

Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños

Emotional dependence and self-esteem: relationship and characteristics in a population of young people

Alexandra Marín-Ocmin¹

Resumen

Objetivo: hallar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un Centro Preuniversitario de Lima Norte. **Materiales y métodos:** la población estuvo conformada por 172 estudiantes de ambos sexos cuyas edades oscilaron entre 17 a 35 años. El alcance de estudio fue correlacional con un diseño de corte transversal. Respecto al análisis inferencial se utilizaron las pruebas estadísticas de Chi cuadrado y Kruskal Wallis con un nivel de significancia menor o igual a 0.05. Para evaluar la dependencia emocional se usó la Escala de Dependencia Emocional (CDE) y para determinar la autoestima se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg. **Resultados:** el 26.2% de los estudiantes reportó dependencia emocional. De igual forma, se encontró relación entre la dependencia emocional y la autoestima ($p=0.02$). Asimismo, se encontró relación entre la dependencia emocional con la edad ($p=0.03$) y el sexo ($p=0.00$). Por otro lado, se evidenció relación entre la autoestima con el estado civil ($p=0.04$) y el tipo de familia ($p=0.05$). **Conclusión:** los estudiantes que presentan una autoestima alta no reportan dependencia emocional. Puesto que, la persona con una autoestima elevada tendrá mayor seguridad, aprobación y afecto por lo cual no sería necesario que busque todo ello en otra persona. Asimismo, los factores que favorecen este adecuado desarrollo son el estado civil y el tipo de familia.

Palabras clave: Dependencia; Autoimagen; Estudiantes; Relaciones Familiares; Relaciones Interpersonales (Fuente: DeCS).

Abstract

Objective: to find the relationship between emotional dependence and self-esteem in students of a Pre-University Center of North Lima. **Materials and methods:** the population consisted of 172 students of both sexes whose ages ranged from 17 to 35 years. The scope of study was correlational with a cross-sectional design. Regarding the inferential analysis, the statistical tests of Chi square and Kruskal Wallis were used with a level of significance less than or equal to 0.05. To assess emotional dependence, the Emotional Dependency Scale (CDE) was used and to determine self-esteem, the Rosenberg Self-Esteem Scale was used. **Results:** 26.2% of the students reported emotional dependence. Similarly, a relationship was found between emotional dependence and self-esteem ($p = 0.02$). Likewise, a relationship was found between emotional dependence with age ($p = 0.03$) and sex ($p = 0.00$). On the other hand, there was evidence of a relationship between self-esteem and marital status ($p = 0.04$) and family type ($p = 0.05$). **Conclusion:** students who have high self-esteem do not report emotional dependence. Since, the person with a high self-esteem will have greater security, approval and affection for which it would not be necessary to look for all this in another person. Likewise, the factors that favor this adequate development are the marital status and the type of family.

Keys words: Dependency; Self image; Students; Family relationships; Relationships (Source: DeCS).

Para citar:

Marín A. Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. CASUS. 2019;4(2).85-91.

DOI: 10.35626/casus.2.2019.176

¹ Universidad Católica Sedes Sapientiae. Estudiante de Psicología.
Correo electrónico: marinalalexandrasds@gmail.com



Fecha de recepción: 08-04-19
Fecha de envío a pares: 11-04-19
Fecha de aprobación por pares: 25-07-19
Fecha de aceptación: 27-07-19

INTRODUCCIÓN

En la actualidad se observan numerosos casos de sujetos implicados en relaciones de pareja tóxicas e inadecuadas, las cuales tienen como consecuencia conductas que atentan contra su propia integridad y desarrollo personal (1). La dependencia emocional ha sido considerada en repetidas oportunidades como un fenómeno asociado a diversos problemas psicológicos, pero ello no se ha estudiado con minuciosidad en el contexto nacional (1).

Un estudio (2) realizado en jóvenes españoles encontró que hasta el 8% de la población presentó algún tipo de dependencia sentimental, de los cuales un 5% vinculado a una pareja. Por otro lado, en el Perú, el 42.6% de estudiantes universitarios presenta dependencia emocional, el 12% en un nivel alto y el 30.5% en un nivel moderado (1). De igual manera, en una investigación desarrollada por Chero (3) en estudiantes universitarios peruanos, se encontró que un 38% reportó un nivel moderado de dependencia emocional, mientras que el 34% evidenciaron un nivel muy alto de dependencia emocional.

