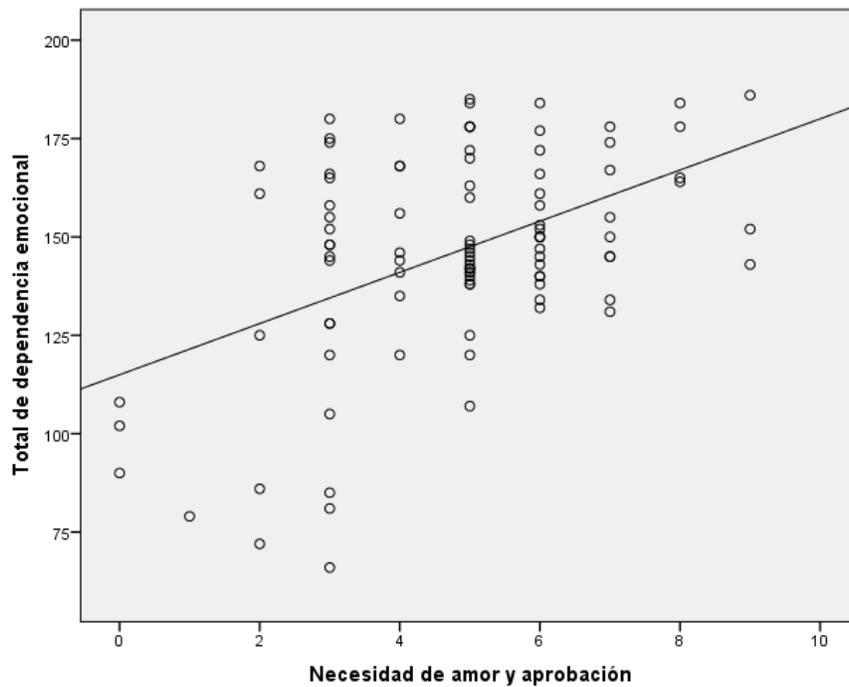
En esta sección se muestra la correlación entre las variables de estudio a través de gráficos de dispersión y la tabla de contrastación de hipótesis en el apartado 4.2.2

4.2.1 Gráficos de dispersión de las variables de estudio

A. Gráficos de dispersión entre variables que correlacional estadísticamente significativas a nivel 0,01

Figura 1

Diagrama de dispersión entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación

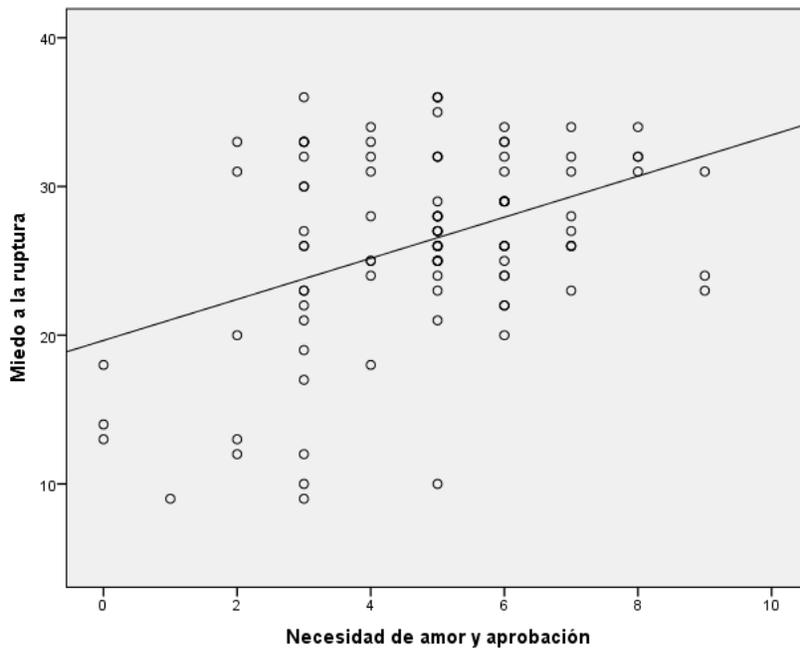


En la figura 1 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje total de dependencia emocional y la creencia irracional 1 *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e

indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*, aumenta el nivel de dependencia emocional.

Figura 2

Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación

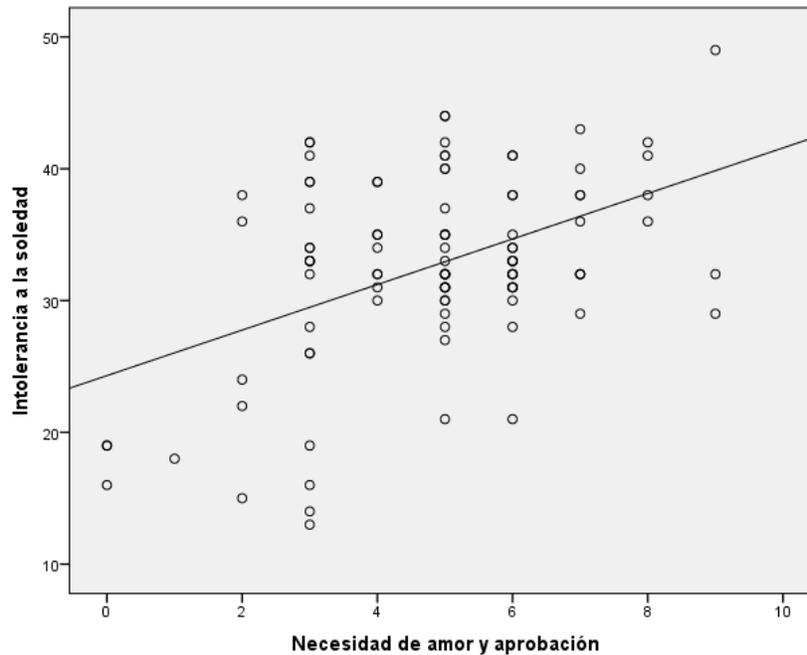


En la figura 2 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *miedo a la ruptura* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *miedo o ansiedad*.

Figura 3

Diagrama de dispersión entre la dimensión intolerancia a la soledad y la creencia irracional

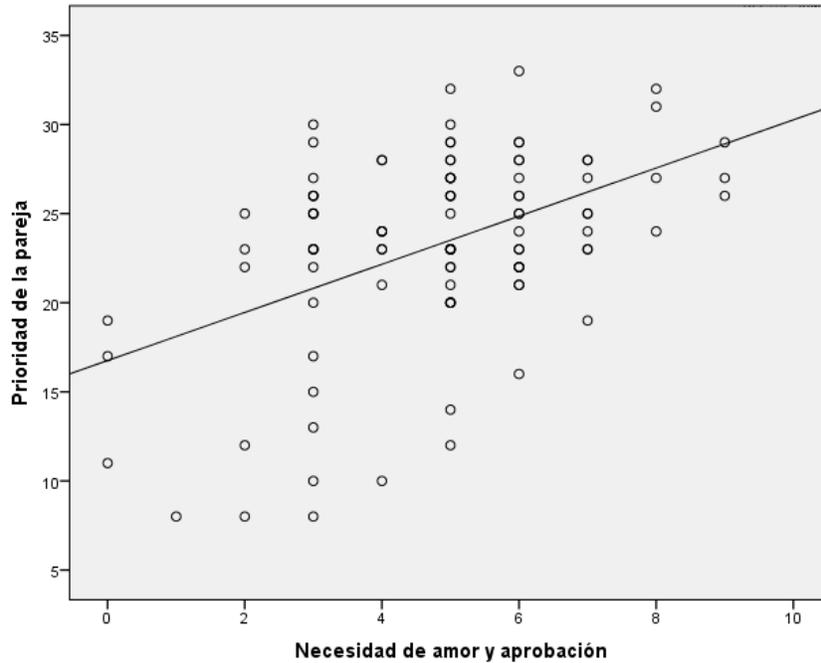
1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 3 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *intolerancia a la soledad* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *intolerancia a la soledad*.

Figura 4

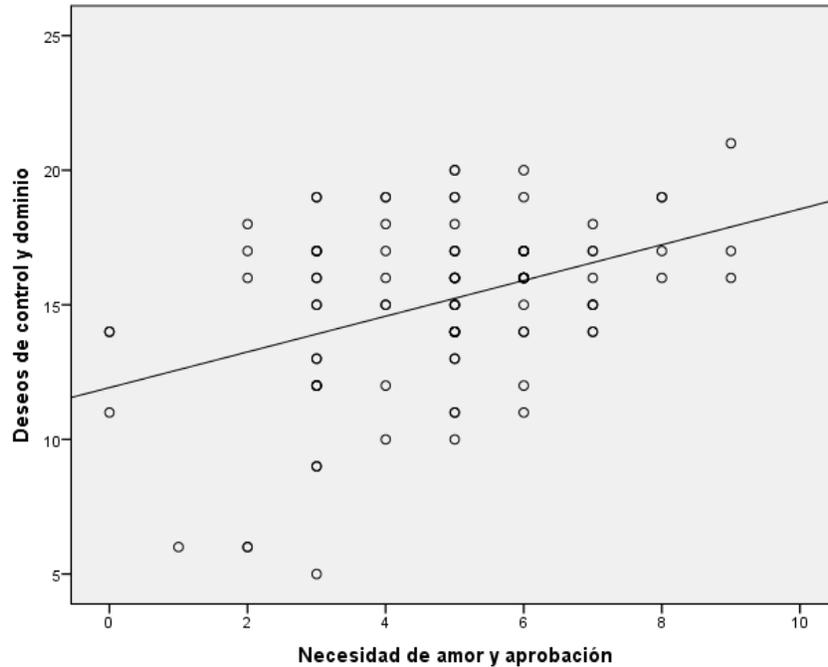
Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 4 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *prioridad de la pareja* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *prioridad de la pareja*.

Figura 5

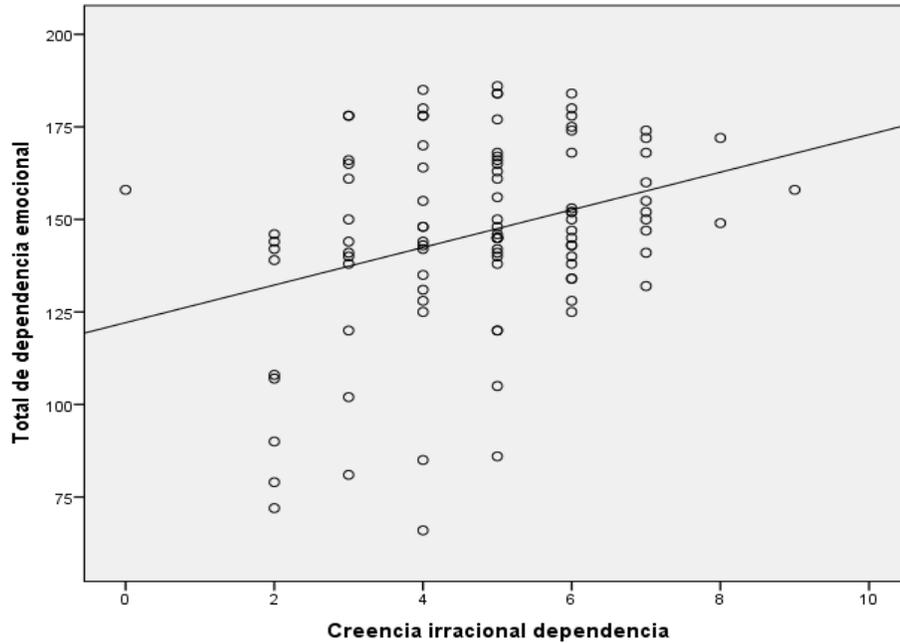
Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de control y dominio y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 5 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *deseos de control y dominio* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *deseos de control y dominio*.

