

# TFM Elena Albert Jover

*por* Elena Albert Jover

---

ARCHIVO	98038_ELENA_ALBERT_JOVER_TFM_ELENA_ALBERT_JOVER_1651689_820400556.PDF (477.77K)		
HORA DE LA ENTREGA	10-MAY.-2020 07:24P. M. (UTC+0200)	NÚMERO DE PALABRAS	13069
IDENTIFICADOR DE LA ENTREGA	1320927469	SUMA DE CARACTERES	72601

Elena  
Albert  
Jover



Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

# LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES Y SU RELACIÓN CON EL AUTOENGAÑO Y LA IMPULSIVIDAD

Autor/a: Elena Albert Jover

Director/a Profesional: María Cruz González Ruiz

Director/a Metodológico/a: Mónica Terrazo Felipe

LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES Y SU RELACIÓN  
CON EL AUTOENGAÑO Y LA IMPULSIVIDAD



MADRID | Mayo, 2020

## Resumen

La dependencia emocional se define como un patrón crónico de necesidades afectivas insatisfechas, que buscan satisfacerse de modo desadaptativo a través de sus relaciones interpersonales. El objetivo principal de la presente investigación fue estudiar la dependencia emocional en jóvenes en relación con el autoengaño y la impulsividad, así como analizar si estas dos variables predicen la dependencia emocional. La muestra estuvo formada por 316 participantes (165 mujeres y 151 hombres) de entre 18 y 30 años a los que se les aplicó los siguientes instrumentos: el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), el Inventario de Autoengaño y Mixtificación (IAM-40) y la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11). El análisis estadístico se realizó a partir del coeficiente de correlación de Spearman, un análisis de regresión lineal múltiple por pasos y la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. Los resultados mostraron una relación significativamente positiva entre la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad. Se mostró que el autoengaño y la impulsividad predicen en un 20% la dependencia emocional. Además, se obtuvieron datos sobre la existencia de diferencias significativas en la dependencia emocional en función del sexo y de tener pareja. Se aporta evidencia sobre la relación entre la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad, y su influencia sobre la violencia de pareja. Finalmente, se discuten las implicaciones prácticas para el ámbito de la psicología sanitaria.

**Palabras clave:** *Dependencia emocional, Autoengaño, Impulsividad, Jóvenes, Violencia de pareja*

### **Abstract**

The emotional dependence has been related as a chronic pattern of unsatisfied affective needs, which seek to satisfy themselves in a maladaptive way through their interpersonal relationships. The main objective of the present investigation was to study emotional dependence in young people in relation to self-deception and impulsivity, as well as to analyze whether these two variables predict emotional dependence. The sample included 316 participants (165 women and 151 men) aged between 18 and 30 whom the following instruments were applied: the Emotional Dependency Questionnaire (CDE), the Self-deception and Mixtification Inventory (IAM-40) and the Barratt Impulsivity Scale (BIS-11). Statistical analysis was performed using the Spearman correlation coefficient, a stepwise multiple linear regression analysis, and the non-parametric Mann-Whitney U test. The results showed a significantly positive relationship between emotional dependence with self-deception and impulsivity. Self-deception and impulsivity were shown to predict emotional dependency in 20%. In addition, the study obtained data on the existence of differences found in emotional dependence based on sex and having a partner. Evidence is provided on the relationship between emotional dependency with self-deception and impulsivity, and its influence on intimate partner violence. Finally, the practical implications for the field of health psychology are discussed.

**Key words:** *Emotional dependence, Self-deception, Impulsivity, Young people, Intimate partner violence*

## **1. Introducción**

Las relaciones interpersonales, y en concreto las relaciones de pareja, forman parte de una de las áreas más destacadas para la vida de las personas, siendo además una importante fuente de apoyo y bienestar psicológico, físico y social para los individuos (García-Viniegras y González, 2000; Moya, 2007; Proulx, Helms y Buehler, 2007). Baumeister y Leary (1995) exponen que la necesidad de pertenencia es una motivación humana primordial que lleva a un fuerte impulso para establecer y mantener relaciones interpersonales significativas (citado en Moya, 2007). Por tanto, las relaciones interpersonales son una meta importante en la vida de las personas en las que se invierte mucha energía para obtener satisfacción.

Una característica clave de las relaciones interpersonales es la interdependencia. Las relaciones implican, en mayor o menor medida, tener objetivos e intereses compartidos y realizar actividades en común, incrementando así una dependencia mutua (Moya y Expósito, 2007). Todo ser humano depende de los demás para poder sobrevivir y para construir una identidad personal y social propia, por lo que presenta un cierto nivel de interdependencia a nivel relacional y afectivo (Moral et al., 2017). La interdependencia o la dependencia interpersonal ha sido definida por varios autores, los cuales la entienden como la forma en la que el individuo se relaciona hacia los demás incluyendo comportamientos, pensamientos y sentimientos entorno a la otra persona marcados por una necesidad de interacción, protección, apoyo y confianza (Hirschfeld, Klerman, Chodoff, Korchin y Barrett, 1976; Bornstein 1993). La interdependencia se demuestra a través del apego y la afiliación hacia la persona significativa, y la forma en que se expresa depende de variables cognoscitivas y situacionales (Díaz-Loving, Palos, Muñiz y Camacho, 1986).

Como se ha mencionado, las relaciones interpersonales están fuertemente vinculadas con el bienestar individual. Sin embargo, en la experiencia de cada individuo, no todas las relaciones son siempre satisfactorias, sino que también existen relaciones que en ocasiones son fuente de conflicto y malestar para la persona (Moya, 2007). El conflicto puede aparecer cuando en la relación existen motivaciones contrarias, diferencia de intereses, valores y deseos, o mal entendidos en la comunicación. En ocasiones, todo ello puede generar inestabilidad, insatisfacción, frustración, cambios emocionales, cognitivos y comportamentales, e incluso desgaste de la relación (Rivera y Díaz-Loving, 2005; Rivera, Díaz-Loving, Cruz del Castillo y Vidal, 2004; Bernal, 2005). La existencia de

conflicto es propia de todo tipo de relaciones interpersonales, teniendo consecuencias especialmente importantes en las relaciones que implican altos niveles de interdependencia haciendo más probable el riesgo de que incurra en una dependencia emocional excesiva y disfuncional (Laca y Mejía, 2017; Valor-Segura, Expósito y Moya, 2010).

La expresión de dependencia emocional dentro de unos límites normales es evidencia de salud mental puesto que el ser humano tiene la necesidad de estar en contacto con los otros. La dependencia emocional se vincula con la calidez y la valoración positiva de las relaciones interpersonales (Castelló, 2005; Nilakantan, Younger, Aron y Mackey, 2014). Sin embargo, su expresión en exceso es un factor de malestar significativo para el individuo en torno a las relaciones (Castelló, 2000, 2005; Cubas, Espinoza, Galli y Terrones, 2004), además de ser la base del comportamiento de personas que viven una relación de maltrato. Diversas investigaciones han asociado la dependencia emocional intensa con la violencia en pareja, tanto física como psicológica, considerándola como uno de los elementos determinantes que mantienen este tipo de relaciones (Amor y Echeburúa, 2010; Del Castillo, Hernández, Romero e Iglesias, 2015; Momeñe, Jáuregui y Estévez, 2017). Siguiendo esta línea, los resultados de algunos estudios han evidenciado que un nivel alto de dependencia emocional representa un papel importante tanto en las jóvenes víctimas de maltrato como en los propios agresores, presentando una relación positiva en ambos (Petruccelli et al., 2014; Moral, García, Cuetos y Sirvent, 2017; Martín y Moral, 2019). También puede ser un factor fuertemente asociado a conductas suicidas en población joven (Bornstein y O'Neill, 2000; Siabato y Salamanca, 2015).

La investigación de este constructo resulta de gran interés por las tasas de prevalencia y las implicaciones de semejante problemática a múltiples niveles, como es el suicidio y las relaciones de maltrato. En cuanto a la prevalencia de dependencia emocional en la población general española, los datos más relevantes han sido los analizados por Moral y Sirvent (2008), donde la tasa de prevalencia era del 11%. Mientras que Valle y Moral (2018), en su investigación con muestra de personas jóvenes, obtienen una tasa de dependencia emocional que asciende al 23,3%. Además, estos autores mencionan que el 10,2% de sus participantes presentan un nivel intenso de dependencia emocional, el 6% de forma acusada y el 7,1% lo hacen en un grado leve. Por lo tanto, la población joven es especialmente vulnerable a presentar un mayor grado dependencia emocional.

## **Dependencia emocional**

La dependencia emocional ha sido estudiada por diversos autores, los cuales plantean que se trata de un patrón que integra aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales enfocados hacia otra persona de donde se obtiene satisfacción y seguridad. Es decir, tratando de satisfacer las propias necesidades en el otro (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006; Cubas et al., 2004; Izquierdo y Gómez-Acosta, 2013). Asimismo, estos autores defienden la idea de que las personas con dependencia emocional conciben una forma de vida que solo puede vivirse en pareja, lo que implica que tengan una serie de falsas creencias sobre el amor, la vida en pareja y sobre sí mismas. De modo, que genera malestar en la persona y limita su propia autonomía.

Castelló (2000) define la dependencia emocional como un *“patrón crónico de demandas afectivas frustradas, que buscan desesperadamente satisfacerse mediante relaciones interpersonales estrechas”*.

En palabras de May (2000, p. 180), la dependencia emocional es *“una vinculación insana basada en el dolor, la rabia y el miedo, en un ambiente abusivo, posesivo e inaccesible; la cual se basa en el desequilibrio y en la desigualdad, ya que en una persona es sostenida por otra, esto es posible porque su compañía se vuelve más importante que el sentir amor”*.

Moral y Sirvent (2008) contextualizan la dependencia emocional dentro de las dependencias sentimentales o afectivas, definidas como *“trastornos relacionales caracterizados por la manifestación de comportamientos adictivos en una relación interpersonal con asimetría de rol y una actitud dependiente en relación al sujeto del que se depende”*.

Algunos autores (Gómez, 2013; Gómez y López, 2017) definen la dependencia emocional como una adicción comportamental, sin sustancia, en la que el centro de atención es una persona. Según estos autores, cursa como un comportamiento adictivo que es repetitivo, produce *craving* (conceptuado como un fuerte “deseo” o “ansia”) y lleva a una pérdida de control en la persona, deformando su vida de forma negativa tanto a nivel familiar, laboral, social como emocional.

