



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del
Asentamiento Humano Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

PRESENTADO POR

Flores Córdova, Lissett Miriam

Manani Cotrina, Edy Alfredo

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADO(A) PSICOLOGÍA**

ASESOR

Mg. Candela Levano, Cecil Massiel

<https://orcid.org/0000-0003-2616-0670>

Chincha, Perú, 2025



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 03 de Enero 2026

Mg. Jose Yomil Perez Gomez
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que, Bach. Edy Alfredo Manani Cotrina y Bach. Lissett Miriam Flores Córdova, de la Facultad de salud, del programa Académico de PSICOLOGÍA, han cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

TITULADO:

“DEPENDENCIA EMOCIONAL Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN MUJERES ADULTAS DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVA CALEDONIA, CHORRILLOS – LIMA, 2025.”

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente para solicitar la emisión de la resolución para la designación de Jurado, fecha y hora de sustentación de la Tesis para la obtención del Título Profesional.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal. Cordialmente,

MG. CANDELA LEVANO CECIL
MASSIEL
CODIGO ORCID: 0000-0003-2616-0670
DNI: 46475398

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

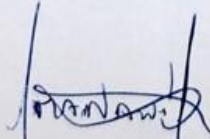
Yo, Manani Cotrina Edy Alfredo, identificado con DNI N° 10323709, en mi condición de Bachiller del programa de estudios de Psicología, de la Facultad de ciencias de la salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "Dependencia Emocional y Regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia Chorrillos, Lima 2025", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

17%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 28 de enero de 2026



Manani Cotrina Edy Alfredo
Apellidos y nombres
DNI N.º 10323709



LEGALIZACION AL DORSO





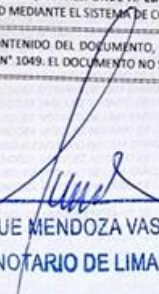
NOTARÍA MENDOZA VÁSQUEZ

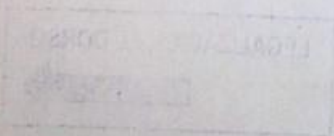
ENRIQUE MENDOZA VÁSQUEZ - NOTARIO DE LIMA CON REGISTRO N° 175 CNL

CERTIFICO QUE LA FIRMA QUE APARECE EN EL PRESENTE DOCUMENTO, CORRESPONDE A: **EDY ALFREDO MAMANI COTRINA**, CON DOCUMENTO NACIONAL DE IDENTIDAD N° **10323709**; VERIFICANDO SU IDENTIDAD MEDIANTE EL SISTEMA DE COMPARACION BIOMETRICA DE HUÉLLAS DACTILARES DEL RENIEC, CON NÚMERO DE CONSULTA: **0123101381**.
SE LEGALIZA SU FIRMA SIN ASUMIR RESPONSABILIDAD POR EL CONTENIDO DEL DOCUMENTO, DE CONFORMIDAD CON LO ESTABLECIDO POR LOS ARTICULOS 106° Y 108° DEL DECRETO LEGISLATIVO DEL NOTARIADO N° 1049. EL DOCUMENTO NO SE REDACTÓ EN LA NOTARÍA.
LIMA, 29 DE ENERO DE 2026.

LM




ENRIQUE MENDOZA VÁSQUEZ
NOTARIO DE LIMA



DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Lissett Miriam Flores Córdova, identificado(a) con DNI N° 41642508, en mi condición de Bachiller del programa de estudios de ciencias de la salud de la Facultad de Psicología , en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada " Dependencia Emocional y Regulación Emocional en Mujeres Adultas del Asentamiento Humano Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.", declaro bajo juramento que:

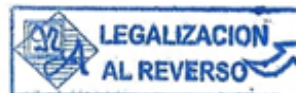
- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

17%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 29 de enero de 2026

Flores Córdova Lissett Miriam
Apellidos y nombres
DNI N.º 41642508



CERTIFICO: que la firma del anverso
corresponde a: LISSETT MIRIAM =
FLORES CORDOVA
Identificado (a) con: DNI: 41642508
Solo se certifica la firma, sin asumir
responsabilidad sobre el contenido del
presente documento. **29 ENE 2026**
Lima, _____


 ANA MIRIAM ALZAMORA LÓPEZ
ASOCIACIÓN NOTARIAL DE LIMA



GBR
V⁸

18642

DEDICATORIA

A mi familia por estar siempre apoyando para lograr cada uno de mis objetivos que me propongo. Y a todas las personas que me inspiraron con su esfuerzo para que pueda realizar y culminar mi carrera.

Edy

DEDICATORIA

A mis padres Manuel y Miriam, por la vida que me dieron y a mis dos hijas, Ximena y Sofía, quienes han sido mi motivación y la fuerza para seguir adelante y lograr mi meta.

Lissett

AGRADECIMIENTO

A Dios, por guiarme, acompañarme y darme una segunda oportunidad de vida después de la COVID 19, brindándonos paciencia y sabiduría para alcanzar cada una de las metas trazadas.

Al Rector de la Universidad Autónoma de Ica, Dr. Hernando Martín Campos Martínez, al Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud, Mg José Yomil Perez Gomez, por su compromiso y apoyo a los estudiantes en el programa de titulación.

A nuestra asesora de tesis, Mg. Cecil Massiel Cándela Lévano, por sus valiosos aportes, conocimientos y motivaciones brindadas, para el desarrollo y culminación del estudio.

A mi asesor de prácticas el Licenciado Ricardo Mejía Saona por sus valiosas enseñanzas, compartir sus conocimientos y dar parte de su valioso tiempo para lograr mi meta de ser un profesional de bien.

A la secretaria general Sra. Ana Cecilia Yucra de Ochoa y a las madres del “Asentamiento Humano Nueva Caledonia del distrito de Chorrillos.” por brindarnos las facilidades para el proceso de aplicación de los instrumentos de recolección, los cuales hicieron posible el desarrollo de la investigación y la culminación del estudio.

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del Asentamiento Humano Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025. Para ello se utilizó un enfoque cuantitativo, de tipo básica, de corte transversal, de diseño no experimental, y de nivel descriptivo-correlacional. La selección de la muestra se realizó a través del muestreo probabilístico, y la muestra la conformaron 108 mujeres del Asentamiento Humano Nueva Caledonia Chorrillos, Lima – 2025. Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario; específicamente, se emplearon el Cuestionario para evaluar la dependencia emocional (Lemos y Londoño, 2006) compuesto por 23 ítems, teniendo opciones de respuestas politómicas, y el Difficulties Emotion Regulation Scale (Gómez, Penelo, de la Osa, 2014), que comprende de 36 ítems. Se realizaron pruebas descriptivas y de correlación. Se concluyó que la dependencia emocional se relaciona significativa y positivamente en 58.3% la regulación emocional; por tanto, se confirma que las mujeres dependientes muestran mayores dificultades para gestionar reacciones intensas.

Palabras claves: Dependencia Emocional, Regulación Emocional, Asentamiento Humano

ABSTRACT

This research aimed to determine the relationship between emotional dependency and emotional regulation in adult women from the Nueva Caledonia Human Settlement, Chorrillos – Lima, 2025. A quantitative, basic, cross-sectional, non-experimental, descriptive-correlational approach was used. The sample was selected using probabilistic sampling and consisted of 108 women from the Nueva Caledonia Human Settlement, Chorrillos, Lima – 2025. The survey technique was used, and the questionnaire was used as the instrument; specifically, the Questionnaire for Evaluating Emotional Dependency (Lemos & Londoño, 2006), composed of 23 items with multiple-choice response options, and the Difficulties Emotion Regulation Scale (Gómez, Penelo, & de la Osa, 2014), comprising 36 items, were employed. Descriptive and correlational tests were performed. It was concluded that emotional dependency is significantly and positively related to emotional regulation in 58.3% of cases; therefore, it is confirmed that dependent women show greater difficulty managing intense reactions.

Keywords: Emotional Dependency, Emotional Regulation, Human Settlement

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	vii
AGRADECIMIENTO	viii
RESUMEN	ix
ÍNDICE GENERAL	xi
ÍNDICE DE TABLAS	13
ÍNDICE DE FIGURAS	14
I. INTRODUCCIÓN	15
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
2.1 Descripción del Problema	17
2.2 Pregunta de investigación general.....	18
2.3 Preguntas de investigación específicas	18
2.4 Objetivo general y específicos	19
2.5 Justificación e importancia	20
2.6 Alcances y Limitaciones.....	21
III. MARCO TEÓRICO	22
3.1. Antecedentes	22
3.2. Bases teóricas	27
3.2.1. Dependencia emocional	27
3.2.2. Regulación emocional	32
3.3. Marco conceptual.....	40
IV. METODOLOGÍA	43
4.1. Tipo de investigación	43
4.2. Diseño de Investigación	43
4.3. Hipótesis general y específicas.....	44
4.4. Identificación de las variables	45
4.5. Matriz de operacionalización de variables	46

4.6. Población – Muestra	50
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de Información	51
V. RESULTADOS.....	58
5.1 Presentación de resultados.....	58
5.2 Interpretación de resultados.....	67
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	69
6.1 Análisis inferencial	69
6.1 Análisis de los resultados – Prueba de hipótesis.....	72
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	81
7.1 Comparación resultados	81
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	83
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	94
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos	96
Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	101
Anexo 4: Base de datos	107
Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud	107
Anexo 6: Evidencia fotográfica.....	108

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Matriz de operacionalización</i>	46
Tabla 2 <i>Baremos</i>	47
Tabla 3 <i>Matriz de operacionalización</i>	48
Tabla 4 <i>Baremos</i>	49
Tabla 5 <i>Ficha técnica del instrumento</i>	52
Tabla 6 <i>Baremación de la variable dependencia y de sus dimensiones</i> ..	53
Tabla 7 <i>Ficha técnica del instrumento</i>	54
Tabla 8 <i>Características sociodemográficas</i>	58
Tabla 9 <i>Frecuencia de la dimensión Ansiedad</i>	59
Tabla 10 <i>Frecuencia de la dimensión Modificación de planes</i>	59
Tabla 11 <i>Frecuencia de la dimensión Expresión Afectiva</i>	60
Tabla 12 <i>Frecuencia de la dimensión Miedo a la Soledad</i>	61
Tabla 13 <i>Frecuencia de la dimensión Dependencia Emocional</i>	61
Tabla 14 <i>Frecuencia de la dimensión Conciencia</i>	62
Tabla 15 <i>Frecuencia de la dimensión Impulso</i>	63
Tabla 16 <i>Frecuencia de la dimensión No Aceptación</i>	63
Tabla 17 <i>Frecuencia de la dimensión Metas</i>	64
Tabla 18 <i>Frecuencia de la dimensión Claridad</i>	65
Tabla 19 <i>Frecuencia de la dimensión Estrategias</i>	65
Tabla 20 <i>Frecuencia de la dimensión Regulación Emocional</i>	66
Tabla 21 <i>Confiabilidad</i>	69
Tabla 22 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Regulación Emocional</i>	69
Tabla 23 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Conciencia</i>	70
Tabla 24 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional e Impulso</i>	70
Tabla 25 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y No Aceptación</i>	71

Tabla 26 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Metas</i>	71
Tabla 27 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Claridad</i>	72
Tabla 28 <i>Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Estrategias</i>	72
Tabla 29 <i>Prueba de normalidad</i>	73
Tabla 30 <i>Prueba de correlación</i>	74
Tabla 31 <i>Prueba de correlación</i>	75
Tabla 32 <i>Prueba de correlación</i>	76
Tabla 33 <i>Prueba de correlación</i>	77
Tabla 34 <i>Prueba de correlación</i>	78
Tabla 35 <i>Prueba de correlación</i>	79
Tabla 36 <i>Prueba de correlación</i>	80

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Frecuencia de la dimensión Ansiedad	59
Figura 2 Frecuencia de la dimensión Modificación de planes	60
Figura 3 Frecuencia de la dimensión Expresión Afectiva.....	60
Figura 4 Frecuencia de la dimensión Miedo a la Soledad.....	61
Figura 5 Frecuencia de la dimensión Dependencia Emocional	62
Figura 6 Frecuencia de la dimensión Conciencia.....	62
Figura 7 Frecuencia de la dimensión Impulso.....	63
Figura 8 Frecuencia de la dimensión No Aceptación	64
Figura 9 Frecuencia de la dimensión Metas	64
Figura 10 Frecuencia de la dimensión Claridad	65
Figura 11 Frecuencia de la dimensión Estrategias	66
Figura 12 Frecuencia de la dimensión Regulación Emocional.....	66

I. INTRODUCCIÓN

El ser humano en la búsqueda de la satisfacción de sus necesidades emocionales y de afecto, crean lazos sentimentales y vínculos emocionales al elegir una pareja, siendo este el punto de inicio a situaciones que generan un entorno vivencial sea entendido como saludable y no saludable. Se entiende el entorno vivencial no saludable como contraproducente en la salud del ser humano, está, siendo una de las causas de la denominada dependencia emocional, la cual es la primera fuente de la problemática que se vive actualmente en sociedad, ya que desencadena en posibles agravios tanto físicos como psicológicos que en su mayoría son dirigidos hacia las mujeres, por consiguiente,

Respecto a la dependencia emocional, se hace mención que deriva de la carencia de afecto emocional o de problemas generados en la etapa de infante, en el cual, como ya se ha mencionado, ocurren circunstancias que provocan este daño psicológico (Centeno, 2021).

De otro lado, la regulación emocional abarca los procesos que las personas utilizan para influir en las emociones que sienten, cuándo las sienten y cómo las experimentan o expresan. Su objetivo es la combinación exitosa de ser consciente y comprender las propias emociones, aceptarlas, controlar la conducta y actuar de forma coherente con los objetivos cuando surgen emociones negativas, y utilizar estrategias de regulación emocional relevantes para superar las exigencias de la situación y alcanzar los objetivos (Etxaburu et al., 2024)

Esta investigación es importante porque es necesario recalcar que la dependencia emocional es perjudicial en múltiples aspectos, teniendo en cuenta que también es un problema psicológico recurrente en su mayoría en las mujeres. Asimismo, es necesario entender la regulación emocional para poder hacer frente a las dificultades que impiden que las mujeres entiendan y expresen de forma sana y segura sus emociones. Por ende, este estudio busca determinar la relación que existe entre la dependencia emocional y la regulación emocional.

Desde el punto de vista formal, el presente trabajo de investigación se elaboró de acuerdo con el esquema básico vigente en la institución, el cual tiene las siguientes partes:

Capítulo I. Introducción: En este apartado se encuentra la introducción del trabajo de investigación.

Capítulo II. Planteamiento del problema: Para esta parte se abordó la descripción del problema, las preguntas de investigación general y específicas, la formulación de objetivos general y específico, la justificación e importancia, alcances y limitaciones.

Capítulo III. Marco teórico: En este apartado se proponen los antecedentes, las bases teóricas, la identificación de variables y el marco conceptual.

Capítulo IV. Metodología: En este apartado, se planteó la metodología a desarrollar, haciendo referencia al tipo y diseño de la investigación, a su vez, el planteamiento de la hipótesis general y específica, identificación de variables, matriz de operacionalización de variables, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos y finalmente las técnicas de análisis y procesamiento de los datos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1 Descripción del Problema

La dependencia emocional se explica como una necesidad extrema de afecto y contacto continuo y excesivo con la pareja, que le impulsa establecer relaciones asfixiantes y desequilibradas. Se caracteriza por demandas constantes y excesivas de afecto, amor, atención y cercanía que nunca son suficientes para calmar la ansiedad que sienten (Momeñe et al., 2022). Esta demanda afectiva insatisfecha implica un fuerte miedo a la soledad y al abandono, y un anhelo irresistible de estar con el objeto de dependencia. Es un problema crítico, dada su asociación con diferentes problemas como la violencia de pareja, los síntomas ansiosos y depresivos, entre otros (Etxaburu et al., 2024). Este problema social y de salud pública ha llamado la atención de investigadores debido a su alta prevalencia, así como a las graves consecuencias que puede tener para las personas involucradas (Castillo et al., 2024).

