



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS

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

Autor(a)

Flores Suárez Grace Ivonne

Tutor(a)

M.Sc. Jacqueline Gordon

QUITO – ECUADOR

2024

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

Yo, Flores Suárez Grace Ivonne, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Apego y dependencia emocional en adultos”, como requisito para optar al grado de 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 29 días del mes de enero de 2024, firmo conforme:

Autor: Flores Suárez Grace Ivonne

Firma:



Número de Cédula: 0503779001

Dirección: Pichincha, Quito, Carcelén, Barrio Carretas

Correo Electrónico: gflores12@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0967926080

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS” presentado por Flores Suárez Grace Ivonne 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, 29 de enero del 2024

.....

M.Sc. Jacqueline Gordon

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, 29 de enero del 2024



.....
Flores Suárez Grace Ivonne
0503779001

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS, 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, 29 de enero del 2024

.....

M.Sc. Gilda Moreno
LECTORA

.....

M.Sc. Paulina Guerra
LECTORA

DEDICATORIA

Cuando mi mente se llenó de dudas, tu consuelo renovó mi esperanza y mi alegría.

Salmos 94:19.

Con todo mi corazón, dedico esta investigación a Dios por ser mi fortaleza y darme sabiduría, a mis padres, a mi hermana, a mi sobrino quienes creyeron en mí en todo momento, por transmitirme tanta confianza hacia mí misma, por su amor y comprensión siempre. A mis mascotas, por ser lo más bonito del universo y llenarme de tanta felicidad.

Quisiera dedicar este gran logro a la niña que vive en mí, expresarle lo orgullosa que estoy de ella y de todos sus logros que se han convertido en sueños hechos realidad.

Sin ustedes y sin su apoyo no habría podido culminar de manera tan linda y exitosa este camino tan importante para mí que ha sido la universidad.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero agradecer a Dios por sus bendiciones y por poner en mi vida a personas maravillosas que me han acompañado desde el día uno de mi carrera universitaria.

Gracias a mi linda Universidad Indoamérica por darme la oportunidad de pertenecer a ella. A mis queridos maestros por brindarme tantos conocimientos, enseñanzas y sabiduría a lo largo de toda la carrera.

Eterno agradecimiento a mi familia. A mis padres Edmundo e Ivonne por ser mi soporte y mi motivación siempre. Por apoyarme en cada escalón hasta llegar aquí y por ser mi luz cuando más necesité. A mi hermana Karen por darme siempre su mano, acompañarme y ser mi fuerza en todo momento. A mi sobrino Samuel por llegar a llenarme de sonrisas y mucho amor. A mis mascotas Ashley, Hanna, Nala, Samy y Reina, por ser mi inspiración y brindarme su lealtad y amor incondicional en todo momento, desde el lugar en donde se encuentren.

INDICE DE CONTENIDO

Contenido

INTRODUCCIÓN	2
JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA	7
MARCO METODOLÓGICO.	8
RESULTADOS	13
FIGURA NRO.1. EDAD	13
FIGURA NRO. 2. SEXO	13
FIGURA NRO. 3. ESTADO CIVIL	13
FIGURA NRO. 4. NIVEL DE INSTRUCCIÓN	14
TABLA NRO. 1. CORRELACIÓN DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL CON LOS DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS.	15
TABLA NRO. 2. CORRELACIÓN ENTRE EL APEGO Y LA DEPENDENCIA EMOCIONAL.	15
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.	15
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	19
AGRADECIMIENTOS	25
DEDICATORIA	25
INDICE DE CONTENIDO	26
CONTENIDO	26
ANEXOS.	27

Apego y Dependencia Emocional en adultos
Attachment and Emotional Dependency in adults

Autor: Grace Flores Suárez
gflores12@indoamerica.edu.ec

Tutor: Jacqueline Gordon Morales
jaquelinegordon@uti.edu.ec

Lector: Gilda Moreno
gyldamoreno@indoamerica.edu.ec

Lector: Paulina Guerra
paulinaguerra@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado/a en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Octubre de 2023.

La presente investigación está enfocada en el apego y dependencia emocional en adultos. El apego en los adultos está referido a la manera en que se desenvuelven las personas y se vinculan con las personas más cercanas, el cual está direccionado desde el apego que desarrollaron desde la primera infancia con su cuidador primario. Es por esto que la manera en que la personas interactúan con sus cuidadores usualmente es la manera en que se desenvuelven los jóvenes y adultos en su círculo social. La dependencia emocional, es la necesidad imperante de estar con alguien y complacer aquella necesidad sin importar las conductas inadecuadas que esto conlleve realizarlo. Como objetivo general se planteó determinar la relación que existe entre el apego y la dependencia emocional en adultos entre 18 y 63 años. El análisis de este estudio se direccionó al paradigma positivista, así mismo se utilizó el método cuantitativo, diseño no experimental con alcance correlacional. El tipo de muestreo de la investigación es no probabilístico de tipo intencional, en la cual la muestra empleada para la investigación son adultos. Los instrumentos que se utilizarán en la presente investigación son: Cuestionario de apego "CAMIR-R" y la escala de dependencia emocional "ACCA". Se trabajó en una población de 215 adultos y el análisis de los datos se realizó

This research is focused on emotional attachment and dependence in adults. Attachment in adults refers to the way in which people develop and bond with those closest to them, which is directed to from the attachment they developed since early childhood with their primary caregiver. This is why the way people interact with their caregivers is usually the way young people and adults act in their social circle. Emotional dependence is the prevailing need to be with someone and satisfy that need regardless of the inappropriate behaviors that this entails. The general objective was to determine the relationship that exists between attachment and emotional dependence in adults between 18 and 63 years old. The analysis of this study was directed to the positivist paradigm, likewise the quantitative method, non-experimental design with correlational scope was used. The type of research sampling is non-probabilistic, intentional, in which the sample used for the research is adults. The instruments that will be used in this research are: "CAMIR-R" attachment questionnaire and the "ACCA" emotional dependence scale. We worked on a population of 215 adults and the data analysis was carried out using the SPSS program. Once the data was analyzed, it was concluded that there is a relationship between attachment and emotional dependence, demonstrating that the preoccupied attachment style is the one that most affects the level of emotional dependence of adults.

mediante el programa SPSS. Una vez analizados los datos se concluyó que existe una relación entre el apego y la dependencia emocional, demostrando que el estilo de apego preocupado es la que más afecta con respecto al nivel de dependencia emocional de los adultos.

Palabras Clave: *Apego, Dependencia emocional, Estilos de Apego, Adultos.*

Keywords: *Attachment, Emotional dependence, Attachment Styles, Adults.*

INTRODUCCIÓN

Según Bowlby (1969), el apego es la capacidad que contienen las personas para construir, fortalecer y mantener relaciones o

vínculos afectivos y emocionales a lo largo de su vida. Las funciones del apego son sentir seguridad y protección obtenidas por las figuras paternas o cuidadoras en la primera infancia, infancia y posterior en la adolescencia y la adultez tomando el mismo papel en las relaciones interpersonales como la pareja sentimental, amigos y mascotas.

Tal como lo menciona Bowlby (1969), la teoría del apego ha cambiado la manera de conceptualizar el objetivo y finalidad de los vínculos afectivos de acuerdo a la necesidad que tienen los seres humanos para establecer estos vínculos con otros seres humanos. Por otra parte, Bowlby (1969), señala que los seres humanos a diferencia de los demás mamíferos, en situaciones de estrés y riesgo tenemos la tendencia de correr hacia alguien, que usualmente es otra persona.

El vínculo de apego es de suma importancia durante la primera infancia de las personas debido a que su afectación repercutirá en la vida adulta de los mismos, siendo este un factor positivo o negativo dependiendo del estilo de apego que haya desarrollado. Por esto es fundamental diferenciar y exponer los 3 tipos de apego. 1. Apego seguro. 2. Apego rechazante o evitativo. 3. Apego preocupado (Balluerka, et al., 2011).

El apego en los adultos está referido a la manera en que se desenvuelven las personas y se vinculan con las personas más cercanas, el cual está referido desde el apego que desarrollaron desde la primera infancia con su cuidador primario (Bartholomew y Horowitz 1991). Es por esto que la manera en que la personas interactúan con sus cuidadores usualmente es la manera en que se desenvuelven los jóvenes y adultos en su círculo social.

El apego está también asociado a las emociones y además a la manera de expresarlas y regularlas. Es por esto, que las estrategias utilizadas para expresar y regular estas emociones actúan de acuerdo al estilo de apego que se haya desarrollado (Valdés, 2002).