Por otro lado, Lemos y Londoño (2006) describen que la dependencia emocional está formada por las siguientes dimensiones: ansiedad de separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención.

La dependencia emocional presenta asociaciones con otros conceptos de los cuales es necesario conocer sus características propias para no confundirlos y poder realizar un diagnóstico diferencial. Estos conceptos son: apego ansioso, sociotropía, personalidad autodestructiva, codependencia, adicción al amor y trastorno de personalidad dependiente (Castelló, 2000, 2005).

El apego ansioso, o preocupado en la edad adulta, se caracteriza por un estilo interpersonal en el que las personas se muestran excesivamente dependientes de sus relaciones, tanto para el apoyo emocional como para el tangible (Darcy, Davila y Beck, 2005). Se asemeja a la dependencia emocional por características como el temor a la pérdida de la figura vinculada, la necesidad de proximidad, las protestas ante la separación, etc. Sin embargo, se diferencian en que el apego ansioso se enfoca en un nivel conductual más que en la necesidad afectiva, siendo ésta la pauta insatisfecha de la dependencia emocional que se pretende cubrir con otra persona (Castelló, 2005).

La sociotropía hace referencia a uno de los estilos cognitivos que predispone a los trastornos depresivos centrándose en la dependencia interpersonal. Se caracteriza por la necesidad excesiva de obtener la aprobación y afecto de los demás, y por el temor al rechazo. Lo que la diferencia con la dependencia emocional es que la sociotropía está subordinada a la depresión, pero no es condición sin la cual no se da la dependencia emocional (Castelló, 2005). No obstante, se ha propuesto que este factor forme parte del constructo general de dependencia interpersonal o emocional (Bruch, Rivet, Heimberg, Hunt y McIntosh, 1999).

La personalidad autodestructiva se asimila a la dependencia emocional por la aparición de un continuo sentimiento de soledad, un déficit de autoestima, un ansia necesidad de afecto, un autorrechazo y por mantener relaciones interpersonales desequilibradas. Sin embargo, las personas con dependencia emocional no tienen un fin autodestructivo ni disfrutan del dolor (Castelló, 2005).

Con respecto a la codependencia, la persona codependiente está condicionada por otra persona que generalmente es un adicto y es frecuente la autoanulación para cuidar y entregarse a la persona adicta (Castelló, 2000). Por lo tanto, la principal diferencia es que



las personas con dependencia emocional no están necesariamente vinculadas con personas que sufren enfermedades. Asimismo, las personas con dependencia emocional tienden a autoanularse únicamente para prevenir el cese de la relación, no por preocupación hacia el otro (Castelló, 2005).

Las personas adictas al amor tienen una perspectiva diferente a las personas emocionalmente dependientes porque se focalizan en las relaciones interpersonales, es decir, en la existencia de una dependencia real hacia un objeto de adición: la pareja. Las personas con dependencia emocional no necesitan estar involucrados en una relación para ser dependientes (Castelló, 2000).

Por último, las personas con trastorno de personalidad dependiente muestran frecuentemente necesidades afectivas insatisfechas y una visión de sí mismas como indefensas o con alta vulnerabilidad (Bornstein, 2006). En la dependencia emocional la percepción de uno mismo no está tan afectada mientras que la visión de otros está marcada por la desconfianza (Lemos, Jaller, González, Díaz y De la Ossa, 2012).

Por otro lado, se han diferenciado tres tipos de dependencia emocional: pasiva, con vinculación oscilatoria y dominante (Castelló, 2011; Tiscareño y Velázquez, 2011; Mansukhani, 2013).

La dependencia emocional pasiva o sumisa describe a aquellas personas sumisas y subordinadas, que atribuyen características idealizadas a otra persona de forma que hacen lo que esta otra les pide, aunque tengan que aceptar humillaciones. Presentan cualidades como la falta de amor y confianza en sí mismas.

La dependencia con vinculación oscilatoria se corresponde a aquellas personas que muestran características de dependencia solo por un espacio de tiempo. La persona evita tener pareja tras pasar por situaciones de dependencia, hasta que vuelve la necesidad de afecto.

Por último, la dependencia emocional dominante alude a personas que provocan miedo en la pareja para que no las abandonen. Dominan al otro mediante conductas de menosprecio, explotación e imposición, de modo que toman el poder en la relación satisfaciendo así su necesidad afectiva.

Existe una serie de características comunes presentes en la mayoría de las personas con dependencia emocional, que coexisten con diferencias individuales que distinguen a

una persona de otra. Las características comunes pueden ser divididas en tres áreas: relaciones de pareja, relaciones interpersonales y autoestima y estado anímico (Castelló, 2005).

Referente a las relaciones de pareja, las personas con dependencia emocional presentan alta necesidad de la pareja y un deseo constante de tener acceso a ella. Tienen preferencia a la exclusividad en las relaciones de pareja. Muestran una necesidad de atención exclusiva de la pareja para ser el centro de vida de esta y asegurar su permanencia en la relación. También sienten una desmesurada ilusión al inicio de la relación e idealizan a la pareja. Tienen prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa, de tal forma que tienden a presentar pensamientos obsesivos en torno a ella. Suelen estar en relaciones asimétricas basadas en la sumisión y subordinación. Experimentan alta necesidad de posesividad, persistencia en la vinculación, ansia de afecto y también presentan desgaste energético. Asimismo, sienten un gran temor al abandono (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006; Moral y Sirvent, 2009; Pradas y Perles, 2012).

Se caracterizan por ser personas especialmente vulnerables que presentan una especie de ceguera hacia la pareja, lo que podría explicar las atribuciones, hedonismo y altas expectativas que tienen hacia su relación. Tienden a elegir parejas que las exploten, que son narcisistas y manipuladoras, que carecen de empatía y afecto, que creen que tienen habilidades y privilegios que son extraordinarios, y que buscan una posición dominante en la relación. (Moral, Sirvent, Ovejero y Cuetos, 2018).

En las relaciones interpersonales, también pueden mostrar deseo de exclusividad hacia otras personas significativas que no sean una pareja, como familia, amigos, etc. Sienten necesidad de agradar a los otros puesto que la aprobación de los demás les es importante. También suelen presentar déficits de habilidades sociales como falta de asertividad, miedo al rechazo, etc. (Castelló, 2005).

Las personas con dependencia emocional presentan una autoestima muy pobre y un autoconcepto negativo de sí mismas que no corresponde a la realidad. Al tener bajo afecto por sí mismas, también se caracterizan por no echar en falta el cariño en sus relaciones. Están apegadas obsesivamente a sus parejas, lo que conlleva que mantengan relaciones desequilibradas. Asimismo, presentan un estado de ánimo disfórico con tendencia a rumiaciones y miedo a la soledad (Castelló, 2005).

Moral y Sirvent (2008) recogen las características de la dependencia emocional en tres componentes generales. Es decir, la dependencia emocional presenta componentes vinculares que están asociados con el apego inseguro y un estilo de relación de pareja desequilibrado. También tiene componentes adictofílicos, similares a los que sufren las personas adictivas a sustancias, como el síndrome de abstinencia y *craving* ante la falta de su pareja, vacío emocional, etc. Y, por último, componentes cognitivo-afectivos relacionados con sentimientos negativos y mecanismos de autoengaño y negación. Como consecuencia de estos últimos, las personas con dependencia emocional muestran una escasa o nula conciencia del problema, puesto que utilizan estrategias de afrontamiento que dificultan esta toma de conciencia. De este modo deforman su realidad afectiva mediante distorsiones cognitivas para encubrir comportamientos que socialmente pueden ser cuestionables para las personas de su alrededor y para sí mismas (Moral y Sirvent, 2009; Moral et al. 2012).

Diferentes autores han formulado algunos posibles factores causales de la dependencia emocional (Castelló, 2005). Haciendo referencia a lo anteriormente expuesto, es imprescindible hablar sobre las experiencias de la primera infancia puesto que son las que forman los esquemas sobre uno mismo y sobre los otros que servirán para el desarrollo de nuestra personalidad (Young, 1999, citado en Momeñe et al., 2017). Tanto las carencias afectivas tempranas como las experiencias afectivas negativas pueden ser factores de riesgo para la etiología de la dependencia emocional (Castelló, 2005; Scantamburlo, Pitchot y Anseau, 2013).

La dependencia emocional está asociada a la historia de vida de la persona y a sus vínculos afectivos. La adquisición del patrón de comportamientos de una persona emocionalmente dependiente está influenciada por un apego inadecuado en la infancia que permanece más o menos estable hasta la edad adulta (Izquierdo y Gómez-Acosta, 2013). Los primeros vínculos afectivos tienen gran influencia y sirven para la formación del estilo de apego adulto. La dependencia emocional se relaciona con un estilo de apego inseguro, en concreto el apego ansioso o preocupado en el adulto (Alonso-Arbiol, Shaver y Yáñez, 2002; Momeñe y Estévez, 2018). Las primeras experiencias afectivas establecen los esquemas sobre uno mismo y sobre los demás. Por tanto, si predominan experiencias tempranas negativas la persona adquirirá esquemas disfuncionales, desarrollando un modelo mental negativo tanto de sí mismo como de los demás, y unas

pautas de interacción con los otros desadaptativas, como la necesidad constante de aprobación de los demás (Castelló, 2005; Valle y Moral, 2018).

De modo que, tener un apego ansioso en la infancia podría dar como resultado que las personas adultas emocionalmente dependientes usen sus relaciones sentimentales para tratar de satisfacer las necesidades emocionales que no fueron satisfechas en la infancia (Lemos y Londoño, 2006). Por esta razón, se caracterizan por un intenso miedo a la ruptura que contamina el vínculo emocional, haciéndolos más vulnerables y patológicos (Moral y Sirvent, 2008; Del Castillo et al., 2015).

Asimismo, el apego adulto es fruto de los estilos parentales vividos. Algunos estudios han encontrado que personas con dependencia emocional experimentaron en su infancia patrones parentales en los que predominaban la ausencia de reforzadores, negligencia, falta de disponibilidad, sobreprotección, agresión, ansiedad de separación o excesiva preocupación parental. Estos patrones son característicos de estilos parentales negligentes, sobreprotectores y autoritarios o rígidos (Castelló, 2005; Agudelo y Gómez, 2010; Bornstein, 2011; Muñoz, 2016; Momeñe y Estévez, 2018).