Según una estimación reciente de la Organización Mundial de la Salud, a nivel mundial, el 31% de las mujeres que han estado en una relación han sufrido algún tipo de violencia por parte de su pareja, donde la prevalencia, la gravedad y los factores asociados varían según los contextos culturales (Guermazi et al., 2024). A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud realizó un estudio donde menciona que los problemas sociales mencionados tienen una mayor prevalencia en las mujeres, que se expanden en un 33% en Asia del lado Sudoriental, 31% en África, 22% en las Regiones de Europa y un 25% en las Regiones de las Américas (Castillo et al., 2024). Así, en 2018, la OMS indicó que, en 161 países, el 30% de las mujeres han sufrido violencia física, sexual o psicológica por parte de sus parejas u otras personas (Vargas et al., 2024).

En América Latina, el 62% de las mujeres reportaron haber enfrentado escenarios de violencia en el noviazgo. En Ecuador, el 60% de las niñas y mujeres jóvenes sufrieron acoso o violencia (Cherrez et al., 2022); en Chile, el 85% fue violentado por sus parejas, lo cual se reflejó en una deficiencia de las políticas públicas (Ticse, 2023). Mientras, en Perú, entre enero y septiembre del 2023 el 85,5 % de violencia se realizaba en

perjuicio de las mujeres y el 14, 5 % en contra de los varones (Aparco et al., 2024), donde los responsables eran sus parejas (Vargas et al., 2024).

Se ha demostrado que existe una relación entre las dificultades en la regulación emocional y la dependencia emocional. Específicamente, se ha descubierto que las dificultades en la regulación emocional pueden predecir la dependencia emocional, ya que está asociado con los procesos que las personas utilizan para influir en las emociones que sienten, cuándo las sienten y cómo las experimentan o expresan (Etxaburu et al., 2024). Para ello, se ha revisado la teoría del apego de Hazan y Shaver (1987) para analizar la dependencia emocional, y la teoría del afrontamiento para analizar la regulación emocional (Cachón et al., 2024).

Estos problemas sociales representan una preocupación importante que afecta tanto el bienestar psicológico como el físico de las personas, por lo que se les reconoce como un problema crítico de salud pública (Castillo et al., 2024). Por ello, en las últimas dos décadas, se ha observado un aumento significativo en el número de estudios sobre la relación entre la salud mental y las dificultades de regulación emocional (Gómez et al., 2014). Sin embargo, aunque la relación entre la regulación emocional y la dependencia emocional de la pareja está bien establecida, no existen estudios previos enfocados en la población peruana.

2.2 Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

2.3 Preguntas de investigación específicas

PE1. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

PE2. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

PE3. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

PE4. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la claridad emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

PE5. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

PE6. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?

2.4 Objetivo general y específicos

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del Asentamiento Humano Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

Objetivos específicos

OE1. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

OE2. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

OE3. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

OE4. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la claridad emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

OE5. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

OE6. Establecer la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

2.5 Justificación e importancia

Justificación

Este trabajo se justifica de los siguientes aspectos:

- **Justificación teórica:** Esta investigación se justificó, según la utilización de bases teóricas existentes para desarrollar las variables planteadas y cuya finalidad es relevar la problemática vivencial según la población sectorizada y el lineamiento argumentativo, todo ello en pro de dejar fuentes textuales de apoyo para futuras investigaciones no experimentales.
- **Justificación práctica:** Esta investigación se justifica de forma práctica porque sus resultados podrán aplicarse en los ámbitos psicológicos, educativos y sociales. Este estudio permitirá diseñar programas orientados a orientar y aconsejar a que las mujeres tengan relaciones interpersonales equilibradas.
- **Justificación metodológica:** Esta investigación, se respaldó de investigaciones previas presentando características metodológicas similares y se plantea como una base más para las futuras investigaciones que proyecten a este tipo de diseño. El tipo de metodología es básica, con diseño descriptivo correlacional, utilizando técnicas referenciales que validen y respalden su fundamentación.
- **Justificación psicológica:** Esta investigación, respondió a la necesidad de plantear bases de conocimiento psicológico, desplazando recursos y técnicas en materia de investigación psicosocial para prevenir y resolver la problemática de dependencia emocional.

Importancia

Esta investigación congregó una gran importancia a nivel social ya que ambas variables poseen una alta trascendencia social, debido a que están vinculadas con la calidad de las relaciones humanas y el bienestar social. Actualmente se evidencia un alto crecimiento de vínculos afectivos caracterizados por dinámicas de control y dificultad para el establecimiento de límites, lo que conlleva a situaciones de violencia psicológica y deterioro de la salud mental.

2.6 Alcances y Limitaciones

Alcances

Dentro de los alcances considerados se tiene las siguientes:

- **Alcance social:** Los involucrados en la investigación fueron las mujeres del Asentamiento humano Nueva Caledonia.
- **Alcance espacial:** El estudio que se llevó a cabo pertenece al Asentamiento Humano Nueva Caledonia distrito de Chorrillos, departamento de Lima.
- **Alcance temporal:** El estudio se llevó a cabo en el año académico 2025.
- **Alcance metodológico:** Se tuvo en cuenta un estudio de tipo básico, nivel correlacional con un diseño no experimental, descriptivo correlacional.

Limitaciones

- Una de las limitaciones fue la poca disponibilidad de información y la falta de estudios previos en la zona de investigación.
- Otra problemática fue la recopilación de datos en la zona de investigación seleccionada, sin embargo, se sensibilizó a la muestra estudio de tal forma que existió mayor predisposición para dar respuesta a los instrumentos de medición.
- También una de las limitaciones fue el desconocimiento de la tecnología para realizar el trabajo de investigación, sin embargo, a través de tutoriales se pudo ir fortaleciendo las habilidades tecnológicas de manera que se pudo tener un mejor desenvolvimiento.
- Se puede a su vez considerar una limitación el tiempo para realizar la investigación sumado a las diferentes ocupaciones como la práctica preprofesional y el trabajo, sin embargo se logró organizar los horarios para cumplir todas las actividades.
- La falta de conocimiento en la parte estadística, sin embargo, con el acompañamiento del asesor se pudo procesar de forma correcta los resultados.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

La investigación de Etxaburu et al. (2024) tuvo como finalidad analizar la relación entre la disfuncionalidad, la dependencia emocional y la regulación emocional. La muestra consistió en 711 jóvenes participantes españoles de entre 18 y 30 años, con una edad media de 21,32 años. Los resultados mostraron una correlación positiva entre las variables y que las dificultades en la regulación emocional mediaron la relación entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional en el caso de Abandono (60%), Dependencia (45%), Sometimiento (33%), Inhibición emocional (16%), Autocontrol insuficiente (32%), Defectividad (3%) y Autosacrificio (19%).

El trabajo de Momeñe et al. (2024) tuvo como objetivo dilucidar si las dificultades en la regulación emocional mediaban la relación entre el apego inseguro y la dependencia emocional de la pareja. La muestra comprendió 741 participantes con edades comprendidas entre 18 y 30 años. Los resultados mostraron que la dependencia emocional hacia la pareja y las dificultades en la regulación emocional fueron mayores entre los individuos que habían desarrollado un apego desestimator en comparación con aquellos con apego seguro o preocupado. Asimismo, el modelo de mediación confirmó el papel mediador de las dificultades en la capacidad de regulación emocional en la relación entre el apego desestimator y la dependencia emocional, con predominio del rechazo de emociones negativas o incómodas.

La investigación de Momeñe et al. (2021) tuvo como objetivo analizar la relación y el papel predictivo de la dependencia emocional, apego y regulación emocional sobre el consumo de sustancias en adolescentes. La muestra la conformaron 1533 adolescentes escolarizados. Los resultados evidenciaron que existe una relación positiva entre el consumo de sustancias y la dependencia emocional. Asimismo, las personas consumidoras de sustancias manifestaron relaciones positivas con las dificultades de regulación emocional.

El trabajo de Ozal et al. (2023) tuvo como finalidad explorar la evidencia existente sobre la efectividad de los tratamientos viables para la Dependencia Afectiva mediante una revisión exploratoria de la literatura internacional. Para ello se tomaron como referencia las principales bases de datos científicos y siguiendo las directrices PRISMA-ScR. El análisis incluyó siete estudios, de los que se desprende que se proponen diversos fármacos, así como diferentes tipos de terapias individuales y grupales, como planes de tratamiento para la DA. Sin embargo, existe una falta de ensayos clínicos que puedan verificar la eficacia de los tratamientos para la DA descritos hasta el momento en la literatura

La investigación de Lawlor et al. (2021) tuvo como objetivo identificar las propiedades psicométricas del DERS-16. En el aspecto metodológico se analizaron las propiedades de la versión breve del DERS; se empleó una muestra de 150 pacientes ambulatorios con psicosis. El análisis factorial confirmatorio respaldó la estructura de cinco factores de la DERS-16. El ajuste del modelo se mejoró aún más al omitir dos ítems. Se mostró invariancia de la medición con respecto a la edad y el género. La DERS-16 demostró una buena consistencia interna, comparable a la DERS original.

El trabajo de Sorman et al. (2022) tuvo como finalidad investigar las propiedades psicométricas de tres medidas de ER: Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS-36), la versión abreviada DERS-16 y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). Se utilizó una muestra comunitaria de 843 individuos. Se analizó la consistencia interna, estructura factorial, convergencia y asociación de la Regulación emocional con los síntomas de depresión, ansiedad, estrés y abuso de sustancias. Se concluyó que las estructuras factoriales propuestas de DERS-16 y ERQ demostraron un ajuste adecuado. Hubo correlaciones moderadas entre las dos versiones de DERS (36 y 16).

Antecedentes nacionales

La investigación de Aparco et al. (2023) tuvo como objetivo determinar la relación entre la regulación emocional y violencia entre novios, en jóvenes de un instituto superior de Huancayo, 2023. Para ello se utilizó un método de enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de diseño no experimental. Se empleó un muestreo no probabilístico por

conveniencia y la muestra estuvo compuesta por 262 jóvenes del Instituto Superior Técnico Privado Eugenio Paccelly de la provincia de Huancayo que mantenían relaciones de pareja. Para la recolección de datos se utilizaron los cuestionarios ERQ y CUVINO. El análisis de datos se realizó con las pruebas r de Spearman. Se concluyó que la variable regulación emocional se relaciona negativamente en -18.2% con la violencia de novios; asimismo, existe una relación negativa de -12.5% entre la regulación emocional y la violencia física. Por tanto, se determinó que cuanto mayor sea la regulación emocional habrá un menor maltrato y habrá una mayor facilidad para identificar la violencia.

El trabajo de Ticse (2023) tuvo como objetivo “establecer el nivel predominante de la dependencia emocional en estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2022”. El trabajo aplicó el método científico en un estudio de tipo básico, de enfoque descriptivo simple. Se realizó un muestreo censal, en donde la muestra la conformaron 148 estudiantes universitarios. Para la recolección de datos se utilizó una encuesta estructurada. Se concluyó que el nivel de dependencia emocional es medio en un 52.03%, el nivel de la ansiedad de separación es medio en un 47.3%, el nivel de la expresión afectiva es medio en un 48.65%, el nivel de la modificación de planes es medio en un 52.03%, el nivel del miedo a la soledad es medio en un 54.05%, el nivel de búsqueda de atención es medio en un 53.38% y el nivel de la expresión límite es medio en un 55.41%.

El estudio de Castillo y Gonzales (2024) tuvo como propósito determinar la “relación significativa entre la regulación de emociones y dependencia emocional en estudiantes de un instituto nacional de Chiclayo, año 2022”. Los autores usaron un método de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, de diseño no experimental y transversal. Se utilizó un muestreo probabilístico, y la muestra le conformaron 170 estudiantes universitarios de 17 a 21 años, de las carreras técnicas de diseño de interiores, topografía y edificaciones. Para el análisis de datos se utilizó el programa SPSS 25, en donde se realizaron pruebas descriptivas y correlacionales. Se concluyó que existe relación indirecta y significativa entre la regulación de emociones y la dependencia emocional en un 67.2%;

asimismo, existe relación entre la regulación de emociones y el miedo a la ruptura en un 54.2%, el miedo e intolerancia en un 55.3%, la prioridad de la pareja en un 48.4%, la necesidad de acceso a la pareja en un 44.9%, los deseos de acceso a la pareja en un 47.7%, la subordinación y sumisión en un 46.3% y los deseos de control y dominio en un 47.7% en los estudiantes de un instituto nacional de Chiclayo.

La investigación de Vargas et al. (2024) tuvo como objetivo determinar el nivel de dependencia emocional en estudiantes de universidades e institutos. Se utilizó un método de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de diseño no experimental y de alcance descriptivo. Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en donde la muestra la conformaron 533 mujeres estudios universitarios y técnicos en Trujillo. Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario de Dependencia Emocional de Hoyos et al. (2006), de 23 preguntas y 6 dimensiones: ansiedad por separación, expresión de afecto hacia la pareja, cambio de planes, temor a la soledad, expresión de límites y búsqueda de atención. Los autores concluyeron que las personas de la muestra, tanto en zonas urbanas como rurales, evidencian bajos niveles de dependencia emocional (60.3%). Además, se identificaron niveles bajos de ansiedad por separación (63%), expresión afectiva de la pareja (65.4%), modificación de planes (60.7%), niveles promedio de miedo a la soledad (78.2%), expresión de límites (61.7%) y búsqueda de atención (61.7%).

Antecedentes locales

El trabajo de Guevara (2023) tuvo como objetivo “establecer el nivel de Regulación Conductual de las Emociones en los estudiantes de una universidad Privada de Lima Metropolitana Durante el 2023”. Se utilizó un método de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, de diseño no experimental y transversal. Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, y la muestra la conformaron 171 estudiantes universitarios. La recolección de datos se realizó por medio del instrumento Behavioral Emotion Regulation Questionnaire, que posee 20 ítems distribuidos en cinco dimensiones. Se concluyó que el 77% de la muestra presenta una Regulación Conductual de nivel medio. Asimismo, se demostró que no existe mayor prevalencia de la Regulación Conductual de las emociones

en las mujeres que en los varones. Además, no existen diferencias de la Regulación Emocional entre estudiantes de 27 a 35 años.

La investigación de Cosar (2021) tuvo como finalidad “determinar si existe relación entre dependencia emocional y regulación cognitiva emocional en parejas de Lima Metropolitana”. Se empleó un método de enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de diseño transversal. Se empleó un muestreo no probabilístico, y la muestra la conformaron 150 parejas adultas de Lima Metropolitana, de 18 a 60 años. La recolección de datos se realizó por medio de un cuestionario de 49 ítems medido en escala de Likert del 1 al 5. Para el análisis de los datos se empleó el programa G*Power y el SPSS 25, en donde se realizaron las pruebas alfa de Cronbach, análisis de factores, de normalidad, pruebas descriptivas y de correlación. Se concluyó que existe relación entre el miedo a la ruptura y soledad y el autosacrificio y la cupla (49%), entre el miedo a la ruptura y soledad y la resignación (22.9%), entre el miedo a la ruptura y soledad y la necesidad de hacer planes (18.3%), entre el miedo a la ruptura y soledad y el pensamiento positivo (-18.8%).