Figura 6

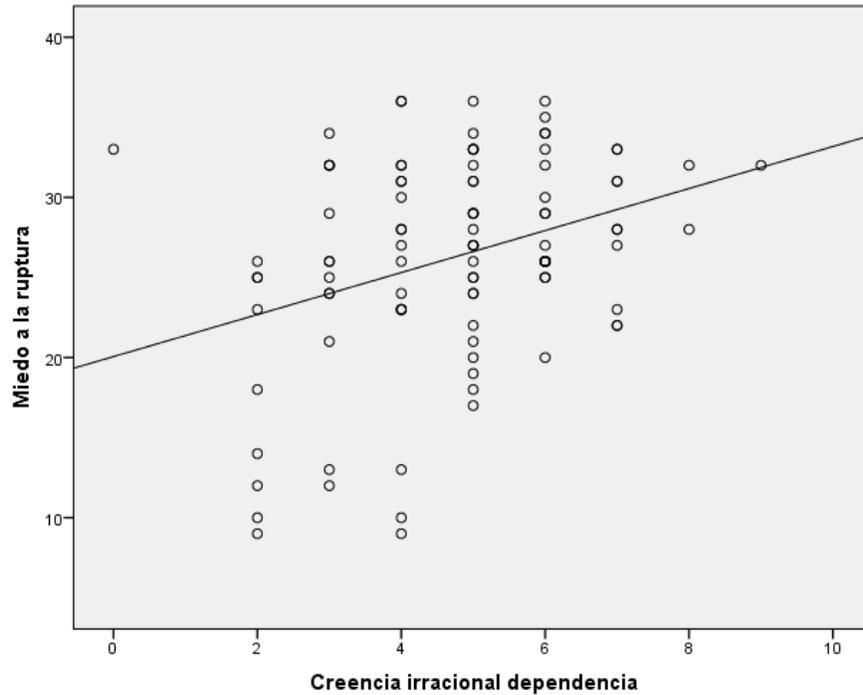
Diagrama de dispersión entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional 8 dependencia



En la figura 6 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje total de dependencia emocional y la creencia irracional *dependencia*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia*, aumenta el nivel de dependencia emocional.

Figura 7

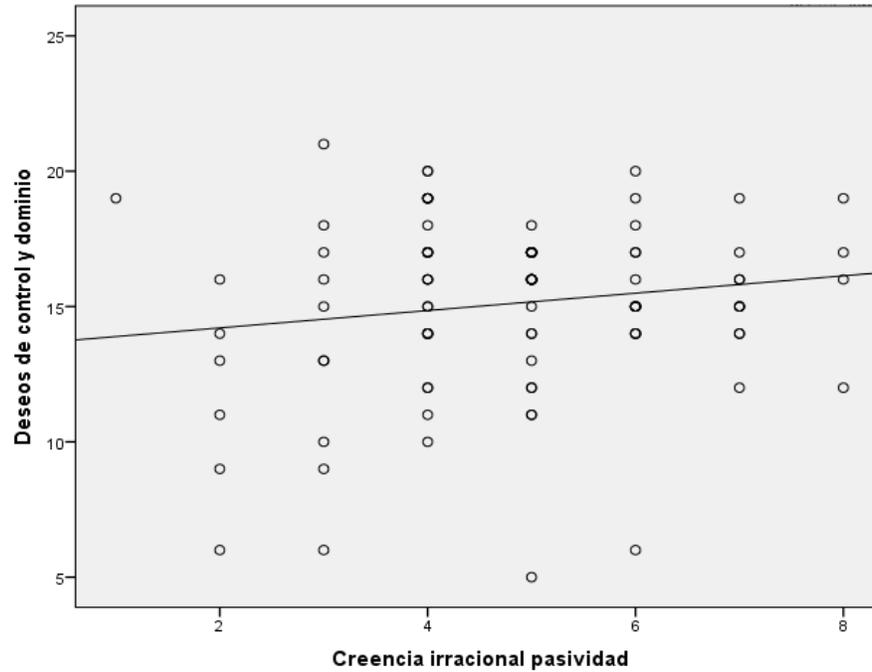
Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional 8 dependencia



En la figura 7 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *miedo a la ruptura* y la creencia irracional *dependencia*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia*, aumenta el nivel de la dimensión *miedo a la ruptura*.

Figura 8

Diagrama de dispersión entre la dimensión Deseos de control y dominio y la creencia irracional 10 pasividad

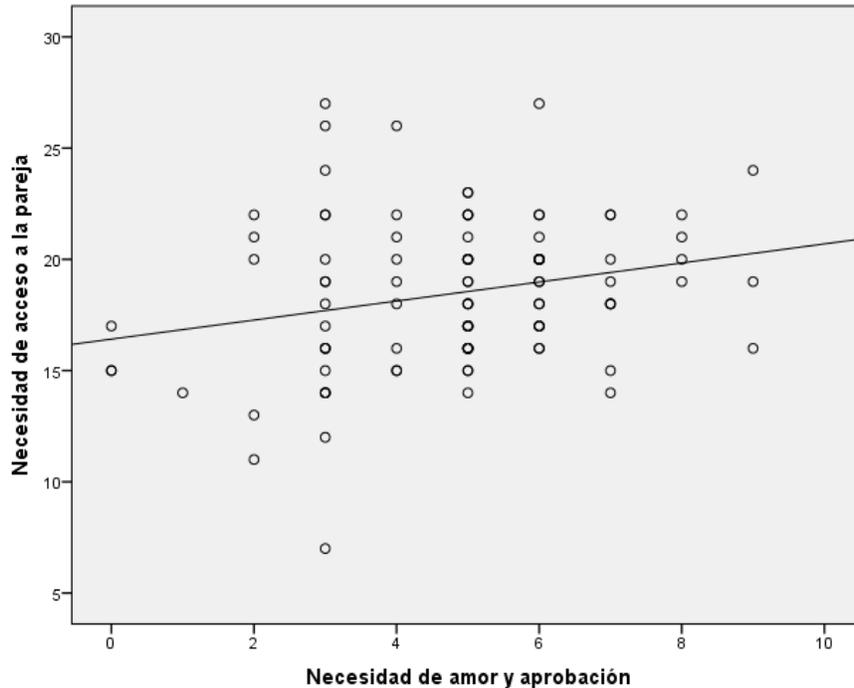


En la figura 8 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *deseos de control y dominio* y la creencia irracional *pasividad*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *pasividad*, aumenta el nivel de la dimensión *deseos de control y dominio*.

B. Gráficos de dispersión entre variables que correlacional estadísticamente significativas a nivel 0,05

Figura 9

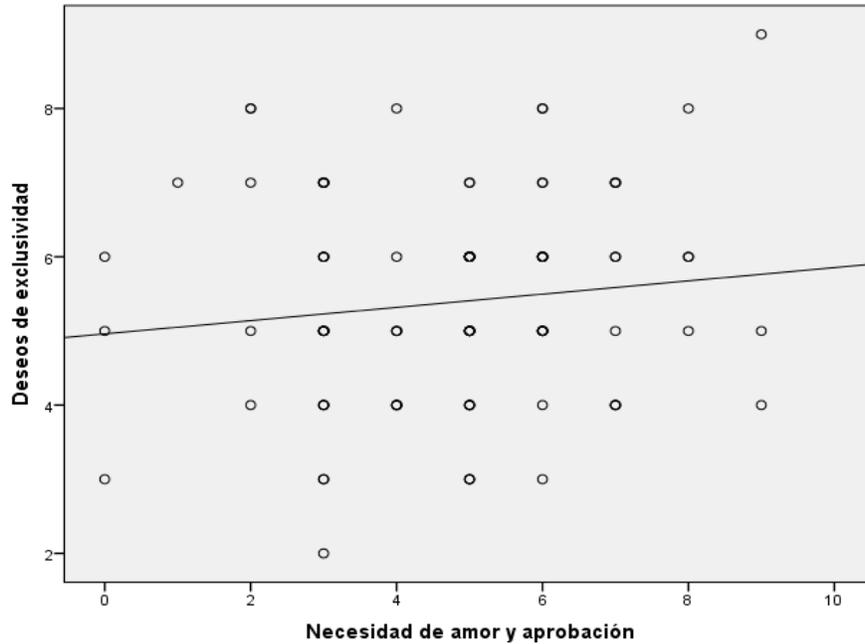
Diagrama de dispersión entre la dimensión necesidad de acceso a la pareja y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 9 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *necesidad de acceso a la pareja* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *necesidad de acceso a la pareja*.

Figura 10

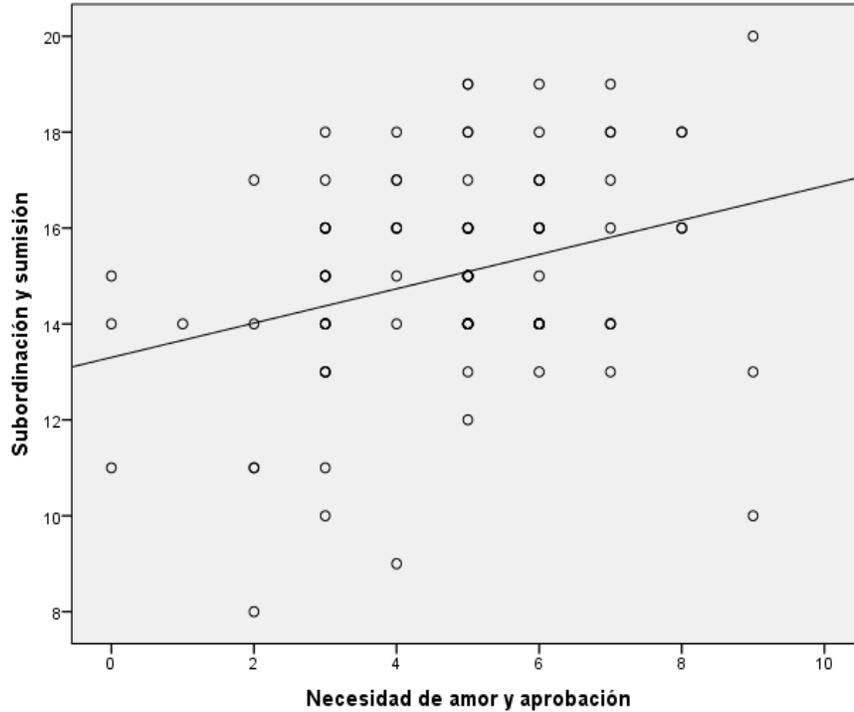
Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de exclusividad y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 10 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *deseos de exclusividad* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *deseos de exclusividad*.