Según Lemos et al., (2012), para comprender mejor la dependencia emocional es necesario conocer los esquemas desadaptativos, creencias y distorsiones cognitivas de los individuos, ya que son éstas las que influyen en adquirir un perfil que puede dar lugar a situaciones de dependencia emocional. Como ya se ha mencionado anteriormente, las personas con dependencia emocional tienen un perfil cognitivo distintivo en el que predominan las distorsiones cognitivas (Lemos, Londoño y Zapata, 2007; Jaller y Lemos, 2009; Lemos et al., 2012). Las distorsiones cognitivas están asociadas con los esquemas desadaptativos, puesto que éstos son reforzados y mantenidos por las primeras (Lemos et al. (2007). En consecuencia, estos autores consideran que adquirir esquemas desadaptativos puede dar lugar al desarrollo de relaciones tóxicas, trastornos o adicciones.

Siguiendo esta línea, se cree que otro de los factores causales y mantenedores de la dependencia emocional es la falta de estrategias de afrontamiento y la mala resolución de conflictos (Mayor, 2000, citado en Moral y González, 2020). Algunos autores han relacionado la dependencia emocional con estrategias de afrontamiento como la agresividad (Niño y Abaunza, 2015) y estrategias evitativas con tendencia a evitar la reevaluación cognitiva, desarrollando mecanismos de autoengaño y mixtificación (forma

extrema de autoengaño extensible al quehacer cotidiano) (Martín y Moral, 2019; Sirvent y Moral, 2014).

### **Autoengaño y dependencia emocional**

Distorsionar la realidad a beneficio propio en las relaciones interpersonales es una destreza socialmente aceptada con implicaciones psicosociales como el deseo de ser valorado por los demás (Trivers, 2011; Moral y Sirvent, 2014). Los procesos de engaño y autoengaño, entre otros, son los que conducen a un registro distorsionado de la realidad. La mentira y el autoengaño son relativos a la condición humana y juegan un papel regulador de protección psicológica (Lemos, 2005; Trivers, 2011; Moral y Sirvent, 2014). En este contexto, el ser humano acude a la mentira por necesidad. Sin embargo, es una forma comunicativa no tolerada socialmente.

Mientras la mentira consiste en engañar al otro y tiene un objetivo consciente, el autoengaño es mentirse a uno mismo de forma más o menos inconsciente con el fin de mantener falsas creencias o ilusiones a las que está aferrado (Armas y García, 2009; Moral y Sirvent, 2014). Tener ilusiones positivas sobre uno mismo ofrece sensación de bienestar y es fundamental para mantener un buen estado de salud mental, lo que conlleva a tener la capacidad de atender las relaciones interpersonales. Sin embargo, estas ilusiones implican valoraciones demasiado positivas de uno mismo que, en ocasiones, pueden convertirse en percepciones exageradas de control personal y una seguridad distorsionada sobre el propio futuro (Moral y Sirvent, 2014).

El autoengaño se refiere al proceso psicológico que origina y alimenta una creencia que se opone a la evidencia que posee el sujeto (Sirvent, Herrero, Moral y Rodríguez, 2019). Dicho de otra forma, representaría un impedimento para acceder a la realidad (Moral y Sirvent, 2014). El autoengaño en sí mismo no es patológico, puesto que todo ser humano es capaz de engañarse a sí mismo y se utiliza en mayor o menor medida para interactuar con los demás (Sirvent, 2006).

Cuando el autoengaño tiene consecuencias perjudiciales para la salud mental se trata de un autoengaño patológico. A través de un proceso de autoconvencimiento falso, las personas comienzan a engañarse a sí mismas repetidamente hasta que llegan a creer su propio engaño por medio de un proceso de aprendizaje implícito no asociativo (Sirvent, 2006). El autoengaño patológico también va acompañado de la imposibilidad de percibir los efectos negativos del propio comportamiento. Sirvent expone que, siendo consciente

del problema, la persona no adopta soluciones, esperando que vengan de forma externa. Elementos como el sesgo de confirmación y la disonancia cognitiva retroalimentan este proceso (Sirvent et al., 2019).

Moral y Sirvent (2014) definen el autoengaño como un constructo que se caracteriza por engañarse a uno mismo inconscientemente, o intentarlo de manera consciente, tener un comportamiento regido por dicho autoengaño e ignorar o negar las consecuencias del autoengaño. Además, estos autores insisten en que el autoengaño está gobernado por diversos mecanismos de acción: insinceridad y opacidad comunicativa, mixtificación y desconfianza, mecanismos de negación, reincidencia y manipulación.

Con relación a estudios que hayan investigado la relación entre la dependencia emocional y el autoengaño, Moral y Sirvent (2014) comprobaron que en población clínica de personas con dependencia emocional se obtiene un perfil sindrómico de autoengaño más acusado que en población general.

De acuerdo con el modelo etiológico de Moral y Sirvent (2008), el autoengaño, como “la incapacidad del sujeto para darse cuenta de los efectos adversos de la relación”, formaría uno de los indicadores de las dependencias sentimentales.

Las personas con dependencia emocional tienden a deformar su realidad afectiva con el fin de reafirmar ciertas creencias hacia la relación, ocultando su miedo a enfrentar sus propias emociones, generando pensamientos fantasiosos y adoptando el autoengaño como forma de vida (Sirvent, 2006; Moral, Sirvent y Blanco, 2012).

### **Impulsividad y dependencia emocional**

La impulsividad es un importante constructo psicológico que forma parte de las principales teorías sobre personalidad y temperamento como uno de los factores esenciales (Eysenck, 1959).

Se define la impulsividad como una tendencia a reaccionar rápidamente y de forma no planeada a estímulos, tanto internos como externos, donde el refuerzo inmediato se experimenta de manera inminente (Moeller, Barratt, Dougherty, Schmitz y Swann, 2001). Las personas impulsivas muestran incapacidad de inhibir una respuesta (Papachristou, Nederkoorn, Havermans, Van der Horst y Jansen, 2012), realizando acciones que a menudo son inapropiadas para la situación (Evenden, 1999), y que conducen a la desinhibición conductual (Verdejo-García, Lawrence y Clark, 2008). Asimismo, no

tienen en consideración las consecuencias negativas que le pueden acarrear a uno mismo y a los demás (Evenden, 1999; Chahín, Pinzón y Briñez, 2011).

A partir de varios estudios (Martínez, Hernández y Chávez, 2007; Arias y Ostrosky, 2008; Standford et al., 2009), se ha definido la impulsividad como un constructo multidimensional, compuesto por aspectos que engloban una tendencia a actuar sin pensar, tomar decisiones de forma rápida e implicarse en conductas de riesgo. Para definir el modelo multidimensional, Barratt (1985) propuso que la impulsividad estaba dividida en tres dimensiones: motora, cognitiva y no planificada (citado en Cosi, 2011). La impulsividad motora está asociada con la tendencia a actuar sin pensar, que está influenciada por los hechos del momento, y puede conocerse como una pérdida de autocontrol o un déficit en la inhibición conductual. La dimensión cognitiva está relacionada con la toma de decisiones rápida, la tendencia a razonar de manera poco cuidadosa y la inquietud de pensamiento. Por último, la impulsividad no planificada involucra la práctica de acciones sin proyección hacia el futuro, sin predecir las consecuencias. (Barratt y Slaughter, 1998; Salvo y Castro, 2013).

Se ha demostrado la influencia que tiene el apego inseguro sobre la impulsividad (Loinaz, 2011). La falta de contacto afectivo y la ausencia de atención de los padres son factores de riesgo para un menor control de impulsos en la edad adulta (Barroso, 2014).

Diversos autores (Castelló, 2005; Villegas y Sánchez, 2013, Momeñe et al., 2017) señalan la existencia de una relación entre dependencia emocional e impulsividad, de manera que las personas con dependencia muestran déficits en el control de impulsos. En el estudio realizado por Estévez et al. (2018) los resultados reflejan que a medida que aumenta la dependencia emocional aumenta la impulsividad, mostrando que la dependencia emocional juega un papel mediador en relación con el apego y la impulsividad.

Las variables dependencia emocional e impulsividad tienen elementos relacionados. Camarillo (2016) sostiene que un comportamiento impulsivo se caracteriza por presentar dificultades en la aceptación de límites, rasgo que está presente en relaciones de dependencia emocional. Gómez y López (2017) exponen que entre las características de la dependencia emocional destaca la pérdida de control, siendo ésta un elemento esencial del comportamiento impulsivo.

Se ha relacionado la impulsividad con las adicciones a sustancias como un claro factor predictivo (Belin, Mar, Dalley, Robins y Everitt, 2008). Algunos autores exponen que la impulsividad es la antesala de la conducta adictiva (De Sola, Rubio y Rodríguez, 2013). Por tanto, las personas con dependencia emocional debido a su parecido con patologías adictivas comparten ciertas características entre las que se incluye un déficit en el control de los impulsos (Castelló, 2005; Villegas y Sánchez, 2013).

### **Dependencia emocional, autoengaño e impulsividad**

Con respecto a las tres variables en conjunto, no se ha encontrado literatura escrita que relacione la dependencia emocional con la impulsividad y con el autoengaño. Sin embargo, se han hallado investigaciones que relacionan las adicciones con el autoengaño y la impulsividad, siendo estos últimos factores de riesgo para las adicciones (Echeburúa, 2012). Por tanto, la ausencia de literatura sobre la relación de dichas variables ha sido de interés y motivación para realizar la presente investigación.

## **2. Objetivos e hipótesis**

El presente estudio tiene como objetivo principal estudiar la dependencia emocional en jóvenes en relación con el autoengaño y la impulsividad. Asimismo, como comprobar si estas dos últimas variables predicen la dependencia emocional. Como objetivos secundarios, se analizará si existen diferencias significativas en la dependencia emocional en función del sexo y de tener o no pareja.

En línea con estos objetivos se plantean las siguientes hipótesis:

H1: El autoengaño está relacionado positivamente con la dependencia emocional, siendo que a mayor puntuación en autoengaño mayor puntuación en dependencia emocional.

H2: La impulsividad está relacionada positivamente con la dependencia emocional, siendo que a mayor puntuación en impulsividad mayor es el nivel de dependencia emocional.