La problemática reportada suele presentarse en la adolescencia o juventud y podría desarrollarse debido a determinados factores propios de la edad. En este sentido, una investigación realizada en estudiantes comprobó que la dependencia emocional se relaciona a la autoestima, mostrando que los estudiantes con altos niveles de autoestima presentaron menores índices de dependencia emocional (4). De igual forma, otro estudio corroboró que existe relación entre estas variables (5).

Estos resultados indican la importancia de identificar de manera oportuna alguna dificultad relacionada a la autoestima en edades tempranas. Puesto que, el desarrollo de la autoestima a esa edad implica la participación directa de la familia y los amigos como principales medios de influencia para que esta se incremente o disminuya (6). Del mismo modo, la dependencia emocional

constituye un fenómeno de amplia importancia sociosanitaria, ya que representa una parte considerable de los casos clínicos frecuentemente reportados en la atención psicológica y se ubica como base de numerosos trastornos psicológicos (7).

Teniendo en cuenta los elementos anteriormente desarrollados, la presente investigación podría contribuir a ampliar el conocimiento científico sobre las variables: dependencia emocional y autoestima en la población juvenil. Es por ello que el objetivo fue determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un Centro Preuniversitario en Lima Norte.

MATERIALES Y MÉTODOS

El enfoque de estudio fue cuantitativo, de alcance correlacional y de diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por 172 estudiantes de un Centro Preuniversitario de Lima Norte, cuyas edades oscilaron entre 17 a 35 años y que fueron evaluados a través de un censo. Por otro lado, las variables de estudio fueron la dependencia emocional y la autoestima.

La variable dependencia emocional consiste en un patrón de necesidades conformado por creencias acerca de la visión de sí mismo y de la relación con otros (8). La cual fue medida a través del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) (9). Esta variable es de naturaleza cualitativa politómica y está compuesta por tres categorías: no dependencia (0-46), tendencia a la dependencia (47-60) y dependencia emocional (> 60) (10). Por otro lado, la variable autoestima es la evaluación que efectúa y mantiene comúnmente el individuo en referencia a sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación (11). Asimismo, fue medida a través de la Escala de Autoestima de Rosenberg (12). Esta variable es de naturaleza cualitativa politómica y está compuesta por tres categorías autoestima elevada (30-40 puntos), autoestima media (26-29 puntos) y autoestima baja (menor de 25 puntos) (13).

Por otra parte, las variables sociodemográficas fueron evaluadas a través de una ficha de datos y se consideraron las siguientes: edad, cuantitativa discreta de razón; sexo, cualitativa dicotómica nominal (masculino o femenino); estado civil, cualitativa politómica nominal (casado, soltero, conviviente); número de hijos, cualitativa politómica ordinal (ninguno, dos a más); trabajo, cualitativa politómica nominal (sí, no); religión, cualitativa politómica nominal (católica, no católica); tipo de familia, cualitativa politómica nominal (nuclear, monoparental y extensa); relación actual, es decir, si el individuo presenta o no una relación sentimental en la actualidad, de naturaleza cualitativa dicotómica nominal (sí, no) y tiempo máximo que mantuvo una relación, entendido como el tiempo (en meses) máximo en el que un sujeto tuvo una relación sentimental, de naturaleza cuantitativa discreta de razón.

Para el análisis de datos se utilizó el software estadístico STATA versión 15, en el análisis descriptivo se calcularon frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y para las cuantitativas se emplearon la media y la desviación estándar. Respecto al análisis inferencial se utilizó la prueba de Chi cuadrado y la prueba de Kruskal Wallis. Asimismo, se consideró el grado de significancia menor o igual a 0.05. Por otro lado, respecto a las consideraciones éticas, esta investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

RESULTADOS

De los 172 encuestados, la edad promedio fue de 18.27 años, el 61.05% reportó ser del sexo femenino, el 97.09% pertenecía al estado civil soltero, el 97.09% no tuvo ningún hijo, el 79.07% era de religión católica, el 61.63% era proveniente de una familia nuclear y el 60.47% tenía una relación de pareja al momento de la encuesta. Además, se observó que el 26.16% presentó dependencia emocional. Mientras que, en el 73.84% presentó autoestima elevada. Ver tabla 1.

En la tabla 2, se encontró relación entre la dependencia emocional y la autoestima ($p=0.02$),

es decir, el 53.54% de estudiantes que presentaron autoestima elevada no reportaron dependencia. Se evidenció relación entre la edad y la dependencia emocional ($p=0.03$). Asimismo, se encontró relación entre la dependencia emocional y el sexo ($p=0.00$), de los cuales el 53.33% de mujeres no presentó dependencia emocional. También, se encontró relación entre la dependencia emocional y la religión ($p=0.01$), es decir, el 47.06% de estudiantes de religión católica no presentaron dependencia.