Figura 11

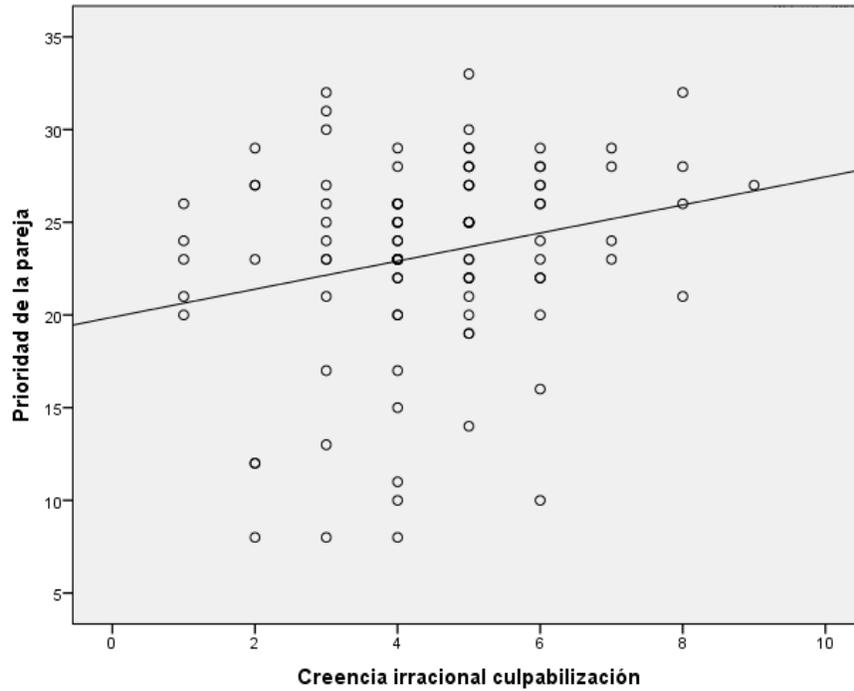
Diagrama de dispersión entre la dimensión subordinación y sumisión y la creencia irracional 1 necesidad de amor y aprobación



En la figura 11 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *subordinación y sumisión* y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* aumenta el nivel de la dimensión *subordinación y sumisión*.

Figura 12

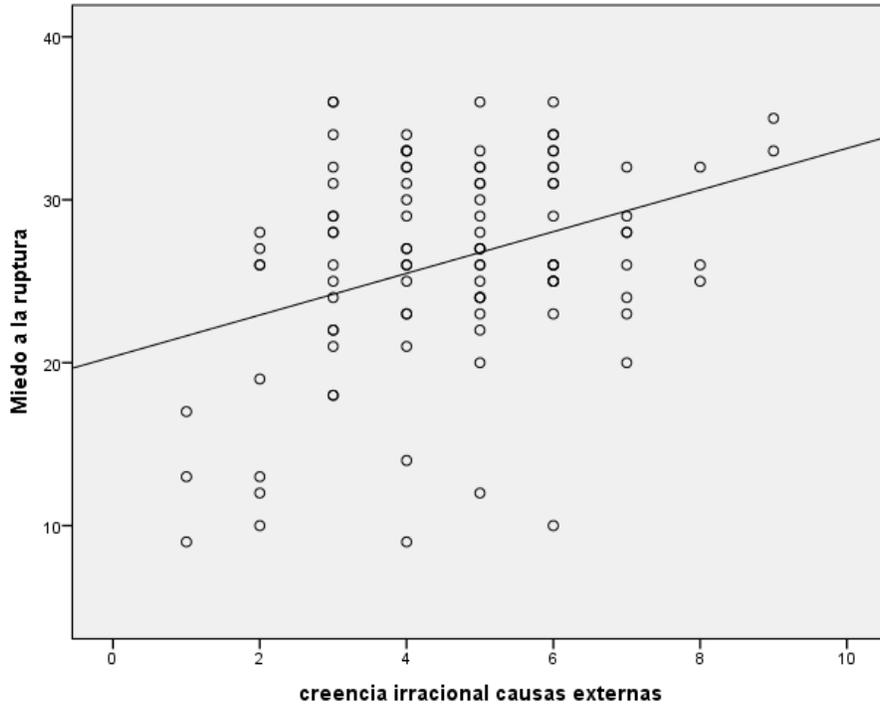
Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional 3 culpabilización



En la figura 12 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *prioridad de la pareja* y la creencia irracional *culpabilización*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *culpabilización* aumenta el nivel de la dimensión *prioridad de la pareja*.

Figura 13

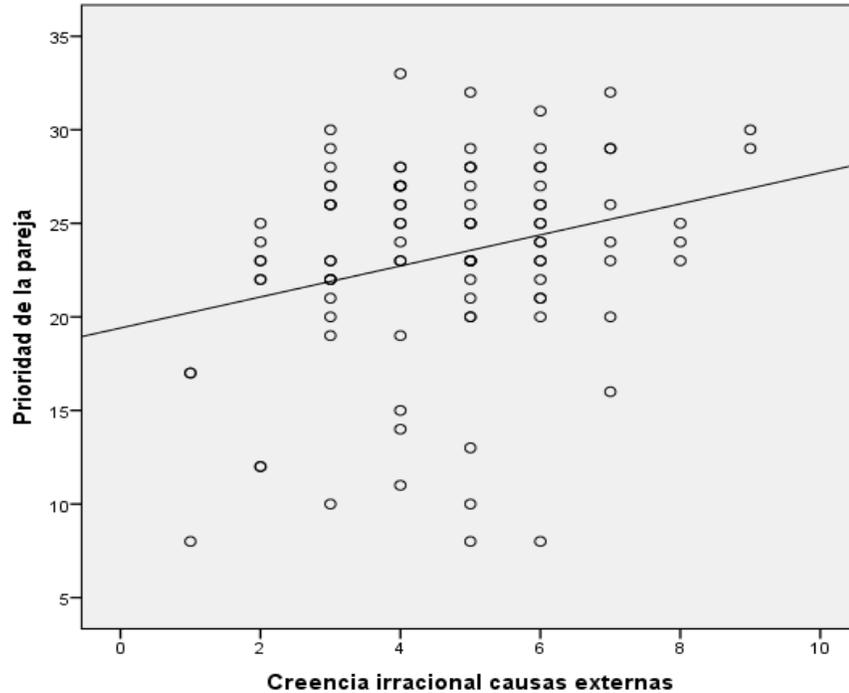
Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional 5 causas externas



En la figura 13 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *miedo a la ruptura* y la creencia irracional *causas externas*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *causas externas* aumenta el nivel de la dimensión *miedo a la ruptura*.

Figura 14

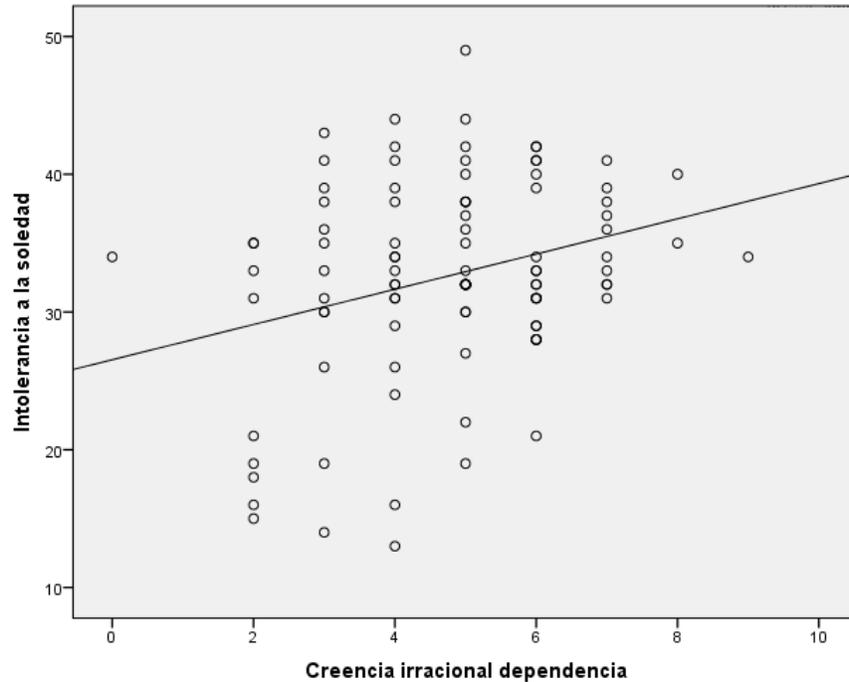
Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional 5 causas externas



En la figura 14 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *prioridad de la pareja* y la creencia irracional *causas externas*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *causas externas* aumenta el nivel de la dimensión *prioridad de la pareja*.

Figura 15

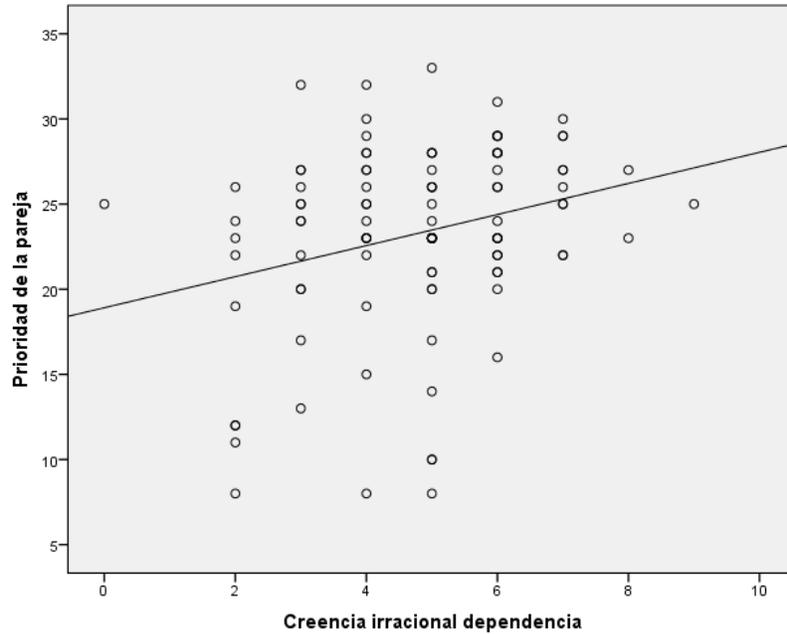
Diagrama de dispersión entre la dimensión intolerancia a la soledad y la creencia irracional 8 dependencia



En la figura 15 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *intolerancia a la soledad* y la creencia irracional *dependencia*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia* aumenta el nivel de la dimensión *intolerancia a la soledad*.