H3: A mayor puntuación en autoengaño y en impulsividad, mayor será el nivel de dependencia emocional.



H4: Existen diferencias significativas en dependencia emocional en función del sexo, siendo mayor en hombres en los factores Modificación de planes y Búsqueda de atención, y mayor en mujeres en Expresión afectiva de la pareja y Miedo a la soledad.

H5: Existen diferencias significativas en dependencia emocional en función de tener o no pareja, siendo mayor la puntuación media de dependencia emocional en los participantes que sí tienen pareja.

### **3. Método**

#### **2.1. Participantes**

Para la obtención de la muestra se realizó una técnica de muestreo probabilístico. La muestra está compuesta por 316 jóvenes de nacionalidad española entre 18 y 30 años ( $M = 23,74$ ;  $DT = 3,23$ ), siendo este rango de edad el criterio de inclusión en la investigación. Participaron 165 mujeres (52,2%) y 151 hombres (47,8%) reclutados a través de un enlace online vía *Google Forms*.

El acceso a la muestra del estudio se llevó a cabo a través de redes sociales (*WhatsApp, Facebook e Instagram*), enviando el enlace por el cual acceder al formulario y, así, participar de forma individual. Junto al enlace, se incluyó la solicitud de colaboración, señalando el objetivo y características del estudio, y se promovió su máxima participación y difusión. El consentimiento informado también se obtuvo a partir del formulario, en el que se informó que aquellos que rellenasen el formulario y pulsaran la pestaña “enviar” estarían aceptando las condiciones de participar.

Con relación al nivel de estudios, el 1,9% estaba realizando o había realizado estudios secundarios obligatorios, el 13,3% bachillerato, el 16,8% formación profesional, 44,3% estudios universitarios y el 23,7% estudios postgrado. Con referencia a la situación laboral, el 34,2% estudiaba, 41,1% trabajaba, el 22,5% estudiaba y trabajaba y el 2,2 restante estaba en paro.

El 52,2% de los participantes estaban en una relación pareja en el momento de la evaluación. En cuanto al número de parejas que han tenido a lo largo de su vida, el 3,2% indicaba que no había tenido ninguna pareja, el 31,3% había tenido una pareja, el 37,3% dos parejas y el 27,8% tres o más parejas. Respecto al tiempo de la relación actual o la última, el 24,7% indicaba que duraba o había durado menos de seis meses, el 20,3% entre

seis meses a un año y medio, el 27,2% entre un año y medio a tres años, el 27,2% restante más de tres años.

## 2.2. Instrumentos

- *Cuestionario de Dependencia Emocional, CDE (Lemos y Londoño, 2006)*. Lemos y Londoño crearon y validaron este cuestionario en Colombia con el fin de evaluar el nivel de dependencia emocional de una persona. Castelló (2000) define la dependencia emocional como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir con otras personas de manera desadaptativa

En un inicio la prueba contenía 66 ítems, de los cuales los autores tuvieron que excluir 43 ítems, a través del análisis factorial, por no cumplir con las normas de selección. Por consiguiente, el cuestionario final quedó conformado por 23 ítems y seis factores. El coeficiente Alfa de Cronbach de la escala total fue de 0,927, con un porcentaje de varianza explicada del 64,7%. La consistencia interna del presente estudio muestra un Alfa de Cronbach de 0,914.

El CDE está constituido por seis factores: Factor 1: *Ansiedad de separación*, que evalúa el temor que siente una persona ante la posibilidad de abandono en la relación de pareja (ítems 2, 6, 7, 8, 13, 15 y 17;  $\alpha = 0,871$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,851$ ); Factor 2: *Expresión afectiva de la pareja*, valora la necesidad de recibir frecuentes expresiones de afecto para confirmar el amor que siente y calmar la sensación de inseguridad (ítems 5, 11, 12 y 14;  $\alpha = 0,835$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,813$ ); Factor 3: *Modificación de planes*, evalúa el cambio de planes y comportamientos de la persona con el fin de complacer a la pareja o la simple necesidad de querer estar mayor tiempo con él/ella (ítems 16, 21, 22 y 23;  $\alpha = 0,751$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,757$ ); Factor 4: *Miedo a la soledad*, mide el temor a sentirse solo y no amado por no tener una pareja (ítems 1, 18 y 19;  $\alpha = 0,798$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,870$ ); Factor 5: *Expresión límite*, valora las acciones y expresiones impulsivas de autoagresión como estrategia para impedir que la relación termine (ítems 9, 10 y 20;  $\alpha = 0,617$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,347$ ); Factor 6: *Búsqueda de atención*, evalúa la energía que emplea la persona en busca de obtener la mayor atención por parte de la pareja y asegurar su permanencia en la relación, buscando ser central en la vida del otro (ítems 3 y 4;  $\alpha = 0,776$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,641$ ).

El formato de respuesta de la escala es de tipo Likert de seis puntos, siendo: 1 = *Completamente falso de mí*; 2 = *La mayor parte falso de mí*; 3 = *Ligeramente más*

*verdadero que falso; 4 = Moderadamente verdadero de mí; 5 = La mayor parte verdadero de mí, y; 6 = Me describe perfectamente.*

- *Inventario de Autoengaño y Mixtificación, IAM-40 (Sirvent, 2010)* para la evaluación del autoengaño. El autoengaño significa mentirse a uno mismo de manera más o menos inconsciente con el objetivo de conservar falsas creencias a las que la persona está aferrada. El autoengaño patológico sería la incapacidad para avisarse a uno mismo de los efectos nocivos del propio comportamiento y que, aun siendo consciente del problema, no se adopten soluciones. La mixtificación es descrita como la forma extrema de autoengaño extensible a la labor cotidiana. Dicho instrumento está validado por Moral y Sirvent (2014) en una muestra de 159 sujetos adictos (población clínica) y 214 sujetos de población general como grupo control. Se confirmaron diferencias significativas en ambos grupos en el sentido predicho, encontrando mayores niveles de autoengaño en población clínica. En cuanto a las propiedades psicométricas, el IAM-40 obtuvo un coeficiente Alpha de Cronbach de 0,922 lo cual indica que la consistencia interna es muy buena. El coeficiente de Alfa de Cronbach de la presente investigación es de 0,836.

El IAM-40 está compuesto por cinco factores: Factor 1: *Insinceridad y opacidad comunicativa*, evalúa la falta de veracidad y la dificultad para acceder al plano cognitivo del sujeto (ítems 2, 9, 13, 16, 30, 33, 36 y 37;  $\alpha = 0,709$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,678$ ); Factor 2: *Manipulación*, mide la intención de modificar las emociones y entendimiento de la otra persona en provecho propio (ítems 6, 11, 19, 24, 26, 29, 35 y 39;  $\alpha = 0,802$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,617$ ); Factor 3: *Mecanismos de negación y reincidencia*, evalúa la negativa persistente a una evidencia y la reincidencia en el error (ítems 1, 5, 12, 14, 15, 17, 21 y 25;  $\alpha = 0,782$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,622$ ); Factor 4: *Mixtificación y desconfianza*, mide una forma de vida basada en el engaño y la desconfianza hacia los demás (ítems 3, 4, 22, 27, 31, 32, 34 y 38;  $\alpha = 0,759$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,472$ ) y Factor 5: *Registro de la realidad interesado o distorsionado*, evalúa la distorsión subjetiva tanto de la percepción propia como de la ajena (ítems 7, 8, 10, 18, 20, 23, 28 y 40;  $\alpha = 0,726$ ; en el presente estudio:  $\alpha = 0,527$ ).

Este inventario está formado por 40 ítems en escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta (1 = *Muy en desacuerdo*; 2 = *En desacuerdo*; 3 = *Inseguro*; 4 = *De acuerdo*; 5 = *Muy de acuerdo*). Los ítems 2, 4, 6, 8, 13, 15, 17, 20, 24, 30, 33, 35 y 36 tienen una puntuación inversa. La puntuación de la escala general y de cada factor se obtiene a partir de la media de la suma de todos los ítems.

- *Escala de Impulsividad de Barratt, BIS-11 (Barratt, 1959)*. Es uno de los instrumentos de autoinforme más utilizado en clínica e investigación psicológica para evaluar impulsividad. La primera versión fue desarrollada con el objetivo de relacionar la ansiedad y la impulsividad con la eficiencia psicomotora. Actualmente se usa la versión 11 (BIS-11) rediseñada por Patton, Stanfor y Barrat (1995), donde la impulsividad está integrada por tres componentes: impulsividad cognitiva (atencional), impulsividad motora e impulsividad no planeada. Dicha versión está psicométricamente validada en distintas poblaciones, tanto en adultos como en adolescentes. Para el presente estudio se va a utilizar la adaptación española del BIS-11 realizada por Oquendo, Baca-García, Graver, Morales y Montalbán (2001), la cual presenta una consistencia interna elevada, obteniendo un alfa de Cronbach de 0,812. La correlación entre la versión inglesa y la castellana oscila entre 0,67 y 0,80. En el presente trabajo se obtiene un Alfa de Cronbach de 0,769.

El BIS-11 está formado por 30 ítems agrupados en tres subescalas: *Impulsividad Cognitiva*, caracterizada por la toma de decisiones rápidas; (ítems 4, 7, 10, 13, 16, 19, 24 y 27; en el presente estudio:  $\alpha = 0,393$ ), *Impulsividad Motora*, supone actuar sin pensar (ítems 2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 23, 26 y 29; en el presente estudio:  $\alpha = 0,679$ ); e *Impulsividad no planeada*, relacionada con una actitud hacia el presente o una falta de proyección hacia el futuro (ítems 1, 3, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 22, 25, 28 y 30; en el presente estudio:  $\alpha = 0,679$ ). El formato de respuesta es de tipo Likert con cuatro opciones: 0 = *Raramente o Nunca*; 1 = *Ocasionalmente*; 3 = *A menudo*; 4 = *Siempre o Casi siempre*. Los ítems 1, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 13, 17, 19, 22 y 30 tienen una puntuación inversa. La puntuación total se obtiene sumando todos los ítems y la puntuación de las subescalas de la suma de sus correspondientes ítems.

