



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**AUTOESTIMA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN
HOMBRES Y MUJERES QUE ESTÁN EN UNA RELACIÓN
DE PAREJA EN LA CIUDAD DE QUITO**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

Autor(a)

Salazar Moncayo Brittany Mayte

Tutor(a)

Lcdo. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, M.Sc.

QUITO –ECUADOR

2026

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

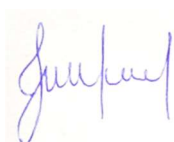
Yo, Salazar Moncayo Brittany Mayte, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito” como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 22 días del mes de enero de 2026, firmo conforme:

Autor: Salazar Moncayo Brittany Mayte



Firma:

Número de Cédula: 1722854658

Dirección: Pichincha, Quito, San Carlos

Correo Electrónico: bsalazar6@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0967626561

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “AUTOESTIMA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES QUE ESTÁN EN UNA RELACIÓN DE PAREJA EN LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Salazar Moncayo Brittany Mayte para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 22 enero de 2026

Lcdo. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, M.Sc.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 22 enero de 2026



.....

Salazar Moncayo Brittany Mayte
1722854658

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: AUTOESTIMA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES QUE ESTÁN EN UNA RELACIÓN DE PAREJA EN LA CIUDAD DE QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 22 enero de 2026

.....

PS. Cl. Herrera Medrano Steven David, M.Sc.
LECTOR

.....

PS. Cl. Pérez Vega Doris Jaqueline, M.Sc.
LECTORA

DEDICATORIA

Dedico este logro a las personas que me acompañaron durante todo este proceso, que han sido mi soporte y apoyo incondicional; A mi padre Hugo Salazar y a mi madre Magaly Moncayo por su amor incondicional, su dedicación, apoyo y esfuerzo, ya que ellos han guiado cada uno de mis pasos y han estado en las etapas más importante de mi vida, enseñándome a no rendirse en la vida. En la memoria de mi bisabuela Fanny Guarderas, cuyo ejemplo, enseñanzas y amor continúan guiando mi camino, que, aunque ya no este físicamente presente, su legado permanece vivo y fue una fuente constante de inspiración durante este proceso. A mi abuela Teresa Nuñez, por su apoyo, amor y ser un ejemplo de vida, que, si te propones cualquier meta u objetivo, lo vas a lograr. A mi tío Fredy Moncayo, por su apoyo, amor y enseñanzas que me han incentivado a seguir adelante. A mis hermanos, Dylan, Aylin y Yashila Salazar, por acompañarme y ser un soporte en todo lo que necesito, siendo un apoyo emocional en cada paso que tengo. Esta tesis es el reflejo del amor, la sabiduría, fortaleza y los principios que cada uno de ustedes me transmitieron.

AGRADECIMIENTO

A mi tutor de tesis, Jonathan Jirón, manifiesto mi profundo agradecimiento por la guía, el acompañamiento, la paciencia, su orientación constante, el apoyo brindado y sus valiosos conocimientos, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo y culminación de este trabajo académico, su compromiso y disposición para guiarme a lo largo de todo el proceso contribuyeron significativamente a mi formación profesional. Agradezco a mi familia por su apoyo, confianza y palabras de aliento, fueron necesarios para enfrentar los retos académicos y personales que surgieron en esta etapa. Por otro lado, a mi pareja que me brindó su apoyo y acompañó en este proceso para no rendirme. De igual manera, agradezco a mis amigos, quienes, con su compañía, ánimo y comprensión hicieron más llevadero este camino, brindándome apoyo en los momentos de mayor exigencia y celebrando cada avance alcanzado.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD.....	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN	3
MARCO METODOLÓGICO	10
RESULTADOS.....	14
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	17
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	19

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

CARRERA DE PSICOLOGIA

TEMA: AUTOESTIMA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES QUE ESTÁN EN UNA RELACIÓN DE PAREJA EN LA CIUDAD DE QUITO

AUTOR: Salazar Moncayo Brittany Mayte

TUTOR: Lcdo. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, M.Sc.

RESUMEN EJECUTIVO

La autoestima y la dependencia emocional son variables psicológicas que influyen significativamente en la dinámica de las relaciones de pareja. La autoestima se refiere a la valoración positiva o negativa que una persona tiene de sí misma, mientras que la dependencia emocional se caracteriza por una necesidad afectiva excesiva hacia la pareja, acompañada de temor al abandono y búsqueda constante de aprobación. El objetivo de la presente investigación fue analizar la relación existente entre la autoestima y la dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito. El estudio se desarrolló desde un enfoque cuantitativo, con un paradigma positivista y un alcance descriptivo-correlacional, usando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 120 participantes, los cuales se seleccionaron a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencional. Para el levantamiento de datos se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño. Los resultados evidenciaron una correlación estadísticamente significativa e inversamente proporcional entre ambas variables, indicando que niveles más altos de autoestima se asocian con menores niveles de dependencia emocional. En conclusión, la autoestima cumple un rol fundamental en la forma en que las personas establecen y mantienen sus vínculos afectivos, ya que niveles bajos de autovaloración incrementan la posibilidad de desarrollar relaciones dependientes, y viceversa.

DESCRIPTORES: *afectividad, autoestima, dependencia, relaciones interpersonales,*

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGIA

THEME: SELF-ESTEEM AND EMOTIONAL DEPENDENCE IN MEN AND WOMEN WHO ARE IN A ROMANTIC RELATIONSHIP IN THE CITY OF QUITO

AUTHOR: Salazar Moncayo Brittany Mayte

TUTOR: Lcdo. Jonathan Francisco Jirón Jiménez, M.Sc.

ABSTRACT

Self-esteem and emotional dependence are psychological variables that significantly influence the dynamics of romantic relationships. Self-esteem refers to the positive or negative evaluation that a person has of themselves, whereas emotional dependence is characterized by an excessive affective need toward one's partner, accompanied by study was to analyze the relationship between self-esteem and emotional dependence in men and women who are in a romantic relationship in the city of Quito. The study was conducted using a quantitative approach, within a positivist paradigm and a descriptive-correlational scope, employing a non-experimental, cross-sectional research design. The sample consisted of 120 participants, selected through non-probabilistic intentional sampling. Data collection was carried out using the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Emotional Dependence Scale developed by Lemos and Londoño. The results revealed a statistically significant and inversely proportional correlation between both variables, indicating that higher level of self-esteem are associated with lower levels of emotional dependence. In conclusion, self-esteem plays a fundamental role in the way individuals establish and maintain their affective bond, as low levels of self-worth increase the likelihood of developing dependent relationships, and vice versa.

KEYWORDS: affectivity, emotional dependence, interpersonal relationships, self-esteem

AUTOESTIMA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES QUE ESTÁN EN UNA RELACIÓN DE PAREJA EN LA CIUDAD DE QUITO

*Self-esteem and emotional dependence in men and women who are in a
romantic relationship in the city of Quito*

Autor: Brittany Salazar-Moncayo
bsalazar6@indoamerica.edu.ec

Tutor: Jonathan Jirón-Jiménez
jonathanjiron@uti.edu.ec

Lector: Steven Herrera-Medrano
davidherrera@uti.edu.ec

Lectora: Doris Pérez-Vega
dorisperez@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
Licenciada en Psicología de la
Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Febrero de 2026.

RESUMEN

La autoestima y la dependencia emocional son variables psicológicas que influyen significativamente en la dinámica de las relaciones de pareja. La autoestima se refiere a la valoración positiva o negativa que una persona tiene de sí misma, mientras que la dependencia emocional se caracteriza por una necesidad afectiva excesiva hacia la pareja, acompañada de temor al abandono y búsqueda constante de aprobación. El objetivo de la presente investigación fue analizar la relación existente entre la autoestima y la dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito. El estudio se desarrolló desde un enfoque cuantitativo, con un paradigma positivista y un alcance descriptivo-correlacional, utilizando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 120 participantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional.