En los adultos, los estilos de apego se definen en dos dimensiones: la ansiedad y la evitación (Mikulincer y Shaver 2007). En otras palabras, es el grado de preocupación que experimenta la personas porque debido a que sus vínculos no están disponibles en los momentos de mayor necesidad, tener el temor de ser engañados o abandonados y no ser suficiente para las personas que le rodean. Por otro lado, la evitación es la medida como la persona desconfía de los demás, eligiendo tener independencia de comportamiento evitando a toda costa la intimidad en sus relaciones y manteniendo distancia emocional. En términos más claros, los estilos de apego se detallan como estilos de patrones que tiene los sujetos para describir a su figura significativa como base o refugio seguro en momentos específicos.

Para contextualizar de mejor manera a los estilos de apego es importante recalcar y diferenciarlos.

Apego seguro

Se explica que durante la infancia los cuidadores brindaron conductas afectivas, protección y seguridad demostrando una apropiada conducta de exploración (Westfield, Sroufe, Egeland, y Carlson 2008).

Apego y Dependencia Emocional en adultos

El apego seguro se consigue cuando los cuidadores primarios de los niños están disponibles, comparten el contacto físico, son participes en los juegos y bromas con el infante y constantemente les hacen comprender que es importante y amado por los demás. Adicional, es importante el contacto visual para fomentar el apego seguro positivo y la comunicación tanto verbal como no verbal (Balluerka, et al., 2011).

El estilo de apego seguro depende del cuidado constante del cuidador o cuidadores brindando seguridad y protección adecuada, convirtiéndolos en personas preocupadas y atentas al momento de interactuar entre sí (Balluerka, et al., 2011).

Las personas con apego seguro suelen tener relaciones duraderas y de confianza, tienen alta autoestima y seguridad en ellos mismos, están conscientes que merecen la atención y cariño de las personas a su alrededor y le es posible demostrar sus necesidades y sentimientos hacia los demás sin ninguna interferencia o problema. Además, disfrutan de las relaciones íntimas, buscan y brindan apoyo emocional dentro de su círculo social de confianza (Mayorga y Vega 2021).

Apego evitativo

Las personas con estilo de apego evitativo se caracterizan por ser autosuficientes, desconfiados, independientes, competitivos, fríos y excesivamente distanciados de los demás (Bartholomew y Horowitz 1991).

Las características más importantes del apego evitativo son el miedo al abandono y la inseguridad, a las personas con este tipo

de apego les incomoda el acercamiento emocional y físico con las demás personas, les incomoda la presencia de extraños dentro de su círculo cercano (Balluerka, et al., 2011).

Las personas con apego evitativo suelen buscar a una persona de confianza para calmarse y exagerar sus sentimientos y emociones, mostrando sus emociones para con este, conseguir que la persona a la que acuden estén lo suficientemente cerca y disponible en todo momento, pero si se consigue lo contrario la personas con este apego suelen rechazar a la persona por motivos de indisponibilidad afectiva cuando más se necesitaba (Mayorga y Vega 2021).

Es por esto que los niños que presentan apego evitativo suelen demostrar escaso acercamiento y mantenimiento de contacto y proximidad. En conclusión, estos niños han experimentado y desarrollado rechazo, indiferencia, escasa y hasta nula atención o protección e indiferencia a las necesidades presentadas a lo largo de su crecimiento. (Ainsworth et al., 1978).

Los adultos con apego evitativo fueron niños como poca y hasta escasa disponibilidad de parte sus cuidadores primarios lo que a causa de esto han desarrollado autosuficiencia e independencia tanto emocional como personal, son personas confiadas de sí mismos pero desconfiadas de los demás, son altamente competitivos y distanciados de los demás, experimentan alta evitación y baja ansiedad, les incomoda la intimidad, el acercamiento emocional y se concentra en evitarla (Balluerka, et al., 2011).

Apego preocupado

El apego preocupado se caracteriza por buscar atención excesiva y la aprobación de los demás, protestando por el distanciamiento o la separación lo que les ocasiona mucha preocupación, sufriendo inestabilidad emocional y ansiedad (Bartholomew y Horowitz 1991).

Este tipo de apego se caracteriza por experimentar altos niveles de ansiedad y bajos niveles de evitación, es decir, que las personas buscan ser el centro de atención y la prioridad de sus figuras de apego, deseando la proximidad excesiva y el acercamiento íntimo y emocional constante, para evidenciar la aceptación continua que les es de suma importancia para ellos. (Bartholomew y Horowitz 1991).

Los niños con apego preocupado suelen experimentar desconfianza de sí mismos y de sus cuidadores primarios un alto porcentaje de acercamiento ansioso, proximidad excesiva y exageración en la manera de relacionarse con los demás. Suelen tener autoestima baja y elevadas necesidades de atención, aprobación, valoración y dependencia. Usualmente estos niños demandan el excesivo cuidado y protección por parte de sus figuras de apego, obligándolos a maximizar el cuidado de manera estable y consistente (Maysel, 1998).

Los adultos con apego preocupado se caracterizan por ser personas inseguras, provocando el temor constante de que las personas o su pareja no los amen realmente o repentinamente pierdan el interés en ellos. A estas personas se les dificulta interactuar y relacionarse de la manera adecuada que desearían con las demás personas, debido a que esperan recibir más atención, intimidad,

cariño y vinculación de la que ellos demuestran o proporcionan (Balluerka, et al., 2011).

De acuerdo a todo lo mencionado anteriormente el interés de la evaluación del apego se centra en la importancia de llenar el vacío presente en la temática de los distintos comportamientos que se presentan en los estilos de apego en el adulto. En la actualidad hay interesantes discusiones referidas en cuál de todos los instrumentos que miden el apego es el ideal y el más adecuado para llevar a cabo el trabajo de la investigación del tema en cuestión (Fraley y Spieker, 2003).

APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL

Los estilos de apego son capaces de facilitar el desarrollo y la adquisición de las habilidades sociales, así como también pueden ser capaces de generar dependencia emocional debido a la manera de relacionarse con las personas dentro de su entorno (Balluerka, et al., 2011).

Según Goleman (1996) en las últimas décadas ha habido un descenso de la competencia emocional, es decir que los jóvenes y adultos en la actualidad experimentan mayores problemas emocionales como la insatisfacción, la dependencia, aislamiento, tristeza, inseguridad, incrementando también los trastornos depresivos y trastornos de ansiedad convirtiéndolos en situaciones comunes en el siglo XXI.

El apego afectivo, es decir la dependencia emocional es conocida también como un tipo de adicción, que puede desarrollar

depresión y sufrimiento en las personas que lo experimentan, las cuales se encuentran bloqueadas ante la probabilidad de ser abandonadas, poco atendidas o tratadas de una manera inadecuada ante su percepción, pero, que sin embargo, en varias ocasiones sin importar el trato que reciban, el vínculo de apego y dependencia emocional es mucho más fuerte e incapacita a las personas el alejarse o desprenderse de esta figura. (Garrido, 2006).

Si bien es cierto, podemos correlacionar el apego y la dependencia emocional, también es importante diferenciarlas para tener un concepto de cada uno mucho más claro y conciso. Y para ello, es importante decir que el apego es la dinámica y la forma de relacionarse de una persona con otras desde que es niño permitiendo que su desarrollo social, emocional, afectivo, etc., se desarrolle con normalidad. Además, el apego es necesario para desarrollar y crear vínculos con otras personas. Mientras que la dependencia emocional es la dependencia psicológica manifestada a través de varios comportamientos adictivos con una o varias personas del círculo social o familiar de la persona que lo experimenta. Donde se llevan a cabo una serie de conductas inadecuadas con el propósito de saciar la necesidad que tiene la persona de sentir afecto. Demostrando que la dependencia emocional genera y desarrolla sufrimiento a la persona dependiente (Valle y de la Villa, 2017)

DEPENDENCIA EMOCIONAL

En la actualidad la dependencia emocional (DE) se ha convertido en un tema frecuente y común. Según Aiquipa (2015) la DE se caracteriza como una extensión disfuncional

de los rasgos de la personalidad se concentra en la necesidad extrema que experimenta el sujeto, de orden afectivo que siente hacia una persona, ya sea su pareja, miembro familiar, mascota, etc.