### **2.3. Procedimiento**

Para la realización del estudio, se diseñó un formulario en la plataforma *Google Forms* donde se incluían los cuestionarios elegidos para el estudio divididos en tres secciones en el orden siguiente: el IAM-40 en la primera sección, el CDE la segunda y el BIS-11 en la tercera. El formulario iba precedido por una breve explicación sobre el objetivo de la investigación y algunas de sus características como: la duración aproximada del cuestionario (entre 15-20 minutos), los criterios establecidos para poder participar (tener entre 18 y 30 años), la importancia de la sinceridad en sus respuestas, la no existencia de respuestas buenas o malas, la voluntariedad y libertad de participar y

abandonar el estudio en cualquier momento, el anonimato de su realización y la confidencialidad de la información obtenida que solo se utilizará para fines de investigación. También se ofreció una dirección de contacto con el fin de solventar cualquier duda o recibir los resultados del trabajo tras su finalización.

#### **2.4. Análisis de datos**

Una vez obtenidos los datos, fueron depurados y analizados estadísticamente con el programa SPSS (IBM) versión 22. Se utilizaron estadísticos descriptivos y de frecuencias para conocer las características de la muestra. Se llevó a cabo la prueba Kolmogórov-Smirnov para verificar los supuestos de normalidad de las hipótesis planteadas. Se obtuvieron unos niveles de significación por debajo del establecido ( $p > 0,5$ ), por lo tanto, no se cumplieron los supuestos de normalidad y se tuvieron que utilizar pruebas no paramétricas para realizar los análisis estadísticos.

Las relaciones entre las diferentes variables de interés se analizaron mediante correlaciones de Spearman. Para comprobar si existen diferencias significativas en dependencia emocional en función del sexo y en función de tener o no pareja se realizó la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes. El tamaño del efecto se calculó con el estadístico  $r$  de Rosenthal, el cual se obtiene utilizando el valor  $Z$  dividido por la raíz cuadrada de  $N$ , donde  $N$  es el tamaño de la muestra. Para su interpretación, se utilizaron los siguientes puntos de corte: valores de  $r \geq 0,10$  representan tamaños del efecto pequeños, valores de  $r \geq 0,30$  se consideran un efecto moderado y valores de  $r \geq 0,50$  son interpretados como elevados.

También se efectuó un análisis de regresión lineal múltiple para comprobar si las variables autoengaño e impulsividad predicen la variable dependencia emocional. Previamente se comprobaron los supuestos del modelo de regresión lineal. Con respecto al supuesto de normalidad, se ejecutó el histograma de los residuos tipificados con una curva normal superpuesta en la cual se observó que la distribución de los residuos no sigue el modelo de probabilidad normal; por lo tanto, los resultados del análisis deben interpretarse con cautela. En cuanto al supuesto de independencia entre los residuos, el estadístico de Durbin-Watson toma el valor 1,89, por lo que podemos asumir que los residuos son independientes. Por último, el supuesto de no colinealidad se calculó mediante el nivel de Tolerancia, obteniendo valores próximos a 1 para la variable dependencia emocional, lo que significa que se cumple dicho supuesto.

#### 4. Resultados

En primer lugar, atendiendo al objetivo principal del estudio (estudiar la dependencia emocional en jóvenes en relación con el autoengaño y la impulsividad) y según los resultados obtenidos en la prueba *Rho de Spearman* (Tabla 1), se observó que existe una correlación positiva y moderada, estadísticamente significativa, entre Dependencia emocional y Autoengaño ( $R_S = 0,42$ ;  $p = 0,000$ ;  $R_S^2 = 0,18$ ), y una correlación positiva y baja, estadísticamente significativa, entre Dependencia emocional e Impulsividad ( $R_S = 0,27$ ;  $p = 0,000$ ;  $R_S^2 = 0,07$ ), lo que indica que a mayor Dependencia emocional, mayor nivel de Autoengaño y de Impulsividad.

Tabla 1

*Prueba de Rho de Spearman, para analizar la correlación entre las variables estudiadas*

	Dependencia emocional	Autoengaño
Autoengaño	0,421**	–
Impulsividad	0,271**	0,347**

Nota. \*\*  $p < 0,01$

En segundo lugar, se tomó como variable criterio la Dependencia emocional y como variables predictoras el Autoengaño y la Impulsividad. Como refleja la Tabla 2, la regresión mostró que el Autoengaño ( $\beta = 0,38$ ;  $p = 0,000$ ) y la Impulsividad ( $\beta = 0,15$ ;  $p = 0,007$ ) explican la Dependencia emocional en un 20% ( $R^2 = 0,20$ ;  $F(2,313) = 39,30$ ;  $p < 0,001$ ), siendo el Autoengaño la variable que más influye. Se obtuvo la siguiente ecuación de regresión:

$$\text{Dependencia emocional} = 1,58 + 15,68 \times \text{Autoengaño} + 0,18 \times \text{Impulsividad}.$$

Tabla 2

*Coefficientes de regresión lineal múltiple (variable dependiente: dependencia emocional)*

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados				
	B		$\beta$	t	p	tolerancia	FIV
1	Constante	1,58		0,27	0,786		
	Autoengaño	15,68	0,38	6,99	0,000	0,88	1,13
	Impulsividad	0,18	0,15	2,73	0,007	0,88	1,13

Nota. Variable dependiente: Dependencia emocional

En tercer lugar, se analizó la existencia de diferencias significativas en la variable Dependencia emocional y en sus respectivos factores en función del sexo. Tras obtener los resultados (Tabla 3), se evidencia que no existen diferencias significativas en la dependencia emocional en función del sexo ( $U = 11438,50$ ;  $Z = -1,26$ ;  $p = 0,209$ ;  $r = 0,07$ ). Sin embargo, se encontraron diferencias significativas en tres de sus factores: Modificación de planes ( $U = 8940,00$ ;  $Z = -4,37$ ;  $p = 0,000$ ;  $r = 0,25$ ), Miedo a la soledad ( $U = 10415,00$ ;  $Z = -2,56$ ;  $p = 0,011$ ;  $r = 0,14$ ) y Búsqueda de atención ( $U = 8481,00$ ;  $Z = -4,95$ ;  $p = 0,00$ ;  $r = 0,28$ ). Siendo mayor la mediana en los hombres los que obtuvieron una puntuación mayor en Modificación de planes y Búsqueda de atención; mientras que las mujeres tienen mayor mediana en Miedo a la soledad. En cuanto al tamaño del efecto, se obtuvo un tamaño del efecto pequeño para los tres factores.

Tabla 3

*Prueba U de Mann-Whitney, para establecer diferencias significativas en la dependencia emocional, según el sexo.*

	<i>Mujer</i>	<i>Hombre</i>	<i>U</i>	<i>r</i>
	<i>(n=165)</i>	<i>(n=151)</i>		
	<i>Mdn (IQR)</i>	<i>Mdn (IQR)</i>		
Dependencia emocional global	47,00 (23,00)	50,00 (24,00)	11438,50	0,07
Ansiedad de separación	15,00 (11,00)	16,00 (10,00)	12059,50	0,03
Expresión afectiva	10,00 (7,00)	11,00 (6,00)	12168,00	0,02
Modificación de planes	6,00 (5,00)	8,00 (4,00)	8940,00*	0,25
Miedo a la soledad	5,00 (4,00)	4,00 (4,00)	10415,00*	0,14
Expresión límite	3,00 (2,00)	4,00 (2,00)	11910,00	0,04
Búsqueda de atención	6,00 (3,00)	7,00 (3,00)	8481,00*	0,28

*Nota. \*p<0,05*

En cuarto lugar, los resultados mostraron que no existen diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional en función de tener o no pareja ( $U = 11007,50$ ;  $Z = -1,79$ ;  $p = 0,074$ ;  $r = 0,10$ ). No obstante, los resultados presentan la existencia de diferencias estadísticamente significativas en el factor Ansiedad de separación ( $U = 10532,50$ ;  $Z = -2,38$ ;  $p = 0,017$ ;  $r = 0,13$ ). En la Figura 1, se mostró que el grupo de participantes que sí tenían pareja obtuvieron una mayor mediana ( $Mdn = 16,00$ ,  $IQR = 12,00$ ) que el grupo que no tenía pareja ( $Mdn = 14,00$ ,  $IQR = 8,00$ ). Se obtuvo un tamaño del efecto pequeño ( $r = 0,13$ ) para el factor Ansiedad de separación.

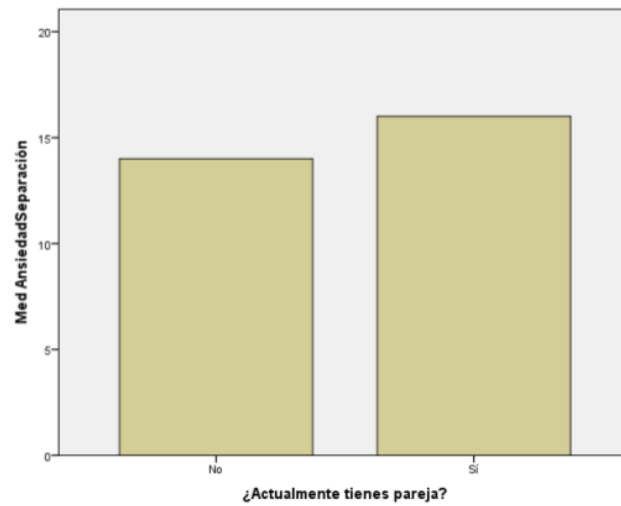


Figura 1. Diferencia de medianas en Ansiedad de Separación en función de tener o no pareja.

## 5. Discusión

El objetivo principal de este trabajo consistió en estudiar la relación existente de la dependencia emocional en jóvenes con el autoengaño y la impulsividad. Así como comprobar si el autoengaño y la impulsividad son variables predictoras de la dependencia emocional. Además, se querían obtener datos sobre la existencia de diferencias significativas en la dependencia emocional en función del sexo y de estar o no en una relación de pareja.

Con respecto a la primera hipótesis: *el autoengaño está relacionado positivamente con la dependencia emocional, siendo que a mayor puntuación en autoengaño mayor puntuación en dependencia emocional*, los resultados demuestran que existe una relación significativamente positiva entre la dependencia emocional y el autoengaño. Por lo tanto, se confirma dicha hipótesis concluyendo una relación moderada directamente proporcional, mostrando que aquellas personas con mayor puntuación en dependencia emocional tienen mayor nivel de autoengaño y viceversa. Estos resultados están apoyados por estudios como el de Moral et al. (2012), en el que mostró que personas con dependencia emocional presentan niveles más altos de autoengaño en comparación con la población general. También está respaldado por el trabajo de Sirvent y Moral (2018), donde hallaron una correlación superior a 0,80 entre el Autoengaño y la Interdependencia (compuesta por los factores: elevada necesidad hacia el otro, abstinencia y búsqueda de nuevas experiencias).