ABSTRACT

Self-esteem and emotional dependence are psychological variables that significantly influence the dynamics of romantic relationships. Self-esteem refers to the positive or negative evaluation that a person has of themselves, whereas emotional dependence is characterized by an excessive affective need toward one's partner, accompanied by study was to analyze the relationship between self-esteem and emotional dependence in men and women who are in a romantic relationship in the city of Quito. The study was conducted using a quantitative approach, within a positivist paradigm and a descriptive-correlational scope, employing a non-experimental, cross-sectional research design. The sample consisted of 120 participants, selected through non-probabilistic intentional sampling. Data collection was carried out using the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Emotional Dependence Scale developed by Lemos and Londoño. The results revealed a statistically significant and inversely proportional correlation between both variables, indicating that higher level of self-esteem are

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

Para la recolección de datos se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño. Los resultados evidenciaron una correlación estadísticamente significativa e inversamente proporcional entre ambas variables, indicando que niveles más altos de autoestima se asocian con menores niveles de dependencia emocional. En conclusión, la autoestima cumple un rol fundamental en la forma en que las personas establecen y mantienen sus vínculos afectivos, ya que niveles bajos de autovaloración incrementan la posibilidad de desarrollar relaciones dependientes, y viceversa.

associated with lower levels of emotional dependence. In conclusion, self-esteem plays a fundamental role in the way individuals establish and maintain their affective bond, as low levels of self-worth increase the likelihood of developing dependent relationships, and vice versa.

Palabras Clave: *afectividad autoestima, dependencia, relaciones interpersonales,*

Keywords: *affectivity, emotional dependence, interpersonal relationships, self-esteem*

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

1. INTRODUCCIÓN.

La autoestima y la dependencia emocional son variables psicológicas que ejercen un impacto importante en la dinámica de las relaciones de pareja. Contar con una autoestima saludable permite establecer vínculos basados en el respeto, la autonomía y la reciprocidad, mientras que una autoestima baja puede favorecer comportamientos de sumisión y temor al abandono. Quienes presentan baja autoestima tienden a buscar constantemente la aprobación de su pareja, manteniendo relaciones desiguales y emocionalmente agotadoras, es por ello, que la percepción negativa de uno mismo facilita la idealización de la pareja y la dependencia de su reconocimiento para sentirse valioso (González y Muñoz, 2018).

Por otro lado, las personas con alta dependencia suelen experimentar ansiedad frente a la separación, celos y sensación de vacío cuando no reciben atención de su pareja, ya que, este patrón conduce a dinámicas relacionales poco saludables, en las que se priorizan las necesidades del otro por encima de las propias, debilitando la identidad y el bienestar psicológico (Momeñe, Estévez y Cañero, 2017).

Así, la combinación de baja autoestima y dependencia emocional dificulta la construcción de relaciones equilibradas y saludables, generando insatisfacción y malestar emocional (Cañete y Díaz, 2019).

En base a lo expuesto, es importante tener claro el término autoestima, la cual se conceptualiza como una valoración positiva o negativa sobre sí, se puede clasificar en baja o alta. Aquí se encuentra el autoconcepto, que permite a la persona verse tal y como es, como se muestra frente al mundo y como le gustaría llegar a ser (Rosenberg, 1973).

Por otro lado, la autoestima manifiesta una postura de aceptación o rechazo, reflejando así el grado en que la persona se considera valiosa, digna, competente y exitosa. Por ello, la autoestima se compone por la percepción y opinión que tiene el individuo de sí mismo. Dicha percepción va aumentando en función de las experiencias acumuladas a lo largo del tiempo, además de una percepción favorable contribuye al fortalecimiento de la autoestima, al igual que la confianza, habilidades y destrezas de la persona (Coopersmith, 1967).

Las personas con una autoestima elevada tienden a orientarse hacia el logro de éxitos en los ámbitos educativo y social, mostrando una participación activa y dinámica dentro de los grupos. Ante la crítica, presentan menor sensibilidad emocional, lo que implica que no experimentan altos niveles de ansiedad ni una perturbación significativa frente a problemas. (Pick, Givaudan y Martínez, 1997).

En la infancia, la autonomía, el lenguaje y las conductas de autocuidado contribuyen a fortalecer la percepción del propio valor (Macías, 1996). El aprendizaje del rol de género y el juego influyen en la formación del autoconcepto y ayudan a superar las limitaciones personales que pueden afectar la valoración de sí mismo (Burns, 1990; Cardenal, 1999; Madrazo, 1997).

Durante la etapa escolar, la autoestima se ve influida por varios factores los cuales fortalecen o debilitan el sentido de competencia y aceptación personal (González-Arratia, 1996; Madrazo, 1997). En la adolescencia, los cambios tanto físicos como emocionales fomentan una transformación de la identidad, siendo importante la aceptación propia y respeto hacia los otros. (Cardenal, 1999). En la adultez, una autoestima positiva permite

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

desarrollar confianza en uno mismo, afrontar los fracasos, alcanzar bienestar emocional y madurez personal (Pariona, 2002).

La teoría de la autoestima parte de la valoración positiva o negativa que una persona hace de ella misma y de la capacidad que tiene de combatir los retos que se le presenten en su vida. Según Orduña (2003), esta se integra por dos elementos esenciales que son la autoeficacia y la auto dignidad. La autoeficacia está relacionada con la confianza en la mente y en sus propios procesos, mientras que la auto dignidad implica el hecho de sentirse digno de felicidad y éxito, por lo que, ambas son necesarias para obtener un equilibrio emocional y personal, sin embargo, la ausencia de estas dos deteriora la percepción del valor propio obstaculizando así el desarrollo integral del individuo.

Maslow, Rogers y Brande extendieron el concepto de autoestima desde la psicología humanista, recalando su papel en el crecimiento personal. Maslow (1968) dentro de su pirámide la ubico como una necesidad básica para la autorrealización; Roger (1992) vinculó a esta con el autoconocimiento y aceptación del “yo real”, mientras que, Branden (1995) la definió como la confianza en la capacidad para poder vivir con dignidad y con sentido. Por último, Pérez Villalobos (2019) coinciden que la autoestima es la base del bienestar, autenticidad y superación personal de cada individuo.

Morris Rosenberg (1975) desarrollo una teoría sociológica de la autoestima que se basó en la influencia del entorno tanto cultural como social. La autoestima es un fenómeno actitudinal que reflejan los pensamientos y sentimientos que tiene una persona hacia sí mismo como objeto, considera que la valoración personal se

forma a través de la convivencia con los demás y la vinculación con su entorno, esto significa que la autopercepción está influida por una medida alta de la aceptación o rechazo que la persona experimenta. Además, Rosenberg desarrollo una escala de 10 ítems en la cual facilita medir el grado de autoestima y comprender la autoimagen y el valor personal, siendo la herramienta que más se emplea en la psicología actual (Pérez Villalobos 2019).

Según Coopersmith (1967) las personas que presentan una autoestima alta manifiestan inclinación por alcanzar logros en los contextos educativo y social, caracterizándose por ser dinámicas en los grupos. Ante la crítica, evidencian menor sensibilidad emocional, lo que implica bajos niveles de ansiedad y escasa alteración ante los problemas.

Asimismo, Campos y Muñoz (1992) indican que son personas que están seguros y confían en sus propias capacidades y habilidades, conocen cuáles son sus fortalezas y cuales áreas deben mejorar, se sienten cómodas con ellas mismas, no manifiestan temor al expresar sus opiniones, ni al establecer relaciones interpersonales; además, expresan sus emociones, demuestran creatividad y originalidad y muestran interés por la superación personal, son empáticas y disfrutan de la vida.