Figura 16

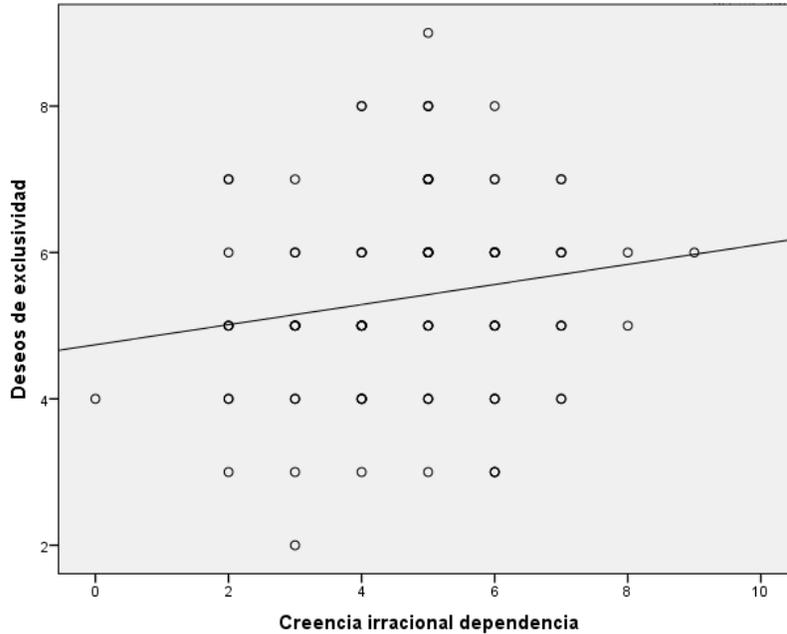
Diagrama de dispersión entre la dimensión prioridad de la pareja y la creencia irracional 8 dependencia



En la figura 16 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *prioridad de la pareja* y la creencia irracional *dependencia*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia* aumenta el nivel de la dimensión *prioridad de la pareja*.

Figura 17

Diagrama de dispersión entre la dimensión deseos de exclusividad y la creencia irracional 8 dependencia



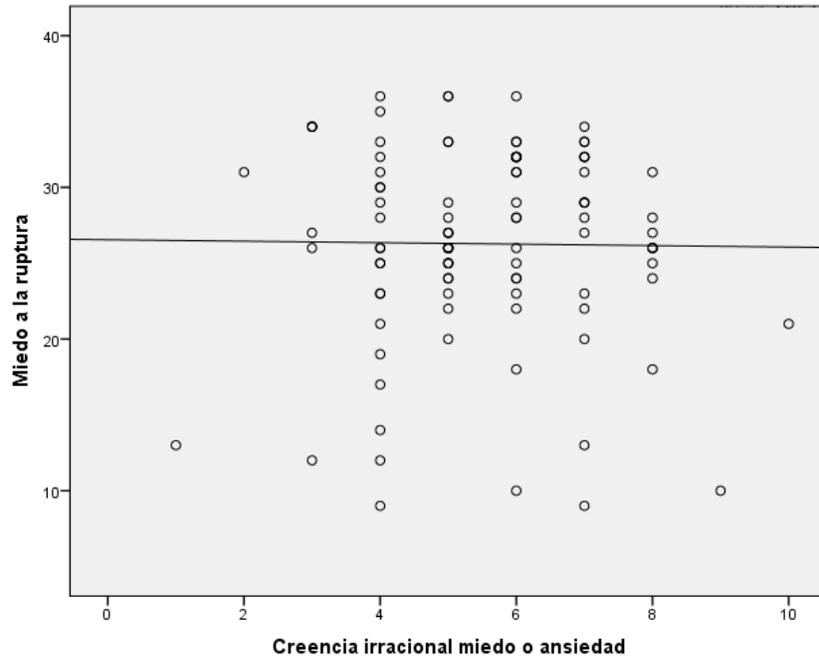
En la figura 17 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *deseos de exclusividad* y la creencia irracional *dependencia*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación de tipo positiva entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia* aumenta el nivel de la dimensión *deseos de exclusividad*.

C. Gráficos de dispersión entre variables cuya correlación no son estadísticamente significativas

En esta sección se muestra el diagramas de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional miedo o ansiedad, debido a que teóricamente se esperaría hallar una relación significativa y directa.

Figura 18

Diagrama de dispersión entre la dimensión miedo a la ruptura y la creencia irracional 6 miedo o ansiedad



En la figura 18 se observa el diagrama de dispersión para el puntaje de la dimensión *miedo a la ruptura* y la creencia irracional *miedo o ansiedad*. Los valores correspondientes a la relación entre las variables se ubican como puntos de un plano cartesiano e indican que existe relación indirecta entre las variables estudiadas, de tal forma que a medida que si se incrementa el puntaje en la creencia irracional *dependencia* no aumenta el nivel de la dimensión *miedo a la ruptura*.

4.2.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 21

Correlación Rho de Spearman entre la variable dependencia emocional y sus dimensiones y los tipos de creencias irracionales.

Tipos de Creencias Irracionales	Dimensiones de la dependencia emocional							
	Total de dependencia emocional	Miedo a la ruptura	Intolerancia a la soledad	Prioridad de la pareja	Necesidad de acceso a la pareja	Deseo de exclusividad	Subordinación y sumisión	Deseos de control y dominio
Necesidad de amor y aprobación	,323**	,271**	,282**	,378**	,232*	,205*	,253*	,301**
Altas autoexpectativas	,072	,056	,088	-,011	,030	,019	,167	,055
Culpabilización	,153	,161	,093	,210*	,155	,099	,150	,180
Intolerancia a la frustración	,125	,061	,094	,123	,123	,026	,147	,155
Causas externas	,188	,254*	,163	,229*	,028	,108	,134	,175
Miedo o ansiedad	-,033	-,016	-,068	,007	,057	,019	,016	,006
Evitación de problemas	,098	,146	,188	,095	-,041	-,121	,169	,061
Dependencia	,267**	,283**	,211*	,244*	,193	,233*	,148	,144
Indefensión	,030	,055	-,050	,050	,749	,031	,024	,072
Pasividad	,148	,110	,110	,070	,057	-,044	,117	,265**

N=100

**La correlación es significativa en el nivel 0,01

*La correlación es significativa en el nivel 0,05.

4.2.2.1 Descripción de los datos hallados a través de la correlación Rho de Spearman entre las variables de estudio

En esta sección se describe los datos relevantes para los fines de esta investigación, observados en la tabla 21.

1. Descripción de las variables que correlacionan a nivel 0,01

De los resultados que se aprecian en la tabla 21 observamos que existe una relación directa estadísticamente significativa entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* en el nivel 0,01. Asimismo el grado de correlación entre estas variables es $\rho = ,323^{**}$, determinada por el coeficiente Rho de Spearman.

Se observa también que la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* tiene relación directa y significativa en el nivel 0,01 con las dimensiones de la dependencia emocional *miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja y deseos de control y dominio*, relación que es expresada por los siguientes coeficientes Rho de Spearman $\rho = ,271^{**}$ (dimensión *miedo a la ruptura*), $\rho = ,282^{**}$ (dimensión *intolerancia a la soledad*), $\rho = ,378^{**}$ (dimensión *prioridad de la pareja*), $\rho = ,301^{**}$ (dimensión *deseos de control y dominio*).

Con respecto a la relación entre el total de la dependencia emocional y la creencia irracional *dependencia* se halló relación directa y estadísticamente significativa al nivel 0,01. El grado de correlación determinada por el coeficiente Rho de Spearman es $\rho = ,267^{**}$. La dimensión *miedo a la ruptura* también muestra relación directa y estadísticamente significativa al nivel 0,01 con la creencia irracional *dependencia*, determinada por el coeficiente Rho de Spearman de $\rho = ,283^{**}$.

Finalmente, la dimensión *deseos de control y dominio* y la creencia irracional *pasividad* tienen relación directa estadísticamente significativa al nivel 0,01, con el grado de correlación según el coeficiente Rho Spearman de $\rho=,265^{**}$.

2. Descripción de las variables que correlacional a nivel 0,05

En la tabla 21 se aprecia que la dimensiones de la dependencia emocional *necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad y subordinación y sumisión* tienen relación directa y estadísticamente significativita al nivel 0,05 con la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación*. Asimismo el grado de correlación entre las variables según el coeficiente Rho de Spearman es $\rho=, 232^*$, $\rho=, 205^*$, $\rho=, 253^*$, respectivamente.

Se observa también que la dimensión *prioridad de la pareja* tiene relación directa estadísticamente significativa al nivel 0,05 con la creencia irracional *culpabilización*, siendo su grado de correlación determinado por el coeficiente Rho de Spearman de $\rho=,210^*$.

Por otro lado, se aprecia que las dimensiones *miedo a la ruptura y prioridad de la pareja* tienen relación directa estadísticamente significativa al nivel 0,05 con la creencia irracional *causas externas*. Esta relación está determinada por los coeficientes Rho de Spearman de $\rho=,254^*$ (dimensión *miedo a la ruptura*), $\rho=,229^*$ (dimensión *prioridad de la pareja*).

También se observa que tres dimensiones de la dependencia emocional tienen relación directa estadísticamente significativa al nivel 0,05 con la creencia irracional *dependencia*, siendo su grado de correlación $\rho=,211^*$ (dimensión *intolerancia a la soledad*), $\rho=,254^*$ (dimensión *prioridad de la pareja*), $\rho=,233^*$ (dimensión *deseos de exclusividad*) según el coeficiente de correlación Rho de Spearman.

3. Descripción de variable que no correlaciona

Se observa en la tabla 21 que son varias las dimensiones de la dependencia emocional que no tienen relación significativa con los tipos de creencias irracionales. Asimismo se describirá la relación del total de dependencia emocional y la creencia irracional *miedo o ansiedad*, debido a que se planteó en la hipótesis (hipótesis 4) dicha relación a un nivel significativo. También se describirá la relación entre la dimensión de la dependencia emocional *miedo a la ruptura* y la creencia irracional *miedo o ansiedad*.

Se observa que el total de dependencia emocional tiene relación inversa y no significativa con la creencia irracional *miedo o ansiedad* con un coeficiente de correlación Rho de Spearman de $\rho = -.033$. También se observa que la dimensión *miedo a la ruptura* tiene relación inversa y no significativa con la creencia irracional *miedo o ansiedad* determinado por un coeficiente Rho de Spearman $\rho = -.016$.

4.3. Discusión de resultados

La finalidad de esta investigación fue analizar la relación que existe entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de la pareja en un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

Los datos encontrados en esta investigación de tipo descriptiva correlacional señalan que las participantes muestran un alto nivel de dependencia emocional, lo que sugiere una necesidad afectiva desproporcionada que sienten estas mujeres hacia sus parejas (Castelló, 2005). Esto implica que las participantes otorgan prioridad a su pareja frente a sus actividades personales, es decir empiezan a distanciarse de sus objetivos vitales, su círculo social, laboral e incluso familiar. Así también existe una voracidad afectiva, que se traduce en la búsqueda constante de tener cerca a la otra persona; estar lejos de esa persona supone una abstinencia que se podría mitigar a través de mensajes de texto y llamadas constantes (Castelló, 2005).