El trabajo de Huaman et al. (2023) tuvo como finalidad “determinar la relación entre las dimensiones de la autorregulación emocional y de dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana”. Respecto al método, se utilizó un enfoque cuantitativo, de alcance correlacional y de diseño no experimental. Se llevó a cabo un muestreo no probabilístico, y la muestra la conformaron 212 estudiantes de educación superior en universidades privadas de Lima Metropolitana. Se utilizó el programa G*Power 3.1.9.2 para calcular la muestra. Además, con el software Jamovi 2.3.6 se realizaron las pruebas de confiabilidad, y de correlación. Se concluyó que existe una correlación entre la supresión emocional y la percepción de autoeficacia (29.3%), la supresión emocional y el abandono de los planes (-18.4%). Además, se determinó que no existe relación entre la dimensión de reevaluación cognitiva y las dimensiones de la dependencia emocional.

La investigación de Irazabal et al. (2023) tuvo como finalidad “relacionar desregulación y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima de 18 a 25 años”. El estudio utilizó un método de

enfoque cuantitativo, de alcance correlacional, y de diseño no experimental y transversal. Se utilizó un muestreo no probabilístico, intencional, por bola de nieve, y la muestra la conformaron 172 estudiantes universitarios de Lima, de 18 a 25 años. Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó el programa G*power versión 3.1.9.2. La recolección de datos se realizó con el uso de los cuestionarios 1) cuestionario de desregulación emocional (DERS) y 2) cuestionario de Dependencia Emocional. Se utilizó el programa R para la realización de las pruebas de normalidad, análisis univariado, pruebas descriptivas, correlacionales. Se concluyó que existe relación entre la desregulación y dependencia emocional

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Dependencia emocional

La dependencia emocional se puede definir como un tipo de dependencia sentimental que se caracteriza por la manifestación de interdependencia en las relaciones (Moral et al, 2018).

Para, Castelló (2005) considera que es cuando una persona manifiesta necesidad extrema por el afecto de otra persona, esta nula satisfacción en el aspecto afectivo intenta ser indemnizada mediante una relación de pareja.

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

Por otro lado, la dependencia emocional está asociada con episodios de depresión mayor ante pérdidas y con la mala calidad de la relación conyugal (Cano, 2006).

Finalmente, la dependencia emocional es un patrón persistente de necesidades emocionales que se intentan satisfacer de manera inadaptada con otras personas (Laca y Mejía, 2017).

El estudio científico-psicológico a través de los años ha aclarado el panorama referente a cuál es la definición más acertada del término dependencia emocional. Como se puede observar, gracias a la constante investigación por parte de autores se puede definir a la dependencia

emocional como la necesidad constante de búsqueda de afecto emocional, físico y sexual de una persona, inherente a la reciprocidad, debido que la persona dependiente encuentra satisfacción emocional al complacer las necesidades de la pareja, idolatrándolo, trayendo como consecuencia, el alejamiento de actos de superación personal.

3.2.1.1. Dimensiones de la dependencia emocional

Según Lemos y Lodoño (2006) las dimensiones son las siguientes:

Ansiedad de separación: Esta dimensión crea y fortalece patrones de relación interpersonal, donde la persona se apega demasiado a su pareja, le atribuye valores, la sobreestima, es necesaria para una vida feliz y tranquila, e induce a la soledad como opción directa a no experimentarla anhelo. La ansiedad por separación puede provenir del desfase temporal que enfrenta la vida cotidiana, de las rupturas rutinarias que pueden generar desconfianza en el regreso de la pareja y provocar la activación de pensamientos automáticos de pérdida y soledad (Castelló, 2005).

Expresión afectiva de la pareja: Es cuando el sujeto necesita expresar constantemente los sentimientos hacia su pareja con el fin de reafirmar el amor que siente y aliviar los sentimientos de inseguridad. La desconfianza en el amor conyugal y la necesidad de ser amado incondicionalmente hace que los adictos emocionales exijan a su pareja muestras constantes de afecto para asegurarse que es amado (Lynch, et al., 2001).

Modificación de planes: Para una persona emocionalmente dependiente el cambio de actividades, planes y comportamientos es debido a un deseo oculto o evidente de complacer a una pareja o una simple oportunidad de pasar más tiempo, ya que, tiende a considerar que es el centro de su vida, por lo que nada es más importante, ni ellos mismos, sus hijos o el resto de la familia, por lo cual, sienten que es importante cuidar las necesidades, los deseos y hasta los caprichos de la pareja para satisfacerlos (Castelló, 2005).

Miedo a la soledad: Este sentimiento se produce por la necesidad o temor de no tener una relación de pareja, o por la carencia de afecto, entendiéndose que solo puede sentirse protegido si tiene alguien que vele por su seguridad (Castelló, 2005).

Las dimensiones planteadas en este apartado analizan perspectivas condicionantes que una persona adopta al presentar síntomas de dependencia emocional, a su vez, cómo estas repercuten dañinamente en su conducta con la sociedad, así mismo, partiendo de la inseguridad constante y el miedo a la ruptura de la relación si esta no cumple las necesidades de la pareja, a su vez, la persona dependiente emocional aprovecha esa necesidad para tener libre albedrío. En muchos casos, también se observa como la persona dependiente emocional siente la necesidad de mantener una relación con el único propósito de no sentirse sola.

3.2.1.2. Características de los dependientes emocionales

Para Herrera (2016) las características que presenta la dependencia emocional se aprecian desde los siguientes conceptos:

Relaciones interpersonales: Para este apartado Herrera explica cómo la pareja dependiente busca tener exclusividad en la relación, presentando constantes actos sentimentales hacia su pareja en necesidad de expresar su amor, así mismo, observa cómo esta conducta desencadena una subordinación por parte de la persona dependiente e idealiza la posible ruptura amorosa que pueda tener su relación si esta no lo tolera o satisface.

Autoestima: Según el autor, refiere que la persona afectada dependiente expresa una autoestima y autoconcepto bajo.

Estado de ánimo y comorbilidad: Finalmente y como ya lo expresa, la persona dependiente se ve continuamente afectada por la tristeza y preocupación a su relación.

En relación con las características que puede presentar una persona dependiente emocional, se puede afirmar que este no plantea un equilibrio emocional debido que encuentra irrelevante

tener prioridad en sus necesidades, presenta dificultades para tomar decisiones propias, carece de confianza en su juicio y capacidades. En su mayoría este tipo de personas se encuentran inmersos en un estado de inferioridad, baja autoestima, sumisión, por otra parte, también se asume que su conducta es producto del temor al rechazo, finalmente, siente la necesidad de tener aprobación de persona para sentir satisfacción en sus actos.

3.2.1.3. Causas de la dependencia emocional

Congost (2013), en su libro explica cómo para algunas personas terminar una relación no es un determinante de afectación psicológica hacia la persona y como para algunos el romper un lazo afectivo no significa algo más que un proceso vivencial que se lleva con soltura y madurez. Desde esa perspectiva también analiza cómo, si puede, llegar a ser una problemática conductual en personas que presenten ciertos patrones ya sean vivenciales individuales o vividos en la relación, de este modo plantea dos factores que describen concretamente las causas más relevantes de una dependencia emocional.

Baja autoestima: Morales, et al (2011), explican como la baja autoestima en una relación está vinculada directamente con el abuso psicológico y el abuso físico. Desde la perspectiva psicológica Quinteros y Carbajose (2008), explican cómo el abuso psicológico busca el control de la otra persona, vulnerando su confianza a fin de que la pareja se vuelva dependiente y lo ponga a él como un ser dominante en la relación.

Miedo a quedarnos solos: Lemos y Londoño (2006), analizan este temor como un acto consecuente del afrontamiento de la persona al verse rechazado afectivamente y como expresión impulsiva a la necesidad de tener la certeza de contar aún con la vinculación emocional.

Como lo mencionan los diferentes autores, las principales causas de la dependencia emocional son la sumisión, la despersonalización y toda conducta psicológica equivocada que afecta el raciocinio de la persona. Otra apreciación de la causal de

dependencia emocional parte de control psicológico que aplican los hombres hacia sus parejas, ellos conscientes que mantienen el control de la relación, ya sea por conductas violentas o por la necesidad de afecto por parte de ella, agravan más su condición psicológica, vulnerando su capacidad de razonar y de diferenciar lo bueno de lo malo.

3.2.1.4. Tipos de dependencia emocional

Según Castello (2005), se clasifican en dos tipos:

Dependencia instrumental: Se caracteriza por existir una carencia de autonomía en la persona relacionada con su vida diaria, generalmente se encuentra en la necesidad de buscar apoyo social ya que encuentra en sus actos, inseguridad e incapacidad al momento de tomar decisiones propias, así mismo el individuo no plantea iniciativas, evade responsabilidades y presenta dificultades para desenvolverse con eficacia.

Dependencia emocional: esta se caracteriza principalmente por la demandada constante de afecto donde el individuo tiende a ser sumiso y esquivo de reconocer e identificar relaciones desequilibradas, así mismo la dependencia que conlleva a actos de aferramiento por temor a la soledad.

Se entiende que la dependencia emocional es una condición compleja, que generalmente no obedece a un solo factor, sino que se expande a diferentes factores. Los casos que se observan en la sociedad, muchos de ellos alejados de la realidad, se diferencian según el entorno donde se encuentre, partiendo de la familia donde se puede observar la dependencia de los hijos hacia los padres siendo positiva o negativa según su enfoque o en amigos cumpliendo el ciclo de interrelación social del cual se enfatiza pertenecer o en una relación donde él genere un vínculo emocional recíproco.

3.2.1.5. Teorías que fundamentan la dependencia emocional

Dentro de las teorías que fundamentan la dependencia emocional se tiene el siguiente:

Teoría del apego: Según Hazan y Shaver (1987), quienes fueron parte del grupo de pioneros que conceptualización del apego en relaciones adultas, encontraron que los adultos que se consideraban seguros, evitables o que tenían actitudes contradictorias hacia sus parejas conservaban en gran medida la misma clasificación retrospectiva para sus padres en la infancia. Sus datos confirmaron la existencia de un patrón de relación que persiste desde la infancia hasta la edad adulta. Este estilo de relación refleja las creencias de las personas sobre las relaciones amorosas y la autoestima y está estrechamente relacionado con el estilo de apego; tales como, apego seguro, que refería a un tipo de experiencia amoroso vinculado con la confianza, amistad y emociones positivas, apego ambivalente, caracterizado por la experiencia vivencial amorosa obsesiva o amor inquietante con un gran deseo de reciprocidad y unión con su ser querido y la sensación de miedo producido hacia otra personas y apego evitante, que refería a miedos producidos por la falta de confianza, inconsistencia en la relación o miedo a la intimidad.

El apego se refiere a la manera en que cada persona crea vínculos emocionales con los demás durante toda su vida, generando estabilidad y seguridad, que facilita la toma de decisiones permitiendo desarrollar una personalidad mejor y una relación sana. Ahora cuando el apego se torna negativo, es claro evidenciar que existen cambios de personalidad, que alteran el estado emocional de cada persona, estos actos son expresados a modo de exigencias, ya que se generan ansia y produce baja autoestima, manteniendo la idea constante de saber si podrá mantener una relación o si sus actos serán dignos de reconocimiento.

3.2.2. Regulación emocional

La regulación emocional se define como la capacidad de gestionar la respuesta conductual ante situaciones cotidianas desafiantes y estresantes (Horato et al., 2022); es decir, es la capacidad de un individuo para reaccionar al estrés como estrategia de afrontamiento que regula una

amplia gama de funciones, como las emocionales, conductuales, cognitivas, fisiológicas y ambientales, y ha atraído un creciente interés como un factor importante en relación con los problemas de adaptación social (Kim et al., 2023). Asimismo, es un proceso dinámico que implica diferentes estrategias orientadas a aumentar, apaciguar o mantener una emoción en desarrollo (Usán et al., 2021; Preece et al., 2023). Esta capacidad para regular las emociones con flexibilidad es crucial para el funcionamiento adaptativo a lo largo de la vida, ya que es un factor importante que impacta en el bienestar psicológico general (Momeñe et al., 2023).

Además, es un proceso complejo responsable de iniciar o inhibir reacciones desencadenadas por diversos estímulos (Horato et al., 2022), que incluye la capacidad de una persona para gestionar la atención, el afecto y el comportamiento para alcanzar sus metas. Afecta directamente el desarrollo, la salud y el bienestar infantil, y sienta las bases para que una persona gestione comportamientos saludables y alcance su máximo potencial social y económico a lo largo de su vida (Adynski et al., 2024).

La regulación emocional desempeña un papel importante para mantener un bienestar psicológico óptimo, ya que influye en su respuesta a los estímulos (Kaur et al., 2022). En este sentido, las estrategias de regulación emocional podrían ser una herramienta poderosa para abordar la salud mental y el bienestar de forma integral, ya que estudian cómo las personas influyen en las emociones que experimentan, cuándo las experimentan y cómo las experimentan y expresan (Soler et al., 2024).

3.2.2.1. Dimensiones de la regulación emocional

Según la literatura, las dimensiones son las siguientes:

Conciencia: El término conciencia se usa a menudo indistintamente con consciencia y mentalidad psicológica. Según la literatura, se puede organizar en torno a tres conceptos fundamentales: a) la conciencia cognitiva, que enfatiza la comprensión individual de la propia percepción y pensamiento, siendo la conciencia la capacidad de obtener una comprensión precisa y profunda de estos; b) la perspectiva que sostiene que la

conciencia es multinivel, considerando lo consciente y lo inconsciente, con una etapa final que resulta del procesamiento individual de todo lo que ocurre en el cuerpo y la mente; y, c) que la conciencia y su relación con el reconocimiento de los sentimientos de los demás, para considerar el impacto que uno tiene en ellos (Carden et al., 2022). Otra apreciación indica que la conciencia se entiende como aquello que uno siente y que proporciona información importante para orientar la selección de estrategias eficaces de regulación emocional (Smith et al., 2024).

Impulso: Se entiende como impulso a las dificultades para el autocontrol cuando se experimentan emociones negativas (Torun et al., 2022; Starosta et al., 2021), o existe la creencia de que es poco lo que se puede hacer para regular eficazmente las emociones una vez alterado (Strahler et al., 2022). Estas conductas pueden ser excesivas y potencialmente dañinas para uno mismo o para los demás, y pueden causar un deterioro significativo en el funcionamiento social y laboral, así como dificultades legales y financieras (Beccuti et al., 2021). Los cuatro principales trastornos del control del impulso consideradas como adicciones conductuales son: son la ludopatía, la hipersexualidad, la compra compulsiva y los atracones alimentarios (Fusaroli et al., 2023).

No aceptación: La no aceptación de las emociones se refiere al grado en que las personas no están dispuestas y son capaces de aceptarlas (Pepping et al., 2014). Esta inaceptación de las respuestas emocionales suele suscitarse ante las propias angustias o reacciones emocionales negativas (Strahler et al., 2022). Así por ejemplo, la intolerancia a la angustia (no aceptación) puede generar urgencia para emprender acciones impulsivas con el fin de aliviar estados indeseables, lo que impide la recuperación consciente de estrategias de afrontamiento eficaces y basadas en valores (Panayiotou et al., 2023). Por tanto, el problema de la inaceptación podría favorecer estrategias centradas en la respuesta en el individuo, que inhiben los signos de ansiedad (Rusch et al., 2012)

Objetivos: Se definen las dificultades para adoptar una conducta orientada a objetivos ante un resultado negativo (Torun et al., 2022).