Por otro lado, se evidenció relación significativa entre la autoestima y el estado civil ($p=0.04$), de los cuales el 74.25% de estudiantes de estado civil soltero reportaron una autoestima elevada. De igual forma, se encontró relación entre la autoestima y el tipo de familia ($p=0.05$), mostrando que el 73.58% de jóvenes que pertenecía a una familia nuclear presentó una autoestima elevada. Ver tabla 3.

DISCUSIÓN

Los resultados demostraron que existe relación significativa entre la dependencia emocional y la autoestima. Así mismo, se observó que la dependencia emocional se relaciona con la edad y el sexo. Por otro lado, se demostró que existe relación significativa entre la autoestima y el estado civil; de igual forma, se encontró relación entre la autoestima y el tipo de familia.

Los estudiantes que presentaron una autoestima elevada no reportaron dependencia emocional. Los hallazgos de otro estudio se asemejan a este resultado señalando que la autoestima alta actúa como un elemento protector en la prevención de adquirir algún nivel de dependencia emocional (4). Esto podría explicarse debido a que las personas con una baja autoestima se perciben a sí mismas de forma negativa, lo cual los lleva a desarrollar una mayor necesidad de buscar apoyo, protección y cariño en los demás para sentirse bien. Se afirma que las personas que presentan dependencia emocional no tienen afecto hacia ellas mismas, se sienten indefensas, necesitadas y vulnerables en cuanto al área afectiva; es por ello que tratan de

Tabla 1. Características de la muestra

		n	%
Edad	m±DS	18.27±3.54	
Sexo	Femenino	105	61.05
	Masculino	67	38.95
Estado civil	Soltero	167	97.09
	Casado	3	1.74
	Conviviente	2	1.16
Número de hijos	Ninguno	167	97.09
	Uno o más	5	2.91
Religión	Católica	136	79.07
	No católica	36	20.93
Tipo de familia	Nuclear	106	61.63
	Monoparental	28	16.28
	Extensa	38	22.09
Relación actual	Sí	68	39.53
	No	104	60.47
Tiempo máximo de una relación	m±DS	16.72±19.20	
Dependencia emocional	No dependencia	79	45.93
	Tendencia a la dependencia	48	27.91
	Dependencia emocional	45	26.16
Autoestima	Autoestima elevada	127	73.84
	Autoestima media	36	20.93
	Autoestima baja	9	5.23

unirse a una figura que les proporcione protección, ven al otro como fuente de satisfacción y seguridad personal para satisfacer sus carencias afectivas (14).

Se encontró relación entre la edad y la dependencia emocional. Al respecto, un estudio halló que las personas a partir de los 18 años experimentan un mayor incremento respecto al desarrollo de la dependencia, es decir a mayor edad mayor dependencia emocional (15). Esto sería debido a las carencias afectivas que se originan en la temprana edad y el refuerzo de esquemas desadaptativos que implican un posible desarrollo de este problema en el futuro. Asimismo, los sujetos que han experimentado

durante la infancia experiencias traumáticas en la familia, llegaron a evidenciar disfuncionalidad en sus autoesquemas y en su patrón de interacción; de manera que, esta disfuncionalidad se generaliza en todas sus relaciones interpersonales pero no son lo suficientemente nefastas como para que el individuo llegue a desarrollar una desconexión de su realidad (14).

En este sentido, este grupo de experiencias tempranas desagradables comienza a moldear creencias negativas y erróneas sobre sí mismo, una pobre autoestima y un concepto de los demás como superiores a él y con mayor valor. Presentado como consecuencia un estilo de relación inestable desde los primeros años de vida (14). Estos patrones de interacción caracterizados por ser inestables parecerían por lo tanto estar unidos con la no ejecución de las cinco tareas básicas que plantea Young (16), quien afirma que cuando una de estas tareas no se realizan es probable que las personas muestren dificultades en la manera de funcionar en algún área de su vida. Asimismo, más que la consecuencia de un evento traumático, estos esquemas son el resultado de las interacciones entre las experiencias desagradables, las disfunciones de quienes rodean al niño y su propio temperamento natural (16).

Las estudiantes de sexo femenino reportaron en su mayoría que no presentan dependencia emocional, en comparación a los varones. Por el contrario, diversos estudios (17)(18) hallaron dependencia emocional en mujeres. Esto podría explicarse por una mezcla de causas culturales y biológicas, ya que las mujeres, por su propia naturaleza, tienen una tendencia más marcada a la empatía y a la vinculación afectiva, algo que de por sí es positivo, pero que puede significar un riesgo latente, como es la dependencia emocional. Por otra parte, el hombre manifiesta mayor facilidad de poder desvincularse afectivamente respecto a sus relaciones interpersonales y por consiguiente de mostrar una conducta hostil e independiente al encontrarse en una relación afectiva (14).