Además de ello, estos datos muestran que hay una atmósfera de exclusividad patológica por parte de las participantes, lo que significa que suelen percibir su relación como un “un mundo diseñado para dos” (Riso, 2013). Por lo tanto, en este tipo de relaciones, se presentan conductas celosas, tales como sospechar con lo que podría estar haciendo su pareja y la sensación de inseguridad ante la pérdida (Martínez & Gómez-Acosta 2013).

Existen estudios como el de Aiquipa (2015) y Momeñe et al. (2017) que hallaron una relación directa estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y la violencia en relaciones de pareja, lo que sugiere que la dependencia emocional es un factor entre otros que se vincula con el hecho de que una mujer tolere el maltrato infringido en el contexto de una relación afectiva. Esto podría ser entendido cuando observamos que *el miedo a la ruptura* y *subordinación* y *sumisión* son las dimensiones con mayor incidencia. Con respecto a la dimensión de *miedo a la ruptura*, Del castillo, Hernández, Romero e Iglesias (2015) encontraron en una muestra similar que la dimensión *ansiedad por separación* fue la que obtuvo mayor puntuación. Esto habla del miedo que genera en la persona dependiente la percepción de abandono, pudiendo ser la sumisión una estrategia para evitar la ansiedad que supone la ruptura y no poner fin al cónyuge agresivo (Amor, Bohórquez & Echeburúa 2006).

Con respecto a las creencias irracionales, se observa en las mujeres del estudio que la creencia irracional *intolerancia la frustración*, creencia irracional *ansiedad ante lo desconocido* y creencia irracional *indefensión ante eventos del pasado*, puntuaron con un nivel moderado. Esto muestra que las participantes poseen poca capacidad para regular emociones ante situaciones que suponen tener paciencia, irritándose cuando las cosas no suceden de la forma esperada. También, muestran ansiedad por eventos inesperados, lo que repercute en pensamientos rumiantes de tipo catastrófico e incide en la toma de decisiones. Además,

presentan dificultad para desengancharse de acontecimientos pasados, percibiéndolos con una fuerte influencia para su presente.

Acerca de la relación de las variables de estudio se encontró que no todos los tipos de creencias irracionales se relacionan con la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas. En este sentido la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* muestra una relación directa estadísticamente significativa con las siete dimensiones de la dependencia emocional y la creencia irracional *dependencia*, se relaciona de manera directa y significativa con las dimensiones *miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja y deseos de exclusividad*. Por otra parte se halló también relación directa y estadísticamente significativa entre la creencia irracional *causas externas* y las dimensiones *miedo a la ruptura y prioridad de la pareja*. Finalmente se halló que las creencias irracionales *culpabilización y pasividad* se relacionan de manera directa y significativa estadísticamente con las dimensiones de la dependencia emocional *prioridad de la pareja y deseos de control y dominio* respectivamente, lo que significaría que las participantes presentan creencias que mantienen o amplifican el malestar emocional en su relación de pareja (Ellis, 2000).

Apartir de los datos hallados, observamos que las mujeres del estudio, en sus relaciones afectivas muestran una búsqueda constante de amor y aprobación hacía la persona idealizada. Similar a los datos hallados por Rosa (2014) quien encontró que la creencia irracional *apariencia y búsqueda de aprobación* es la creencia que aparece con mayor frecuencia en personas que se encuentran en una relación de pareja. Esta creencia lleva a evocar emociones como la ansiedad, el enojo o la tristeza toda vez que no se logre satisfacer dicha presunción (Vîslă et al., 2015). Esto deriva en conductas que van desde dejar de lado objetivos personales, alejarse de personas o incluso de suplicar por amor a pesar de la presencia de violencia (Ellis, 1980). Con respecto a la

ira y agresividad en las relaciones de pareja, Askari (2018) sugiere que las distorsiones cognitivas de Beck y las creencias irracionales de Ellis, estarían relacionadas con la poca habilidad de afrontamiento, autoregulación de la activación emocional e intensidad de los episodios de ira, lo cual a su vez repercute en la violencia psicológica.

La relación entre la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* y la dimensión *miedo a la ruptura* sugiere que las mujeres del estudio al percibir cualquier indicio que desestabilice la percepción de apego hacia su pareja podrían experimentar ansiedad tal como sugieren Llerena (2017) y Gonzales y Leal (2014). Esto guarda relación con lo que Young et al. (2013) denomina como el esquema de abandono, el cual se experimenta como una gran angustia y tristeza cuando la persona de quien se depende se desvincula de forma afectiva o sexual. Esto es corroborado por Urbiola & Estévez (2015) quienes hallaron relación directa y significativa entre el esquema de abandono y la dependencia emocional.

Así también esta creencia irracional se relaciona con las dimensiones *intolerancia a la soledad, necesidad de acceso a la pareja, subordinación y sumisión y deseos de control y dominio*, lo cual podría expresar que las mujeres del presente estudio cuando no pueden estar físicamente con la persona de quien se depende, se activa la regla absolutista y rígida que proviene de la creencia y despierta respuestas emocionales y conductuales, tal como suplicar por amor Riso (2013) o sobrecompensar respondiendo de forma celosa y agresiva (Young et al., 2013)

Por su parte la creencia irracional *dependencia* se relaciona directa y significativamente con las dimensiones *miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja y exclusividad de la pareja*. Esto sugiere que las mujeres víctimas de violencia psicológica, se relacionan con su pareja esperando que sea la otra persona quien tome las decisiones, careciendo

de autonomía y seguridad propia; no es inusual que dejen de lado asuntos personales, afectando su autoestima y auto percepción por temor a que la relación termine (Ellis, 1980). Esta creencia de necesitar depender del otro podría entre otras cosas mostrar como la persona dependiente busca que el centro de su vida sea su relación dependiente, llevándola a acaparar de manera exclusiva su vínculo, alimentado por la percepción de vivir una historia “especial” (Riso, 2013).

Estos hallazgos son congruentes con Mejía (2014) que encontró que la creencia irracional dependencia es la mas frecuente en madres victimas de violencia sexual. Por otro lado, Lemos et al. (2010) hallaron que las personas que atraviesan por violencia en su relación poseen también la creencia de dependencia junto al esquema de desconfianza y abuso. De ello se puede inferir que la creencia irracional *dependencia* está relacionado a mujeres víctimas de violencia en la pareja.

La creencia irracional *dependencia*, no necesariamente se corresponde con la dependencia emocional, dado que la definición básica de la creencia irracional dependencia, nos habla de problemas con la autonomía, autogestionarse y ser asertivo (Ellis, 2004). Esto lo subrayó Castelló (2005) cuando habló de la diferencia entre dependencia instrumental y dependencia propiamente afectiva, sin embargo, es posible que una persona posea estos dos tipos de dependencia o que pueda haber una predominancia de alguna de ellas.

En las mujeres de este estudio se encontró que la creencia irracional *causas externas* se relaciona con las dimensiones de la dependencia emocional *miedo a la ruptura* y *prioridad de la pareja*, lo que sugiere que responsabilizan a la otra persona de la felicidad o desdicha que puedan experimentar, mostrándose expectantes a las necesidades de la pareja para otorgarle prioridad o mostrarse suspicaz ante signos de querer concluir la relación. Por su parte Lemos et al. (2007) encontraron datos similares al encontrar relación entre la dependencia emocional y el

personamiento distorsionado *falacia de control*, que consiste en responsabilizar a la otra persona de las emociones y conductas provocadas.

También se halló que la creencia irracional *culpabilización* se relaciona de manera estadísticamente significativa con la dimensión de la dependencia emocional *prioridad de la pareja*, lo cual podría señalar que la mujer dependiente víctima de violencia psicológica sobregeneraliza conductas consideradas como imperdonables y actúa para castigar a su pareja si él no logra satisfacer su expectativa de hacer de su relación el epicentro de su vida, tal como menciona (Silva dos Santos, 2016).

Finalmente la creencia irracional *pasividad* se relaciona directa y estadísticamente significativa con la dimensión de la dependencia emocional *deseos de control y dominio*, esto podría sugerir que las mujeres del estudio esperan cambios en su pareja pero sin involucrarse activamente en ese proceso, sino mediante control indirecto, como por ejemplo el uso de sarcasmo o comentarios hirientes (Riso, 2013). Asimismo Aguinaga (2011) encontró en su investigación que la creencia irracional *inercia* se presenta con mayor incidencia en mujeres víctimas de violencia infringida por sus parejas.

Por otro lado, los datos hallados señalan que la dependencia emocional no tiene relación significativa de tipo directa con la creencia irracional *miedo o ansiedad*, esto podría deberse entre otras cosas a que dicha creencia irracional está orientada a la ansiedad producida por no saber de qué manera lidiar con eventos del cual no se tiene conocimiento previo (Ellis, 2004) y las persona dependiente ya dispone de un mapa mental o esquema cognitivo que pese a ser disfuncional, le da sensación de familiaridad, tal como señala Young, et al. (2005). Por lo tanto las mujeres dependientes disponen de una serie de estrategias que van desde el sometimiento

pasivo hasta la hostilidad y el control activo (dimensión subordinación y sumisión y dimensión deseos de control y dominio) (Riso, 2013).

Otros estudios indagaron la relación entre dependencia emocional y constructos similares a las creencias irracionales. Por ejemplo Lemos et al. (2010) menciona que existe un perfil distintivo en la persona dependiente emocional y su comprensión consiste en identificar esquemas disfuncionales, creencias nucleares, distorsiones cognitivas y estilos de afrontamiento desadaptativas.

Uno de los constructos desarrollados en este contexto son los esquemas desadaptativos de Young et al. (2013). Estos esquemas estarían compuestos por cuatro elementos, los cuales son recuerdos, creencias irracionales, emociones y sensaciones corporales (Rodríguez, 2009). De ello se observa la relación entre la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* con la dimensión desconexión y rechazo, que implica la frustración de la necesidad de contacto y afecto que carece el niño por parte de sus padres, similar a los mencionados por Castelló (2005) respecto a uno de los posibles factores predisponentes de la dependencia emocional.

Por su parte Huertas et al. (2016) investigó los esquemas mal adaptativos temprano y su relación con la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia en la pareja, encontrando que los esquemas que cuentan con mayor relación son desconfianza y abuso, privación emocional, fracaso y apego confuso y/o inmaduro, predominando los esquemas que pertenecen a la dimensión de desconexión y rechazo, así también reporta que las dimensiones *intolerancia a la soledad, prioridad a la pareja y deseos de control a la pareja* cuentan con mayor grado de relación en su investigación.

Las personas que poseen esquemas que pertenecen a la dimensión de desconexión y rechazo, tienen serios problemas para formar apego seguro con otras personas, creen que no serán amados ni comprendidos como ellos quisieran (Young et al., 2013). Las familias de origen suelen ser inestables, maltratadoras, poco expresivas o con tendencia al rechazo y la crítica. De adultos las personas afectadas por este contexto tienden a buscar relaciones afectivas autodestructivas o a distanciarse afectivamente de toda relación que toque aspectos emocionales o en el extremo de la sobrecompensación buscarán incesantemente recibir amor y aprobación (Ellis, 1980). Esto tiene relación con lo hallado en el estudio, donde la necesidad de amor y aprobación es una de las creencias irracionales asociadas con la dependencia emocional. Tanto Castelló (2005) como Young et al. (2013) y Ellis (1980) resaltan el ambiente familiar infantil como factor que marcará las pautas afectivas de las personas.