Claridad: Se refiere a los procesos y estrategias que las personas utilizan para influir en las emociones que tienen, cómo las experimentan y cómo las expresan explícita y conductualmente (Moore et al., 2022). Es el grado de claridad emocional del individuo respecto a las emociones que experimenta (Strahler et al., 2022; Torun et al., 2022). Por ello, la escala de claridad emocional puede centrarse en la confusión causada por las emociones (Rusch et al., 2012).

Estrategias: Se explica como la falta de acceso a estrategias se refiere al grado en que una persona tiene acceso a maneras de gestionar y responder eficazmente a las emociones difíciles (Torun et al., 2022; Pepping et al., 2014). Las estrategias de regulación emocional pueden ser adaptativas, funcionales, desadaptativas o disfuncionales. Las estrategias adaptativas y funcionales pueden definirse como útiles, ya que ayudan a una persona a alcanzar con éxito el estado emocional deseado. Por otro lado, las estrategias desadaptativas y disfuncionales son inútiles, ya que no logran el estado emocional deseado o se asocian con dificultades emocionales o psicológicas posteriores (Richard et al., 2024).

3.2.1.2. Características de la regulación emocional

La regulación emocional es un factor protector indirecto contra la ansiedad relacionada con la salud (Fang et al., 2024), que requiere que el individuo sea consciente y comprenda las propias emociones, las acepte, controle los impulsos, persevere ante las emociones desagradables y aplique técnicas adecuadas de regulación emocional (Rios et al., 2024). Puede ocurrir antes (centrada en el antecedente) o después de la generación de la emoción (centrada en la respuesta) y es fundamental para fomentar un bienestar psicológico óptimo, además de ser un elemento crucial

en el mecanismo de adaptación efectiva. Durante situaciones estresantes, la regulación emocional desempeña un papel importante para un afrontamiento eficaz, ya que la situación requiere que las personas comprendan sus propios pensamientos, comportamientos, reacciones emocionales e interacciones sociales (Chamarro et al., 2024).

La regulación emocional abarca los recursos cognitivos y las estrategias conductuales empleadas para gestionar y modular eficazmente la expresión emocional y las respuestas fisiológicas que la acompañan, las cuales interactúan con los estímulos ambientales. Las estrategias de RE se implementan tanto antes de la generación de una respuesta emocional, como la reevaluación cognitiva y la reevaluación centrada en la situación, como después de la respuesta, incluyendo la supresión de emociones, la modulación de la expresión emocional, el control corporal, entre otras (Herrera et al., 2024).

Aunque el concepto de regulación emocional se interpreta de diversas maneras, puede decirse que abarca la capacidad de responder a demandas y experiencias emocionales estresantes de una manera socialmente aceptable, adaptativa y flexible. La regulación emocional incluye la gestión de las emociones y reacciones negativas, el análisis del motivo que las provoca, la elección de la reacción, así como la capacidad de posponer la gratificación inmediata. Por lo tanto, determina el comportamiento externo y el bienestar interno del individuo (Chamarro et al., 2024).

Las deficiencias en el control emocional pueden estar relacionadas con consecuencias para la salud física y mental. Una regulación emocional eficaz ayuda a reducir el estrés, mejorar las habilidades de afrontamiento y prevenir el desarrollo de trastornos emocionales como la depresión y la ansiedad. Por el contrario, la desregulación emocional, caracterizada por dificultades para controlar las respuestas emocionales, puede conducir a diversos problemas psicológicos y conductas desadaptativas (Zhylin et al., 2024).

Los jóvenes con niveles más altos de regulación emocional tienden a ser conscientes de sus propias emociones, expresar sus sentimientos con precisión y regular eficazmente sus respuestas emocionales, lo que favorece su crecimiento emocional e intelectual y el desarrollo de relaciones saludables con sus iguales. Por el contrario, los adolescentes con depresión o ansiedad son más propensos a utilizar estrategias de regulación emocional disfuncionales, como la autculpa y la rumiación, y son menos propensos a la reevaluación cognitiva, lo que refuerza el pensamiento negativo y aumenta la intensidad de las emociones negativas (Pedrini et al., 2022).

Desde una perspectiva psicológica, las estrategias de regulación emocional pueden ser adaptativas o desadaptativas. Las estrategias adaptativas, como la reevaluación cognitiva y la resolución de problemas, promueven la resiliencia emocional y resultados psicológicos más saludables. Por el contrario, las estrategias desadaptativas, como la rumia (centrarse repetidamente en las emociones negativas) y la supresión (inhibir la expresión emocional), pueden exacerbar los estados emocionales negativos y se asocian con una mala salud mental (Zhylin et al., 2024)

3.2.2.3. Consecuencias de la regulación emocional

Las estrategias de regulación emocional benefician a las personas al permitir una mejor adaptación social y mantener el bienestar mental. El grado de activación de estas estrategias depende del aprendizaje, el entrenamiento, la práctica y el dominio en diversas situaciones. En consecuencia. Debido a las diferencias individuales en el neurodesarrollo de los adolescentes, adolescentes pueden experimentar dificultades para controlar y regular las emociones. Estas dificultades pueden dificultar el logro de objetivos específicos que exigen respuestas emocionales precisas (Herrera et al., 2024).

Las conductas de riesgo (p. ej., consumo de alcohol, autolesiones, abuso de alcohol o sustancias, conductas sexuales de riesgo) suelen ser una estrategia para gestionar el malestar psicológico y lograr una rápida disminución de las emociones negativas. El efecto a corto plazo de este tipo de comportamiento puede actuar como reforzador, aumentando la probabilidad de que las personas desarrollen o mantengan problemas de conducta como la impulsividad, los problemas relacionados con sustancias o los trastornos alimentarios (Pedrini et al., 2022).

3.2.2.4. Modelos de regulación emocional

Existen diversos modelos planteados por la literatura para medir la regulación emocional, a continuación, se presentan los más importantes:

La Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS): es una escala autoadministrada que se utiliza para evaluar la desregulación emocional. Esta escala evalúa las dificultades de regulación emocional mediante seis dominios: la no aceptación de las emociones, la falta de conciencia emocional, el descontrol de los impulsos, la falta de claridad emocional, la dificultad para acceder a estrategias de regulación emocional y la dificultad para adoptar conductas dirigidas a objetivos en situaciones de angustia (Herrera et al., 2024; Stellern et al., 2023; Kaur et al., 2022).

El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ): es un modelo que especifica que las emociones se desarrollan con el tiempo y que se pueden aplicar diferentes tipos de estrategias de regulación emocional en cada etapa de este proceso de generación (Preece et al., 2021). Esta escala mide dos factores relacionados con la regulación emocional: la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva (Stellern et al., 2023; Cerolini et al., 2022; Tyra et al., 2021). De otro lado,

El Cuestionario de Regulación Cognitiva Emocional (CERQ): consta de nueve factores o estrategias: autoculpa, culpabilización, rumiación, catastrofismo, perspectiva, reenfoque

positivo, reevaluación positiva, aceptación y planificación (Cerolini et al., 2022).

La regulación emocional se suele clasificar en tipos de **estrategias regulatorias**, específicamente centradas en los antecedentes o en la respuesta. Si bien se han identificado muchas estrategias de regulación emocional, la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva son las más examinadas. La reevaluación cognitiva, un enfoque basado en los antecedentes, requiere el uso adaptativo del esfuerzo cognitivo para modificar la evaluación de una situación y, posteriormente, alterar la respuesta emocional antes de que se produzca por completo. Por el contrario, la supresión expresiva es un enfoque centrado en la respuesta que implica un intento conductual desadaptativo de inhibir la expresión de una respuesta emocional que ya está en curso (Tyra et al., 2021). Las estrategias de regulación emocional pueden ser un mecanismo subyacente a las relaciones entre el abuso (físico y emocional), la depresión y los problemas de conducta en adolescentes (Zhou et al., 2022).

El modelo de regulación emocional es un marco teórico que identifica cinco estrategias de regulación emocional que ocurren durante diferentes momentos de una experiencia emocional: (1) la selección de la situación implica elegir entornos que probablemente generen emociones positivas y evitar aquellos que puedan causar emociones negativas; (2) la modificación de la situación consiste en alterar la situación para cambiar su impacto emocional; (3) el despliegue de la atención se refiere a dirigir la atención hacia o desde ciertos estímulos para influir en las emociones experimentadas; (4) el cambio cognitivo implica reinterpretar una situación para alterar su significado emocional; y (5) la modulación de la respuesta abarca la regulación de la expresión de las emociones para ajustarse a las exigencias sociales. Este modelo proporciona un marco para comprender cómo las personas regulan sus emociones para adaptarse a las exigencias sociales, lo que

influye en su bienestar emocional y adaptación social (Rios et al., 2024).

3.2.2.5. Teorías que fundamentan la regulación emocional

Las personas suelen utilizar diversas estrategias para intentar regular sus emociones, y estos patrones tienen importantes implicaciones para el funcionamiento afectivo. Históricamente, dos de las estrategias de regulación emocional más estudiadas han sido la reevaluación cognitiva y la supresión expresiva (Preece et al., 2023). La reevaluación cognitiva se define como una estrategia de regulación emocional antecedente que modifica el curso de las posibles respuestas emocionales al replantear productivamente el significado de una experiencia (Merkebu et al., 2023).

La teoría del afrontamiento afirma que las personas desarrollan comportamientos reactivos para afrontar estados emocionales estresantes. La teoría del escape sugiere que, ante ciertas situaciones emocionales negativas, las personas realizan compras compulsivas como mecanismo para aliviar esa tensión. Por ello, las compras compulsivas se acompañan de placer, pero también de remordimiento y culpa debido a un comportamiento de gasto inapropiado y sus consecuencias negativas. De esta manera, la compra compulsiva provoca que los consumidores minimicen las consecuencias negativas a largo plazo de sus acciones y mejoren su estado emocional a corto plazo gracias al refuerzo positivo que les proporciona (Cachón et al., 2024).

3.3. Marco conceptual

Ansiedad: Miedo anticipado a padecer un daño o desgracia futuros, acompañada de un sentimiento de temor o de síntomas somáticos de tensión (Vera, 2015).

Ansiedad de separación: Esta dimensión crea y fortalece patrones de relación interpersonal, donde la persona se apega demasiado a su pareja, le atribuye valores, la sobreestima, es necesaria para una vida feliz

y tranquila, e induce a la soledad como opción directa a no experimentarla anhelo (Castelló, 2005).

Claridad: Se refiere a los procesos y estrategias que las personas utilizan para influir en las emociones que tienen, cómo las experimentan y cómo las expresan explícita y conductualmente (Moore et al., 2022).

Conciencia: Se entiende como aquello que uno siente y que proporciona información importante para orientar la selección de estrategias eficaces de regulación emocional (Smith et al., 2024).

Dependencia: Interrelación de soporte, pendiente a la confianza que tiene el individuo sobre sí mismo y la seguridad que recibe de los demás, incapaz de tomar decisiones por cuenta propia (Galimberti, 2002).

Dependencia emocional: Es un tipo de dependencia sentimental que se caracteriza por la manifestación de interdependencia en las relaciones (Moral et al, 2018).

Estrategias: Se explica como la falta de acceso a estrategias se refiere al grado en que una persona tiene acceso a maneras de gestionar y responder eficazmente a las emociones difíciles (Torun et al., 2022; Pepping et al., 2014).

Expresión afectiva de la pareja: Es cuando el sujeto necesita expresar constantemente los sentimientos hacia su pareja con el fin de reafirmar el amor que siente y aliviar los sentimientos de inseguridad (Lynch, et al., 2001).

Impulso: Se entiende como impulso a las dificultades para el autocontrol cuando se experimentan emociones negativas (Torun et al., 2022; Starosta et al., 2021),

Miedo a la soledad: Este sentimiento se produce por la necesidad o temor de no tener una relación de pareja, o por la carencia de afecto, entendiéndose que solo puede sentirse protegido si tiene alguien que vele por su seguridad (Castelló, 2005).

Modificación de planes: Para una persona emocionalmente dependiente el cambio de actividades, planes y comportamientos es debido a un deseo oculto o evidente de complacer a una pareja o una simple oportunidad de pasar más tiempo (Castelló, 2005).

No aceptación: Se refiere al grado en que las personas no están dispuestas y son capaces de aceptarlas (Pepping et al., 2014). Esta inaceptación de las respuestas emocionales suele suscitarse ante las propias angustias o reacciones emocionales negativas (Strahler et al., 2022).

Objetivos: Se definen las dificultades para adoptar una conducta orientada a objetivos ante un resultado negativo (Torun et al., 2022).

Regulación emocional: Se define como la capacidad de gestionar la respuesta conductual ante situaciones cotidianas desafiantes y estresantes (Horato et al., 2022).

IV. METODOLOGÍA

Esta investigación se fundamentó en un enfoque cuantitativo; donde lo que interesa es la medición y la cuantificación, puesto que a través de la medición se obtuvieron tendencias, se plantearon nuevas hipótesis y de esa manera se analizaron teorías. Este enfoque utilizó la estadística como herramienta para la cuantificación (Bonilla y Rodríguez, 2005).

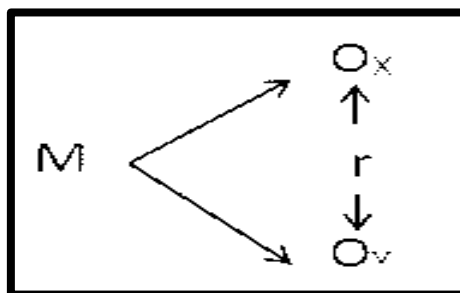
4.1. Tipo de investigación

Siendo de tipo básica, de acuerdo con Arispe, et al. (2020), se enfoca en generar conocimientos más completos a través de la comprensión de los aspectos fundamentales de los fenómenos y de los hechos observables; de corte transversal, porque la recolección de los datos se realiza en un único momento.

Se trabajo con el nivel correlacional, la cual hace referencia a evaluar la relación que existe entre una o más variables (Rodríguez, 2011).

4.2. Diseño de Investigación

El diseño seleccionado es el No experimental, puesto que, no se realizó la manipulación de variables, presentándose los sucesos de manera natural sin intervención que conlleve a cambios en la variable dependiente (Pino, 2018); descriptivo correlacional, puesto que, se buscó que encontrar la asociación entre las variables de estudio, para medir su relación en términos estadísticos (Hernández y Mendoza, 2018). La cual se representa de la siguiente manera:



Donde:

M = Muestra (Mujeres)

Ox = Dependencia emocional

O y = Regulación emocional

r = Relación

4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Verificar la relación entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

Hipótesis específicas

HE1. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

HE2. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

HE3. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

HE4. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la claridad emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

HE5. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.