Quienes presentan una autoestima media se caracterizan por ser optimistas, aunque presentan cierta inseguridad personal y tienden a buscar la aprobación y validación social de los demás, buscando experiencias que les permita valorarse y reafirmarse a sí mismas. (Coopersmith 1967).

Estas personas mantienen un equilibrio entre la confianza y la duda, aunque intentan mantener una imagen positiva, estas dependen del reconocimiento externo para

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

así poder sentirse seguras consigo mismos. Cuando estas personas reciben críticas pueden llegar a dudar sobre sus capacidades, pero al mismo tiempo buscan mejorar para así poder satisfacer y demostrar a los demás lo que pueden lograr (Coopersmith, 1967).

Las personas que tienen un nivel bajo de autoestima suelen sentirse insatisfechas, carecen de respeto hacia ellos mismos, además, que se perciben como inferiores a los demás, tienen temor a generar molestias el otros, en especial cuando se trata de situaciones grupales y tienden a mostrarse como personas pasivas, siendo sensibles a las críticas y opiniones de quienes las rodean (Coopersmith, 1967)

Campos y Muñoz (1992) aquella persona que tiene una autoestima baja suele ser indecisa, provocando que sea una persona a la cual se le complique tomar decisiones, presenta temor a equivocarse y solo actúa únicamente cuando está segura de no correr riesgos, además, es una persona que no confía en sus habilidades, tiende a subestimarse, se muestra nerviosa y ansiosa, también evita situaciones que le generan angustia, debido a esto se aísla, ya que teme ser rechazada.

Clemens (1999) mantiene que las experiencias vividas en la infancia y el tipo de vínculo que el individuo determina con sus cuidadores, esto quiere decir que ya sea sus padres o educadores van a influir en la personalidad y en el sentimiento que tienen hacia ellos mismos. Por esta razón, los lazos y relaciones que los padres o educadores construyen con los individuos deben ser saludables y constructivos, así contribuyendo de una manera positiva al desarrollo de la autoestima en los mismos.

Por lo tanto, una baja autoestima no solo afecta la percepción que el individuo tiene de sí mismo, sino que también influye

directamente en la forma en que establece sus vínculos afectivos, llevándolo a generar dependencia emocional, ya que buscan esa validación y seguridad que no encuentran internamente, lo cual lleva a mantener relaciones asimétricas y emocionalmente desgastantes (Lemos y Londoño, 2006).

La dependencia emocional se denomina como un fenómeno que afecta a la vida psicosocial del individuo, así llevándolo a tener dificultades para el procesamiento de información y estímulos debido a las distorsiones cognitivas las cuales son asociadas a las necesidades afectivas. Este patrón se asocia a una búsqueda desadaptativa de afecto que genera emociones negativas como tristeza, enojo o ira cuando se percibe un rechazo o separación (Jiménez Sánchez, Jiménez Bonilla y Torres, 2020).

La dependencia emocional tiene su origen en los primeros vínculos afectivos, donde la ausencia de autonomía e independencia durante la infancia puede provocar inestabilidad emocional posteriormente. Cañete y Díaz (2019), sugieren que este fenómeno surge por alteraciones en los procesos que permiten alcanzar la independencia, influido por las experiencias tempranas con figuras significativas.

La adolescencia, como fase de transición hacia la adultez, implica un proceso dinámico entre la necesidad de la independencia y preservar los lazos afectivos. Este periodo se clasifica en tres fases que van desde la confrontación con los padres hasta la reconciliación emocional con los mismo, destacando que las carencias afectivas durante la infancia pueden llevar a la búsqueda constante de protección en otros. En consecuencia, la dependencia emocional se origina como una manera de compensar la ausencia de relaciones seguras y estables (Rusbya, Harris y Taskera, 2013).

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

La teoría planteada por Jorge Castelló señala que la dependencia emocional se origina como un patrón afectivo poco saludable, en el que la persona basa su estabilidad y seguridad emocional en otra, provocando así, una necesidad constante de atención, aprobación y cercanía. Se explica que este tipo de vínculo se relaciona con carencias afectivas en la infancia y con una percepción distorsionada del amor, donde el individuo coloca la relación por encima de su bienestar personal. Además, menciona que la dependencia se sostiene por la idealización de la pareja y la dificultad para enfrentar la soledad, lo que lleva a mantener relaciones desequilibradas y dolorosas. Desde esta teoría, se entiende que la dependencia no solo refleja una búsqueda de afecto, sino una forma aprendida de vincularse que refuerza la inseguridad emocional (Castelló, 2005).

Por su parte, Lemos y Londoño, amplían la comprensión de la dependencia emocional al definirla como un patrón que reúne aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales dirigidos a otra persona, quien es considerada como la principal fuente de bienestar y seguridad. Desde esta perspectiva, las personas con rasgos dependientes suelen tener pensamientos distorsionados sobre el amor, creyendo que solo pueden sentirse completas si están con alguien o que amar implica aceptar cualquier sacrificio. Este modelo teórico resalta que la dependencia emocional se caracteriza por la búsqueda constante de atención y el temor al abandono, aspectos que tienen su origen en experiencias tempranas de apego y validación afectiva no resueltas (Lemos y Londoño, 2006).

La dependencia emocional puede entenderse como una necesidad afectiva intensa hacia la pareja, en la que la persona busca constantemente atención y seguridad, sintiendo temor ante la idea de una posible

ruptura, este tipo de vínculo se caracteriza por la idealización del otro, el deseo de exclusividad y la tendencia a colocar a la pareja como el centro de atención de uno mismo. En muchos casos, el individuo dependiente deja de lado su bienestar personal con tal de conservar la relación, mostrando una fuerte intolerancia a la soledad. De esta manera, el sujeto dependiente organiza su vida en torno al otro, experimentando ansiedad y vacío emocional cuando no obtiene la atención esperada (Castelló, 2005).

La ansiedad por separación aparece como una reacción intensa ante la ausencia física o emocional de la pareja, experimentan miedo a quedarse solos, esto acompañado de angustia, pensamientos repetitivos o la necesidad constante de mantener contacto con el otro. Este tipo de ansiedad puede desencadenar ataques de pánico o manifestaciones físicas como aceleración del pulso, sudoración o temblores, evidenciando la inseguridad frente a la posibilidad de pérdida, esta también suele estar asociada a experiencias pasadas de carencia afectiva, donde la figura principal se representa como fuente de estabilidad emocional, lo que interfiere en el desarrollo de la independencia personal. Por otro lado, otra característica destacada es el deseo de exclusividad y control sobre la pareja. El dependiente busca que el otro esté disponible solo para él, restringiendo su círculo social y exigiendo atención constante, este comportamiento puede verse en la necesidad de llamadas frecuentes, mensajes o intentos de saber en todo momento qué hace la pareja, lo que termina debilitando la relación (Pérez Valverde, 2012).

González y Muñoz (2018) destacan que la falta de validación emocional durante la infancia contribuye a desarrollar una autoimagen frágil, lo que puede llevar a que

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

en la adultez se establezcan vínculos dependientes. Además, señalan que puede provocar aislamiento social, actitudes de sumisión y tolerancia hacia conductas disfuncionales dentro de la relación, al igual que la necesidad constante de aprobación, esto tiende a debilitar la identidad personal y genera un ciclo de insatisfacción emocional que refuerza la dependencia, convirtiéndose así en un factor de riesgo para la salud mental y el surgimiento de trastornos afectivos. Por otro lado, Momeñe, Estévez y Cañero (2017) indican que, la dependencia emocional produce efectos tanto en el plano personal como en el relacional así impactando la autoestima, el bienestar psicológico y la capacidad de mantener relaciones sanas, quienes presentan este patrón suelen experimentar inseguridad, ansiedad y frustración ante la posibilidad de perder a su pareja.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En las relaciones de pareja, la presencia de una baja autoestima puede generar dinámicas de dependencia emocional, donde uno de los miembros necesita constantemente validación y afecto de la otra persona para sentirse valioso. Este patrón suele provocar ansiedad, celos, inseguridad y dificultad para mantener relaciones sanas y estables. Además, la falta de amor propio lleva a idealizar a la pareja y a tolerar conductas disfuncionales por el temor a ser abandonados.