La dependencia emocional ha sido considerada a lo largo de los años como un fenómeno asociado a varios problemas psicológicos como la baja autoestima, debido a que la persona no cree en sus capacidades ni confía en sus criterios ni sus capacidades por lo que le lleva a sentirse insatisfecho consigo mismo y a empezar a denigrar sus logros y a minimizarlos. Además, las personas con DE, constantemente están en busca de cariño y atención por la persona con este vínculo, generando angustia y ansiedad constante si no mantienen la atención requerida y necesaria para ellos. Sin embargo, cabe mencionar que las personas que experimentan dependencia emocional tienen la necesidad insaciable de lo antes mencionado ocasionando problemas y conflictos constantes con su entorno, debido a que cuando una persona con dependencia emocional siente que las personas se alejan o toman distancia, recurren a esforzarse y hacer lo que sea por mantener a las personas a su lado. Cabe mencionar que situaciones de separación repentina como viajes de trabajo, vacaciones o en sí, situaciones que distancien a las personas repentinamente pueden generar a la persona dependiente impactos emocionales que difícilmente podrían gestionarse (Valle y de la Villa, 2017).

La dependencia emocional, es la necesidad imperante de estar con alguien y complacer aquella necesidad sin importar las conductas

inadecuadas que esto conlleve realizarlo (Castelló, 2020).

Según Cogswell (2010), la dependencia emocional se ha convertido en una creencia errónea romantizada del amor que interviene en la emoción, cognición, comportamiento y la motivación desadaptada con el propósito de obtener lo que se desea acompañado de la autosatisfacción que la persona dependiente no tiene consciencia de ello ni lo identifica como una problemática.

En la actualidad, Llerena (2017), considera que la dependencia emocional ha sido considerada como un trastorno de la personalidad que usualmente es originado en la infancia cuando los niños no se sienten amados por las personas más importantes para ellos y es por esa razón que como resultado hay jóvenes y adultos con carencias emocionales y sus expresiones (insatisfacción, aislamiento, baja tolerancia a la frustración, ansiedad, temor a la soledad, depresión, entre otras)

Tal como lo menciona Rodríguez (2013), es posible apreciar en estas personas la responsabilidad afectiva con los demás, el enojo y la desesperación, miedo a la soledad, teniendo una excesiva necesidad de cercanía y compañía con el objetivo principal de sentirse aceptados, apoyados, protegidos, satisfaciendo a los demás con el propósito de evitar el abandono, normalizando conductas poco sanas, maltrato de todo tipo emocional, físico, entre otros (Anicama, et al., 2013).

Por otro lado, la dependencia emocional se presenta en las personas por varias razones o causas como el estilo de apego inseguro el

cual, como se mencionó anteriormente dentro de la infancia por distintos factores y la convivencia familiar. Por esta razón es importante analizar las relaciones interpersonales, ya que estas relaciones influyen significativamente en la vida de las personas en la edad adulta (Anicama, et al., 2013).

Además, existen más causas respecto a las personas dependientes, como el tener baja autoestima, debido a que se experimentan sentimientos de soledad, el estar en un estado físico vulnerable que obliguen a la persona a buscar apoyo y ayuda en los demás constantemente o el tener personalidad autodestructiva debido a que quienes la padecen, suelen unirse con personas narcisistas, egocentristas o controladoras con los que se muestran sumisos (Medina et al., 2014).

La dependencia emocional ha sido considerada como una adicción que tienen las personas con el afecto que desean recibir de las personas que han creado este vínculo. Esta problemática suele manifestarse en la adolescencia, juventud o adultez y podría ser desarrollado por la edad de las personas, su autoestima, deseos de control, sumisión, intolerancia a la soledad, miedo al abandono, necesidad y prioridad de tener pareja, al cual consiste en el patrón de creencias y de necesidades acerca de la visión propia y de la relación con los demás (Lemos, M & Londoño, N 2006).

En la actualidad, la evaluación de la dependencia emocional ha sido considerada pilar fundamental dentro de las investigaciones psicológicas debido a su importancia y prevalencia en las personas debido a distintos factores característicos de

los mismos. Por ello, alrededor del mundo se han implementado varias pruebas, cuestionarios y test que midan el grado o el nivel de dependencia emocional presente en las personas, con el objetivo de identificar patrones que los relacionen o diferencien (Anicama, et al., 2013).

JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA

El presente estudio se justifica debido a que se investigan datos del tema en personas adultas del territorio ecuatoriano, ya que que las variables del campo temático varían en las personas, su cultura, su desarrollo familiar y sus creencias. El apego y la dependencia emocional se presenta tanto en hombres y mujeres resaltando la información y la situación de la temática en el Ecuador hasta el día de hoy. En distintos países de Latinoamérica y Europa se puede visualizar investigaciones de estas dos variables, sin embargo, en nuestro país las variables mencionadas no han sido estudiadas en conjunto, por lo que es de gran importancia realizar esta investigación ya que podría tener frutos en el futuro.

Así mismo, es importante y relevante profundizar el tema del apego y la dependencia emocional de los adultos en el Ecuador, debido a que es de suma importancia conocer los factores, causas y consecuencias que las personas desarrollen apego y dependencia emocional dentro de sus vínculos y relaciones familiares o afectivas, centrándose en las características que poseen tanto los hombres y mujeres como por ejemplo su edad, su género, su estado civil, su nivel de instrucción y la presencia o no de mascotas. A su vez, esta investigación da paso a futuras

investigaciones como los estilos de apego y la inteligencia emocional o la gestión emocional. Factores de depresión y ansiedad en personas con dependencia emocional.

Los aportes principales que tendrá la presente investigación será una muestra tanto del apego como de la dependencia emocional en los adultos, aportando a la investigación científica debido a que contribuye a la evidencia de las variables que. La investigación busca responder a las siguientes interrogantes

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo se relaciona el apego con la dependencia emocional en los adultos?

¿Cómo se presentan los estilos de apego en los adultos?

¿Cuáles son los niveles de dependencia emocional presentes en los adultos?

¿Qué relación existe entre el apego y los datos sociodemográficos (edad, género, estado civil, nivel de instrucción, presencia de mascota)?

OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación que existe entre el apego y la dependencia emocional en adultos entre 18 y 63 años.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1) Identificar los tipos de apego que predominan en los adultos entre 18 y 63 años.
- 2) Describir los niveles de dependencia emocional en los adultos entre 18 y 63 años.

3) Correlacionar la dependencia emocional con los datos sociodemográficos.

MARCO METODOLÓGICO.

PARADIGMA

El paradigma es importante para la manera de ver el mundo, revelar las leyes, los valores y el lenguaje. En otras palabras, el paradigma refleja la acumulación de la comprensión y el saber, así como la comprensión de distintos fenómenos, permitiendo resolver ciertas anomalías en beneficio de los científicos con el uso de valores y técnicas para plantear e identificar problemas y ver posibles soluciones (Marín, 2007).

El tipo de paradigma de la presente investigación es Positivista, debido a que la investigación está basada en la medición de las variables con datos estadísticos.

Tal como lo menciona Hernández (1998), este paradigma permite abordar la naturaleza del conocimiento empírico en la teoría que acopla el conocimiento al desarrollo intelectual individual y social, en un plan para incorporar métodos de la ciencia al enfoque del estudio a las relaciones sociales.

Este procedimiento es usualmente utilizado en las ciencias exactas.

Se afirma que el paradigma positivista, debe basarse en la investigación en donde su objetivo sea comprobar una o más hipótesis por medio de datos estadísticos o determinando variables mediante expresiones numéricas (Ricoy, 2006).

Ríos (2004), afirma que el paradigma positivista, es caracterizado por un alto interés de verificación de los conocimientos a través de predicciones. Debido a que es importante plantear distintas hipótesis tal como predecir lo que va a suceder y después verificarlo.

METODOLOGÍA

La presente investigación tiene una metodología cuantitativa, la cual tiene como propósito recopilar y analizar datos adquiridos sobre variables para obtener datos (Neill y Cortez, 2017).

Según Neill y Cortez (2017), la metodología cuantitativa tiene como objetivo adquirir los distintos conocimientos fundamentales, debido a que se recolectan y se analizan datos mediante conceptos y variables.

Con el método cuantitativo se busca determinar la relación y asociación entre las variables existentes, así como la difusión y obtención de los respectivos resultados mediante una muestra que permite llevar a cabo inferencias dentro de una población en específico que permiten explicar la razón y el por qué se llega a dar o no, un determinado tema o hecho (Monje, 2011).