HE6. Establecer la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025

4.4. Identificación de las variables

Variable X. Dependencia emocional

Dimensiones:

- D1. Ansiedad de separación
- D2. Expresión afectiva de la pareja
- D3. Modificación de planes
- D4. Miedo a la soledad

Variable Y. Regulación emocional

Dimensiones:

- D1. Conciencia
- D2. Impulso
- D3. No aceptación
- D4. Claridad
- D5. Objetivo
- D6. Estrategias

4.5. Matriz de operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y Rangos	Tipo de variable estadística
Dependencia emocional	Ansiedad de separación	Expresión de miedo ante la separación de la relación	01-08	Likert ordinal	(BAREMOS)	Cuantitativa: Ordinal Instrumento: Cuestionario de Dependencia emocional (CDE)
	Expresión afectiva de la pareja	Expresión de afecto hacia la pareja	09-14			
	Modificación de planes	Cambios de planes y comportamiento buscando satisfacer a la pareja	15-19			
	Miedo a la soledad	Temor por la soledad y no sentirse amada.	20-23			

Tabla 2

Baremos

	Baja	Regular	Alta
Dependencia emocional	23-53	54-84	85-115
Ansiedad por separación	7-16	17- 25	26-35
Expresión afectiva de la pareja	4-9	10-14	15-20
Modificación de planes	4-9	10-14	15-20
Miedo a la soledad	3-6	7-11	12-15

Tabla 3*Matriz de operacionalización*

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y Rangos	Tipo de variable estadística
Regulación emocional	D1. Conciencia	Atención a los sentimientos	01-06	Escala ordinal		Cuantitativa: Ordinal Instrumento: Difficulties Emotion Regulation Scale (DERS)
	D2. Impulso	Emociones cuando se está molesto	07-12			
	D3. No aceptación	Malestares cuando se está molesto	13-19			
	D4. Claridad	Falta de claridad en la vida	20-24			
	D5. Objetivo	Problemas con las metas	25-29			
	D6. Estrategias	Estrategias para reducir el malestar	30-36			

Tabla 4
Baremos

	Baja	Regular	Alta
Conciencia	23-53	54-84	85-115
Impulso	7-16	17- 25	26-35
No aceptación	4-9	10-14	15-20
Claridad	4-9	10-14	15-20
Objetivo	3-6	7-11	12-15
Estrategias	4-9	10-14	15-20

4.6. Población – Muestra

Población

Según el autor Martínez (2006) define población como un conjunto infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación.

La población estará compuesta por 150 mujeres del Asentamiento Humano Nueva Caledonia Chorrillos, Lima – 2025.

Muestra

Según Martínez (2006) define muestra como un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible. La selección de la muestra se realizó a través de un muestreo probabilístico tal como se detalla a continuación:

n = Tamaño de la muestra	=	?
Z = Sigma = Nivel de Confianza (1-5)	=	1.96
N = Universo	N=	150
P = Posibilidad de éxito = 50%	P=	0.5
Q = Posibilidad de error = 50%	Q=	0.5
E = Error muestral (1-10)	E=	0.05

Fórmula para poblaciones finitas:

$$= \frac{Z^2 \cdot P \cdot Q \cdot N}{E^2 \cdot N + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$
$$= 108$$

La muestra sugerida estuvo constituida por 108 mujeres adultas del Asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima – 2025. No obstante, se logró una muestra final de 74 mujeres adultas del Asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima – 2025.

Criterios de inclusión

- Mujeres del Asentamiento Humano Nueva Caledonia.
- Mujeres que tengan pareja.

- Mujeres que deseen participar del estudio.
- Mujeres mayores de edad que firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Mujeres que no pertenezcan al Asentamiento Humano Nueva Caledonia.
- Mujeres que no deseen participar.
- Mujeres que no firmen el consentimiento informado.
- Mujeres que no tengan pareja actualmente.
- Mujeres menores de edad.

Muestreo

La selección de la muestra se realizó a través del muestreo probabilístico, ya que de esta forma se toma a modo aleatorio los puntos muestrales, permitiendo inferencias y cálculos de error (Alperin y Skorupka, 2014).

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de Información

Se realizaron los trámites en la Universidad Autónoma de Ica, solicitando a la Facultad de Ciencias de la Salud una carta de presentación del estudiante y el oficio. De esta manera al obtener ambos documentos en mesa de partes con su respectivo cargo, se procedió a entregarlo a la Sra. Ana Cecilia Yucra Espinoza secretaria general de la Junta Directiva Central del Asentamiento mencionado, pidiendo la autorización correspondiente, para desarrollar la investigación, por medio del oficio otorgado. Teniendo ya una respuesta afirmativa de parte de la secretaria quien se compromete a informar en la siguiente Junta Vecinal, a los pobladores que se realizó dos cuestionarios que serán aplicados en las mujeres que cumplan con los requisitos para el estudio. Acordando brindarles un informe final tanto a la junta directiva como al Centro de Salud de la jurisdicción.

Técnica

Encuesta: Es un procedimiento realizado en la investigación que facilita la elaboración y obtención de datos eficazmente (Casas, et al., 2003).

Instrumento

Cuestionario para evaluar la dependencia emocional: Fue de Lemos y Londoño (2006) cuyo objetivo fue evaluar el nivel de dependencia emocional, estuvo compuesto por 23 ítems, teniendo opciones de respuestas politómicas.

Tabla 5

Ficha técnica del instrumento

Nombre original del instrumento	Cuestionario de Dependencia emocional (CDE)
Autor(a)	Lemos y Londoño (2006)
Adaptado	Brito y Gonzales (2016)
Nombre del instrumento adaptado	Cuestionario para evaluar la dependencia emocional
Objetivo	Establecer el nivel de dependencia emocional
Procedencia	Colombia
Administración	Individual o colectiva
Duración	10 a 15 minutos
Muestra	108 mujeres parejas
Dimensiones	D1. Ansiedad de separación D2. Expresión afectiva de la pareja D3. Modificación de planes D4. Miedo a la soledad
Escala valorativa	1 punto= Bajo 2 puntos= Medio 3 puntos= Alto

Validez

Para su validez, se sometió a la evaluación de tres expertos; los cuales son profesionales del área de psicología teniendo estudios de posgrado debidamente registrado en SUNEDU. Los evaluadores fueron los siguientes: Mg. Ricardo Mejía Saona

Mg. Marilia Soraya Reyes Huerta

Mg. Julio Yenko Oyanguren Goya

Los expertos validaron los instrumentos con claridad, objetividad, conveniencia, organización, suficiencia, intencionalidad, consistencia, coherencia, estructura y pertinencia en el cuestionario, los cuales concluyeron que sí cumple con los requisitos ya mencionados para su aplicación.

Confiabilidad

Para la confiabilidad se utilizó el método de consistencia de Alfa de Cronbach pues el instrumento utilizado tenía opciones de respuesta politómicas, el índice de pertinencia resultante de 93,3% demostró la fiabilidad del instrumento.

Tabla 6

Baremación de la variable dependencia y de sus dimensiones

	Baja	Regular	Alta
Dependencia emocional	23-53	54-84	85-115
Ansiedad por separación	7-16	17- 25	26-35
Expresión afectiva de la pareja	4-9	10-14	15-20
Modificación de planes	4-9	10-14	15-20
Miedo a la soledad	3-6	7-11	12-15
Expresión limite	3-6	7-11	12-15

Fuente: Elaboración propia

Cuestionario para evaluar regulación emocional: Este cuestionario comprende de 36 ítems, tienen la finalidad de evaluar la regulación emocional, con 5 respuestas evaluadas en la escala de Likert: nunca=1, casi nunca=2, a veces=3, casi siempre=4, siempre=5

Tabla 7

Ficha técnica del instrumento

Nombre original del instrumento	Difficulties Emotion Regulation Scale (DERS)
Autor(a)	Gómez, Penelo, de la Osa
Adaptación	Factor structure and measurement invariance of the Difficulties Emotion Regulation Scale (DERS) in Spanish adolescents
Nombre del instrumento adaptado	Cuestionario para evaluar la Regulación Emocional
Objetivo	Evaluar la Regulación Emocional
Procedencia	España
Administración	Individual o colectiva
Duración	10 a 15 minutos
Muestra	642 adolescentes
Dimensiones	Conciencia Impulso No aceptación

	Metas
	Claridad
	Estrategias
Escala	1 punto= Bajo
valorativa	2 puntos= Medio
	3 puntos= Alto

Validez

Para su validez, fue sometido a la evaluación de tres expertos; los cuales son profesionales del área de psicología teniendo estudios de posgrado debidamente registrado en SUNEDU;

Los evaluadores fueron los siguientes:

Mg. Ricardo Mejía Saona

Mg. Marilia Soraya Reyes Huerta

Mg. Julio Yenko Oyanguren Goya

Los expertos validarán los instrumentos con claridad, objetividad, conveniencia, organización, suficiencia, intencionalidad, consistencia, coherencia, estructura y pertinencia en el cuestionario, los cuales concluyeron que sí cumple con los requisitos ya mencionados para su aplicación.

Confiabilidad

Para la confiabilidad se utilizará el método de consistencia de Alfa de Cronbach pues el instrumento utilizado tenía opciones de respuesta politómicas, el índice de pertinencia resultante de 91,0% demostró la fiabilidad del instrumento.

4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos

Se inicia al concluir la recolección de los datos. El investigador en posesión de un cúmulo de información procederá a organizar la información que permita extraer conclusiones para así poder responder a las interrogantes que llevaron a realizar la investigación. Una vez obtenidos los datos se procederá a su análisis considerando los siguientes pasos:

Estadística descriptiva: Rendón et al. (2016) señalan que la estadística descriptiva, proporciona evidencia objetiva suficiente para apoyar o refutar las hipótesis planteadas, mediante la recolección ya elaborada a fin de integrar y dar coherencia a los resultados, para ello se procede a resumir, organizar los datos recopilados a fin de que puedan ser interpretados por otros investigadores.

1° Codificación: Se toman los datos de las variables a fin de que se cambia verbalmente su forma por números a fin de que se maneje un control óptimo y que puedan ser evaluados por la computadora.

2° Calificación: Esta se evalúa según una norma; donde se establece la significatividad de los resultados, mediante la comparativa de puntos con el promedio grupal. Referido a un criterio, si se aplica una regla de evaluación.

3° Tabulación de datos: En este proceso se elaboró una data donde se plasmen los puntajes de cada una de las preguntas establecidas en los instrumentos de manera que se apliquen estadígrafos que permitieran conocer cuáles son las características de la distribución de los datos, por la naturaleza de la investigación se utilizará las frecuencias y los porcentajes.

4° Interpretación de los resultados: En esta etapa una vez tabulados los datos se presentaron en tablas y figuras, estos serán interpretados en función de la variable.

Estadística inferencial: Según Acosta, Laines y Piña (2014), se ocupa de los procesos de estimación (puntual y por intervalos), análisis y pruebas hipótesis. La finalidad de la estadística inferencial es llegar a conclusiones que brinden una adecuada base científica para la toma de decisiones, considerando la información muestral recolectada. La prueba estadística utilizada para poder analizar las hipótesis es la prueba de correlación; que será de Pearson si los datos son paramétricos o Rho de Spearman si los datos son no paramétricos.

5° Comprobación de hipótesis: Somete la hipótesis a comparación con la realidad por medio de una técnica de contrastación si ésta concuerda o no con los datos empíricos (Espinoza, 2017).

V. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados

Tabla 8

Características sociodemográficas

Edad		
	Frecuencia	Porcentaje
18 a 25 años	5	6.8
26 a 35 años	11	14.9
Más de 35 años	58	78.4

Trabajo		
	Frecuencia	Porcentaje
Sí	61	82.4
No	13	17.6

N° de hijos		
	Frecuencia	Porcentaje
0 hijos	15	20.3
1 hijo	15	20.3
2 hijos	27	36.5
3 hijos	17	23.0

Tiempo de relación		
	Frecuencia	Porcentaje
Menos de 1 año	8	10.8
De 1 a 4 años	10	13.5
De 5 a 9 años	8	10.8
10 años a más	48	64.9

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9

Frecuencia de la dimensión Ansiedad

Ansiedad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	21	28.4
Medio	36	48.6
Alto	17	23
Total	74	100.0

Figura 1

Frecuencia de la dimensión Ansiedad

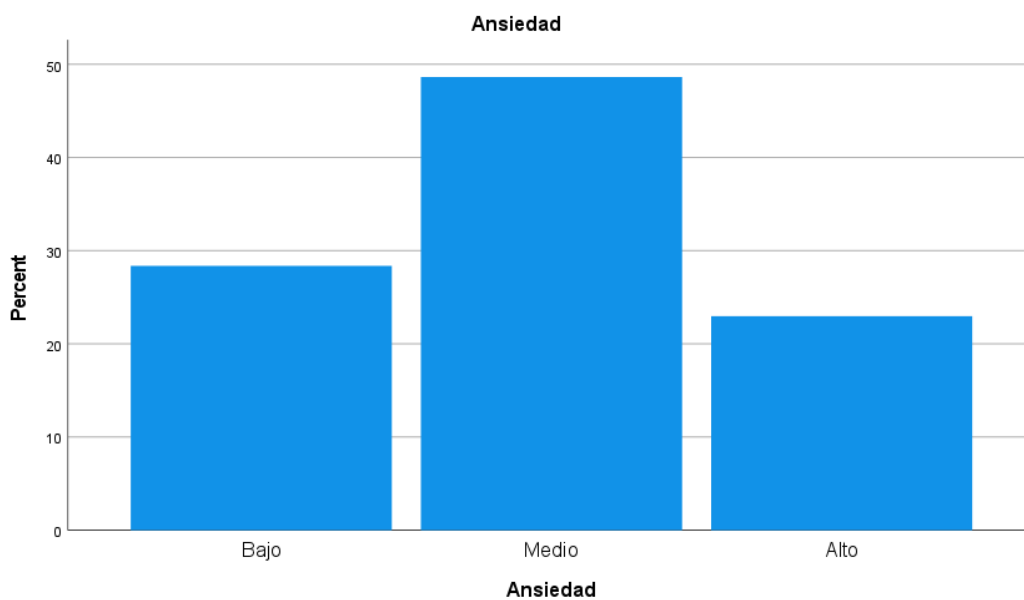


Tabla 10

Frecuencia de la dimensión Modificación de planes

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	30	40.5
Medio	34	45.9
Alto	10	13.5
Total	74	100.0

Figura 2

Frecuencia de la dimensión Modificación de planes

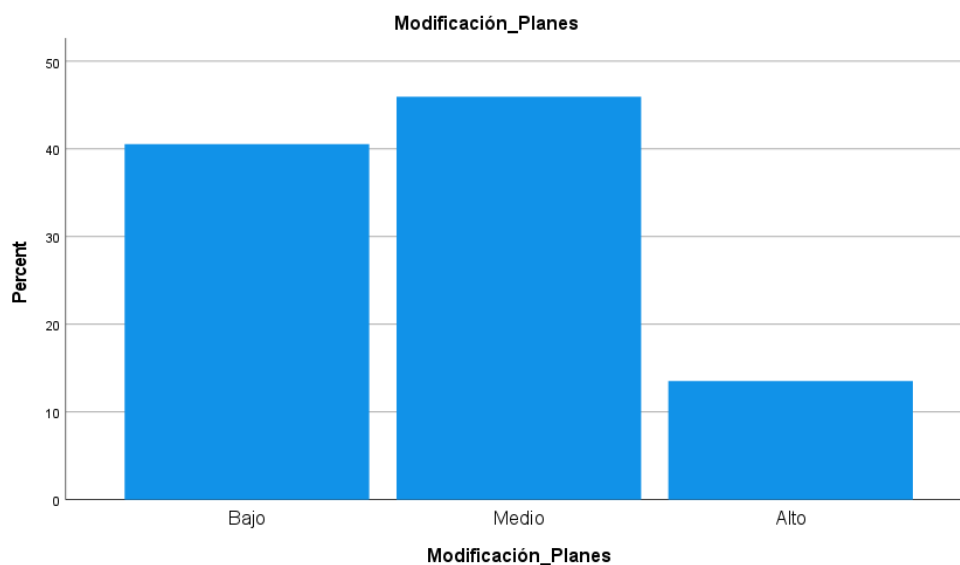


Tabla 11

Frecuencia de la dimensión Expresión Afectiva

Expresión_Afectiva

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	25	33.8
Medio	39	52.7
Alto	10	13.5
Total	74	100.0