Es por esto que, surge el interés por comprender como las experiencias afectivas, ya sean positivas o negativas, moldean la forma en que las personas se relacionan con su pareja. En varias ocasiones, una relación al principio parece ser estable y armoniosa, pero puede transformarse en un vínculo caótico, marcado por conflictos, inseguridad y la pérdida de autonomía, debido a estas

situaciones, tiende a ser afectado el equilibrio emocional e impactan a percepción del propio valor y la capacidad de tomar decisiones independientes.

Por otro lado, se ha notado que muchas personas permanecen en relaciones insanas por miedo a la soledad o por tener pensamientos de que no son suficientes sin la otra persona. En este contexto, la interacción entre una autoestima deteriorada y una dependencia emocional acentuada, se puede derivar en comportamientos tóxicos como el deseo de control, los celos excesivos o la sumisión, por lo tanto, estas dinámicas generan un ambiente emocional inestable que repercute directamente el bienestar psicológico de ambos miembros de la relación.

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación nace de la necesidad de comprender como la autoestima influye en la dependencia emocional dentro de las relaciones de pareja, ya que, en la actualidad es común observar vínculos afectivos marcados por la inseguridad, el miedo a la soledad y la búsqueda constante de aprobación, siendo aspectos que afectan el bienestar psicológico y la estabilidad emocional. Según González y Muñoz (2018), la falta de amor propio y una percepción negativa de sí mismo pueden llevar a la idealización de la pareja, generando vínculos de sumisión emocional.

Por tanto, surge el interés por analizar como las experiencias afectivas y las carencias emocionales influyen en la forma en que las personas se vinculan con su pareja, ya que, en varios casos, los individuos permanecen en aceptación del otro. Comprender esta dinámica permitirá visibilizar como la baja autoestima puede ser un factor detonante en la construcción de relaciones dependientes y

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

como a su vez, la dependencia emocional debilita la percepción de la validez personal.

Asimismo, la investigación aspira generar aportes significativos tanto en el ámbito teórico como práctico. Por un lado, puede servir como referencia para futuros estudios que profundicen en las variables psicológicas que intervienen en las relaciones de pareja, así ampliando el conocimiento sobre la interacción entre la autoestima y la dependencia emocional. Por otro lado, los resultados que se obtienen, podrán orientar el diseño de estrategias de intervención emocional, la autoconfianza y el desarrollo personal, dejando una contribución a la promoción de vínculos afectivos más equilibrados, conscientes y saludables.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

1. ¿Cuál es la relación que existe entre autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito?
2. ¿Qué niveles de autoestima presentan los hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito?
3. ¿Cuáles son los niveles de dependencia emocional que tienen los hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito?
4. ¿Qué variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, instrucción y ocupación) se relacionan con autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito?

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Analizar la relación entre autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los niveles de autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito.
- Describir los niveles de dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito.
- Relacionar variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, instrucción y ocupación) con autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito.

2. MARCO METODOLÓGICO

PARADIGMA DE LA INVESTIGACIÓN

En esta investigación, se usó el paradigma positivista la cual concibe la realidad como algo objetivo, medible y verificable. Desde esta perspectiva, el conocimiento científico se construye mediante la observación sistemática y la aplicación del método científico, buscando explicar los fenómenos a partir de leyes generales, este paradigma tiene como propósito explicar, predecir y controlar los fenómenos mediante la comprobación empírica de teorías, priorizando el uso de la estadística y la objetividad en los resultados (Herrera, 2024).

Este paradigma, sostiene que la realidad puede ser reconocida a través de la

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

observación empírica y la experimentación controlada, además, promueve la aplicación de métodos cuantitativos que permiten analizar las relaciones entre variables, con el fin de establecer patrones y regularidades en los fenómenos sociales y naturales (Vega, G., 2014).

De igual manera, el positivismo se caracteriza por la búsqueda de la objetividad en el proceso investigativo, procurando que los resultados obtenidos sean replicables y verificables. En este sentido, el investigador asume una posición neutral frente al objeto de estudio, evitando cualquier tipo de influencia subjetiva, este enfoque es esencial en el ámbito científico, dado a que se basa en la medición de variables y el control riguroso de los factores que pueden alterar la validez de los datos recolectados (Ávila, 2014).

ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

Este estudio dispone de un enfoque cuantitativo, ya que este se fundamenta en la recopilación y análisis de datos numéricos para responder a los objetivos planteados, también busca medir con precisión las variables del estudio, empleando técnicas estadísticas que permitan obtener resultados objetivos y utiliza instrumentos estructurados y procedimientos estandarizados garantizando así la fiabilidad y validez de los datos recopilados (Vega, A., 2014).

Asimismo, el enfoque cuantitativo se basa en una lógica deductiva que permite comprobar hipótesis a través del análisis de datos empíricos, este tipo de investigación se apoya en procedimientos rigurosos para recolectar y analizar información numérica,

de modo que los resultados puedan ser verificados y generalizados a una población más amplia (Herrera, 2024).

ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN

Es de alcance descriptivo, puesto que tiene como finalidad las características principales de las variables de estudio y describir como se manifiesta en la población seleccionada. Cabe destacar que, esta investigación no busca manipular variables, sino observarlas y analizarlas tal como se presentan en su contexto natural, de modo que, permite identificar tendencias y comportamientos generales en los sujetos o fenómenos analizados (Arias, Covinos y Cáceres, 2020).

A la vez, la investigación también es de alcance correlacional, ya que pretende determinar la relación existente entre las variables propuestas, sin establecer una causalidad directa. Los estudios correlacionales miden el grado de asociación entre dos o más variables, ofreciendo una comprensión más profunda de cómo se vinculan entre sí dentro del fenómeno investigado (Camacho, 2014).

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se desarrolla bajo un diseño no experimental, puesto que las variables independientes no son manipuladas intencionalmente y los fenómenos se analizan en su contexto natural. En este tipo de diseño el investigador no interviene sobre las variables, sino que se limita a analizar las relaciones existentes entre ellas, a partir de la información recolectada de manera objetiva y sistemática (Becerril, 2014).

De igual forma, se trata de un diseño de corte transversal, debido a la recolección de

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

datos se lleva a cabo en un solo momento temporal, lo que permite ofrecer una perspectiva global del fenómeno estudiado y establecer relaciones entre las variables en un punto específico en el tiempo (Arias, Covinos y Cáceres, 2020).

MUESTREO

El muestreo consiste en la selección de un grupo representativo de la población para poder recopilar información generalizable al conjunto total, esta técnica permite inferir características de la población sin necesidad de examinarla completamente, lo cual ahorra tiempo y recursos. El objetivo principal del muestreo es garantizar que los resultados obtenidos a partir de la muestra sean válidos y reflejen con precisión las condiciones de la población estudiada (Casal y Mateu, 2003).

MUESTREO NO PROBABILÍSTICO

El muestreo no probabilístico se caracteriza porque los elementos de la muestra no se eligen al azar, sino según criterios definidos por el investigador, este tipo de muestreo se utiliza cuando no es posible acceder a toda la población o cuando los recursos son limitados. Aunque no permite generalizar los resultados con la misma precisión que los métodos probabilísticos, resulta útil para investigaciones exploratorias o descriptivas en las que se requiere un primer acercamiento al fenómeno de estudio (Otzen y Manterola, 2017).