Tabla 2. Asociación entre la dependencia emocional, la autoestima y las variables sociodemográficas

		Dependencia emocional						p-valor
		No dependencia		Tendencia a la dependencia		Dependencia emocional		
		n	%	n	%	n	%	
Edad	m±(DS)	18.77±(4.17)		17.72±(3.38)		18±(2.21)		0.03
Sexo	Femenino	56	53.33	31	29.52	18	17.14	0.00
	Masculino	23	34.33	17	25.37	27	40.30	
Estado civil	Soltero	76	45.51	47	28.14	44	26.35	0.72
	Casado	2	66.67	1	33.33	0	0.00	
	Conviviente	1	50.00	0	0.00	1	50.00	
Número de hijos	Ninguno	77	46.11	47	28.14	43	25.75	0.77
	Dos o más	2	40.00	1	20.00	2	40.00	
Trabajo	Sí	18	50.00	5	13.89	13	36.11	0.08
	No	61	44.85	43	31.62	32	23.54	
Religión	Católica	64	47.06	43	31.62	29	21.32	0.01
	No católica	15	61.67	5	13.89	16	44.44	
Tipo de familia	Nuclear	50	47.17	33	31.13	23	21.70	0.15
	Monoparental	16	57.14	5	17.86	7	25.00	
	Extensa	13	34.21	10	26.32	15	39.47	
Relación actual	Sí	36	52.94	15	22.06	17	25.00	0.27
	No	43	41.35	33	21.73	28	26.92	
Tiempo máximo de una relación	m±(DS)	18.59±(21.64)		16.12±(19.54)		14.06±(13.47)		0.31
Autoestima	Elevada	68	53.54	32	25.20	27	21.26	0.02
	Media	9	25.00	13	36.11	14	38.89	
	Baja	2	22.22	3	33.33	4	44.44	

Los estudiantes de estado civil soltero presentaron una autoestima elevada. No se encontraron estudios similares. Sin embargo, una posible explicación sería debido a que los participantes de esta investigación fueron estudiantes con una edad promedio de 18 años y la mayoría de ellos vive actualmente con sus padres y hermanos, por lo cual se esperaría que reciban la aceptación y el apoyo incondicional que favorezca el desarrollo de una autoestima adecuada. Es decir, cuanto más se perciba de manera positiva la relación familiar, más elevada tiende a ser la autoestima de los hijos (6). Por lo cual, es probable que los estudiantes del presente estudio hayan percibido una interacción favorable en su hogar.

Finalmente, los estudiantes que pertenecían a una familia nuclear evidenciaron una autoestima elevada. Otro estudio encontró resultados similares, señalando que los jóvenes de familia nuclear, que viven con ambos padres, refieren mayor satisfacción con la vida y mayor autoestima (19). Esto podría explicarse debido a que el apoyo de los padres se relaciona con las características actitudinales y conductuales del niño; así también, el apoyo emocional de los padres está relacionado con una elevada autoestima y con un mayor desarrollo cognitivo en los hijos (19). Por otro lado, las vivencias negativas y desagradables en el hogar aportan a una autodefinición y autovaloración inadecuada (20). Por ello, es esperable que las personas que han vivido en un

Tabla 3. Asociación entre la autoestima y las variables sociodemográficas

		Autoestima						p	
		Autoestima elevada		Autoestima media		Autoestima baja			p-valor
		n	%	n	%	n	%		
Edad	m±(DS)	18.34±(3.61)		18.22±(3.62)		17.55±(2.00)		0.82	
Sexo	Femenino	72	68.57	26	24.76	7	6.67	0.14	
	Masculino	55	82.09	10	14.93	2	2.99		
Estado civil	Soltero	124	74.25	34	20.36	9	5.39	0.03	
	Casado	1	33.33	2	66.67	0	0.00		
	Conviviente	2	100.00	0	0.00	0	0.00		
Número de hijos	Ninguno	123	73.65	35	20.96	9	5.39	0.86	
	Dos o más	4	80.00	1	20.00	0	0.00		
Trabajo	Sí	28	77.78	7	19.44	1	2.78	0.72	
	No	99	72.79	29	21.32	8	5.88		
Religión	Católica	103	75.74	26	19.12	7	5.15	0.51	
	No católica	24	66.67	10	27.78	2	5.56		
Tipo de familia	Nuclear	78	73.58	26	24.53	2	1.89	0.05	
	Monoparental	23	82.14	2	7.14	3	10.71		
	Extensa	26	68.42	8	21.05	4	10.54		
Relación actual	Sí	52	76.47	12	17.65	4	5.38	0.68	
	No	75	72.12	24	23.08	5	4.81		
Tiempo máximo de una relación	m±(DS)	16.59±(19.00)		7.77±(21.14)		14.22±(15.09)		0.89	

ambiente desfavorable desarrollen una autoestima deficiente.