Cook (1979), menciona que existen dos métodos para la recopilación de datos: cuantitativo y cualitativo. Centrándonos en el método cuantitativo, se puede decir que este método obtiene, recoge y analiza datos numéricos.

Este método tiene el propósito de cuantificar y entender el problema y comprender que tan analizado y generalizado están las variables mediante los resultados dentro de la población aplicada (Neill y Cortez, 2017).

En las investigaciones cuantitativas existe la predominación de la cantidad y el respectivo manejo estadístico matemático, en la cual se obtiene un valor igual en los informantes (Caballero, 2014).

ALCANCE:

El alcance de la presente investigación es la correlación, debido a que se busca determinar y analizar como el apego y la dependencia emocional influye y prevalece en los adultos. Según (Hernández, et al., 2014) la investigación correlacional permite medir dos o más variables, estableciendo una relación estadística entre ellas. Las investigaciones cuantitativas correlacionales permiten medir la relación que existe entre las variables existentes, así como también analizar la correlación entre sí.

La investigación cuantitativa con enfoque correlacional tiene la intención de conocer la relación, asociación y relación entre dos o más variables dentro de una muestra en particular (Hernández, et al., 2014).

DISEÑO Y ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN:

La presente investigación tiene un diseño no experimental con enfoque trasversal, debido a que se recopilan datos de ambas variables dentro de un tiempo específico, asegurando que las variables no serán manipuladas.

Las investigaciones de estudios trasversales son las que recopilan datos en un espacio de tiempo específico, describiendo las variables, así como también analizando su interrelación y la incidencia en el tiempo asignado (Huaire, 2019).

Así como lo menciona Barrera (2010), el tipo de investigación no experimental es aquella que se lleva a cabo sin manipular las variables, basándose en la observación de fenómenos dentro de su contexto natural para posterior a esto analizarlos.

MUESTREO:

El tipo de muestreo de la investigación es no probabilístico de tipo intencional, en la cual la muestra empleada para la investigación son adultos.

La muestra es el conjunto de unidades que se admiten o se toman de una población en específico, las mismas que deben tener características que reflejen e identifiquen a la población. Al momento de escoger una muestra se debe especificar la región de interés, definir las características de interés, por ejemplo: género, edad, ocupación, entre otros (Velázquez, 2017).

Tal como lo mencionan Carpio y Hernández (2019), los métodos no probabilísticos, se determinan y seleccionan específicamente a los sujetos de la población escogida, empleando criterios determinados.

El tipo de muestreo utilizado en la investigación está direccionada a personas con edades entre los 18 y 63 años, del territorio ecuatoriano, la aplicación se llevará

a cabo de manera individual o colectiva, según el caso que corresponda.

Los criterios de inclusión de la presente investigación son: vivir en Ecuador, tener una edad entre 18 y 63 años y dar el consentimiento para realizar la investigación. Por otro lado, los criterios de exclusión son: residir en otro país, no cumplir con el rango de edad requerido y no dar el consentimiento para realizar la investigación.

PRINCIPIOS ÉTICOS

Tal como lo menciona Hoyos (2000) dentro de las investigaciones en animales y seres humanos existe la posibilidad de presenciar conflictos debido a ciertos dilemas éticos de complicada resolución, como la comprensión deficiente de lo que resulta darle el significado apropiado o coherente a la ciencia y conciencia o por la necesidad de plantear problemas éticos de las investigaciones que provienen de categorías lógicas-abstractas en la cual es de gran importancia contar con criterios establecidos acerca de algunos principios éticos fundamentales que sean de gran utilidad en el desarrollo de los protocolos de las investigaciones científicas y la aplicación de los mismos de manera coherente de principio a fin.

Los principios éticos sirven como factores de resoluciones racionales para aquellos problemas generalizados de ente ético (Hoyos, 2000).

En la presente investigación se tomaron en cuenta lo siguiente en relación a la ética:

Respeto a las personas, beneficencia, justicia y no-maleficencia.

El principio ético de respeto a las personas brinda valoración y atención dentro de la escala de los propios valores de las demás personas, tomando en cuenta sus temores, su proyecto de vida y sus expectativas. El respeto a las personas engloba situaciones sociales, económicas, culturales, ecológicas, étnicas, entre otras (Hoyos, 2000).

En lo que embarca al principio ético de la beneficencia Hoyos (2000) menciona que este principio está enfocado en el deber moral y ético de buscar el bien para las personas que forman parte de la investigación, con el propósito de alcanzar grandes beneficios y disminuir el riesgo de desencadenar posibles lesiones o daños. En otras palabras, que estos riesgos sean acordes a los beneficios anticipados.

Otro de los principios éticos es el de justicia, en el cual dentro de las investigaciones pueden ser analizados desde mismos principios o direccionado a analizar las consecuencias de los actos. Un diseño de investigación justo es aquel que es consciente y está de acuerdo con los principios como lo es el respeto a las personas (Hoyos, 2000).

Por último, Hoyos (2000) explica que el principio de la no-maleficencia es el deber fundamental ético de no causar ningún daño durante el proceso de investigación, es decir, no hacer el mal o hacer daño a un animal, a su ecosistema, a los seres humanos y a su integridad. Por ende, este principio está centrado en que tanto seres humanos y

animales sean tratados como lo que son desde el aspecto moral y legal, caracterizando que son seres vivos, sensibles con necesidades vitales que pueden sentir dolor.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Los instrumentos que se utilizarán en la presente investigación son: Cuestionario de apego “CAMIR-R” y la escala de dependencia emocional “ACCA”.

Cuestionario de evaluación del apego “CAMIR-R”

El CAMIR-R es un cuestionario creado por Balluerka, Lacasa, Gorostiaga, Muela y Pierrehumbert en el año 2011. Es un instrumento que mide las distintas representaciones del apego y la percepción del funcionamiento familiar en la adolescencia y adultez. El cuestionario contiene 32 ítems que el sujeto parte de la investigación deberá contestar en una escala de tipo *Likert* de 5 puntos como opciones de respuesta siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 5 “completamente de acuerdo”, para llevar a cabo la aplicación se necesitará de 15 a 20 minutos aproximadamente (Balluerka, et al., 2011).

Para obtener y analizar los resultados, las puntuaciones de los participantes deberán ser trasladadas a una tabla en *Excel* en donde se obtendrán las puntuaciones T de las distintas dimensiones del apego, las cuales permitirán conocer las características de las representaciones del apego, que, además estas dimensiones permitirán caracterizar el

estilo de apego de las personas que fueron parte de la investigación.

El cuestionario tiene una consistencia interna adecuada y a su vez, contiene validez factorial apropiada, convergente y de decisión. En términos de confiabilidad del instrumento CAMIR-R, tomando en cuenta su consistencia global interna, se afirma que el porcentaje de confiabilidad es de 0.81 (Balluerka, et al., 2011).

La estructura del cuestionario contiene 7 dimensiones, en el cual 5 corresponden a las representaciones del apego: 1. Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego, 2. Preocupación familiar, 3. Interferencia de los padres, 4. Autosuficiencia y rencor contra los padres y 5. Traumatismo Infantil. Las dos dimensiones restantes tan enfocadas a la representación de la estructura familiar, es decir, 1. Valorar de autoridad de los padres, 2. Permisividad parental (Balluerka, et al., 2011).

Escala de dependencia emocional: “ACCA”

La escala ACCA, es una escala creada por Anicama, Caballero, Cirilo y Aguirre en el año 2013, el cual evalúa la dependencia emocional como una respuesta inadaptada, es decir una clase de respuesta que emite el organismo en las cinco variables o componentes de interacción con el ambiente en el que se desarrollan las personas como: emocional, autonómica, social, motor y cognitivo, las misma que se expresan en la dependencia emocional en

nueve áreas o componentes. La aplicación de este instrumento puede ser de manera colectiva o individual en personas de 15 en adelante, con un tiempo de aplicación de 20 minutos (Anicama, et al., 2013).

Las nueve áreas o componentes de la dependencia emocional son: 1. Ansiedad por separación, 2. Miedo a la soledad o abandono, 3. Apego a la seguridad o protección, 4. Expresiones límite, 5. Abandono de planes propios, 6. Búsqueda de aceptación y atención, 7. Percepción de su autoestima, 8. Percepción de su auto eficiencia, 9. Idealización de la pareja (Anicama, et al., 2013).