Las distorsiones cognitivas constituyen, desde otro grupo de estudio, los pensamientos automáticos que tendrían como sustento a las creencias irracionales, por ejemplo, Silva dos santos (2016) investigó las distorsiones cognitivas en parejas encontrando que las distorsiones más frecuentes son la lectura del pensamiento y la sobre generalización, esto indicaría que las parejas de su estudio tendrían la tendencia a inferir las intenciones, pensamientos y conductas de su cónyuge, sacando conclusiones en función a esta distorsión, lo que podría generar conflictos en su relación de pareja. Así también la sobre generalización implica la creencia de que si algo sucede una vez siempre sucederá igual, llevando un hecho particular a una regla global en el comportamiento de sí mismo o del otro (Beck et al., 2010).

En otros estudios se analizó la relación entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional, encontrando la relación directa estadísticamente significativa entre la distorsión cognitiva “Debería” y la distorsión cognitiva “Falacia de control” en personas con dependencia

emocional (Lemos et al., 2007). Esto refuerza los datos hallados en el presente estudio, debido a que los “deberías” son la característica esencial de las creencias irracionales (Ellis, 2004) esto en cuanto a la relación de pareja de la mujer dependiente nos sugiere el carácter inflexible y rígido el cual sostiene el objetivo inalcanzable de un amor y aprobación omnipotente (Ellis, 1980). Es decir, pensar que el amor debería lograrlo todo, incluso cambiar a una pareja maltratadora o inmolarsse si fuera necesario (Riso, 2013).

Con respecto a la falacia de control, esto señala que la persona dependiente se percibe como una víctima de las circunstancias, que la otra persona, en este caso la persona idealizada, tiene el poder de hacer feliz o infeliz el destino de la persona dependiente, esto guarda relación con la creencia irracional *dependencia* y *causas externas* (Ellis, 1980).

Finalmente se debe señalar que el estudio se centró en mujeres víctimas de violencia psicológica y no se ha contemplado distintas variables que pudieran repercutir en otros tipos de violencia, debido a esto no se descarta la mediación de distintas variables intervinientes que pudieran influir en la relación de las variables ya estudiadas, tal como regulación emocional, tolerancia al malestar, efectividad interpersonal, marcos relacionales, entre otros. También es necesario subrayar la relevancia de indagar la dependencia emocional en varones y las variables antes mencionadas.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

5.1. Conclusiones

Hipótesis general

Existe relación entre los niveles de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos.

Conclusión general

Se halló una relación estadísticamente significativa ($p < 0,01$) entre la dependencia emocional y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* y la creencia irracional *dependencia* en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos.

Hipótesis específica 1

Existe nivel alto de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos.

Conclusión específica 1

El 96% de mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos, presentó nivel *alto* de dependencia emocional ($M = 146,20$).

Hipótesis específica 2

Existen niveles Moderado y Alto en las creencias irracionales *necesidad de amor y aprobación, miedo o ansiedad ante lo incierto, dependencia e indefensión ante acontecimientos pasados*; en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

Conclusión específica 2

Se encontró un nivel bajo en las creencias irracionales *necesidad de amor y aprobación* ($M = 4,80$), *miedo o ansiedad ante lo incierto* ($M = 5,51$), *dependencia* ($M = 4,73$) e *indefensión ante acontecimientos pasados* ($M = 5,17$) en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

Hipótesis específica 3

Existe relación directa entre el nivel de dependencia emocional y los tipos de creencia irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.

Conclusión específica 3

Se encontró relación significativa de tipo directa ($\rho < 0,01$) entre el nivel de dependencia emocional y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* y la creencia irracional *dependencia* en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

Hipótesis específica 4

Existe relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de la dependencia emocional y las creencias irracionales necesidad de amor y aprobación, dependencia, miedo o ansiedad ante lo desconocido, causas externas.

Conclusión específica 4

Se encontró relación significativa de tipo directa entre la creencia irracional 1 *necesidad de amor y aprobación* y las siete dimensiones de la dependencia emocional; creencia irracional *dependencia* y dimensiones de dependencia emocional *miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad*; creencia irracional *culpabilización* y dimensión *prioridad de la pareja*; y, creencia irracional *pasividad* y dimensión de dependencia emocional *deseos de control y dominio*. Asimismo se encontró relación inversa y no significativa entre la dependencia emocional y la creencia irracional *miedo o ansiedad ante lo desconocido*.

Hipótesis específica 5

Existe una relación con intensidad alta entre la dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

Conclusión específica 5

Solo se encontró relación significativa y con intensidad baja entre la dependencia emocional y la creencia irracional *necesidad de amor y aprobación* (ρ de spearman = 0,323; $p < 0,01$). Respecto a las dimensiones de dependencia emocional, también hubo relación con intensidad baja con las creencias relacionadas mencionadas líneas arriba, con valores ρ de spearman entre 0,210 (*culpabilización* y *prioridad de la pareja*) y 0,378 (*necesidad de amor y aprobación* y *prioridad*

de la pareja) en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.

5.2. Recomendaciones

- Realizar investigaciones con mayor número de participantes y en varios centros de Lima que atiendan a parejas en situación de violencia, con la finalidad de generalizar resultados y protocolizar modelos de prevención e intervención.
- Se sugiere investigar la relación entre dependencia emocional y violencia física o sexual de modo que pueda diferenciarse las dimensiones de la dependencia emocional más afectadas en cada uno de los tipos de violencia.
- Desarrollar estudios que analicen la relación entre la dependencia emocional y otras variables intervinientes, como desregulación emocional, tolerancia al malestar, habilidades sociales, consciencia plena, marcos relacionales y otros constructos pertenecientes al modelo cognitivo conductual de tercera generación.
- Implementar programas de intervención terapéutica que contengan estrategias que permitan fomentar relaciones saludables sin dependencia emocional, así como identificar, evaluar y reestructurar las creencias irracionales necesidad de amor y aprobación y dependencia en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas.

Referencias bibliográficas

Aginaga, A.A (2012). *Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas y no víctimas de violencia inflingida por la pareja* (Tesis de Maestría) Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Aiquipa, J.J. (2012). Diseño y validación del inventario de dependencia emocional IDE. *Revista de Investigación en Psicológica*, 15(1),133-145.

Aiquipa, J.J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Investigación en Psicología*, 33(2),412-437.

Aiquipa,J.J. (2015). *Inventario de Dependencia Emocional IDE*. México: Manual Moderno

Alejos, J. (2017). *Niveles de dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima* (Tesis de Licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de La Vega. Lima,Perú. Recuperado de : <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1831>

Amor, P., Bohórquez, I.A. y Echeburúa, E. (2006). ¿Por qué y a qué coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora?. *Acción Psicológica*, 4(2), 129-154.

Recuperado: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030758006>

Askari, I (2018). The role of the belief system for anger management of couples with anger and Aggression: A cognitive – Behavioral perspective. Recuperado: <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10942-018-0307-5>

Beck, A., Rush, J., Shaw, B. & Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión 19ª edición*. España, Bilbao: Desclée de Brouwer.

Blazquez, A., Moreno, J.M., & García-Baamonde, M.E. (2010). Revisión teórica del maltrato psicológico en la violencia conyugal. *Psicología y Salud*, 20(1), 65 75.

- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.
- Castelló, J. (2012). *La superación de la dependencia emocional*. Málaga, España: Ediciones Corona Borealis.
- Dryden, W., Ellis, A. (1989). *Práctica de la terapia racional emotiva*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Del Castillo, A., Hernández, M.E., Romero, A., y Hoyos, S.I. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *PSICUMEX*, 5(1) 4-18. Recuperado de:
http://www.psicumex.uson.mx/revistas/articulos/9-R9_ARTICULO_01.pdf
- Ellis, A. (1980). *Razón y emoción en psicoterapia*. España: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. & Maclaren, C. (2004). *Las Relaciones con los demás -Terapia del comportamiento Racional Emotivo*. España, Barcelona: Editorial Océano.
- Ellis, A. & Grieger, R. (1990). *Manual de Terapia Racional-Emotiva Volumen 2*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (1999). *Ud. Puede ser feliz Terapia Racional Emotivo Conductual para la Ansiedad y la Depresión*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Ellis, A. (2000). El amor neurótico: sus causas y tratamiento. En B. Shawn (Ed). *Vivir en una sociedad irracional*. Barcelona, España: Paidós.
- García, L. y Mendoza, B. (2015). *Estilos de apego parental y dependencia emocional en pacientes atendidos en los establecimientos de salud categoría I-4 de la ciudad de Chiclayo*

(Tesis de Maestría). Universidad UPAGU, Cajamarca, Perú. Recuperado de:
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/172>

González, H. y Leal, R. (2014). Dependencia emocional como factor de riesgo para la violencia de pareja en mujeres del sector Paraíso- Corregimiento Mateo Iturralde- Distrito de San Miguelito- Panamá. *Tendencias en Psicología*, 1(2), 25-35. Recuperado de:
<http://revistas.upagu.edu.pe/index.php/TP/article/viewFile/332/256>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*, 5ª edición. México D.F. Mc Graw Hill.

Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M. y Sánchez, J. (2016). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima. *Revista de Investigación en Psicología*. 19(2), 145-162.

Instituto Nacional de Salud Mental. (2015). El 35,3% de mujeres no denuncian a su pareja porque piensan que va a cambiar, el insulto es el maltrato más frecuente, personas maltratadas vuelven a la escena del maltrato por problemas emocionales no resueltos. Recuperado en:
<http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2015/059.html>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017). El 68% de las mujeres fue víctima de violencia psicológica, física y/o sexual, alguna vez por su esposo o compañero. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-682-de-las-mujeres-fueron-victimas-de-violencia-psicologica-fisica-yo-sexual-alguna-vez-por-el-esposo-o-companero-9772/>

Instituto Nacional de Informática y estadística. (2016). En los últimos 12 meses el 28,2% de las mujeres de 18 y más años fueron víctimas de violencia por parte del esposo o compañero. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-los-ultimos-12-meses-el-282-de-las-mujeres-de-18-y-mas-anos-fueron-victimas-de-violencia-por-parte-del-esposo-o-companero-9039/>

Instituto de Salud Mental del Perú. (2018). Especialistas del Instituto Nacional de Salud Mental recomiendan evitar la presencia de armas y objetos peligrosos en la casa y alejarse de ellos en casos discusiones y denunciar al agresor, el 21% de las mujeres que viven en lima sufren de violencia frecuente. Recuperado de: <http://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2013/014.html>

Kuba, C. (2017). *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana* (Tesis de Licenciatura) Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú .Recuperado de :
<http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/659/Relaci%C3%B3n%20entre%20creencias%20irracionales%20y%20ansiedad%20social%20en%20estudiantes%20de%20la%20facultad%20de%20psicolog%C3%ADa%20de%20una%20universidad%20privada%20de%20Lima%20Metropolitana.pdf?sequence=1>

Lemos, M., Jaller, C., Gonzáles, A.M., Díaz, T. y De la Osa, D. (2010). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia.