Las personas con altos niveles de dependencia emocional tienden a crear pensamientos distorsionados cognitivamente y a utilizar estrategias de afrontamiento desadaptativas como respuesta adaptativa, desarrollando así trastornos en sus vínculos afectivo-dependientes (Moral et al., 2010; Moral y González, 2020). Las personas con dependencia emocional utilizan el autoengaño como estrategia de supervivencia relacional, de forma que retroalimentan ciertas creencias para enmascarar comportamientos que pueden ser rechazados socialmente (Moral et al., 2012). Por lo tanto, la persona con alto nivel de dependencia emocional aprende a mentir y mentirse a sí misma con el fin de evitar enfrentarse a una realidad emocionalmente dolorosa. Así mismo, el autoengaño instaurado como forma de vida relacional influye en la capacidad de la persona para ser consciente de los efectos adversos de sus relaciones, por lo que explicaría el mantenimiento de muchas relaciones conflictivas (Sirvent, 2006; Moral et al., 2010).

En relación con la segunda hipótesis: *la impulsividad está relacionada positivamente con la dependencia emocional, siendo que a mayor puntuación en impulsividad mayor es el nivel de dependencia emocional*. Se confirma la existencia de una relación positivamente significativa entre la dependencia emocional y la impulsividad. Los datos indican una relación baja directamente proporcional, que explica que aquellos que tengan mayor nivel de dependencia emocional mostraran puntuaciones altas en impulsividad y viceversa. Estos resultados son coherentes con los encontrados en investigaciones como las de Estévez et al. (2018) y Sánchez (2018), donde evidenciaron una correlación positiva estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y la impulsividad.

Un alto nivel de dependencia emocional puede llevar a la persona a actuar de forma impulsiva en circunstancias que percibe como amenazantes para la relación de pareja, como por ejemplo situaciones de posible abandono o de celos, con el fin de seguir manteniendo la relación (Sevilla, 2018). Además, las variables de dependencia emocional e impulsividad comparten características altamente relacionadas, entre las que destaca la pérdida de control (Gómez y López, 2017), dificultad en la aceptación de límites (Camarillo, 2016), presencia de pensamientos irracionales producto de distorsiones cognitivas (Squillace, Picón y Schimidt, 2011) y la tendencia a repetir acciones como, por ejemplo mantener relaciones conflictivas a pesar de las consecuencias negativas (Barbosa, Beltrán y Fraile, 2015). Por lo tanto, la dependencia emocional supone un

patrón de necesidad y control sobre la pareja que lleva a la presencia de conductas desadaptativas como la impulsividad.

Atendiendo a la tercera hipótesis: *a mayor puntuación en autoengaño y en impulsividad, mayor será el nivel de dependencia emocional*. Cabe mencionar que los resultados obtenidos mediante la prueba de regresión lineal múltiple en este estudio muestran que las variables autoengaño e impulsividad, predicen el 20% de la variable dependencia emocional, siendo el autoengaño la variable más influyente. Lo que lleva a aceptar la hipótesis planteada. No se hallaron investigaciones que determinen la relación entre las tres variables estudiadas. Sin embargo, se han encontrado estudios que resultan adecuados de mencionar con el fin de respaldar los resultados de esta investigación, que especifican la relación de cada una de las variables con otras variables que no pertenecen al presente trabajo.

La gran mayoría de estudios apoyan que las personas con dependencia emocional van instalando en su vida comportamientos impulsivos (Castelló, 2005; Sevilla, 2018) y estrategias de autoengaño como parte de su identidad caracteropática, que se puede explicar mediante un proceso de aprendizaje implícito no asociativo (Sirvent, 2006). No obstante, los resultados de esta investigación señalan que la relación de la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad no es de carácter unidireccional, sino que la dependencia emocional también puede desarrollarse a raíz de presentar características de impulsividad y autoengaño. Según los datos del presente estudio, las probabilidades de tener un nivel intenso de dependencia emocional aumentan un 20% si la persona presenta niveles altos en las variables autoengaño e impulsividad, siendo más predominante la primera la que la segunda.

En este sentido, y centrándonos en la relación entre autoengaño y dependencia emocional, Sirvent (2007) expone que la gran vulnerabilidad emocional y ceguera patológica, que presentan las personas con dependencia emocional con respecto a sus relaciones, es originada por distorsiones cognitivas. Siguiendo esta línea, uno de los factores que causa y mantiene la dependencia emocional es la falta de estrategias de afrontamiento (Mayor, 2000). De esta manera, las personas que utilizan estrategias de afrontamiento desadaptativas de evitación, que acaban desenvolviéndose en mecanismos de autoengaño, negación y rechazo, no son conscientes de los efectos adversos de una relación conflictiva (Moral et al., 2016; Martín y Moral, 2019). De este modo, se desarrolla en la persona una percepción del mundo que no corresponde con la realidad,

favoreciendo así las perturbaciones en sus vínculos afectivo-dependientes (Moral y González, 2020).

Puesto que se ha relacionado positivamente un nivel alto de dependencia emocional con los esquemas desadaptativos tempranos (Lemos et al., 2012) como posible factor etiológico (Castelló, 2005; Scantamburlo et al., 2013; Valle y Moral, 2018), y estos esquemas desadaptativos están relacionados con estrategias de afrontamiento como la evitación cognitiva (Rodríguez y León, 2015) y las distorsiones cognitivas (Lemos et al., 2012). Esto nos permite confirmar que entre los posibles factores causales y mantenedores de la dependencia emocional está el exceso de autoengaño.

En cuanto a relación entre la impulsividad y la dependencia emocional, algunos autores consideran que la impulsividad disfuncional es un indicador de vulnerabilidad para el desarrollo de la dependencia emocional (Sirvent, 2000; Moral y Sirvent, 2008). Dentro de esta línea, Bowman (1997) expone que las personas impulsivas muestran problemas inhibitorios a nivel cognitivo, emocional y conductual de modo que pueden causar ciertas dificultades en la persona como identificar errores y la falta de perspicacia, entre otras (citado en Moral et al., 2014). De modo que los problemas inhibitorios podrían explicar el perfil característico de las personas con dependencia emocional.

Las figuras de apego en la infancia influyen en la adquisición de la capacidad de autorregulación emocional de la persona. Por tanto, un apego inseguro predispone a la expresión de una mayor impulsividad disfuncional (Loinaz, 2011; Barroso, 2014). Chupillón (2019) mostró que jóvenes que habían experimentado carencia afectiva e inestabilidad emocional en sus primeros años de vida, habían desarrollado conductas impulsivas. Este mismo autor relacionó la impulsividad con los esquemas tempranos desadaptativos que están presentes en personas con dependencia emocional. Por consiguiente, aquellas personas que durante su infancia han tenido experiencias afectivas negativas de abandono, vulnerabilidad y desconfianza, entre otras, acaban desarrollando distorsiones cognitivas acerca de sus relaciones significativas (Salvatierra, 2017). De esta manera, las personas más impulsivas tienden a adquirir creencias en torno a sus personas significativas acerca de que estos les lastimarán, actuando de forma impulsiva para evitar ser dañados. Esto podría explicar que las personas con dependencia emocional tiendan a empezar relaciones de forma impulsiva con personas que en el inicio de la relación atienden sus necesidades afectivas, que no han sido satisfechas en la infancia, creándose una ilusión hacia la nueva pareja. De acuerdo con lo expuesto, se puede relacionar la

impulsividad como un rasgo comportamental que predispone y facilita el desarrollo de la dependencia emocional.

Ante esta realidad, cabe añadir la importancia de la relación de las conductas impulsivas, el autoengaño y la dependencia emocional y su influencia en la violencia psicológica y física de pareja. Las personas con dependencia emocional en las relaciones de maltrato pueden asumir dos roles distintos (Castelló, 2005; Tiscareño y Velázquez, 2011). Por un lado, el rol sumiso (víctimas del maltrato), en el cual la persona soporta toda acción de la pareja con el fin de que la relación no se termine. Y, por otro lado, el rol dominante (los agresores), desde donde la persona tiende a ejercer acciones impulsivas por alta necesidad de control hacia la pareja sometiéndola a maltrato físico y/o psicológico. Según Moral y Sirvent (2008, 2009), el rol sumiso está asociado con el autoengaño y una gradual anulación personal. Se considera el autoengaño como un mecanismo para conservar la integridad ética de la persona (Vecina, 2018). No obstante, los agresores también presentan un autoengaño disfuncional (García, 2004), desarrollan una realidad distorsionada en la que no toman consciencia sobre su forma tóxica de relación ni de la gravedad del problema de sus conductas. Además, se ha estudiado el autoengaño como mejor factor explicativo entre la relación de la dependencia emocional y el maltrato psicológico (Moral et al., 2018; Martín y Moral, 2019). Igualmente, el bajo control de impulsos se ha visto relacionado con la violencia de género (Squillace et al., 2012), siendo una característica principal de los individuos que maltratan a sus parejas (Matud et al., 2004, como se cita en Bázquez, Moreno y García.Baamonde; Chamorro, 2008). No obstante, no se han encontrado investigaciones que determinen la relación entre la impulsividad y las víctimas de maltrato en pareja.

Respecto a la cuarta hipótesis: *Existen diferencias significativas en dependencia emocional en función del sexo, siendo mayor en hombres en los factores Modificación de planes y Búsqueda de atención, y mayor en mujeres en Expresión afectiva de la pareja y Miedo a la soledad.* Los resultados obtenidos indican que no existen diferencias significativas en la variable dependencia emocional, pero sí se ha encontrado una pequeña diferencia significativa en los factores Modificación de planes, Miedo a la soledad y Búsqueda de atención. En la misma línea que los resultados encontrados en estudios como el de Iturregui (2017) y Moral y González (2020), en el presente trabajo los hombres han obtenido mayor puntuación media en Modificación de planes y Búsqueda de atención. Mientras que las mujeres presentan mayor puntuación media en Miedo a la soledad, pero

no en Expresión afectivas de la pareja, tal y como se esperaba por la literatura encontrada (Lemos y Londoño, 2006; Coppolino et al., 2015). Estos resultados son coherentes con estudios (Lemos y Londoño, 2006; Lemos et al., 2019) que mantienen la idea de que no existen diferencias entre sexos con respecto al nivel de dependencia emocional, sino que existen distintas formas de manifestarla y estas se pueden ver influenciadas por patrones culturales y de género.