La escala está compuesta de 37 ítems que evalúan 9 áreas de la dependencia emocional y además 5 ítems que miden la deseabilidad social, sumando un total de 42 ítems. La validez de este instrumento es ente 0.80 y 1.00, demostrando que es una validez adecuada. Además, la confiabilidad demuestra que la escala tiene una consistencia interna alfa de Cronbach con una puntuación de 0.786 y de la prueba de mitades de Guttman obtuvo un puntaje de 0.826, siendo una escala confiable (Anicama, et al., 2013).

El área de deseabilidad social está compuesta por los ítems: 5, 14, 22, 32 y 42. Si el evaluado coincide con la clave de respuestas de esto ítems, se le agrega un punto indicando que es una mentira (Anicama, et al., 2013).

Después de calificar los ítems según la clave de respuestas indicadas, lo siguiente a realizar es establecer con los baremos

respectivos, su ubicación en el puntaje directo total para el adecuado diagnóstico. Para finalizar con el diagnóstico correspondiente, después de tener el puntaje total de los ítems, los diagnósticos se dividen en 4 categorías: 1. Dependiente, 2. Tendencia a depender, 3. Estable emocionalmente, 4. Muy estable (Anicama, et al., 2013).

El análisis de la información obtenida, es decir los datos sociodemográficos y los resultados de los test aplicados, fueron codificados en Excel para después ser ingresados al programa SPSS, para el respectivo análisis correlacional, con el fin de conocer la existencia o no de la relación de ambas variables de la presente investigación (Apego y Dependencia emocional).

RESULTADOS

Una vez aplicados los dos instrumentos Cuestionario de apego “CAMIR-R” y la escala de dependencia emocional “ACCA” a 215 participantes, principalmente a adultos entre 18 y 65 años, ecuatorianos y residentes de la ciudad de Quito, a continuación, se presentan los siguientes resultados.

Resultados Sociodemográficos

Figura Nro.1. Edad

Fuente: Investigación

En la figura Nro. 1 se puede observar que el rango de edad de los 215 participantes es entre 18 y 63 años. El 56% tienen 18-23 años, el 20% tienen 24-29 años, el 6% tienen 33-35 años, el 5% tienen 42-47 años, el 4%

Apego y Dependencia Emocional en adultos

tienen 54-59 años, el 3% tienen 36-41 años, el 3% tienen 48-53 años y el 3% restante tienen 60-63 años, los cuales fueron participantes en el proceso de investigación.

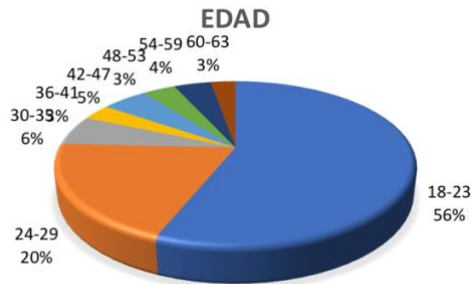


Figura Nro. 2. Sexo

Fuente: Investigación

En la figura Nro. 2 tomando en cuenta a los 215 participantes podemos observar que el sexo femenino predomina con un 67,9%, mientras que el sexo masculino tiene el 32,1%.

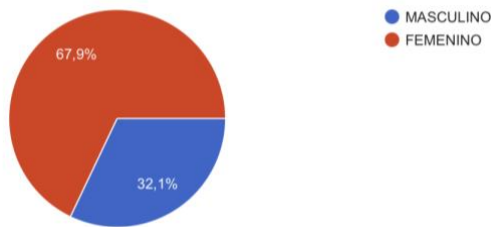


Figura Nro. 3. Estado Civil

Fuente: Investigación

En la figura Nro. 3 tomando en cuenta los 215 participantes, podemos observar que el 74,9%, son solteros, el 18,1% están casados, el 2,8% son divorciados, el 1,4% son viudos, el 1,4% son separados y el 1,4% están en unión libre.

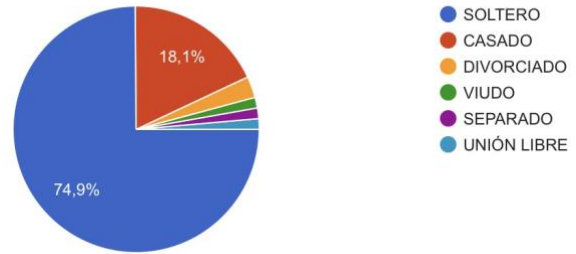


Figura Nro. 4. Nivel de Instrucción

Fuente: Investigación

En la figura Nro. 4 el 53,3% de los participantes tiene formación de Pregrado, el 27,9% tienen formación en Bachillerato, el 14% tienen formación de Posgrado, el 1,4% cuentan con formación Básica y el 0,5% han tenido formación en Doctorado.

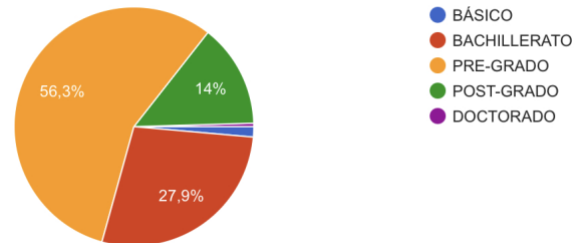


Tabla Nro. 1. Correlación de la dependencia emocional con los datos sociodemográficos.

Fuente: Investigación

En la tabla Nro. 1 podemos observar que existe una correlación significativa entre la dependencia y los datos sociodemográficos como el estado civil y el nivel de instrucción, mientras que existe una correlación muy significativa entre la dependencia emocional y la edad de los participantes.

Apego y Dependencia Emocional en adultos

Correlaciones

		APEGO	DEPENDENCIA
Rho de Spearman APEGO correlación	Coef. De	1,000	,148*
	Sig. (bilateral) N	215	,030 215
DEPENDENCIA correlación	Coef. De	,148*	1,000
	Sig. (bilateral) N	,030 215	215

Tabla Nro. 2. Correlación entre el apego y la dependencia emocional.

Fuente: Investigación

En la tabla Nro. 2 podemos observar que existe correlación significativa entre el apego y la dependencia emocional.

	DEPENDENCIA	EDAD	SEXO	ESTADO	INSTRUCCIÓN	MASCOTA	MUERTE	TIEMPO
Rho de Spearman DEPENDENCIA	1,000	,224**	,107	,141*	,175*	,080	,043	-,115
Coeficiente de correlación		,001	,118	,038	,010	,245	,529	,093
Sig. (bilateral) N	215	215	215	215	215	215	215	215

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Según la investigación realizada por Pérez y Perea (2023) titulada Apego y dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Privada de Lima Norte, se menciona que hay una correlación significativa entre el apego y la dependencia emocional de los estudiantes de psicología de Lima teniendo un coeficiente de correlación de ,416* indicando una relación directa y alta entre las variables.

En la presente investigación existe una correlación significativa entre las variables, con una diferencia entre la relación, debido a que como se puede apreciar en la Tabla Nro. 2 el coeficiente de correlación entre las

variables es de ,148* indicando una relación directa moderada entre las variables.

Según la investigación realizada por Deluque, Hurtado y Loaiza (2021) titulada Apego y dependencia emocional en población joven, se destaca que dentro de los 152 participantes de la investigación hay una prevalencia del apego seguro analizando la disponibilidad y apoyo de las figuras de apego, es decir que se sienten queridos y consideran que la relación con sus figuras de apego en general es positiva.

De acuerdo al análisis de la presente investigación, tomando en cuenta los 215 participantes, el estilo de apego que predomina es el apego preocupado, describiendo la preocupación familiar, es decir que se busca atención excesiva y aprobación de los demás, protestando por el distanciamiento o la separación lo que les ocasiona mucha preocupación, sufriendo inestabilidad emocional y ansiedad en las relaciones con las figuras de apego.

Según la investigación realizada por Vásquez (2019) titulada Estilos de apego y dependencia emocional en adolescentes de instituciones educativas públicas de Surquillo, menciona que en su investigación existe una correlación muy significativa, lo cual indica que entre las variables existe una correlación moderada inversa, lo que quiere decir que a mayor estilo de apego seguro hay menor dependencia.

Por otro lado, en la presente investigación existe una correlación significativa entre las dos variables que son el apego y la dependencia emocional, lo que indica que a mayor apego hay mayor dependencia.

Apego y Dependencia Emocional en adultos

Según la investigación realizada por Valencia (2023) titulada Tipos de apego y su relación con la dependencia emocional en las relaciones amorosas de adolescentes de bachillerato de la ciudad de Ibarra-Ecuador, se menciona que el estilo de apego predominante es el apego seguro, seguido del apego preocupado y con menor prevalencia el estilo de apego evitativo.