Universitas Psychologica. 11(2) ,395-404. Recuperado de:
<http://www.redalyc.org/pdf/647/64723241004.pdf>

Lemos, Londoño, Zapata (2007) Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional (Artículo de investigación experimental de la Universidad de San Buenaventura, Medellín- Colombia). Recuperado en:
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/1707>

Llerena, S. (2017). *Creencias irracionales y dependencia emocional*. (Tesis de grado) Universidad técnica de Ambato, Ecuador. Recuperado de:
<http://repo.uta.edu.ec/handle/123456789/25175>

Martínez, C. (2014). *Monografía sobre violencia de pareja desde un enfoque sistémico* (Universidad de La República de Uruguay). Recuperado de:
https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/trabajo_final_de_grado_0.pdf

Mejía, J. (2017). *Niveles de dependencia emocional hacia la pareja en los estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima*. (Tesis de grado) de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú. Recuperado de:
<http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1831>

Mejía, P. (2014). *Las creencias irracionales y su influencia en las emociones positivas y negativas en madres víctimas de abuso sexual del Sistema de Protección a Víctimas y Testigos en Ecuador* (Tesis de grado). Universidad Central del Ecuador. Quito, Ecuador. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/7179>

- Momeñe, Jáuregui, Estévez (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Psicología Conductual*, 25(1), 61-75.
- Morales, D. (2016). *Afecto y relación de pareja*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar. México. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Morales-Dulce.pdf>
- Múnera, J., y Tamayo, D. (2013). Esquemas mal adaptativos tempranos en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, usuarias del C.A.V (Centro de Atención a Víctimas), fiscalía, seccional Medellín. *Revista virtual Psicoespacios*7,(11),86-202. Recuperado de: <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/219>
- Navarro, L. (2009). *Mujeres maltratadas por su pareja en el Salvador: Características sociodemográficas y de Salud* (Tesis de Doctor). El Salvador. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/46591331_Mujeres_maltratadas_por_su_pareja_en_El_Salvador_caracteristicas_sociodemograficas_y_de_salud
- Organización de las Naciones Unidas: Declaración Universal de los derechos humanos en 1948. Recuperado de: <http://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>
- Organización Mundial de La Salud. (2017). El 35% de las mujeres en el mundo han sufrido de violencia por parte de la pareja. Recuperado de: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Violencia contra la mujer, Violencia de pareja y violencia sexual contra la mujer. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs239/es/>

- Organización Mundial de la Salud. (2013). Comprender y abordar la violencia contra la mujer-
violencia infligida por la pareja. Recuperado de:
[http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98816/WHO_RHR_12.36_spa.p
df;jsessionid=DC8083123FBB74A3708142F24C9E97AD?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98816/WHO_RHR_12.36_spa.pdf;jsessionid=DC8083123FBB74A3708142F24C9E97AD?sequence=1)
- Rodríguez, E. (2009). La terapia centrada en esquemas de Jeffrey Young. *Avances en Psicología*,
1(1), 59-74.
- Rosal, R. (2014). *Creencias irracionales en personas con relación de pareja, estudio realizado en
la parroquia de nuestra señora de la merced de Quetzaltenango* (Tesis de
Licenciatura). México. Recuperado de:
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rosal-Rafael.pdf>
- Riso, W. (2013). *Guía práctica para vencer la dependencia emocional*. Medellín, Colombia.
Phrónesis.
- Riso, W. (2013). *¿Amar o depender? Cómo superar el apego afectivo y hacer del amor una
experiencia plena y saludable*. España: Editorial Planeta.
- Rubio-Garay, F., Carrasco, M., Amor, P., y López-Gonzales, M. (2015). Factores asociados a la
violencia en el noviazgo entre adolescentes: Una revisión crítica. *Anuario de
Psicología Jurídica*, 25(1), 47-56. Recuperado de:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1133074015000082>
- Sartori, K., y De la cruz, C. (2014). Dependencia emocional de pareja en mujeres atendidas en una
clínica universitaria de Lima. *Revista Cátedra Villareal*, 4 (2), 215-222. Recuperado
de: <http://revistas.unfv.edu.pe/index.php/RCV/article/view/75>

- Santandreu, R. (2011). *El Arte de NO amargarse la Vida las claves del cambio psicológico y la transformación personal*. Barcelona, España: Paidós Ibérica,
- Santandreu, R. (2015). *Los lentes de la felicidad Descubre tu fortaleza Emocional*. Barcelona, España: Paidós Iberia.
- Sember, Z. (2017). Creencias irracionales y violencia de pareja en estudiantes del cuarto ciclo de ingeniería de sistemas de una universidad privada del Cono Norte (Tesis de licenciado) Universidad César Vallejo. Lima, Perú.
- Silva dos Santos, R. (2016). *Identificação de distorções cognitivas em casais e intervenção cognitivo – comportamental* (Tesis de maestría) Universidade Metodista de São Paulo. São Paulo, Brasil.
- Tang, J. (2011). *Creencias irracionales en adolescentes infractores privados de libertad por delito sexual de un centro juvenil de varones de Lima*. (Tesis de grado) Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú.
- Urbiola, I. y Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Psicología Conductual* 23(3), 71-587.
- Višlā, A. Flückiger C. Holtforth, M. & David, D. (2016). Irrational Beliefs and psychological Distress: A Meta – Analysis. *Psychotherapy and Psychosomatics* 85, pp. 8 – 15. DOI: 10.1159/000441231
- Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2013). *Terapia de esquemas guía práctica*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.

Young, J., & Klosko, J. (2012). *Reinventar tu vida. Cómo superar las actitudes negativas y sentirse bien de nuevo*. Barcelona, España: Paidós Iberica.

Yugueros, A. (2014). La violencia contra las mujeres: conceptos y causas. *Revista Barataria*.18,(2) 47-159.Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/3221/322132553010.pdf>

Anexos

Anexo 1.

Tabla 22

Correlación de la variable creencias irracionales entre sus dimensiones

Tabla 22. Correlación de la variable creencias irracionales entre sus dimensiones

	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
Creencia 1	1									
Creencia 2	,113	1								

Creencia 3	,253*	,275**	1							
Creencia 4	,293**	-,040	,161	1						
Creencia 5	,091	-,107	-,027	114	1					
Creencia 6	,211*	,128	,032	,092	,041	1				
Creencia 7	,106	,085	,115	,147	,109	-,165	1			
Creencia 8	,257**	,001	,054	,060	,109	,033	,086	1		
Creencia 9	,073	,140	,253*	,034	-,103	,267**	-,131	-,054	1	1
Creencia 10	,265**	,135	,070	,094	,118	-,021	,171	,017	-,202*	

**La correlación es significativa en el nivel 0,01

*La correlación es significativa en el nivel 0,05

Anexo 2.

Tabla 23

Valores V de Aiken de los tipos de creencias irracionales según criterios de jueces

Tipos de creencias	V de Aiken
Creencia 1	0.81
Creencia 2	0.85
Creencia 3	0.82

Creencia 4	0.85
Creencia 5	0.84
Creencia 6	0.85
Creencia 7	0.85
Creencia 8	0.85
Creencia 9	0.84
Creencia 10	0.85

Anexo 3. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación es conducida por el Sr. Carlos Jesús Buiklece Salardi. La meta de este estudio cuyo objetivo es conocer la relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en mujeres que asisten al programa para parejas.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y anónima. Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en un cuestionario. Esto tomará

aproximadamente 35 minutos de su tiempo. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. No hay ningún problema ni riesgo que pueda causar esta actividad.

Comprendo que en mi calidad de participante voluntario puedo dejar de participar en esta actividad en cualquier momento. También entiendo que no se me realizará, ni recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Desde ya le agradecemos cordialmente su participación.

() **SI ACEPTO** participar voluntariamente en esta investigación.

Nombre : _____

Firma : _____

Fecha : _____

Anexo 4. Inventario de dependencia emocional IDE

INVENTARIO IDE

Sexo: **Edad:** **Religión:** **E. Civil:**

Instrucciones generales este cuestionario contiene una serie de frases que las personas suelen utilizar para describirse a sí mismas con respecto a su relación de pareja. Si es que actualmente no tiene pareja, piense en su(s) relación(es) de pareja(s) anterior(es) y conteste en función a ello. Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a como

generalmente, siente, piensa o actúa en su relación de pareja, eligiendo sus respuestas. Las alternativas de respuestas son:

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

MARQUE SU RESPUESTA CON UN ASPA “X”

Así por ejemplo, si la frase fuera: “Me siento feliz cuando pienso en mi pareja” y se responde marcando la alternativa “4” significa que “Muchas veces me siento feliz cuando pienso en mi pareja”.

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Tampoco hay límite de tiempo para contestar las preguntas, pero lo mejor es hacerlo con rapidez, sin pensarlo mucho. Trate de ser Sincero(A) CONSIGO MISMO(A) y contestar con espontaneidad.

N°	PREGUNTA	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 regular	4 Muchas veces	5 Siempre muy frecuente
1	Me asombro de mí mismo(a) por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.					
2	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.					
3	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.					
4	Me entrego demasiado a mi pareja.					
5	Necesito hacer cualquier cosa para que mi					

	pareja no se aleje de mi lado.					
6	Si no está mi pareja, me siento intranquilo(a).					
7	Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.					
8	Durante mucho tiempo he vivido con mi pareja.					
9	Me digo y redigo: “¡Se acabó!”, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.					
10	La mayor parte del día, pienso en mi pareja.					
11	Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.					
12	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.					
13	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.					
N°	PREGUNTA	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 regular	4 muchas veces	Siempre o muy frecuente
14	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.					
15	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra					

	relación no termine.					
16	Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.					
17	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.					
18	No sé qué haría si mi pareja me dejara.					
19	No soportaría que mi relación de pareja fracase					
20	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañino, no quiero perderla.					
21	He pensado: "Qué sería de mí si un día mi pareja me dejara".					
22	Estoy dispuesto(a) a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.					
23	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.					
24	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.					
25	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.					
26	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi					

	relación de pareja no se rompa.					
27	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.					
28	Mi pareja se va dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.					
29	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien					
30	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.					
31	No estoy preparado(a) para el dolor que implica terminar una relación de pareja.					
32	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja.					
33	Me cuesta concentrarme en otra cosa que no sea mi pareja.					
34	Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.					
35	Me olvido del "mundo" cuando estoy con mi pareja.					

N°	PREGUNTA	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 regular	4 Muchas veces	5 Siempre o muy frecuente
36	Primero está mi pareja, después los demás.					
37	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.					
38	Debo de ser el centro de atención en la vida de mi pareja.					
39	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a)					
40	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.					
41	Si por mí fuera, me gustaría vivir en una isla con mi pareja.					
42	Yo soy sólo para mi pareja.					
43	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.					
44	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.					
45	Me aílo de las personas cuando estoy con mi pareja.					