Por lo tanto, debido a influencias socioculturales, se perciben como femeninos comportamientos que demanden mayor afecto, como es el miedo a la soledad; y comportamientos masculinos aquellos en los que el hombre trate de conquistar y ser el centro de atención de su pareja (Lemos y Londoño, 2006). Cabe destacar que se han encontrado diferencias entre hombres y mujeres en la dependencia emocional evaluada con distintos instrumentos de medida, siendo mayor en hombres que en mujeres (González y Hernández, 2014; Urbiola y Estévez, 2015; Martín y Moral, 2019). Estos datos son contradictorios a la idea popular que concibe a las mujeres una mayor prevalencia a sufrir dependencia emocional. Es por tanto que, con los resultados obtenidos del presente estudio y los hallazgos encontrados, se puede concluir que el nivel dependencia emocional no se relaciona en función del sexo, pero la forma en la que se expresa si es diferente entre hombres y mujeres.

En referencia a la quinta hipótesis, *existen diferencias significativas en dependencia emocional en función de tener o no pareja, siendo mayor la puntuación media de dependencia emocional en los participantes que sí tienen pareja*. Los resultados del estudio muestran que no existen diferencias significativas en el nivel de dependencia emocional total en función de estar en una relación de pareja o no. Sin embargo, si se ha obtenido una pequeña diferencia significativa en el factor Ansiedad de separación, siendo mayor en el grupo de participantes que manifestaron tener una relación de pareja al realizar la evaluación. Estos resultados están apoyados por Lemos et al. (2019), que también obtuvieron mayores puntuaciones en Ansiedad de separación en los participantes con pareja, además de también presentar mayor puntuación en Expresión afectiva de la pareja y Modificación de planes. Los resultados del presente estudio muestran que aquellas personas que están en una relación expresan mayor temor ante la separación de la pareja que aquellos que no están en una relación. Esto es diferente, porque en el caso de no tener pareja, no se expresa un temor por abandono de una pareja que no se tiene.

En conclusión, los resultados del estudio indican una relación bidireccional entre la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad. De modo que el desarrollo de una elevada dependencia emocional aumenta en un 20% por la influencia de un alto autoengaño y un bajo control de impulsos. Asimismo, hay que señalar que la presencia de dependencia emocional en la persona no está determinada tanto por el sexo ni por estar o no en una relación de pareja, sino por la adquisición de unos esquemas desadaptativos tempranos.

Se plantean algunas limitaciones del presente trabajo que han podido influir en los resultados. Por un lado, las limitaciones comunes a otras investigaciones, como son las variables internas propias de los participantes de la muestra, como por ejemplo la deseabilidad social, que pueden estar influyendo las respuestas de los sujetos. Además, es importante señalar que aquellos sujetos que tengan un elevado autoengaño pongan en práctica las estrategias propias de autoengaño a la hora de rellenar el cuestionario, exponiendo una autoimagen a la que están acostumbrados a mostrar. En relación con aquellos que presentan una alta dependencia emocional, también se ha de tener en cuenta que los participantes no tengan consciencia de ella o traten de ocultarla por ser un tema socialmente cuestionable, puesto que nuestra sociedad actual está supeditada por unos valores de independencia y autosuficiencia. Igualmente, los sujetos que tengan una elevada impulsividad tenderán a rellenar el cuestionario de forma rápida y sin pensar mucho. Por otro lado, se quiere añadir que se trata de una muestra que no representa toda la población joven, ya que no abarca todas las clases sociales debido a los recursos por los que se ha llegado a la muestra. Por último, cabe mencionar que, a pesar de su alta fiabilidad, algunos factores del Cuestionario de Dependencia Emocional son evaluados por 2 o 4 ítems, los cuales pueden ser escasos para obtener una información rigurosa.

Se proponen algunas mejoras que ayuden a obtener mejores resultados en el futuro. Puesto que el diseño del estudio es transversal, y esto impide adquirir relaciones causales, para futuras investigaciones se propone realizar estudios longitudinales que permita analizar una posible evolución temporal de los resultados. Además, se propone utilizar otros métodos de evaluación como son las técnicas proyectivas o entrevistas semiestructuradas para conocer la mayor información posible que sea de interés para estudiar con profundidad la problemática y así crear intervenciones más ajustadas. Asimismo, sería de interés poder abarcar una muestra más amplia y representativa de toda la población joven española.

Debido a la escasa investigación sobre la relación de la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad, este estudio proporciona resultados novedosos y de interés para la intervención y el tratamiento de la dependencia emocional en el ámbito de la psicología clínica. Como se ha visto a lo largo del desarrollo de este trabajo, la dependencia emocional tiene distintos factores causales posibles. Por lo tanto, dentro de la práctica clínica se consideraría importante indagar acerca de las experiencias afectivas tempranas de los pacientes con el fin de conocer desde donde se ha desarrollado la dependencia emocional. De esta forma, se podrán establecer unos objetivos de intervención dirigidos desde una dirección más acorde con el problema. En referencia a esto, se puede abordar la dependencia emocional desde un autoengaño y una impulsividad disfuncional que ya estaban instaurados en la persona anterior al desarrollo de la dependencia emocional. O se podría trabajar desde el punto de vista en el que estas estrategias de afrontamiento desadaptativas se han ido instaurando en la persona por aprendizaje vicario. Además, conociendo que un elevado autoengaño y una alta impulsividad son predictores en un 20% de la dependencia emocional, se puede prevenir el desarrollo de la dependencia emocional en personas que no la padecen, pero que sí muestran altos niveles en las otras dos variables. De modo que el trabajo terapéutico estaría dirigido en reducir el autoengaño y la impulsividad. Por último, los resultados de esta investigación se consideran importantes para el ámbito de la terapia de pareja y la prevención de la violencia de género, debido a la alta influencia que tiene la relación de la dependencia emocional con el autoengaño y la impulsividad para que se desarrollen actos violentos en las relaciones interpersonales.

## 6. Referencias

- Agudelo, S. L. y Gómez, L. D. (2010). *Asociación entre estilos parentales y dependencia emocional en una muestra de adolescentes Bogotanos* (Tesis de postgrado no publicada). Universidad de la Sabana, Bogotá, Colombia
- Amor, P. y Echeburúa, E. (2010). Claves Psicosociales para la permanencia de la víctima en una relación de maltrato. *Clínica Contemporánea*, 1(2), 97-104.
- Armas, E. y García, P. (2009) ATRAMIC: La mentira informada. *Anuario de psicología jurídica*, 19, 125-133.
- Baumeister, R. F. y Leary, M. R (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Barbosa, Y., Beltrán, L. y Fraile, S. (2015). *Impulsividad, dependencia a internet y a telefonía móvil en una muestra de adolescents de la ciudad de Bogotá* (Tesis de licenciatura). Fundación Universitaria los Libertadores, Bogotá, Colombia.
- Barratt, E., y Slaughter, L. (1998). Defining, measuring, and predicting impulsive aggression: A heuristic model. *Behavioral Sciences & The Law*, 16(3), 285-302.
- Barroso, O. (2014). El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista digital de medicina psicosomática y psicoterapia*, 4(1), 1-25
- Belin, D., Mar, A. C., Dalley, J. W., Robbins, T. W., y Everitt, B. J. (2008). High impulsivity predicts the switch to compulsive cocaine-taking. *Science*, 320(5881), 1352-1355
- Bernal, S.T. (2005). Conflictos de pareja y el rol del mediador. *Revista de Psicología*, 3(1)
- Blázquez, M., Moreno, J., y García-Baamonde, M. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Anales de Psicología*, 25(2), 250-260.
- Bornstein, R. F. (1993). *The dependent personality*. Guilford Press.



- Bornstein, R. F. (2006). Self-schema priming and desire for test performance feedback: Further evaluation of a cognitive/interactionist model of interpersonal dependency. *Self and Identity*, 5(02), 110-126.
- Bornstein, R. F. (2011). An interactionist perspective on interpersonal dependency. *Psychological Science*, 20, 124-128.
- Bornstein, R. F., y O'Neill, R. M. (2000). Dependency and suicidality in psychiatric inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 463-473
- Bruch, M. A., Rivet, K. M., Heimberg, R. G., Hunt, A. y McIntosh, B. (1999). Shyness and sociotropy: Additive and interactive relations in predicting interpersonal concerns. *Journal of Personality*, 67(2), 373-406.
- Camarillo, L. (2016). Dependencia emocional: un nuevo reto para la patología dual en el trastorno límite de personalidad. *Revista de Patología Dual*, 3(1), 1-4.
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto dependencia emocional. *I Congreso Virtual de Psiquiatría* (Vol. 5, No. 8)
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial
- Castelló, J. (2011). *La superación de la dependencia emocional*. España: Ediciones Corona Borealis.
- Chahín-Pinzón, N., y Briñez, B. L. (2011). Actividad física en adolescentes y su relación con agresividad, impulsividad, Internet y videojuegos. *Psicología. Avances de la disciplina*, 5(1), 9-23.
- Chamorro, H. M. (2008). *Manual de protección a víctimas de violencia de género*. Editorial Club Universitario
- Chupillón, M. (2019). Esquemas maladaptativos tempranos y agresividad premeditada impulsiva en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Lima, Perú.
- Cosi, A. (2011). *Evaluación de la impulsividad y su papel como factor predictor de psicopatología emocional en población escolar* (Tesis doctoral). Universitat Rovira i Virgili, Tarragona, España

- Cubas, D., Espinoza, G., Galli, A. y Terrones, M. (2004). Intervención cognitivo-conductual en un grupo de pacientes mujeres con Dependencia Afectiva. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 2, 81-90.
- Darcy, K., Davila, J. y Beck, J. G. (2005). Is social anxiety associated with both interpersonal avoidance and interpersonal dependence? *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 171-186.
- De Sola, J., Rubio, G. y Rodríguez, F. (2013). La impulsividad: ¿Antesala de las adicciones comportamentales?. *Salud y drogas*, 13(2), 145-155.
- Del Castillo, A., Hernández, M. E., Romero, A. e Iglesias, S. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5, 4-18.
- Díaz-Loving, R., Palos, P., Muñiz, A., y Camacho, M. (1986). Percepción de aspectos positivos y negativos en la interacción, de la pareja: reacción y consecuencias. *V lustros de investigación en la Psicología Social en México*, 11.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 4, 435-48
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., y Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Anales de Psicología*, 34(3), 438
- Evenden, J. L. (1999). Varieties of impulsivity. *Psychopharmacology*, 146(4), 348-361.
- Eysenck, H. J. (1959). *Estudio científico de la personalidad*. Buenos Aires. Paidós.
- García, E. L. (2004). La figura del agresor en la violencia de género: características personales e intervención. *Papeles del psicólogo*, 25(88), 31-38
- García-Viniegras, C. R. V. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16, 586-592.
- González, A. J., y Hernández, M. D. (2014). Emotional dependency based on the gender of young adolescents in Almería, Spain. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 132, 527-532.