Entre las posibles limitaciones del estudio se encontró que la edad promedio de los estudiantes no permitió que se pueda realizar una comparación de las variables según grupos etarios. Asimismo, el estado civil soltero que reportaron en su mayoría restringió conocer cómo sería la dependencia emocional en personas casadas o convivientes. Por otro lado, los estudiantes que reportaron autoestima alta provenían de una familia nuclear. Este último resultado se destaca a lo que comúnmente se hubiese esperado hallar según el contexto actual.

CONCLUSIONES

Los estudiantes con una autoestima alta no presentan dependencia emocional. Puesto que, un individuo al sentirse aprobado y seguro de sí mismo desarrolla una mayor independencia, sin tener la necesidad de buscar seguridad, aprobación y afecto en otra persona. Sumado a ello, existen factores como el estado civil y el tipo de familia que favorecen este adecuado desarrollo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Vigo C. Clima social familiar y dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional de Lima [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2019.
2. Sirvent C. Adictos al amor: cuando enamorarse conduce la locura [internet]. España: La Razón; 2011. Disponible en: https://www.larazon.es/historico/1268-adictos-al-amor-cuando-enamorarse-conduce-a-la-locura-FLLA_RAZON_358221
3. Chero E. Dependencia emocional en estudiantes del segundo y décimo ciclo de una universidad privada de Chiclayo, 2017 [Tesis de licenciatura]. Chiclayo: Universidad Privada Juan Mejía Baca; 2017.
4. García G. Relación entre autoestima y dependencia emocional en los estudiantes de III al V ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote en Filial Tumbes [Tesis de licenciatura]. Tumbes: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018.
5. Camaiora G. Dependencia emocional y autoestima general y contingente a las relaciones de pareja en mujeres adultas en una relación de pareja de Lima metropolitana [Tesis de licenciatura]. Lima: Universidad de Lima; 2018.
6. Peixoto F. Qualidade das relações familiares, auto-estima, autoconceito e rendimento acadêmico. Análise Psicológica. 2004;1(XXII):235-244.
7. Villa M, Sirvent C. Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. 2009;43(2):230-240.
8. Lemos M y Londoño N. Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. Acta Colombiana de Psicología. 2006;9(2):127-140.
9. Iturregui C. Esquemas disfuncionales tempranos y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima norte – 2017 [Tesis de maestría]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017.
10. Frisancho R, Quiroz J. Dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes universitarios hijos únicos y no únicos [Tesis de licenciatura]. Arequipa: Universidad Católica Santa María; 2015.
11. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. Nueva Jersey: Princeton University Press; 2015.
12. Castañeda A. Autoestima, claridad de autoconcepto y salud mental en adolescentes de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura]. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2013.
13. Agustini E. Análisis de la Identidad Nacional y Autoestima en Docentes de Primaria de las Instituciones Educativas del Distrito de Iberia, de la Provincia fronteriza de Tahuamanu, Región Madre de Dios. Madre de Dios [Tesis de maestría]. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega; 2017.
14. Castelló J. Dependencia Emocional: Características y Tratamiento. 1a ed. Madrid: Alianza Editorial; 2005.
15. Tello J. Autoestima y dependencia emocional en los adolescentes de tercero de bachillerato de la unidad educativa Salcedo [Tesis de licenciatura]. Ambato: Universidad Técnica de Ambato; 2016.
16. Young J. Cognitive Therapy for Personality Disorders: a shecma-focused approach (3a ed). Sarasota: Professional Resource Press; 1999.
17. Jaller C y Lemos M. Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. Acta Colombiana de Psicología. 2009;12 (2):77-83.
18. Espil J. Dependencia emocional según género en docentes casados de colegios privados de la provincia de Chepén [Tesis de licenciatura]. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2016.
19. Montoya B y Landero R. Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. Redalyc. 2008;18(1):117-122.
20. Natera G, Mora J Tiburcio M. La cohesión y el conflicto en familias que enfrentan el consumo de alcohol y otras drogas una comparación transcultural México-Gran Bretaña. Acta Colombiana de Psicología. 1994;9:7-16