46	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.					
47	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.					
48	No puedo dejar de ver a mi pareja.					
49	Vivo para mi pareja.					

Anexo 5. Inventario de Creencia irracionales de Albert Ellis

INVENTARIO – CREENCIAS IRRACIONALES

Sexo..... Religión:..... Estado Civil:
Número de hijos:..... Tiempo de relación:.....
 FECHA.....

INTRUCCIONES:

Este inventario de Creencias está dirigido para descubrir ideas irracionales particulares, las cuales contribuyen con la infelicidad y la tensión.

No es necesario pensar mucho en ninguna oración, marque con una “X” su respuesta en la columna SI ó NO.

Coloque los datos que se le solicitan en este protocolo de repuestas, luego comience por la primera oración, asegúrese de marcar como Ud. piensa en el momento presente acerca de la declaración o pregunta y no la manera en que Ud. piensa que “Debería Pensar”.

N°	PREGUNTAS	SI	NO
01	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.		
02	Yo odio el fallar en cualquier cosa.		
03	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.		
04	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.		
05	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.		

06	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.		
07	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.		
08	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.		
09	Una cebra no puede cambiar sus rayas.		
10	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.		
11	Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo.		
12	Yo evito las cosas que no hago bien.		
13	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.		
14	Las frustraciones no me perturban.		
15	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas		
16	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros		
17	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas como ellas surgen		
18	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes		
19	Es casi imposible vencer la influencia del pasado		
20	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez		
N°	PREGUNTAS	SI	NO
21	Yo quiero agradecerle a todo el mundo		
22	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo		
23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados		
24	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son		
25	Yo produzco mis propias emociones.		
26	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.		

27	Yo evito el enfrentar mis problemas.		
28	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismo.		
29	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro.		
30	Yo estoy más realizado(a) cuando tengo muchas cosas que hacer.		
31	Yo puedo gustar de mí mismo(a) aun cuando otras personas no lo hagan.		
32	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.		
33	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.		
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.		
35	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera		
36	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso		
37	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo		
38	Hay personas de las cuales dependo grandemente		
39	Las personas dan demasiado valor a la influencia del pasado		
40	Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo		
N°	PREGUNTAS	SI	NO
41	Si no le agrado a los demás, eso es su problema, no el mío		
42	Es grandemente importante para mí el ser exitoso(a) en todo lo que hago		
43	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones		
44	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan		
45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera		
46	No puedo tolerar el tomar riesgos		

47	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables		
48	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a)		
49	Si hubiera tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser		
50	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo		
51	Encuentro difícil el ir en contra de los que piensan los demás		
52	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno(a) yo sea en ellas		
53	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas		
54	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro		
55	Entre más problemas tiene un personas, menos feliz será		
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro		
57	Casi nunca dejo las cosas sin hacer		
58	Yo soy el único(a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas		
59	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente		
60	Demasiado tiempo libre es aburrido		
61	Aunque me gustaría recibir la aprobación de los demás, no tengo necesidad real de ello		
62	Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo		
N°	PREGUNTAS	SI	NO
63	Todo el mundo es básicamente bueno		
64	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso		
65	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos		
66	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro		
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras		
68	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí		
69	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales		

70	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre		
71	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan		
72	Me perturba cometer errores		
73	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”		
74	Yo “tomo las cosas como vienen”		
75	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida		
76	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente		
77	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante		
78	Yo encuentro fácil el buscar consejo		
79	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera		
80	Me agrada estar sin hacer nada		
N°	PREGUNTAS	SI	NO
81	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí		
82	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas		
83	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad		
84	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar		
85	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo		
86	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica		
87	Me desagrada la responsabilidad		
88	Me desagrada tener que depender de los demás		
89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces		
90	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente		
91	Es incómodo pero no perturbador el ser criticado		

92	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien		
93	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo		
94	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás		
95	Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos		
96	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas		
97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera		
98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar		
99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado		
100	Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada		

Anexo 6.
MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	JUSTIFICACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODO
1.Pregunta General:	A nivel teórico.	1.Objetivo General:	Hipótesis General:	Dependencia	<u>Tipo de estudio:</u>
¿Existe relación entre el nivel de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución para parejas	La presente investigación pretende corroborar los datos hallados en otras investigaciones acerca de la relación directa entre la violencia de la mujer por parte de la pareja	Determinar la relación que existe entre los niveles de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres que han sufrido violencia psicológica de pareja, que asisten a una institución que atiende a parejas en situación de violencia	Existe relación entre los niveles de dependencia emocional y los tipos de creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja que asisten a una institución que atiende a parejas en situación	emocional 1- Miedo a la ruptura. 2- Intolerancia a la soledad. 3- Prioridad de la pareja. 4- Necesidad de acceso a la pareja. 5- Deseo de exclusividad.	Cuantitativo <u>Diseño:</u> No experimental, transversal Descriptivo y correlacional. <u>Población:</u> Mujeres víctimas de violencia psicológica en la pareja que asisten a una institución que atiende a

en el distrito de Chorrillos?	y la dependencia emocional.	en el distrito de chorrillos	de violencia en el distrito de chorrillos.	6- Subordinación y sumisión.	parejas en situación de violencia en el distrito de chorrillos.
2.Preguntas específicas:	Aportando desde la perspectiva psicológica de	2.Objetivos específicos	Hipótesis específica:	7- Deseo de control y dominio.	Muestra:
<u>Descriptivo</u>	que las cogniciones sesgadas, es decir las creencias irracionales están asociadas a la dependencia emocional, el miedo al abandono, la necesidad	<u>Descriptivo</u>	<u>Descriptivo</u>	Creencias irracionales	Es de tipo censal abarcando la totalidad de la población. Siendo 100 mujeres heterosexuales casadas o convivientes entre 20 y 50 años.
1.¿Qué nivel de dependencia emocional se encuentra en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a una institución para parejas en el distrito de Chorrillos?		1. Identificar el nivel de dependencia emocional que más incide en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en este estudio.	1. Existe un nivel alto de dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en el presente estudio	1. Necesidad de aprobación.	
		2. Identificar el nivel de los tipos de creencias irracionales que presentan las mujeres	2. Existen niveles Moderado y Alto en las creencias irracionales necesidad de	2. Altas auto-expectativas.	
				3. Culpabilización.	
				4. Intolerancia a la frustración.	<u>Instrumento:</u>
				5. Causas externas.	Inventario de dependencia emocional IDE
					Registro de Opiniones de Albert Ellis

<p>2. ¿Cuál el nivel de los tipos de creencias irracionales que presentan las mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?</p>	<p>absoluta de amor, el temor a lo desconocido, la necesidad de aprobación, el miedo a hacerle frente a las adversidades como las que tienen lugar en la violencia</p>	<p>víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia en el distrito de Chorrillos.</p>	<p>aprobación, miedo o ansiedad ante lo incierto, dependencia e indefensión ante acontecimientos pasados; en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas en un centro que atiende a parejas.</p>	<p>6. Miedo o ansiedad. 7. Evitación de problemas. 8. Dependencia. 9. Indefensión. 10. Pasividad.</p>	<p><u>Procedimiento:</u> Los datos fueron ingresados a una base de datos tomando en cuenta los ítems para el ingreso de los puntajes, luego de ello se analizara mediante gráficos y tablas, con apoyo del software estadístico SPSS.</p>
<p><u>Correlacional</u> 3. ¿Qué tipo de relación (directa o indirecta) existe entre la dependencia emocional y los tipos</p>	<p>psicologica por parte de la pareja. A nivel práctico. Se identificarán las creencias</p>	<p><u>Correlacional</u> 3. Determinar si existe relación directa o indirecta entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia psicológica por parte de</p>	<p><u>Correlacional</u> 3. Existe relación directa entre el nivel de dependencia emocional y los tipos de creencia</p>		<p><u>Análisis estadístico:</u> El procesamiento de datos de la presente investigación fue bibariadas de análisis estadístico. Para este fin se</p>

de creencias	Irracionales que	sus que asisten a un	irracional en mujeres	usó también el coeficiente
irracional en mujeres	guardan relación	centro para parejas en	víctimas de violencia	de correlación de
víctimas de violencia	directa con la	situación de violencia.	psicológica por parte	spearman. Lo resultados
psicológica por parte	dependencia	4. Identificar que	de sus parejas en un	fueron procesados y
de sus parejas que	emocional en	dimensiones de la	centro que atiende a	codificados a través del
asisten a un centro que	mujeres victimas	dependencia emocional	pareja.	paquete estadístico para las
atiende parejas en	de violencia	tienen relación	4. Existe relación	ciencias Sociales (SPSS).
situación de violencia?	psicologica	estadísticamente	estadísticamente	
4. ¿Cuáles son las	infringida por la	significativa con los	significativa entre la	
dimensiones de la	pareja, motivando	tipos de creencias	dependencia emocional	
dependencia	a otros	irracional en mujeres	y sus dimensiones y las	
emocional que se	investigadores a	víctimas de violencia	creencias irracionales	
relacionan de manera	crear programas	psicológica en la pareja	necesidad de amor y	
estadísticamente	de intervención	que asisten a un centro	aprobación,	
significativa con los	con la finalidad	para parejas en	dependencia, miedo o	
tipos de creencias	de que las	situación de violencia	ansiedad ante lo	

irracional	mujeres que	en el distrito de	desconocido y causas
víctimas de violencia	atraviesan por	Chorrillos.	externas en mujeres
psicológica en la	violencia	5. Determinar la	víctimas de violencia
pareja que asisten a un	psicologica en la	relación entre la	psicológica por parte
centro para parejas en	pareja logren	dependencia emocional	de sus parejas en un
situación de violencia?	identificar las	y sus dimensiones y los	centro que atiende a
5. ¿Cuál es la	creencias	tipos de creencias	parejas.
intensidad (leve,	irracional y el	irracional en mujeres	5. Existe una relación
significativa o alta)	uso de la	víctimas de violencia	con intensidad alta
de la relación entre	reestructuración	psicológica por parte de	entre la dependencia
la dependencia	cognitiva	sus parejas que asisten	emocional y los tipos
emocional y sus	mediante el	a un centro para parejas	de creencias
dimensiones y los	modelo A-B-C-D-	en situación de	irracional en mujeres
tipos de creencias	E para un	violencia es leve,	víctimas de violencia
irracional en	adecuado manejo	significativa o alta.	psicológica por parte
mujeres víctimas	de los		de sus parejas en un

de violencia psicológica por parte de sus parejas que asisten a un centro que atiende a parejas en situación de violencia?	pensamientos y emociones, propiciando una mejora en su salud mental y una mejor relación de pareja en el futuro.	centro que atiende a parejas.
--	--	-------------------------------

A nivel

metodológico.

Aportará con una

escala que

muestre de que

manera están

descritos los tipos

de creencias

irracionalen en
mujeres victimas
de violencia
psicológica por
parte de la pareja.