Figura 3

Frecuencia de la dimensión Expresión Afectiva

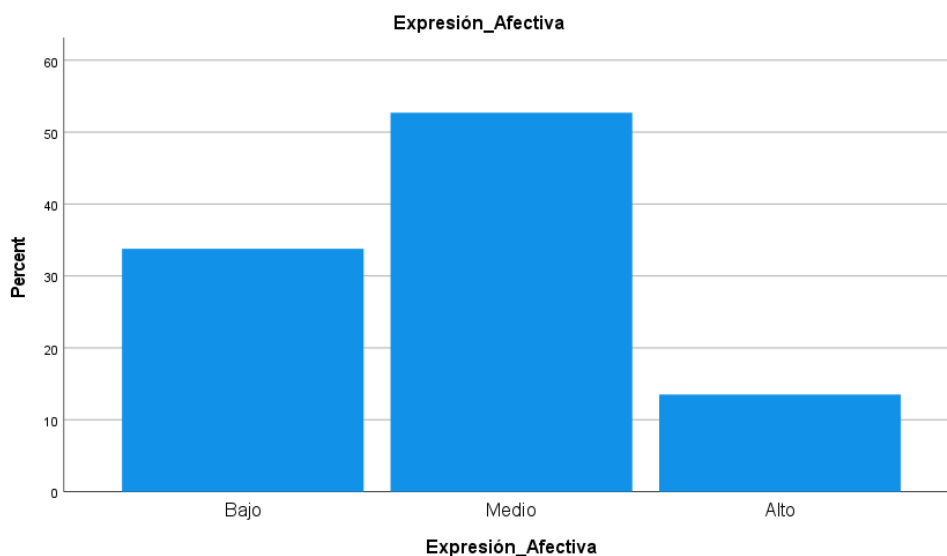


Tabla 12

Frecuencia de la dimensión Miedo a la Soledad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	47	63.5
Medio	22	29.7
Alto	5	6.8
Total	74	100.0

Figura 4

Frecuencia de la dimensión Miedo a la Soledad

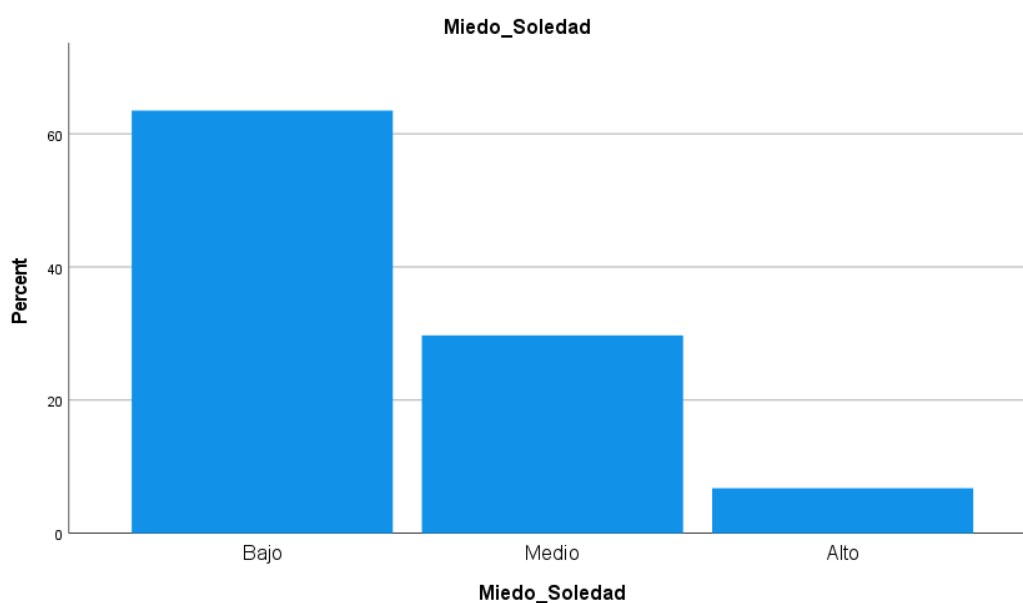


Tabla 13

Frecuencia de la dimensión Dependencia Emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	29.7
Medio	46	62.2
Alto	6	8.1
Total	74	100.0

Figura 5

Frecuencia de la dimensión Dependencia Emocional

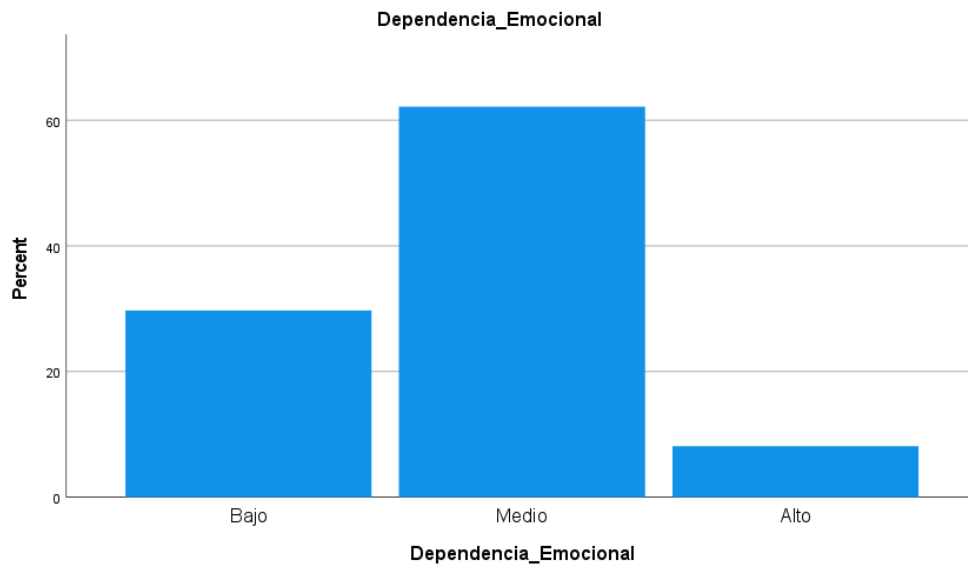


Tabla 14

Frecuencia de la dimensión Conciencia

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	6	8.1
Medio	7	9.5
Alto	61	82.4
Total	74	100.0

Figura 6

Frecuencia de la dimensión Conciencia

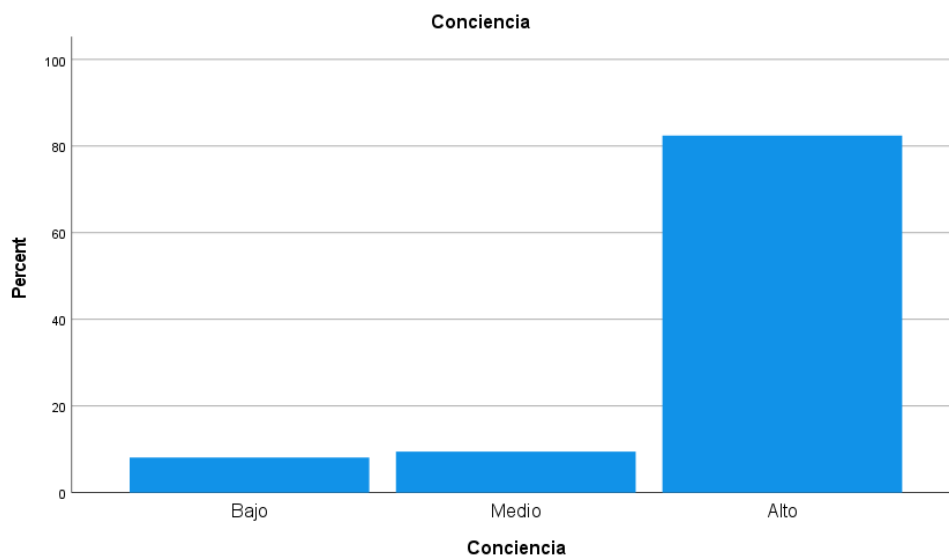


Tabla 15

Frecuencia de la dimensión Impulso

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	21	28.4
Medio	28	37.8
Alto	25	33.8
Total	74	100.0

Figura 7

Frecuencia de la dimensión Impulso

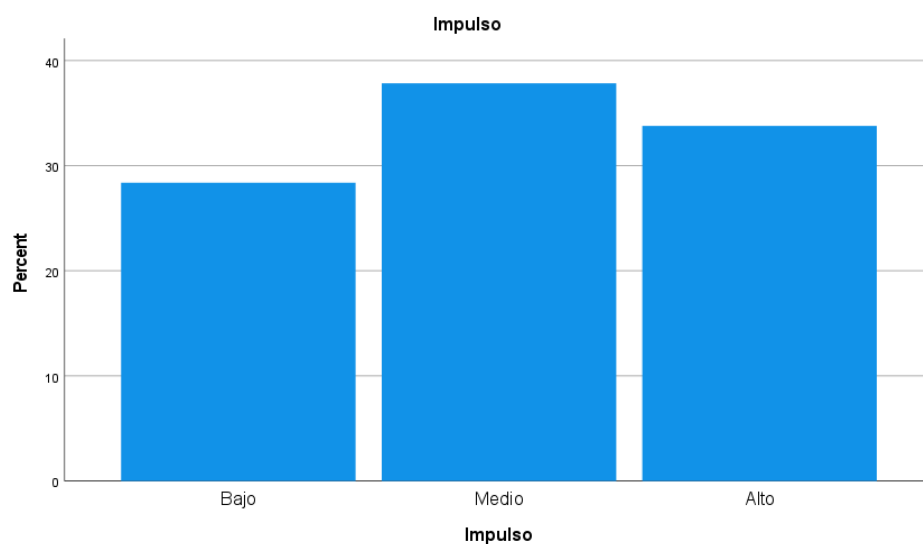


Tabla 16

Frecuencia de la dimensión No Aceptación

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	29.7
Medio	31	41.9
Alto	21	28.4
Total	74	100.0

Figura 8

Frecuencia de la dimensión No Aceptación

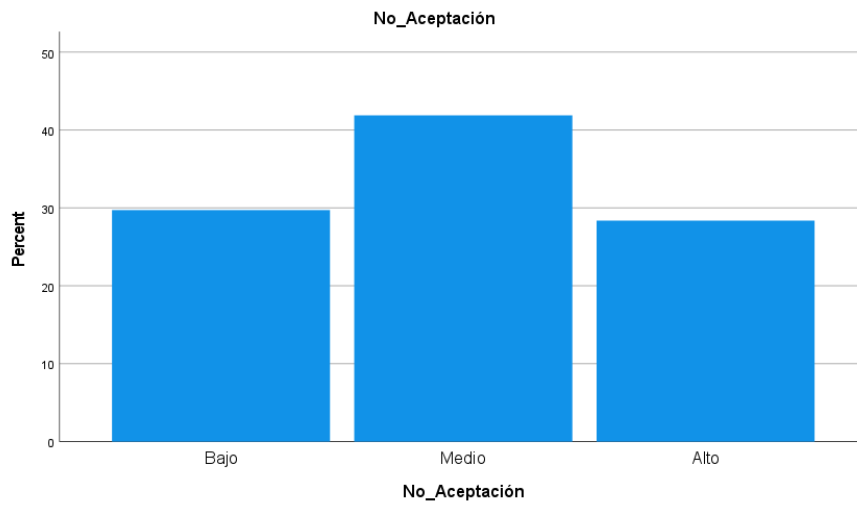


Tabla 17

Frecuencia de la dimensión Metas

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	29.7
Medio	26	35.1
Alto	26	35.1
Total	74	100.0

Figura 9

Frecuencia de la dimensión Metas

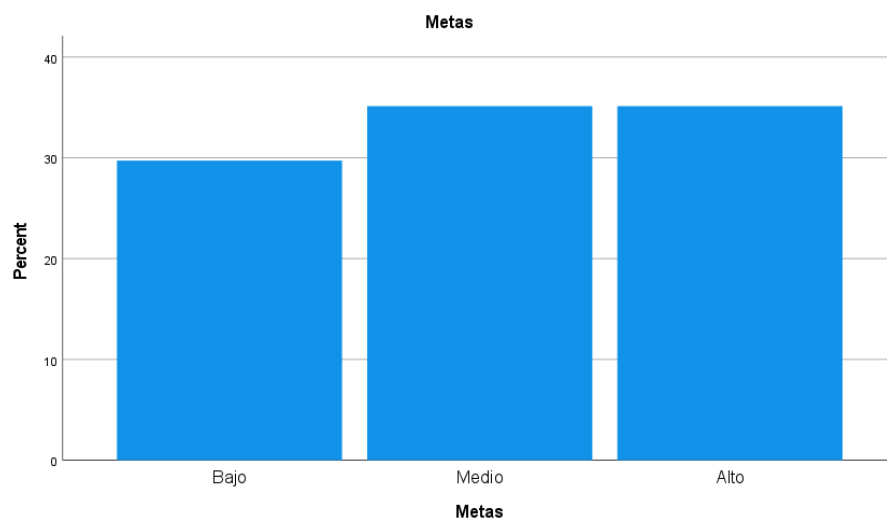


Tabla 18

Frecuencia de la dimensión Claridad

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	18	24.3
Medio	27	36.5
Alto	29	39.2
Total	74	100.0

Figura 10

Frecuencia de la dimensión Claridad

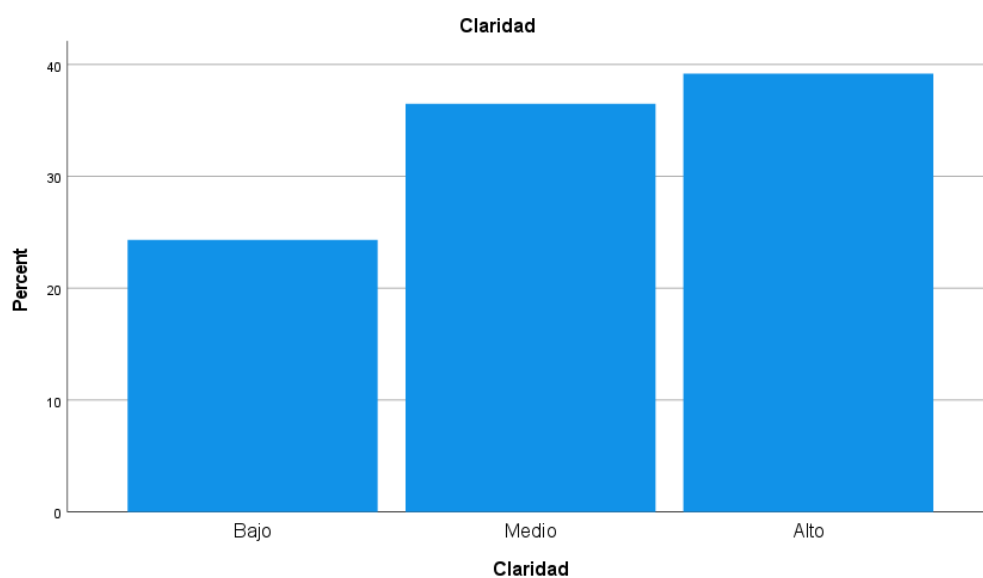


Tabla 19

Frecuencia de la dimensión Estrategias

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	32	43.2
Medio	20	27
Alto	22	29.7
Total	74	100.0