Por otro lado, la dependencia emocional en esta investigación está categorizada como dependencia emocional moderada, describiendo que es la más frecuente en su investigación con 150 participantes.

A diferencia de la presente investigación, el estilo de apego predominante es el apego preocupado, seguido del apego seguro y con menor prevaecía en el estilo de apego evitativo, dando una diferencia significativa entre la prevalencia de los estilos de apego, pero constando que el apego evitativo es el que menos prevalece en ambas investigaciones. Además, la dependencia emocional en la presente investigación la mayor prevalencia de la dependencia tomando en cuenta a los 215 participantes se categoriza como tendencia a depender. Demostrando una gran diferencia entre la investigación de Valencia (2023).

Según la investigación realizada por Espinoza (2019) titulada Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior, Chimbote, se menciona que el nivel de apego y dependencia emocional de los 52 participantes es denominada baja, explicando que la prevalencia del apego y la dependencia emocional está abajo del promedio.

Por otro lado, en la presente investigación se puede asegurar que el nivel de apego y dependencia emocional de los 215 participantes es alto, es decir más arriba del promedio.

Según la investigación realizada por Moreta (2023) titulada Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la ciudad de Quito. Se puede observar que existe una correlación significativa entre los estilos de apego y la calidad de pareja con los datos sociodemográficos, tras el análisis del programa SPSS.

Mientras que, en la presente investigación, hay una correlación muy significativa de la segunda variable que es la dependencia emocional con la edad la cual forma parte de los datos sociodemográficos y una correlación significativa entre el estado civil y la dependencia emocional.

En conclusión, se ha podido identificar en la presente investigación que existe una correlación significativa entre el apego y la dependencia emocional según el análisis del programa SPSS, tal como se evidencia en la tabla Nro. 2.

Se describió que el tipo de apego que predomina en los adultos entre los 18 y 63 años es el apego preocupado.

El nivel de dependencia emocional en los adultos entre 18 y 63 años se lo describe como tendencia a depender.

Se evidenció en los datos sociodemográficos que existe una correlación muy significativa entre la edad y la dependencia emocional, mientras que, entre la dependencia

emocional, el estado civil y el nivel de instrucción existe una correlación significativa según el análisis del programa SPSS, tal como se evidencia en la tabla Nro. 1.

En cuanto a las limitaciones que se presentaron en esta investigación, en primer lugar, fue la carencia de instrumentos avalados en el Ecuador para la medición de las variables específicas. Por otro lado, la limitada cantidad de participantes voluntarios para la aplicación de los instrumentos, por ello se recurrió a la aplicación del mismo dentro de la Universidad Indoamérica y exteriores. Se puede asumir que algunos participantes no respondieron con la verdad y por ello hubo un margen de error, por lo cual se descartaron 15 test por esta razón. Y por último hubo cierta limitación al realizar la aplicación de los instrumentos mediante un cuestionario en Google Forms, debido a que la calificación y codificación de los 215 test fue extensa.

En cuanto a las recomendaciones, es importante mencionar que se deben diseñar nuevos instrumentos para definir el estilo de apego de las personas, tomando en cuenta aspectos de funcionamiento familiar, desenvolvimiento y relaciones interpersonales e intrapersonales, con el objetivo de tener un análisis más global de todas las áreas mencionadas y se tengan en

cuenta otros campos de investigación. Por otro lado, también la creación de nuevos instrumentos que midan los niveles de dependencia emocional presente en las personas con opciones de respuestas variadas para obtener resultados precisos. Por último, es de gran relevancia mencionar que se necesitan realizar nuevos aportes científicos en cuanto a la teoría del apego y la dependencia emocional, con el objetivo de tener más respaldos bibliográficos para futuras investigaciones.

El aporte de esta investigación se puede destacar que será útil para la sociedad con respecto al conocimiento y conceptualización de la teoría del apego, junto a sus estilos, tomando en cuenta las diferenciaciones de cada uno. Y además la relación que tiene el apego con la dependencia emocional, lo cual se tendrá en cuenta para evitar posibles afectaciones en la vida de las personas. Por último, esta investigación podría ayudar al aporte de futuras investigaciones y estudios psicológicos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña H., L. E., Ríos C., M., Vásquez C., D. A., Ardila P., M. C., & Acuña H., M. (2018). Estilos de apego en una población estudiantil. *Revista De Investigación En Psicología*, 21(1), 5–14. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8162714.pdf>
- Ainsworth, S., Blehar, C., Waters, E y Wall, S. (1978). Patterns of attachment. *Psychology press Classic Editions*. <https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2021/01/Ainsworth-Patterns-of-Attachment.pdf>
- Alcindor, P., Delgado, A., Izquierdo, F. J., y Faya, M. (2022). Estilos de apego y perfil de dificultades en la regulación emocional en una muestra de adolescentes femeninas (16-19 años). *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(1), 10–24. <https://aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/847/801>
- Anicama, J., Caballero, G., Cirilo, I. y Aguirre, M. (2013). Escala de Dependencia Emocional: ACCA. <https://www.scribd.com/document/382042921/Escala-de-Dependencia-Emocional-ACCA>
- Azuaga, M., Méreles, A., Peralta, A., Gamarra, G., y Ramírez, H. (2021). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal. *Revista de la Sociedad Científica del Paraguay*, 26(2), 9-23. Epub noviembre 02, 2021. http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2617-47312021000200009
- Barrera, C. (2010). *¿Qué es el diseño no experimental?* [Archivo PDF]. https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf

Apego y Dependencia Emocional en adultos

- Caballero, A. (2014). Metodología integral innovadora para planes y tesis. [Archivo PDF]. https://drive.google.com/file/d/1wIjFGXziOzXlwwSeNzMQEH_mMXUdha0g/view?pli≡1
- Campos, Y., Hernández, R. Y Rosas, F., (2019). Estilo de apego rechazante y ansiedad como indicadores de enfermedades crónicas no transmisibles. *Revista Salud Uninorte*, 35(2), 221-237 http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S0120-55522019000200221&lng=en&tlng=es
- Carpio, N. y Hernández, C. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Revista Alerta*, 2(1), 75-79. <file:///C:/Users/LAB3PC959/Downloads/7746.pdf>
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto “dependencia emocional”. I *Congreso Virtual de Psiquiatría*. <https://psiquiatria.com/404>
- Cook, T. y Reichardt, C. (1979). Qualitative and quantitative methods in evaluation research. *Sage Publications*. <https://www.scholars.northwestern.edu/en/publications/qualitative-and-quantitative-methods-in-evaluation>
- De la Villa, M., Sirvent, C., Ovejero, A y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Revista Terapia Psicológica*. Vol. 36, Nº 3, 156–166. <http://www.teps.cl/index.php/teps/article/view/240/287>
- Deluque, C., Hurtado, R., Loaiza, G. (2021) Apego y dependencia emocional en población joven. [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/808b68ad-4deb-4f47-b48b-9e4b06f2a1e6/content>
- Díaz, E., Sacoto, M., France, M., y Latorre, G. (2022). Estilos de apego adulto y regulación emocional en población de Quito, Ecuador. *Revista Ciencias Psicológicas*, 16(2), e2684. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212022000201216
- Espinoza, N. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior, Chimbote. [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36565/Espinoza_MNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Estévez, A., Momeñe, M., Vázquez, O., y Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Revista Anales de*

Apego y Dependencia Emocional en adultos

- Psicología*, 34(3), 438-445. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282018000300003
- Fourment, K. (2009). Validez y confiabilidad del auto-cuestionario de modelos internos de relaciones de apego (CaMir), en un grupo de madres de Lima Metropolitana. [Tesis no publicada, Universidad Pontificada Universidad Católica del Perú]. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/418/FOURMENT_SIFUENTES_KATHERINE_VALIDEZ_CONFIABILIDAD_MADRES.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fraley, R. C., & Spieker, S. J. (2003). Are infant attachment patterns continuously or categorically distributed? A taxometric analysis of strange situation behavior. *Developmental Psychology*, 39(3), 387–404. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.3.387>
- Garrido, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80538304.pdf#page51>
- Hanoos López, M. (2020). Relación entre estilos de apego y regulación. *MLS Psychology Research* 3 (2), <https://www.mlsjournals.com/Psychology-Research-Journal/article/download/561/898/>
- Hernández, G. (1998). Paradigmas psicológicos en Educación. (117-121 y 132-167). *Revista México Paidós*. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=1301925&pid=S1316-0087201100020000600008&lng=es
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la Investigación. *Mc Graw Hill Education*. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hoyos, J. (2000). Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales. *Revista de medicina de Buenos Aires*. 60: 255 -258. https://www.medicinabuenosaires.com/revistas/vol60-00/2/v60_n2_255_258.pdf
- Huaire, E. (2019). Método de investigación. [Archivo PDF]. <https://www.academica.org/edson.jorge.huaire.inacio/35.pdf>
- Jiménez, M., Jiménez, D., y Torres, R. (2020). La dependencia emocional y su influencia en la depresión por ruptura amorosa. [Archivo PDF]. file:///C:/Users/LAB2COM959/Downloads/62_736%20-%20749.pdf