MUESTREO NO PROBABILÍSTICO DE TIPO INTENCIONAL

El muestreo intencional denominado también muestreo por juicio, es un método no probabilístico donde el investigador

escoge de forma consciente a los participantes que considera más representativos o relevantes para el estudio, este método se aplica cuando se busca información específica y se necesita garantizar que los individuos seleccionados cumplan con determinadas características relacionadas con los objetivos de la investigación, aunque presenta cierto grado de subjetividad, su principal ventaja es que permite obtener datos de alta pertinencia en contextos particulares o con poblaciones especializadas (Scharager y Reyes, 2001).

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población de este estudio está compuesta por hombres y mujeres residentes en la ciudad de Quito, cuyas edades van entre los 18 y 30 años. Esta población se seleccionó considerando que en esta etapa del ciclo vital se presentan con mayor frecuencia características relacionadas con el desarrollo emocional y la autopercepción personal. La muestra estuvo conformada por 120 personas elegidas mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional. De acuerdo con Otzen y Manterola (2017), este muestreo se aplica cuando se escoge a participantes que reúnen determinadas características requeridas para los objetivos del estudio, garantizando así la pertinencia de la información obtenida.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Hombres y mujeres entre 18 y 30 años.
- Residentes de la ciudad de Quito.
- Que se encuentren en una relación de pareja.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

- Haber confirmado la participación del estudio mediante el consentimiento informado.

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Menores de edad.
- Que estén diagnosticados con algún trastorno psicológico.
- Personas que estén bajo tratamiento farmacológico que afecte su participación.

CRITERIOS ÉTICOS

El presente trabajo de investigación es realizado con fines exclusivamente académicos y sin fines de lucro. Se garantiza la confidencialidad de los datos personales de los participantes, asegurando que su identidad se mantendrá siempre en anonimato y que la información obtenida se usará únicamente con fines científicos. La investigación se realizó siguiendo los principios éticos correspondientes por la Declaración de Helsinki (2013) y el Código de Ética de la American Psychological Association (APA, 2017), velando en todo momento por la integridad, autonomía y bienestar de los participantes, evitando cualquier tipo de daño o maleficencia durante el proceso investigativo.

Dentro de los principios éticos considerados dentro del proceso de esta investigación se detallan los siguientes:

Principio de autonomía: se respetó en todo momento la capacidad de decisión de los participantes, quienes fueron informados sobre los objetivos, procedimientos y alcances del estudio antes de aceptar su participación. Cada persona brindó su consentimiento de manera libre y voluntaria,

asegurando así que su participación no estuviera influenciada por ningún tipo de presión externa, de acuerdo con los lineamientos éticos establecidos por la APA (2017).

Principio de beneficencia: la investigación se desarrolló procurando siempre generar beneficios indirectos para la comunidad académica y científica, promoviendo el conocimiento sobre la relación entre autoestima y dependencia emocional. Se garantizó que los procedimientos utilizados no implicaran riesgos para los participantes y que la información recopilada contribuyera al desarrollo de futuras intervenciones psicológicas.

Principio de no maleficencia: se evitó cualquier tipo de daño físico, psicológico o emocional hacia los participantes, siguiendo los principios de la Declaración de Helsinki (2013). Las preguntas incluidas en los instrumentos fueron cuidadosamente revisadas para asegurar que no generen malestar, incomodidad o exposición innecesaria de experiencias personales.

Principio de justicia: la selección de los participantes se realizó de manera equitativa, asegurando que todas las personas que cumplieran con los criterios de inclusión tuvieran la misma oportunidad de participar. Este principio garantiza que ninguna persona sea discriminada o excluida injustificadamente, respetando los valores éticos de igualas y trato justo.

Consentimiento informado: antes de participar, cada individuo recibió una explicación clara y detallada del propósito del estudio, la confidencialidad de sus datos y la posibilidad de retirarse en cualquier

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

momento sin repercusiones. Solo después de comprender esta información, los participantes otorgaron su consentimiento, cumpliendo con los estándares éticos señalados por la APA (2017) y la normativa internacional de investigación con seres humanos.

INSTRUMENTOS

Se utilizaron dos instrumentos, que han sido previamente verificados con ciertos parámetros como la fiabilidad, confiabilidad y que tiene por objetivo a medir una variable en específico, estos instrumentos son;

La Escala de Autoestima fue desarrollada por Rosenberg (1965) con el objetivo de medir la autoestima global de una persona, es decir, la valoración positiva o negativa que se tiene de sí misma. Está conformada por 10 ítems que evalúan la autopercepción, aceptación personal y el respeto propio. Las respuestas se valoran mediante una escala tipo Likert en la cual tiene como opciones de respuesta: a) muy de acuerdo, b) de acuerdo, c) en desacuerdo y d) muy en desacuerdo. En el proceso de corrección se invierten las puntuaciones de los ítems formulados de manera negativa que son (3,5,8,9 y 10) y luego proceder a la suma de todos los ítems, teniendo una oscilación de puntaje total entre 10 y 40 (Vázquez, 2004). Este instrumento ha demostrado poseer adecuados niveles de confiabilidad y validez, con un alfa de Cronbach que oscila entre 0.72 y 0.88 en distintos estudios, lo cual indica una consistencia interna satisfactoria. Además, presenta validez de constructo respaldada por análisis factoriales que confirman su estructura bidimensional de autoestima positiva y negativa (Rosenberg, 1965).

El segundo instrumento utilizado fue la Escala de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006), este con el propósito de evaluar el nivel de apego afectivo excesivo que una persona puede experimentar hacia su pareja. Está compuesta por 23 ítems distribuidos en siete factores: modificación de planes, miedo a la soledad, expresión afectiva del conflicto, ansiedad de separación, búsqueda de atención y subordinación, y expresión límite. Cada ítem se contesta a través de una escala de tipo Likert que comprende de las siguientes respuestas: 1) completamente falso, 2) la mayor parte falso, 3) ligeramente más verdadero que falso, 4) moderadamente verdadero, 5) la mayor parte verdadero, 6) me describe perfectamente, para saber si el individuo tiene dependencia emocional, el punto de corte se determina a partir de la suma de la media y de la desviación estándar, es decir con una puntuación total de 81, finalmente los valores psicométricos fueron tomados del estudio realizado por Gonzales (2016). Este instrumento presenta una alta confiabilidad, con un alfa de Cronbach de 0.92, lo que evidencia una buena consistencia interna. De igual manera, presenta validez de constructo adecuada, evidenciada a través del análisis factorial confirmatorio que respalda su estructura teórica (Lemos y Londoño, 2006).

RECOLECCIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

El proceso de recolección de datos se realizó en diversas fases. Inicialmente, se realizó una revisión bibliográfica que permitió comprender de manera clara y detallada las variables de estudio: autoestima y dependencia emocional. Una vez analizado

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

el sustento teórico y conceptual, se procedió a seleccionar los instrumentos adecuados para medir cada una de estas variables.

Para este estudio se empleó la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño, las cuales fueron integradas en un solo formulario ejecutado en Google Forms, junto con preguntas sociodemográficas como sexo, edad, nivel de instrucción, ocupación y estado civil.

El formulario fue distribuido de manera virtual mediante correos electrónicos y mensajes directo a los participantes que cumplieron con los criterios de inclusión y aceptaron voluntariamente formar parte del estudio. La modalidad digital permitió un acceso más amplio de 120 participantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, asegurando que la información obtenida respondiera a los objetivos ya plateados.