Figura 11

Frecuencia de la dimensión Estrategias

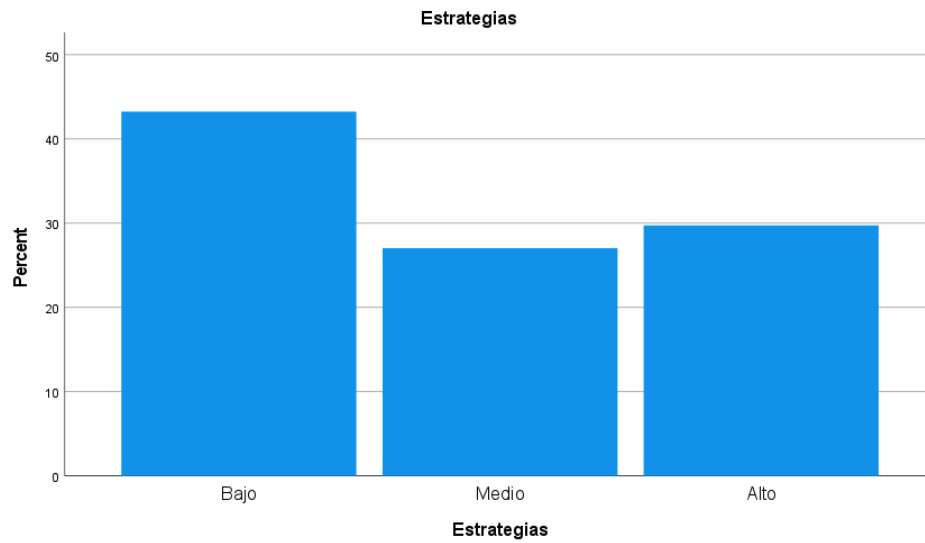


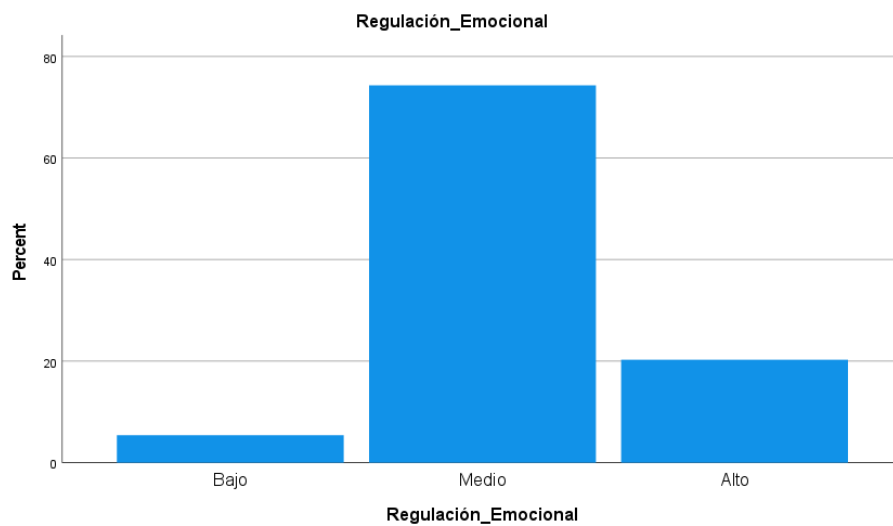
Tabla 20

Frecuencia de la dimensión Regulación Emocional

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	5.4
Medio	55	74.3
Alto	15	20.3
Total	74	100.0

Figura 12

Frecuencia de la dimensión Regulación Emocional



5.2 Interpretación de resultados

Se observa en la tabla N° 8, respecto a la edad, que el 78.4% lo conforman personas de más de 35 años, 14.9% de 26 a 35 años y 6.8% de 18 a 35 años. De otro lado, sobre la situación laboral, el 82.4% poseía trabajo y el 17.6% no tenía trabajo. Además, sobre el número de hijos, el 36.5% tenía 2 hijos, el 23% tiene 3 hijos o más, el 20.3% tiene un hijo y el 20.3% no tenía hijos. Por último, respecto al tiempo de relación, el 64.9% tenía 10 años a más, el 13.5% tenía entre 1 y 4 años, el 10.8% tenía entre 5 y 9 años, y el 10.8% tenía menos de un año.

Como se observa en la tabla 9 y en la Figura 1, sobre la ansiedad el 48.6% de los participantes respondió que fue “medio”, mientras que para un 28.4% fue “bajo”, y un 23% comentó que fue “alto”.

En la tabla 10 y figura 2 se señala sobre la Modificación de planes, que para un 40.5% fue “bajo”, mientras que para un 45.9% fue “medio” sucede, y para un 13.5% fue “alto”.

En la tabla 11 y figura 3 se indica sobre la Expresión Afectiva, que para el 52.7% de los participantes fue “medio, mientras que para un 33.8% fue “bajo”, y para un 13.5% fue “alto”.

En la tabla 12 y figura 4 se señala sobre el Miedo a la Soledad, que para un 52.7% “nunca” ocurre, mientras que para un 63.5% fue “bajo”, para un 29.7% fue “medio” y para un 6.8% fue “alto”.

En la tabla 13 y figura 5 se indica sobre la Dependencia Emocional, que para el 62.2% de los participantes fue “medio”, mientras que para un 29.7% fue “bajo”, y para un 8.1% fue “alto”.

En la tabla 14 y figura 6 se señala sobre la Conciencia, que para un 82.4% fue “alto”, mientras que para un 9.5% fue “medio” y para un 8.1% fue “bajo” sucede.

En la tabla 15 y figura 7 se indica sobre el Impulso, que para el 37.8% de los participantes fue “medio”, mientras que para un 33.8% fue “alto”, y para un 28.4% fue “bajo”.

En la tabla 16 y figura 8 se señala sobre la No Aceptación, que para un 41.9% fue “medio”, mientras que para un 29.7% fue “bajo” y para un 28.4% fue “alto”.

En la tabla 17 y figura 9 se indica sobre las Metas, que para el 35.1% fue “alto”, mientras que para un 35.1% fue “medio” y para un 29.7% fue “bajo”.

En la tabla 18 y figura 10 se señala sobre la Claridad, que para un 39.2% “nunca” ocurre, mientras que para un 10.8% “casi nunca” sucede, para un 74.3% “a veces” ocurre, y para un 9.5% “casi siempre” ocurre.

En la tabla 19 y figura 11 se indica sobre las Estrategias, que para el 43.2% fue “bajo”, mientras que para un 29.7% fue “alto”, y para un 27% fue “medio”.

En la tabla 20 y figura 12 se señala sobre la Regulación emocional, que para un 74.3% fue “medio”, mientras que para un 20.3% fue “alto”, y para un 5.4% fue “bajo”.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1 Análisis inferencial

Para verificar la validez del contenido del instrumento, éste fue sometido a juicio de expertos. Los resultados del análisis de expertos evidenciaron que el instrumento cuenta con valides.

Tabla 21

Confiabilidad

Fiabilidad estadística	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.960	59

De otro lado, se realizó una prueba de confiabilidad sobre los 59 ítems del instrumento, en donde se obtuvo un valor alfa de Cronbach de 0.960, lo que confirma que se posee una alta confiabilidad (ver tabla 21).

Tabla 22

Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Regulación Emocional

		Regulación Emocional			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	3 (13.6%)	19 (86.4%)	0	22 (100%)
	Medio	1 (2.2%)	34 (73.9%)	11 (23.9%)	46 (100%)
	Alto	0	2 (33.3%)	4 (66.7%)	6(100%)
Total		4 (5.4%)	55 (74.3%)	15 (20.3%)	74 (100%)

En la tabla 22 se muestra de qué manera se distribuyen los niveles de regulación emocional según los distintos niveles de dependencia emocional. La tabla refleja que las personas con menor dependencia emocional presentan una regulación emocional media, mientras que conforme aumenta la dependencia, la regulación no evidencia cambios.

Tabla 23*Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Conciencia*

		Conciencia			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	5 (22.7%)	3 (13.6%)	14 (63.6%)	22 (100%)
	Medio	1 (2.2%)	4 (8.7%)	41 (89.1%)	46 (100%)
	Alto	0	0	6 (100%)	6 (100%)
Total		6 (8.1%)	7 (9.5%)	61 (82.4%)	74 (100%)

La tabla 23 demuestra cómo varía la conciencia emocional según los niveles de dependencia emocional. El patrón general indica que la conciencia emocional no disminuye de manera lineal con la dependencia emocional, pero sí se observa que los niveles más bajos de dependencia se asocian con una conciencia emocional más sólida y consistente.

Tabla 24*Tabla Cruzada Dependencia Emocional e Impulso*

		Impulso			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	13 (59.1%)	5 (22.7%)	4 (18.2%)	22 (100%)
	Medio	7 (15.2%)	22 (47.8%)	17 (37%)	46 (100%)
	Alto	1 (16.7%)	1 (16.7%)	4 (66.7%)	6 (100%)
Total		21 (28.4%)	28 (37.8%)	25 (33.8%)	74 (100%)

La tabla 24 compara el nivel de control de impulsos con los distintos grados de dependencia emocional. En términos generales, los datos muestran que las personas con menor dependencia emocional tienden a exhibir un mejor control de impulsos. Conforme la dependencia aumenta, aparece un incremento progresivo de conductas impulsivas.

Tabla 25*Tabla Cruzada Dependencia Emocional y No Aceptación*

		No Aceptación			
		Bajo	Medio	Alto	Total
Dependencia_ Emocional	Bajo	13 (59.1%)	7 (31.8%)	2 (9.1%)	22 (100%)
	Medio	9 (19.6%)	23 (50%)	14 (30.4%)	46 (100%)
	Alto	0	1 (16.7%)	5 (83.3%)	6 (100%)
Total		22 (29.7%)	31 (41.9%)	21 (28.4%)	74 (100%)

La tabla 25 analiza cómo varían los niveles de no aceptación emocional según los distintos grados de dependencia emocional. El análisis revela que las personas con una menor dependencia emocional son las que menos no aceptan sus emociones, mientras que cuando la dependencia aumenta, también se incrementa la frecuencia de respuestas asociadas a la no aceptación emocional.

Tabla 26*Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Metas*

		Metas			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	12 (13%)	9 (40.9%)	1 (4.5%)	22 (100%)
	Medio	9 (19.6%)	16 (34.8%)	21 (45.7%)	46 (100%)
	Alto	1 (16.7%)	1 (16.7%)	4 (66.7%)	6 (100%)
Total		22 (29.7%)	26 (35.1%)	26 (35.1%)	74 (100%)

La tabla 26 demuestra la relación entre los niveles de orientación a metas y los grados de dependencia emocional. Los resultados revelan que una menor dependencia emocional reduce la probabilidad de que las emociones interfieran en la acción orientada a objetivos.

Tabla 27*Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Claridad*

		Claridad			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	11 (50%)	7 (31.8%)	4 (18.2%)	22 (100%)
	Medio	6 (13%)	19 (41.3%)	21 (45.7%)	46 (100%)
	Alto	1 (16.7%)	1 (16.7%)	4 (66.7%)	6 (100%)
Total		18 (24.3%)	27 (36.5%)	29 (39.2%)	74 (100%)

La tabla evalúa la relación entre la claridad emocional y los niveles de dependencia emocional. Los resultados muestran que la claridad emocional es predominantemente moderada en toda la muestra, independientemente del nivel de dependencia emocional.

Tabla 28*Tabla Cruzada Dependencia Emocional y Estrategias*

		Estrategias			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Dependencia_ Emocional	Bajo	16 (72.7%)	2 (9.1%)	4 (18.2%)	22 (100%)
	Medio	15 (32.6%)	17 (37%)	14 (30.4%)	46 (100%)
	Alto	1 (16.7%)	1 (16.7%)	4 (66.7%)	6 (100%)
Total		32 (43.2%)	20 (27%)	22 (29.7%)	74 (100%)

La tabla muestra cómo varía el uso de estrategias de regulación emocional según los niveles de dependencia emocional. Los resultados indican que el uso de estrategias de regulación emocional es en general limitado en la muestra, independientemente del nivel de dependencia emocional. Esto sugiere que las emociones se gestionan más por evitación, inercia o respuesta espontánea que por técnicas activas de regulación.

6.1 Análisis de los resultados – Prueba de hipótesis

Se realizó una prueba de normalidad, por ser requisito indispensable para determinar si los datos son normales (paramétricos) o no normales (no paramétricos). Si la distribución es normal se utilizará la prueba de

correlación de Pearson; mientras que si la distribución no es normal se aplica la prueba de correlación de Spearman.

Supuestos:

Población = n = 74

Significancia = α = 0.05

H0: Los datos provienen de una distribución normal.

H1: Los datos no provienen de una distribución normal.

Tabla 29

Prueba de normalidad

		One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test								
		Dependencia Emocional			Regulación Emocional			No		
		Emocional	Emocional	Conciencia	Impulso	aceptación	Metas	Claridad	Estrategias	
N		74	74	74	74	74	74	74	74	
Parámetros normales ^{a,b}	Media	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	Desviación estándar	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	
Diferencias más extremas	Absoluta	.176	.078	.100	.093	.103	.106	.148	.109	
	Positiva	.176	.078	.072	.077	.100	.106	.148	.108	
	Negativa	-.110	-.061	-.100	-.093	-.103	-.074	-.105	-.109	
Estadístico de prueba		.176	.078	.100	.093	.103	.106	.148	.109	
Sig. asint. (bilateral) ^c		.000	.200 ^e	.065	.190	.050	.040	.000	.030	
Monte Carlo (de 2 colas) ^d	Sig.	.000	.310	.070	.124	.052	.042	.000	.032	
	Sig. Intervalo de confianza del 99% superior	Límite inferior	.000	.298	.063	.116	.046	.036	.000	.027
	Límite superior	.000	.322	.076	.133	.058	.047	.001	.037	

En la tabla 29, el nivel de significancia es menor a 0.05 para siete dimensiones, por lo que no poseen una distribución normal. Por tanto, se optó por aplicar pruebas no paramétricas y se aplicaron pruebas de correlación Rho de Spearman.

Prueba de Hipótesis

Hipótesis general:

H0: No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Regulación Emocional

Ha: Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Regulación Emocional

Nivel de Significancia: $\alpha = 0,05$.**Estadístico de prueba:**

Rho de Spearman

Toma de decisión $p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0 $p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0 **Tabla 30***Prueba de correlación*

			Dependencia Emocional	Regulación Emocional
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coefficiente de Correlación	1.000	.583**
		Sig. (2-colas).		.000
		N	74	74
	Regulación Emocional	Coefficiente de Correlación	.583**	1.000
		Sig. (2-colas).	.000	.
		N	74	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 30 se evidencia que en la prueba de correlación Rho de Spearman se obtuvo un valor de correlación de 0.583, por lo que confirma que la relación es moderada. Además, se confirma que es significativa, por obtener una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis específica 01:**H₀:** No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Conciencia**H_a:** Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Conciencia**Nivel de Significancia:** $\alpha = 0,05$.

Estadístico de prueba:

Rho de Spearman

Toma de decisión $p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0 $p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0 **Tabla 31***Prueba de correlación*

		Prueba de correlación de Spearman		
		Dependencia		
		Emocional	Conciencia	
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coeficiente de Correlación	1.000	.032
		Sig. (2-colas)	.	.789
		N	74	74
	Conciencia	Coeficiente de Correlación	.032	1.000
		Sig. (2-colas)	.789	.
		N	74	74

En la tabla 31 se indica que en la prueba de correlación Rho de Spearman alcanzó una significancia $p > 0.05$, por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Por tanto, no existe relación entre las variables.

Hipótesis específica 02:

H_0 : No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y el Impulso

H_a : Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y el Impulso

Nivel de Significancia: $\alpha = 0,05$.**Estadístico de prueba:**

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0

Tabla 32

Prueba de correlación

Prueba de correlación de Spearman

		Dependencia		
		Emocional		Impulso
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coeficiente de Correlación	1.000	.410**
		Sig. (2-colas)	.	.000
		N	74	74
	Impulso	Coeficiente de Correlación	.410**	1.000
		Sig. (2-colas)	.000	.
		N	74	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 32 se evidencia que en la prueba de correlación Rho de Spearman se obtuvo un valor de correlación de 0.410, por lo que verifica que la relación es moderada. Además, se valida que es significativa, por haber alcanzado una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis específica 03:

H_0 : No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la No aceptación

H_a : Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la No aceptación

Nivel de Significancia:

$\alpha = 0,05$.