Apego y Dependencia Emocional en adultos

- Lecannelier, F., Kimelman, M., González, L., Núñez, C., y Hoffmann, M. (2008). Evaluación de Patrones de Apego en Infantes Durante su Segundo Año en Dos Centros de Atención de Santiago de Chile. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVII(3), 197-207. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921795001.pdf>
- Lemos, M., y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Revista Acta Colombiana de Psicología*, 9 (2), 127-140. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>
- Marín, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 4(2), 85-91. <https://doi.org/10.35626/casus.2.2019.176>
- Marín, L. (2007). La noción de paradigma. *Signo y Pensamiento*, XXVI (50), 34-45. [Archivo PDF]. <https://www.redalyc.org/pdf/860/86005004.pdf>
- Masapanta, N. Y Núñez, M. (2023). Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 421-435. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.260>
- Mayorga, J., Vega, V. (2021). Relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista Psicología Unemi Volumen 5, N° 009, Julio a Diciembre 2021*. Pp. 46 - 57. <https://deliverypdf.ssrn.com/delivery.php?ID=786008073006113118005125104071081026007020070051029034123120024108088089124067123074005096039059060008027077084082095089102124117017069069028106093114021019080015070055018023070122076108093091069124124077006023031106064099100089100024027104117084074096&EXT=pdf&INDEX=TRUE>
- Maysel, O. (1998). Maternal caregiving strategy—a distinction between the ambivalent and the disorganized profile. *Infant Mental Health Journal*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/%28SICI%291097-0355%28199821%2919%3A1%3C20%3A%3AID-IMHJ2%3E3.0.CO%3B2-3>
- Mónaco, E., de la Barrera, U., y Montoya, I. (2021). La influencia del apego sobre el bienestar en la juventud: el rol mediador de la regulación emocional. *Anales de Psicología*, 37(1), 21-27. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-97282021000100003&script=sci_arttext&tlng=es

Apego y Dependencia Emocional en adultos

- Moneta, M. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría*, vol. 85(3), 265-268. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062014000300001
- Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. [Tesis pregrado, Universidad Surcolombiana]. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Moreta, M. (2023). Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la ciudad de Quito. [Tesis de pregrado, Universidad Indoamérica]. <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/5673/1/MORETA%20CEDILLO%20MARCOS%20DAVID.pdf>
- Neill, D. y Cortez, L. (2017). Procesos y fundamentos de la investigación científica. Ed. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Machala]. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
- Pérez, C., Perea, A. (2023). Apego y dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Privada de Lima Norte. [Tesis de pregrado, Universidad privada del norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/33281/Perea%20Ascate%2c%20Angie%20Brighit%20-%20Perez%20Vasquez%2c%20Carmen%20Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ponce, C., Aiquipa, J., y Arboccó, Manuel. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Revista Propósitos y Representaciones*, 7(spe), e351-351. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000400005#:~:text=La%20dependencia%20emocional%20constituye%20la,la%20interacci%C3%B3n%20con%20sus%20parejas.
- Ricoy, L. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Educación (Santa María. Online)*, 31(1), 11-22. <https://www.redalyc.org/pdf/1171/117117257002.pdf>
- Ríos, F. (2004) Paradigmas y perspectivas teórico-metodológicas en el estudio de la administración. [Tesis de pregrado, Universidad Veracruzana]. <https://www.uv.mx/iiesca/files/2013/01/paradigmas2004-2.pdf>
- Rocha, B., Umbarila, C., Meza, M., & Riveros, F. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en

Apego y Dependencia Emocional en adultos

- Colombia. *Revista Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(2), 285-299.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982019000200009
- Rodríguez, J., Rodríguez, C., Góngora, J., & Rodríguez, J. (2021). Perfiles de apego adulto y características de personalidad en adolescentes. *Revista Academo (Asunción)*, 8(2), 42-54.
http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2414-89382021000200042
- Salándole, J. (2021). Dependencia emocional en relaciones de parejas adultas: aproximaciones a las investigaciones en el Ecuador [Tesis de licenciatura, Universidad Indoamérica del Ecuador]. Repositorio digital UTI.
<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2609/1/SALAN%20BARRERA%20JOHANNA%20LIZBETH.pdf>
- Tutiven, T., Larrea, L., Peñafiel, A., y Vélez, J. (2022). Dependencia emocional como rasgo predisponente en la violencia psicológica. *Revista Probominum*, 4(1), 88-108.
<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0095>
- Valencia, E. (2023). Tipos de apego y su relación con la dependencia emocional en las relaciones amorosas de adolescentes de bachillerato de la ciudad de Ibarra-Ecuador. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte].
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/13951/5/PG%201421%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>
- Valle, L., y De la Villa, M. (2017). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista iberoamericana de psicología y salud*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6323805>
- Vásquez, E. (2019). Estilos de apego y dependencia emocional en adolescentes de instituciones educativas públicas de Surquillo. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37413/Roque_VEC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Velázquez, A. (2017). Tipo de muestreo. Diplomado de Análisis de información Geoespacial. Conacyt,14. [Archivo PDF].
<https://centrogeo.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1012/163/1/19-Tipos%20de%20Muestreo%20-%20%20Diplomado%20en%20An%C3%A1lisis%20de%20Informaci%C3%B3n%20Geoespacial.pdf>

Apego y Dependencia Emocional en adultos

Zárate, N., Flores, P., Martínez, E., Alvarado, E., y Jiménez, C. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de Medicina. *Revista Medicina Hered.* 33: 128-132.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v33n2/1729-214X-rmh-33-02-128.pdf#page51>

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, quiero agradecer a Dios por sus bendiciones y por poner en mi vida a personas maravillosas que me han acompañado desde el día uno de mi carrera universitaria.

Gracias a mi linda Universidad Indoamérica por darme la oportunidad de pertenecer a ella. A mis queridos maestros por brindarme tantos conocimientos, enseñanzas y sabiduría a lo largo de toda la carrera.

Eterno agradecimiento a mi familia. A mis padres Edmundo e Ivonne por ser mi soporte y mi motivación siempre. Por apoyarme en cada escalón hasta llegar aquí y por ser mi luz cuando más necesité. A mi hermana Karen por darme siempre su mano, acompañarme y ser mi fuerza en todo momento. A mi sobrino Samuel por llegar a llenarme de sonrisas y mucho amor. A mis mascotas Ashley, Hanna, Nala, Samy y Reina, por ser mi inspiración y brindarme su lealtad y amor incondicional en todo momento, desde el lugar en donde se encuentren.

DEDICATORIA

Cuando mi mente se llenó de dudas, tu consuelo renovó mi esperanza y mi alegría.


Salmos 94:19.

Con todo mi corazón, dedico esta investigación a Dios por ser mi fortaleza y darme sabiduría. A mis padres, mi hermana y a mi sobrino quienes creyeron en mí en todo momento, por transmitirme tanta confianza hacia mí misma, por su amor y comprensión siempre. A mis mascotas, por ser lo más bonito del universo y llenarme de tanta felicidad.

Quisiera dedicar este gran logro a la niña que vive en mí, expresarle lo orgullosa que estoy de ella y de todos sus logros que se han convertido en sueños hechos realidad.

Sin ustedes y sin su apoyo no habría podido culminar de manera tan linda y exitosa este camino tan importante para mí que ha sido la universidad.

ANEXOS.



Universidad
Indoamérica

Apego y Dependencia Emocional

El siguiente Forms contiene el formulario CAMIR-R, el cual es un cuestionario para medir el Apego en el adulto y la escala ACCA, que mide la dependencia emocional. Los resultados tienen fines de investigación por lo que los datos obtenidos serán de absoluta confidencialidad.