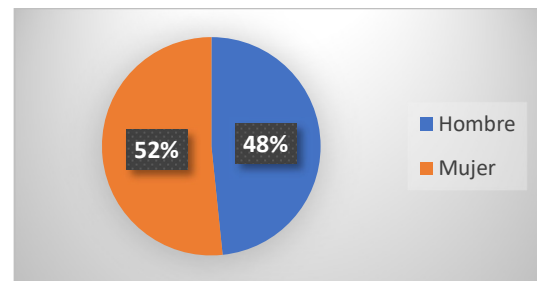
Una vez recolectado los datos, fueron organizados y sistematizados en Microsoft Excel, programa en el que se realizó la revisión preliminar y el cálculo de las medidas de tendencia central correspondientes a cada variable. Por otro lado, para el análisis estadístico inferencial se utilizó el software SPSS, el cual permitió aplicar el coeficiente de correlación de Pearson, con el fin de examinar la relación entre autoestima y dependencia emocional, así como su asociación con las variables. Por último, los resultados fueron interpretados y descritos de manera clara y precisa, así garantizando que la información sea comprensible y útil.

A continuación, se presentarán los datos sociodemográficos de la población estudiada, con el propósito de describir las principales características de la muestra y así proporcionar un contexto general que facilite la comprensión de los resultados expuestos en las gráficas.

3. RESULTADOS.

A continuación, se expondrá los resultados obtenidos de las variables sociodemográficas evaluadas.

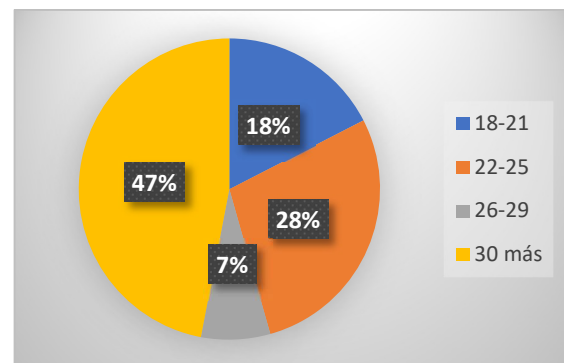
Figura 1. Sexo



Elaborado por: investigador

La figura 1 muestra los resultados en relación al sexo de los participantes, obteniendo el 52% de mujeres y el 48% de hombres.

Figura 2. Edad



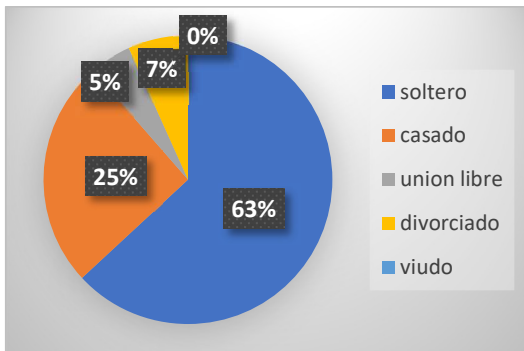
Elaborado por: investigador

Como se puede ver en la figura 2, los resultados muestran que el 47% de los

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

participantes tienen 30 o más años, el 28% tienen entre 22 y 25 años, el 18% tienen entre 18 y 21 años y el 7% tienen entre 26-29 años.

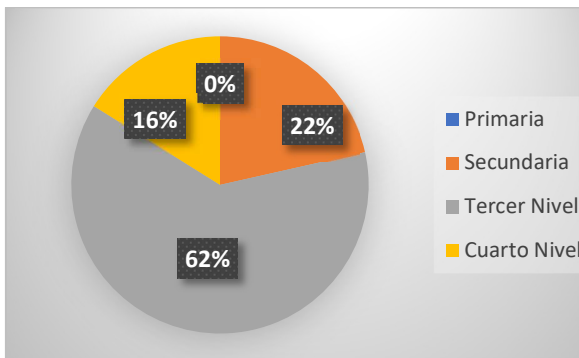
Figura 3. Estado civil



Elaborado por: investigador

En la figura 3 se puede evidenciar los resultados del estado civil de los participantes, el 63% son solteros, el 25% son casados, el 7% son divorciados y el 5% están en unión libre.

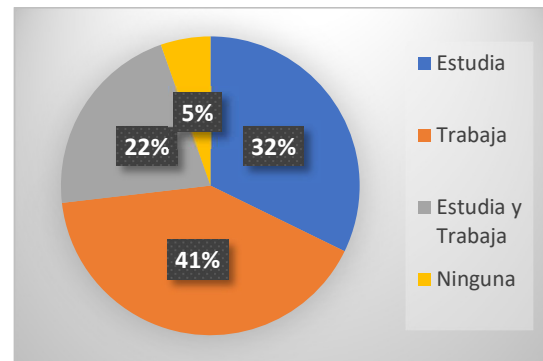
Figura 4. Nivel de instrucción



Elaborado por: investigador

Como se muestra en la figura 4, los resultados del nivel de instrucción de los participantes, el 62% tienen un tercer nivel de instrucción, el 22% tienen un nivel de instrucción de secundaria y el 16% un cuarto nivel de instrucción.

Figura 5. Ocupación



Elaborado por: investigador

En la figura 5 se muestra los resultados de la ocupación de los participantes, se evidenció que el 41% trabajan, el 32% estudian, el 22% estudia y trabaja y el 5% no desempeñan ninguna ocupación.

Tabla 1. Nivel de Autoestima

	Frecuencia	Porcentaje
Autoestima baja	72	48,3
Autoestima media	61	40,9
Autoestima alta	16	10,7
Total	149	100

Fuente: SPSS

En cuanto al nivel de autoestima la Tabla 1 permite evidenciar que la mayoría de los participantes presentan niveles bajos con un 48,3%, seguido por un nivel de autoestima media con el 40,9% y, por último, un nivel de autoestima alta con el 10,7%.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

Tabla 2. Nivel de Dependencia Emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Dependencia emocional baja	109	73,2
Dependencia emocional moderada	38	25,5
Dependencia emocional alta	2	1,3
Total	149	100

Fuente: SPSS

En la tabla 2, en cuanto a dependencia emocional se puede evidenciar que la mayor parte de los participantes se ubica en un nivel bajo con el 73,2%, seguido por el 25,5% con un nivel moderado, y solo el 1,3% alcanza a niveles alto.

Tabla 3. Correlación entre autoestima y dependencia emocional

		Autoestima	Dependencia emocional
Autoestima	Correlación de Pearson	1	-,276**
	Sig. (bilateral)		,001
	N	149	149
Dependencia emocional	Correlación de Pearson	-,276**	1
	Sig. (bilateral)	,001	
	N	149	149

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: SPSS

Los resultados de la tabla 3, permiten identificar un hallazgo importante para el desarrollo del estudio, ya que existe una correlación estadísticamente significativa, inversamente proporcional, entre autoestima y dependencia emocional de -,276**, lo que quiere decir que, una autoestima más elevada se asocia con una menor tendencia a la dependencia emocional, mientras que una baja autoestima incrementa la probabilidad de desarrollar esta dependencia emocional.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

Tabla 4. Correlación entre variables sociodemográficas y autoestima

		Autoestima
Sexo	Correlación de Pearson	-,202*
	Sig. (bilateral)	,014
	N	149
Edad	Correlación de Pearson	,302**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	149
Estado civil	Correlación de Pearson	,265**
	Sig. (bilateral)	,001
	N	149
Nivel de instrucción	Correlación de Pearson	-,033
	Sig. (bilateral)	,690
	N	149
Ocupación	Correlación de Pearson	,219**
	Sig. (bilateral)	,007
	N	149
Autoestima	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	
	N	149

Fuente: SPSS

Como muestra la tabla 4, en cuanto a la relación entre las variables sociodemográficas y la autoestima, se obtuvo que, la variable de sexo, presenta una correlación estadísticamente significativa, inversamente proporcional de $-,202^*$, lo cual indica que, en este caso al ser los hombres la muestra con menor porcentaje, desarrollan una autoestima más elevada en comparación de las mujeres. Con respecto a la edad, se presenta una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de $,302^{**}$, lo que quiere decir que, a medida que la población incrementa su edad, experimenta un fortalecimiento en su autovaloración, mientras que a edades más tempranas se asocia a una autoestima más baja. En cuanto al Estado Civil, existe una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de $,265^{**}$, lo que demuestra que las personas solteras tienden a reportar una autoestima más elevada, por el contrario, se muestra una tendencia de menor autoestima en la población que se encuentra en

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

estados civiles de minoría como por ejemplo viudo o divorciado. Finalmente, se observa que en la variable Ocupación también existe una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de ,219**, lo que evidencia que las personas que se encuentran laborando presentan una mayor autoestima frente a aquellas que no realizan ninguna ocupación.

4. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo general analizar la relación entre la autoestima y la dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito. En la cual se encontró que existe una correlación estadísticamente significativa, inversamente proporcional, entre autoestima y dependencia emocional de -,276**. Estos datos son similares a la investigación de Jara y Naupari (2021), titulada “Relación entre autoestima y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la carrera de psicología de una universidad privada de Lima” en donde se encontró igualmente una correlación estadísticamente significativa negativa, lo cual indica que a mayor autoestima menor dependencia emocional y viceversa, estos resultados son similares a la investigación. Esto quiere decir que, en los hombres y mujeres de la ciudad de Quito existe influencia entre ambas variables, debido a que el nivel de valoración personal y autoconcepto que posee cada individuo impacta directamente en la forma en que establece y mantiene sus vínculos afectivos. Las personas con una autoestima adecuada tienden a desarrollar relaciones más equilibradas, caracterizadas por una mayor autonomía emocional, seguridad y capacidad de poder decidir por sí mismos, lo que reduce la necesidad de apego excesivo hacia la pareja. Por el contrario, cuando la autoestima es baja, aumenta la inseguridad,

el miedo al abandono y la búsqueda constante de aprobación, lo que favorece la aparición de conductas de dependencia emocional. Asimismo, la magnitud de la correlación obtenida sugiere que, si bien la autoestima es un factor relevante, entonces la dependencia emocional también podría verse influenciada por otros aspectos personales y contextuales, como experiencias afectivas previas, el estilo de apego y las dinámicas de la relación de pareja.

Con respecto al primer objetivo específico, orientado a identificar los niveles de autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito. Se evidenció que el 48,3% de los participantes presentan un bajo nivel, seguido por un 40,9% que se encuentran en un nivel medio, y finalmente, un 10,7% alcanza un alto nivel. Estos datos son diferentes en relación con los de Oropeza (2024), en su estudio “Relación entre dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un instituto tecnológico público, Áncash”, existe un predominio con un nivel alto con el 68,8%, seguido por un nivel medio con el 10,8%, por último, presentando un 20,6% con un nivel bajo. Esto implica que, en la población estudiada, presenta niveles bajos y medios de autoestima, lo que puede reflejar una autovaloración frágil, caracterizada por inseguridad y la autoconfianza, esta condición podría influir en el

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

establecimiento de relaciones afectivas y en el bienestar emocional.

En relación con el segundo objetivo específico que busca describir los niveles de dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito. Se encontró que en la mayoría de los participantes se posiciona en un nivel bajo con el 73,2%, mientras que el 25,5% se sitúa en un nivel moderado y únicamente el 1,3% alcanza un nivel alto. En concordancia con los resultados reportados por Ortega (2024), en su estudio “Dependencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios” se encontró que el 82% presenta un nivel bajo, posteriormente el 13,67% se ubica en un nivel medio y para finalizar, el 3,66% se posiciona en un nivel alto. Esto indica que en la mayor parte de la población presenta un adecuado nivel de autonomía emocional, evidenciado por el predominio del nivel bajo de dependencia emocional, lo que quiere decir que, los participantes mantienen relaciones de pareja caracterizadas por independencia afectiva, seguridad personal y capacidad para regular sus emociones sin una necesidad excesiva de aprobación o apego. Por otro lado, el porcentaje moderado indica que un grupo menor puede presentar ciertas manifestaciones de dependencia en situaciones específicas, mientras que la baja proporción de nivel alto, refleja que son pocos los participantes que experimentan conductas marcadas de inseguridad, temor a ser abandonados y buscar una validación emocional externa. Por último, los datos evidencian una tendencia favorable al manejo de los vínculos afectivos.

Para dar cumplimiento al último objetivo específico, el cual consiste en relacionar las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, instrucción y ocupación) con autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito encontrando estos resultados. En cuanto a la variable Sexo, se obtuvo una correlación estadísticamente significativa, inversamente proporcional de $-,202^*$. Al igual que en el estudio de Armas (2019) titulado “Nivel de Autoestima relacionado a factores sociodemográficos de los adultos mayores del puesto de salud la Tulpuna-Cajamarca” en donde se obtiene una correlación estadísticamente significativa entre con su valor $p=0.048$. En cuanto a la Edad, se evidenció una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de $,302^{**}$. Con respecto al Estado Civil, arrojó una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de $,265^{**}$. Finalmente, en la variable Ocupación, también existe una correlación estadísticamente significativa, directamente proporcional de $,219^{**}$. En contraste con el estudio de Armas (2019), ya que no se encontró ninguna correlación en las otras variables. Los hallazgos sugieren que, existen diferencias en los niveles de autoestima según el sexo, observándose que los hombres presentan una mayor autoestima en comparación con las mujeres. Asimismo, se identifica que, a medida que aumenta la edad, se fortalece la autovaloración personas, mientras que en edades tempranas tienden a presentar niveles más bajos de autoestima. En relación con el estado civil, se observa que las personas solteras tienden a reportar una autoestima más elevada, en contraste con quienes se

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

encuentran en estados civiles menos frecuentes, como viudez o divorcio, donde se evidencia una tendencia hacia niveles inferiores de autoestima. Seguido por, ocupación también se asocia con la autoestima, de modo que las personas se encuentran laboralmente activas presentan una mayor valoración personal frente a aquellas que no desempeñan ninguna actividad ocupacional. Finalmente, en el nivel de instrucción no se encontró ninguna correlación significativa.

CONCLUSIONES

Con relación al objetivo general, el cual buscó analizar la relación entre autoestima y dependencia emocional analizar la relación entre la autoestima y la dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito, se determinó la existencia de una correlación estadísticamente significativa e inversamente proporcional entre ambas variables, evidenciando que a mayor autoestima menor dependencia y viceversa.

Respecto al primer objetivo específico, orientado a identificar los niveles de autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito, se concluyó que la mayoría de los participantes presenta niveles bajos y medios de autoestima, siendo el nivel bajo el predominante en la población estudiada.

En relación con el segundo objetivo específico, que busco describir los niveles de dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito se obtuvo que la mayor parte de los participantes se ubicó en un nivel bajo de dependencia emocional,

seguido de un nivel moderado y, en mínima proporción, un nivel alto.

Con respecto al tercer objetivo específico, que pretendió relacionar las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, instrucción y ocupación) con autoestima en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito, se pudo concluir que el sexo, edad, estado civil y ocupación presentaron relaciones estadísticamente significativas con la autoestima, mientras que el nivel de instrucción no evidenció una asociación significativa.

LIMITACIONES

Una de las principales limitaciones fue la negatividad de las personas en responder el formulario, dificultando el obtener fácilmente la muestra de estudio.

Además, hubo una poca existencia de información acerca de la relación de variables sociodemográficas con la autoestima.

Por último, una de las limitaciones encontradas es la extrapolación de los resultados al trabajar con una muestra reducida.

RECOMENDACIONES

Una vez finalizado el proyecto de investigación, se sugiere ampliar la muestra incorporando otras ciudades, para así poder contrastar los resultados obtenidos.