- Gómez, M. N. (2013). Emotional dependence in today's dual pathology clinical practice. Main or secondary role?. *Symposium, III Congreso Internacional de Patología Dual Adicción y otros Desórdenes Mentales*
- Gómez, M. N. y López, J. A. (2017). La dependencia emocional: la adicción comportamental en los márgenes de la patología dual. *Revista de Patología Dual*, 4(2), 2.
- Hirschfeld, R. M., Klerman, G. L., Chodoff, P., Korchin, S., y Barrett, J. (1976). Dependency: Self-esteem-Clinical Depression. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 4(3), 373-388.
- Iturregui, C. R. (2017). *Esquemas disfuncionales tempranos y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima Norte-2017*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú
- Izquierdo, S. A. y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: Abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 7(1), 81-91.
- Jaller, C., y Lemos, M. (2009). Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 77- 83.
- Laca, F. A. y Mejía, J. C. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66-75.
- Lemos, S. (2005). Simulación, engaño y mentira. *Papeles del Psicólogo*, 26 (92), 57-58.
- Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de Dependencia Emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9 (2) 127-140
- Lemos, M., Londoño, N. H., y Zapata, J. A. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9(9), 55-69.
- Lemos, M., Jaller, C., González, A. M., Díaz, Z. T. y De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404.

- Loinaz, I. (2011). Estudio de tipologías de agressors conjugais em prisoes [The study of the partner violent men typologies in prison]. *Ousar Integrar Revista de Reinsercao Social e Prova*, 9, 23-34.
- Martín, B., y Moral, M. (2019). Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes. *Revista iberoamericana de psicología y salud.*, 10(2), 75-89.
- Mansukhani, A. (2013). Dependencias interpersonales: Las vinculaciones patológicas. Conceptualización, diagnóstico y tratamiento. En A. García-Rojas & F. Cabello-Santamaría (Eds), *Actualizaciones en sexología clínica y educativa* (pp. 197-214). Huelva: Universidad de Huelva.
- Martínez, F. N., Hernández, M., y Chávez, M. (2007). Niveles de agresividad e impulsividad en pacientes psiquiátricos de un hospital de tercer nivel. *Neurología, Neurocirugía y Psiquiatría*, 40(2), 35-40.
- May, D. (2000), *Codependencia. La dependencia controladora. La dependencia sumisa*, Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M. y Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1783-1793.
- Momeñe, J., y Estevez, A. (2018). Los estilos de crianza parentales como predictores del apego adulto, de la dependencia emocional y del abuso psicológico en las relaciones de pareja adultas. *Behavioral Psychology*, 26(2)
- Momeñe, J., Jáuregui, P. y Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology*, 25(1).
- Moral, M., García, A., Cuetos, G., y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8(2), 96-107.
- Moral, M. y González, M. E. (2020). Distorsiones Cognitivas y Estrategias de Afrontamiento en Jóvenes con Dependencia Emocional. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1).

- Moral, M. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150-167
- Moral, M. y Sirvent, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240
- Moral, M., y Sirvent, C. (2014). Evaluation of self-deception: validation of the iam-40 inventory. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 203-216
- Moral, M., Sirvent, C., y Blanco, P. (2012). Autoengaño en adictos y dependientes emocionales. *13º Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis 2012*: 1-23.
- Moral, M., Sirvent, C., Blanco, P., Palacios, L., Rivas, C. y García, R. (2017). Interdependencia afectiva en dependientes sentimentales. *XVIII Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psiquiatría.com Interpsiquis 2017*, Febrero, 2017
- Moral, M., Sirvent, C., Montes, M., Cuetos, G., Rivas, C. y García, R. (2014). Craving e impulsividad en bidependientes y adictos: diferencias inter-género. *XV Congreso Virtual de Psiquiatría, Interpsiquis 2014*, Febrero, 2014
- Moral, M., Sirvent, C., Ovejero, A. y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia psicológica*, 36 (3), 156-166.
- Moya, M. (2007). Relaciones interpersonales: funciones e inicio. En J. F. Morales, M. C. Moya, E. Gaviria, e I. Cuadrado (Coords.), *Psicología Social* (3ª. Edición, pp. 359-386). Madrid: McGraw-Hill
- Moya, M. y Expósito, F. (2007). Relaciones interpersonales íntimas. En J. F. Morales, M. C. Moya, E. Gaviria, e I. Cuadrado (Coords.), *Psicología Social* (3ª. Edición, pp. 359-386). Madrid: McGraw-Hill
- Muñoz, Z. E. (2016). Estilos de socialización parental y dependencia emocional en mujeres de 16 a 17 años de edad en instituciones educativas nacionales de Lima, 2014. *PsiqueMag*, 4(1).

- Nilakantan, A., Younger, J., Aron, A., y Mackey, S. (2014). Preoccupation in an early-romantic relationship predicts experimental pain relief. *Pain medicine*, 15(6), 947-953
- Niño, D. C., y Abaunza, N. (2015). Relación entre la dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica Psiconex: Psicología, Psicoanálisis y Conexiones*, 7(10), 1-27.
- Papachristou, H., Nederkoorn, C., Havermans, R., Van der Horst, M. y Jansen A. (2012). Can't stop the craving: the effect of impulsivity on cue-elicited craving for alcohol in heavy and light social drinkers. *Psycho-pharmacology*, 219(2), 511-518.
- Petrucelli, F., Diotaiuti, P., Verrastro, V., Petrucelli, I., Federico, R., Martinetti, G., Fossati, A., Di Giannantonio, M., y Janiri, L. (2014). Affective dependence and aggression: An exploratory study. *BioMed Research International*, 1-11.
- Pradas, E. y Perles, F. (2012). Resolución de conflictos de pareja en adolescentes, sexismo y dependencia emocional. *Quaderns de Psicologia*, 14 (1), 45-60.
- Proulx, C., Helms, H. y Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a metaanalysis. *Journal of Marriage and family*, 69, 576-593.
- Rivera, S., y Díaz-Loving, R. (2005). El amor, el poder y la conducta como predictores de la satisfacción marital. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 7(1), 139-156.
- Rivera, S., Díaz-Loving, R., Cruz del Castillo, C. y Vidal, L. F. (2004). Negociación del conflicto y satisfacción en la pareja. *V lustrros de investigación en la Psicología Social en México*, 690-695.
- Salvatierra, N. (2017). *Esquemas maladaptativos tempranos y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Carabayllo* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú
- Salvo, L. y Castro, A. (2013). Confiabilidad y validez de la escala de impulsividad de Barratt (BIS-11) en adolescentes. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 51(4): 245-254.
- Sánchez, A. (2018). *Dependencia emocional e impulsividad en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Norte - Los Olivos, 2018* (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú

- Scantamburlo, G., Pitchot, W., y Ansseau, M. (2013). Affective dependency. *Revue medicale de Liege*, 68(5-6), 340-347
- Sevilla, L. (2018). *Dependencia emocional y violencia en las relaciones de noviazgo en universitarios del distrito de Trujillo* (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú
- Siabato, E. F., y Salamanca, Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 9 (1), 71-81
- Sirvent, C. (2000). Dependencias relacionales: codependencia, bidependencia, dependencia afectiva. Ponencia presentada al *I Symposium Nacional sobre Adicción en la Mujer*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Sirvent, C. (2006). Autoengaño y adicción. *Norte de Salud Mental*, 26, 39-47.
- Sirvent, C. y Moral, M. (2018). Construcción y validación del Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100). *Health and Addictions*, 18(2), 35-47.
- Sirvent, C., Herrero, J., Moral, M., y Rodríguez, F. J. (2019). Evaluation of self-deception: Factorial structure, reliability and validity of the SDQ-12 (self-deception questionnaire). *PloS one*, 14 (1).
- Squillace, M., Picón, J. y Schmidt, V. (2011). El concepto de impulsividad y su ubicación en las teorías psicobiológicas de la personalidad. *Neuropsicología Latinoamericana*, 3(1), 11-18.
- Stanford, M. S., Mathias, C. W., Dougherty, D. M., Lake, S. L., Anderson, N. E., y Patton, J. H. (2009). Fifty years of the Barratt Impulsiveness Scale: An update and review. *Personality and individual differences*, 47(5), 385-395.
- Tiscareño, G., y Velázquez, R. (2011). *Dependencia emocional y satisfacción en el noviazgo* (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Nacional Autónoma de México, México.
- Trivers, R. (2011) *La insensatez de los necios. La lógica del engaño y el autoengaño en la vida humana*. Madrid: Katz Editores y Clave Intelectual S.L.

- Urbiola, I., y Estévez, A. (2015). Emotional dependency and early maladaptive schemas in adolescents and youth dating relationships. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 23 (3), 571-587.
- Valle, L. y Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista iberoamericana de psicología y salud.*, 9 (1), 27
- Valor-Segura, I., Expósito, F. y Moya, M. (2010). Emociones poderosas y no poderosas ante conflictos de pareja. Diferencias de Género. *Psychosocial Internation*, 19, 129-134.
- Verdejo-García, A., Lawrence, A. J. Clark, L. (2008). Impulsivity as a vulnerability marker for substance disorders: review of findings from high-risk research, problem gamblers and genetic association studies. *Neuro-science Biobehavioral Reviews*, 32(4), 777-810.
- Villegas, M. y Sánchez, N. (2013). Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciantes de maltrato de pareja. *Revista Textos-&-Sentidos*, 7, 10-29