El tiempo de aplicación es de aproximadamente 10 minutos.

[Acceder a Google](#) para guardar el progreso.
[Más información](#)

* Indica que la pregunta es obligatoria

CUESTIONARIO CAMIR-R

El formulario CAMIR-R tiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de la relación que usted estableció con sus seres queridos. Por ello, debe indicar en qué medida usted está de acuerdo en cada una de las siguientes afirmaciones.

Lea cada frase con cuidado y señale si usted está (1) En total desacuerdo (2) En desacuerdo (3) Neutro (ni de acuerdo ni en desacuerdo) (4) De acuerdo (5) Totalmente de acuerdo. No hay respuestas correctas o erróneas, todas sus respuestas son válidas.

Apego y Dependencia Emocional en adultos

ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

ACCA

INSTRUCCIONES

La presente escala contiene una lista de afirmaciones relacionadas con la forma de pensar, sentir y hacer las cosas de la vida diaria, en diferentes situaciones.

Lea

cada frase con cuidado y señale si está de acuerdo o no con la afirmación escrita.

No hay respuestas correctas o erróneas, todas sus respuestas son válidas. No

dedique mucho tiempo a cada frase, simplemente responda lo que considere se ajusta

mejor a su forma de actuar, pensar o sentir.

Anexos 1. CAMIR-R*

Nombre:

Fecha de Nacimiento: Fecha de hoy:

Este cuestionario trata sobre las ideas y sentimientos que tienes de tus relaciones personales y familiares. Tanto del presente, como de tu infancia. Lee cada frase y rodea el número de la opción que mejor describa tus ideas y sentimientos.

Los resultados de este cuestionario son confidenciales

Opciones de respuesta:

5.- Muy de acuerdo

2.- En desacuerdo

4.- De acuerdo

1.- Muy en desacuerdo

3.- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo

1	Las amenazas de separación, de traslado a otro lugar, o de ruptura de los lazos familiares son parte de mis recuerdos infantiles	1	2	3	4	5
2	Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario	1	2	3	4	5
3	En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo	1	2	3	4	5
4	Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido	1	2	3	4	5
5	En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante	1	2	3	4	5
6	Cuando yo era niño(a), sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos	1	2	3	4	5
7	Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez, me parecen, en general, positivas	1	2	3	4	5
8	Detesto el sentimiento de depender de los demás	1	2	3	4	5
9	Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas	1	2	3	4	5
10	Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables	1	2	3	4	5
11	Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos	1	2	3	4	5
12	No puedo concentrarme sobre otra cosa, sabiendo que alguno de mis seres queridos tiene problemas	1	2	3	4	5
13	Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte	1	2	3	4	5
14	Siempre estoy preocupado(a) por la pena que puedo causar a mis seres queridos al dejarlos	1	2	3	4	5
15	Cuando era niño(a), tenían una actitud de dejarme hacer	1	2	3	4	5
16	De adolescente, nadie de mi entorno entendía del todo mis preocupaciones	1	2	3	4	5

Apego y Dependencia Emocional en adultos

Fernando Lacasa y Alexander Muela

17	Cuando yo era niño(a), teníamos mucha dificultad para tomar decisiones en familia	1	2	3	4	5
18	Tengo la sensación de que nunca superaré la muerte de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
19	Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia	1	2	3	4	5
20	Mis padres no se han dado cuenta que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia	1	2	3	4	5
21	Siento confianza en mis seres queridos	1	2	3	4	5
22	Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería	1	2	3	4	5
23	Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
24	A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres	1	2	3	4	5
25	Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado(a)	1	2	3	4	5
26	Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
27	Mis padres no podían evitar controlarlo todo: mi apariencia, mis resultados escolares e incluso mis amigos	1	2	3	4	5
28	Cuando era niño(a), había peleas insoportables en casa	1	2	3	4	5
29	Es importante que el niño aprenda a obedecer	1	2	3	4	5
30	Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo	1	2	3	4	5
31	La idea de una separación momentánea con uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud	1	2	3	4	5
32	A menudo, me siento preocupado(a), sin razón, por la salud de mis seres queridos	1	2	3	4	5

*Balluerka, N., Lacasa, F., Gorostiaga, A., Muela, A. y Pierrehumbert, B. (2011). Versión reducida del cuestionario CaMir (CaMir-R) para la evaluación del apego. *Psicothema*, 23, 486-494.

ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

Anicama, Caballero, Cirilo y Aguirre 2013
Tercera versión

INSTRUCCIONES

La presente escala contiene una lista de afirmaciones relacionadas con la forma de pensar, sentir ya hacer las cosas de la vida diaria, en diferentes situaciones. Lea cada frase con cuidado y señale con una "X" si está de acuerdo o no con la afirmación escrita. No hay respuestas correctas o erróneas, todas sus respuestas son válidas. No dedique mucho tiempo a cada frase, simplemente responda lo que considere se ajusta mejor a su forma de actuar, pensar o sentir.

Nº	ITEMS	SI	NO
1	Mi miedo se incrementa con la sola idea de perder a mi pareja.		
2	Experimento un vacío intenso cuando estoy sin mi pareja.		
3	Necesito tener siempre a mi pareja conmigo.		
4	Mi mayor temor es que mi pareja me abandone.		
5	Estoy completamente libre de prejuicios de cualquier tipo.		
6	Sin darme cuenta he arriesgado mi vida para mantener a mi lado a mi pareja.		
7	Mi necesidad de tener a mi pareja conmigo me hizo realizar acciones contra mi vida.		
8	Creo en la frase "la vida contigo tiene sentido".		
9	Pienso que el amor por mi pareja no tiene límites incluso el dar la vida.		
10	Por evitar que mi pareja me abandone le he causado daño físico como también a otras personas.		
11	Cuando tengo que ausentarme por unos días de las actividades bajo mi responsabilidad me siento angustiado.		
12	Me preocupa la idea de no tener apoyo de nadie.		
13	Me preocupa que dejen de quererme y se alejen de mí.		
14	Respondo inmediatamente los correos electrónicos que recibo.		
15	Hago todo lo posible para que los demás me presten atención.		
16	Necesito ser considerado siempre en los grupos sociales para sentirme bien.		
17	Soy feliz cuando soy aceptado por los demás.		
18	Si no consigo mis objetivos propuestos me deprimó con facilidad.		
19	Me gusta mi carrera y permaneceré laborando en un área de la misma.		

20	Tengo muchas razones para pensar que a veces no sirvo para nada.		
21	Me inclino a pensar que tengo motivos más que suficientes para sentirme orgulloso(a) de mí mismo(a).		
22	Nunca he dicho mentiras en mi vida.		
23	En general creo que, mis padres han dado lo mejor de sí mismos cuando era pequeño(a).		
24	Siento que no me gusta depender de los otros, sino ser autónomo.		
25	Considero que me gusta sentirme seguro y tomo las medidas que el caso requiere.		
26	Me siento ansioso cuando me comprometo emocionalmente con otra persona.		
27	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto para alcanzar mis metas propuestas.		
28	Me percibo competente y eficaz.		
29	Puedo ser capaz de manejar eventos inesperados.		
30	Cuando enfrente un problema siempre dispongo de alternativas para resolverlo.		
31	Me considero capaz de atraer y gustar a otra persona.		
32	Todos mis hábitos o costumbres son buenos y correctos.		
33	Quiero tanto a mi pareja, considerándola insustituible.		
34	Hago siempre lo que dice mi pareja porque asumo que es correcto.		
35	Siempre me gusta hacer lo que mi pareja demanda o pide, para complacerla.		
36	Cuando estoy ocupado(a) y mi pareja propone hacer otros planes dejo lo que estoy haciendo para unirme a los planes de ella (él).		
37	Priorizo en primer lugar las necesidades de mi pareja antes que las mías.		
38	He renunciado a mi trabajo/estudios porque mi pareja así lo demanda para estar más tiempo cerca de ella (él).		
39	Me satisface ayudar y terminar las tareas de estudios/trabajo de mi pareja antes que las mías.		
40	Sustituyo el tiempo que dedico a mis amigos por mi pareja.		
41	Utilizo gran parte de mi tiempo en hacer las actividades de mi pareja antes que las mías.		
42	Solo algunas veces he llegado tarde a una cita o a mi trabajo.		

Derechos Reservados: Anicama J., Caballero G., Cirilo I., y Aguirre M.
Tercera versión. 4 Noviembre 2013. Revisado 11-11-13.