Además, incorporar metodologías mixtas, integrando técnicas cualitativas como entrevistas o grupos focales, que permitan profundizar en la vivencia subjetiva de la autoestima y dependencia emocional.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

Para finalizar, realizar estudios comparativos entre autoestima y dependencia emocional entre hombres y mujeres, con el fin de analizar posibles diferencias en la relación según el sexo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.

- Arias, C. (2020). *Metodología de la investigación*. Trillas.
- Armas, K. (2019). *Nivel de Autoestima relacionado a factores sociodemográficos de los adultos mayores del puesto de salud la Tulpuna-Cajamarca*.
- Ávila, H. (2014). *Introducción a la metodología de la investigación*. Limusa.
- Ávila, M. Á. (2022). *Repositorio Universidad del Azuay*. Obtenido de <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/11603/5/17133.pdf>
- Ballina, F. (2013). *Repositorio Universidad Nacional Autónoma de México*. Obtenido de <https://www.uv.mx/iiesca/files/2013/01/paradigmas2004-2.pdf>
- Becerril, E. (2014). *Diseños de la investigación*. Morata.
- Benavides, M. (2020). *Repositorio Universidad Católica de Santa María*. Obtenido de https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSM_db06f3ffe4ce12683e2b7d3f5b0ff46d
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós.
- Burns, R. (s.f.). *The self-concept: Theory, measurement, development and behavior*. 1990: Longman.
- Campos, J. M. (1992). Autoestima y desarrollo personal. *Latinoamericana de Psicología*, 345-360.
- Cañete, M. D. (2019). Dependencia emocional y relaciones de pareja. *Psicología clínica*, 89-101.
- Cardenal, V. (1999). *Autoconcepto y autoestima*. Pirámide.
- Casal, J. M. (2003). Tipos de muestreo . *de Epidemiología*, 3-7.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Alianza.
- Clemens, H. (1999). *Como desarrollar la autoestima en niños y adolescentes*. Desclée de Brouwer.
- Coopersmith. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Freeman.
- Gonzáles, M. M. (2018). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja . *Iberoamericana de Psicología* , 45-56.
- Gonzáles-Arriata, N. (1996). 2016. *Mexicana de Psicología*, 115-124.
- Herrera, R. (2024). Paradigmas de investigación científica. *Ciencias Sociales*, 15-28.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

- Jara, L. N. (2021). Relación entre autoestima y dependencia emocional en estudiantes universitarios . *Peruana de Psicología* , 89-102.
- Jiménez-Sánchez, R. J.-B. (2020). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas. *Psicología clínica y de la salud*, 33-44.
- Lemos, L. L. (2006). Construcción y validación de la escala de dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 127-140.
- Macías, A. (1996). Desarrollo del autoconcepto en la infancia. *Educativa*, 22-30.
- Madrazo, L. (1997). Autoestima y desarrollo social. *Psicología Educativa*, 40-52.
- Manterola, T. O. (Marzo de 2017). *Repositorio Universidad de Tarapacá*. Obtenido de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. Van Nostrand.
- Momeñe, J. E. (2017). *Dependencia emocional y relaciones de pareja* . Psicopatología y Psicología Clínica.
- Mónica Roqué, A. F. (2015). Residencias de larga estadía para adultos mayores en Argentina. Relevamiento y Evaluación. En A. F. Mónica Roqué, *Residencias de larga estadía para adultos mayores en Argentina. Relevamiento y Evaluación* (pág. 284). Buenos Aires, Argentina: Universidad de Buenos Aires.
- Morales, S. (2020). *Repositorio Universidad Tecnológica Indoamérica*. Obtenido de <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1949/1/MORALES%20AGUIRE%20STALIN%20FERNANDO.pdf>
- Orduña, M. (2003). Autoeficacia y autodignidad. *Psicología Humanista*, 19-28.
- Oropeza, Y. (2024). *Relación entre dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un instituto tecnológico público, Áncash, 2024*. Obtenido de Relación entre dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un instituto tecnológico público, Áncash, 2024: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/39610>
- Ortega, S. (2024). Dependencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios. *Andina de Psicología*, 42-52.
- Osorio, J. (2000). *Repositorio Universidad del Valle*. Obtenido de <https://www.medicinabuenosaires.com/revistas/vol60-00/2/principioseticos.htm>
- Otzen, T. M. (2017). Técnicas de muestreo. *International Journal of Morphology*, 227-232.
- Pariona, C. (2020). Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja de un centro emergencia mujer de Lima Sur. *Universidad Autónoma del Perú*, 21-27.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

- Pérez Valverde, C. (2012). Dependencia emocional y ansiedad por separación. *Psicología Clínica*, 78–90.
- Pérez Villalobos, C. (2019). Autoestima y bienestar psicológico. *Chilena de Psicología*, 67-69.
- Pick, Givaudan y Martínez. (1997). Desarrollo emocional y autoestima. *Mexicana de Psicología*, 25-37.
- Rogers, C. (1992). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1975). *Self-esteem and social interaction*. Princeton University Press.
- Rusbya, J. H. (2013). Attachment and emotional dependence. *Journal of Adolescence*, 545–554.
- Scharager y Reyes. (2001). Muestreo intencional en investigación social. *de Metodología*, 17–26.
- Vázquez, A. (2004). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg. *Española de Psicología*, 247–255.
- Vega, A. (2014). Enfoque cuantitativo en ciencias sociales. *Latinoamericana de Metodología*, 30–42.
- Vega, G. (2014). Positivismo y métodos cuantitativos. *Investigación Científica*, 11–24.

Autoestima y dependencia emocional en hombres y mujeres que están en una relación de pareja en la ciudad de Quito

AGRADECIMIENTOS.

A mi tutor de tesis, Jonathan Jirón, manifiesto mi profundo agradecimiento por la guía, el acompañamiento, la paciencia, su orientación constante, el apoyo brindado y sus valiosos conocimientos, los cuales fueron fundamentales para el desarrollo y culminación de este trabajo académico, su compromiso y disposición para guiarme a lo largo de todo el proceso contribuyeron significativamente a mi formación profesional. Agradezco a mi familia por su apoyo, confianza y palabras de aliento, fueron necesarios para enfrentar los retos académicos y personales que surgieron en esta etapa. Por otro lado, a mi pareja que me brindó su apoyo y acompañó en este proceso para no rendirme. De igual manera, agradezco a mis amigos, quienes, con su compañía, ánimo y comprensión hicieron más llevadero este camino, brindándome apoyo en los momentos de mayor exigencia y celebrando cada avance alcanzado.

DEDICATORIA.

Dedico este logro a las personas que me acompañaron durante todo este proceso, que han sido mi soporte y apoyo incondicional; A mi padre Hugo Salazar y a mi madre Magaly Moncayo por su amor incondicional, su dedicación, apoyo y esfuerzo, ya que ellos han guiado cada uno de mis pasos y han estado en las etapas más importante de mi vida, enseñándome a no rendirse en la vida. En la memoria de mi bisabuela Fanny Guarderas, cuyo ejemplo, enseñanzas y amor continúan guiando mi camino, que, aunque ya no este físicamente presente, su legado permanece vivo y fue una fuente constante de inspiración durante este proceso. A mi abuela Teresa Nuñez, por su apoyo, amor y ser un ejemplo de vida, que, si te propones cualquier meta u objetivo, lo vas a lograr. A mi tío Fredy Moncayo, por su apoyo, amor y enseñanzas que me han incentivado a seguir adelante. A mis hermanos, Dylan, Aylin y Yashila Salazar, por acompañarme y ser un soporte en todo lo que necesito, siendo un apoyo emocional en cada paso que tengo. Esta tesis es el reflejo del amor, la sabiduría, fortaleza y los principios