Estadístico de prueba:

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0

Tabla 33

Prueba de correlación

Prueba de correlación de Spearman			
		Dependencia Emocional	No aceptación
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coeficiente de Correlación	1.000
		Sig. (2-colas)	.508**
		N	74
	No aceptación	Coeficiente de Correlación	.508**
		Sig. (2-colas)	.000
		N	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 33 se evidencia que en la prueba de correlación Rho de Spearman se alcanzó un valor de correlación de 0.508, por lo que confirma que la relación es moderada. Asimismo, se confirma que es significativa, por haber logrado una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis específica 04:

H_0 : No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y las Metas

H_a : Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y las Metas

Nivel de Significancia: $\alpha = 0,05$.**Estadístico de prueba:**

Rho de Spearman

Toma de decisión $p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0 $p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0 **Tabla 34***Prueba de correlación***Correlación**

		Dependencia		
		Emocional		Metas
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coeficiente de Correlación	1.000	.441**
		Sig. (2-colas)	.	.000
		N	74	74
	Metas	Coeficiente de Correlación	.441**	1.000
		Sig. (2-colas)	.000	.
		N	74	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 34 se indica que en la prueba de correlación Rho de Spearman se obtuvo un valor de correlación de 0.441, por lo que verifica que la relación es moderada. Además, se confirma que es significativa, por obtener una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis específica 05:

H_0 : No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Claridad

H_a : Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Claridad

Nivel de Significancia:

$\alpha = 0,05$.

Estadístico de prueba:

Rho de Spearman

Toma de decisión

$p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0

Tabla 35

Prueba de correlación

Correlación

		Dependencia		
		Emocional		Claridad
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coeficiente de Correlación	1.000	.392**
		Sig. (2-colas)	.	.001
		N	74	74
	Claridad	Coeficiente de Correlación	.392**	1.000
		Sig. (2-colas)	.001	.
		N	74	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 35 se evidencia que en la prueba de correlación Rho de Spearman se obtuvo un valor de correlación de 0.392, por lo que confirma que la relación es moderada. Además, se confirma que es significativa, por obtener una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis específica 06:

H_0 : No existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y las Estrategias

H_a : Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y las Estrategias

Nivel de Significancia: $\alpha = 0,05$.**Estadístico de prueba:**

Rho de Spearman

Toma de decisión $p \geq \alpha \rightarrow$ no se rechaza la hipótesis nula H_0 $p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0 **Tabla 36***Prueba de correlación*

		Dependencia		
		Emocional	Estrategias	
Spearman's rho	Dependencia Emocional	Coefficiente de Correlación	de 1.000	.612**
		Sig. (2-colas)	.	.000
		N	74	74
	Estrategias	Coefficiente de Correlación	de .612**	1.000
		Sig. (2-colas)	.000	.
		N	74	74

****.** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

En la tabla 36 se señala que en la prueba de correlación Rho de Spearman se logró un valor de correlación de 0.612, lo que valida que la relación es moderada. Además, se valida que es significativa, por obtener una significancia $p < 0.05$, por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1 Comparación resultados

Se verificó una relación positiva y significativa de 58.3% entre la dependencia y la regulación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025. Este hallazgo confirma que, a medida que aumenta la dependencia emocional, también se incrementan las dificultades para regular de manera adecuada las propias emociones. Este resultado concuerda con la literatura especializada, que sostiene que la regulación emocional disfuncional es un factor central en el desarrollo y mantenimiento de vínculos afectivos dependientes.

Los resultados evidencian una relación significativa y positiva de 32% entre ambas al dependencia y la conciencia emocional. Esto sugiere que cuando las mujeres tienen dificultades para identificar lo que sienten, aumenta su vulnerabilidad a la dependencia emocional. Este hallazgo coincide con autores como Etxaburu et al. (2024), quienes evidencian que la baja conciencia emocional se asocia con dinámicas afectivas disfuncionales.

De otro lado, se confirmó una relación significativa y positiva de 41% entre la dependencia y el impulso emocional. Esto indica que las mujeres con mayor dependencia emocional tienden a un menor control sobre sus impulsos afectivos. Esto implica que, ante emociones negativas (celos, miedo al abandono, inseguridad), actúan reactivamente, reforzando patrones de búsqueda urgente de afecto. Este resultado es similar al de Moñene et al. (2024), que señala que el manejo deficiente del impulso favorece conductas de apego ansioso y dependencia.

Por otro lado, se corroboró una relación significativa y positiva de 50.8% entre la dependencia emocional y la no aceptación emocional; es decir, revela que las mujeres dependientes tienden a rechazar o evitar emociones dolorosas. Esto se debe a que la evitación genera mayor inseguridad afectiva y búsqueda compulsiva de aprobación. Tal como sostienen estudios previos, la incapacidad para aceptar emociones negativas aumenta la probabilidad de aferrarse a relaciones poco equilibradas, reforzando la dependencia.

Además, los resultados señalan que existe una relación significativa y positiva de 39.2% entre la dependencia y la claridad emocional. Es decir, a menor claridad emocional (dificultad para comprender los sentimientos), mayor será la dependencia emocional. Esto afecta la toma de decisiones afectivas, ya que la mujer carece de información interna suficiente para evaluar su relación. Esta evidencia es consistente con hallazgos internacionales que muestran que la confusión emocional alimenta la necesidad excesiva de apoyo externo.

De otro lado, se halló una relación significativa y positiva de 44.1% entre la dependencia y el objetivo emocional. Esto significa que las mujeres con dependencia emocional presentan mayores dificultades para actuar de manera coherente con metas emocionales saludables. La dependencia afecta la autonomía y la capacidad para mantener límites personales, lo que coincide con trabajos previos que destacan que la estabilidad emocional depende de la capacidad de orientar conductas hacia propósitos internos y no hacia la complacencia del otro.

Finalmente, se confirma que existe una relación significativa y positiva de 61.2% entre la dependencia y las estrategias emocionales. Las mujeres dependientes usan estrategias emocionales menos adaptativas, tales como evitar emociones, reprimirlas o reaccionar impulsivamente. Esto refuerza una espiral negativa: mala regulación → más ansiedad relacional → más dependencia. Este resultado es coherente con estudios que plantean que las dificultades en la regulación emocional son uno de los predictores centrales de la dependencia emocional.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

La dependencia emocional se relaciona significativa y positivamente en 58.3% la regulación emocional; por tanto, se confirma que las mujeres dependientes muestran mayores dificultades para gestionar reacciones intensas.

Se corroboró que existe una relación significativa y positiva de 32% entre la dependencia y la conciencia emocional; es decir, a menor capacidad de identificar emociones, habrá una mayor dependencia.

Se verificó que la dependencia emocional se relaciona significativa y positivamente en 41% con el control del impulso emocional. Es decir, las mujeres dependientes muestran mayores dificultades para gestionar reacciones intensas.

Se confirmó que existe una relación significativa y positiva de 50.8% entre la dependencia emocional y la no aceptación emocional; por ello, evitar emociones negativas incrementa los patrones dependientes.

Se corroboró que la dependencia emocional se relaciona significativa y positivamente en 39.2% con la claridad emocional; es decir, la dificultad para comprender las emociones favorece vínculos afectivos desequilibrados.

Se verificó que existe una relación significativa y positiva de 44.1% entre la dependencia y las metas emocionales. Es decir, la falta de dirección emocional clara limita la autonomía en relaciones de pareja.

Se confirmó que la dependencia emocional se relaciona significativa y positivamente en 61.2% con las estrategias emocionales; por ello, las mujeres dependientes emplean estrategias menos adaptativas, lo que agrava su vulnerabilidad emocional.

RECOMENDACIONES

A partir de los resultados obtenidos, se recomienda desarrollar e implementar un programa integral de fortalecimiento de la regulación emocional dirigido a mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, con un enfoque preventivo y comunitario. Este programa debe incluir entrenamiento en conciencia, aceptación, claridad y manejo de impulsos, así como el desarrollo de metas y estrategias emocionales adaptativas.

Además, se deben de implementar talleres de identificación emocional, journaling emocional y psicoeducación sobre emociones básicas para fortalecer la conciencia emocional.

Asimismo, se deben de desarrollar programas de control del impulso emocional, como respiración consciente, mindfulness y técnicas de pausa emocional antes de reaccionar.

También, se deben de promover intervenciones basadas en aceptación emocional, ayudando a las mujeres a permitir y procesar emociones difíciles sin evadirlas.

Además, se deben de ofrecer sesiones grupales de entrenamiento en claridad emocional, donde se enseñe a diferenciar emociones primarias y secundarias, para mejorar la comprensión interna.

Por último, se deben de diseñar talleres que fortalezcan la autonomía afectiva, estableciendo metas personales, límites sanos y proyectos individuales, que reduzcan la dependencia relacional.

Implementar programas integrales de estrategias adaptativas de regulación emocional (reestructuración cognitiva, regulación fisiológica, comunicación asertiva), priorizando esta dimensión por ser la más afectada

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, S., Laines, B., & Piña, G. (2014). Estadística Inferencial (CE29), ciclo 2014-1.
- Adynski, H., Propper, C., Beeber, L., Gilmore, J., Zou, B., & Santos, H. (2024). The role of emotional regulation on early child school adjustment outcomes. *Archives of Psychiatric Nursing*, 51, 201-211.
- Al-Wardat, M., Salimei, C., Alrabbaie, H., Etoom, M., Khashroom, M., Clarke, C., & Best, T. (2024). Exploring the links between physical activity, emotional regulation, and mental well-being in Jordanian university students. *Journal of Clinical Medicine*, 13(6), 1533.
- Alperin, M. y Skorupka, C. (2014). *Métodos de muestreo. Muestreo: técnica de selección de una muestra a partir de una población*. [Presentación de diapositivas]. Cátedras y estadísticas. <https://cutt.ly/kKt0AIR>
- Aparco, Y., & Delgado, A. (2024). Regulación emocional y violencia entre novios en jóvenes de Huancayo, Perú. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 6(1), 7-14.
- Arispe, C., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L. y Arellano, S. (2020). *La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado*. 1ª ed. Departamento de Investigación y Postgrados. <https://repositorio.uide.edu.ec/handle/37000/4310>
- Beccuti, G., Guaraldi, F., Natta, G., Cambria, V., Prencipe, N., Cicolin, A., ... & Grottoli, S. (2021). Increased prevalence of impulse control disorder symptoms in endocrine diseases treated with dopamine agonists: a cross-sectional study. *Journal of endocrinological investigation*, 44(8), 1699-1706.
- Bonilla, E. y Rodríguez, P. (2005). *Más allá del dilema de los métodos*. 1ª ed. Editorial Norma. <https://cutt.ly/3Kt0GMI>
- Brito, V., & Gonzales, E. (2016). Estandarización del cuestionario de dependencia emocional en la ciudad de Cajamarca
- Cachón, G., Blanco, A., Prado, C., & Fernández, A. (2024). How compulsive and impulsive buying affect consumer emotional regulation. Is anxiety a differential element?. *European Journal of Management and Business Economics*.

- Cano, A. (2006). Depresión y matrimonio. Consultado el 28 de abril de 2022. <http://www.fluvium.org/textos/familia/fam285.htm>
- Carden, J., Jones, R., & Passmore, J. (2022). Defining self-awareness in the context of adult development: A systematic literature review. *Journal of management education*, 46(1), 140-177.
- Casas, J., Repullo, J. y Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención primaria*, 31(8), 527-538. <https://cutt.ly/jKt0XLC>
- Castelló, J. (2000). *Análisis del concepto dependencia emocional*. [Ponencia]. I Congreso virtual de psiquiatría. <https://cutt.ly/HKt0VW1>
- Castello, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. 1ª ed. Alianza Editorial.
- Castillo, L., & Gonzales, T. (2024). Regulación de emociones y dependencia emocional en estudiantes de un instituto nacional de Chiclayo, 2022.
- Centeno, N. (2021). *Relaciones en terapia intensiva: Todos nos merecemos una relación sana*. 1ª ed. Hojas del Sur. <https://cutt.ly/tKt0NAS>
- Cerolini, S., Zagaria, A., Vacca, M., Spinhoven, P., Violani, C., & Lombardo, C. (2022). Cognitive emotion Regulation Questionnaire—Short: reliability, validity, and Measurement Invariance of the Italian version. *Behavioral Sciences*, 12(12), 474.
- Chamarro, A., Díaz, A., Bonilla, I., Cladellas, R., Griffiths, M., Gómez, M., & Limonero, J. (2024). Stress and suicide risk among adolescents: the role of problematic internet use, gaming disorder and emotional regulation. *BMC public health*, 24(1), 326.
- Congost, S. (2013). *Cuando amar demasiado es depender*. 6ª ed. Editorial Planeta. <https://cutt.ly/KKt2tvs>
- Cosar, L. (2021). Dependencia emocional y regulación cognitiva emocional en parejas de Lima Metropolitana.
- Huaman, A. & Erazo, A. (2023). Autorregulación y dependencia emocional en estudiantes jóvenes Universitarios de Lima Metropolitana.

- Espinoza, E. (2017). La hipótesis en la investigación. *Revista de Educación*, 16(1), 122-139. <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1197>
- Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrero, M., Olave, L., Iruarrizaga, I., & Estévez, A. (2024). La regulación emocional como mediador en la relación entre esquemas disfuncionales tempranos y dependencia emocional en jóvenes españoles. *Psicología conductual= behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 32(1), 111-123.
- Fang, S., & Mushtaque, I. (2024). The moderating role of health literacy and health promoting behavior in the relationship among health anxiety, emotional regulation, and cyberchondria. *Psychology Research and Behavior Management*, 51-62.
- Fusaroli, M., Giunchi, V., Battini, V., Gringeri, M., Rimondini, R., Menchetti, M., & Poluzzi, E. (2023). Exploring the underlying mechanisms of drug-induced impulse control disorders: a pharmacovigilance-pharmacodynamic study. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 77(3), 160-167.
- Galimberti, U. (2002). Apego. *Diccionario de Psicología*. <https://cutt.ly/4Kt2yCc>
- Gómez, I., Penelo, E., & De La Osa, N. (2014). Factor structure and measurement invariance of the Difficulties Emotion Regulation Scale (DERS) in Spanish adolescents. *Psicothema*, 401-408.
- Guevara, V. (2023). Regulación conductual de las emociones en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante el 2023.
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). El amor romántico conceptualizado como un Proceso de Apego. *Diario de Personalidad y Psicología Social*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación*. 4.^a ed. McGraw-Hil. <https://cutt.ly/XKt2aY3>
- Herrera, D. (2016). *Dependencia emocional e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja que acuden al SLIM Cotahuma*. [Tesis de grado para optar el título de licenciada en

Psicología, Universidad Mayor de San Andrés].
<http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/6985>

- Herrera, R., Quintana, D., Lorenzana, A., Solís, A., Barrionuevo, C., & Jaimes, F. (2024). Psychometric properties of the 16-item Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS-16) in Ecuadorian teenagers. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 11(3), 48-56.
- Horato, N., Quagliato, L., & Nardi, A. (2022). The relationship between emotional regulation and hemispheric lateralization in depression: a systematic review and a meta-analysis. *Translational psychiatry*, 12(1), 162.
- Irazabal, A., & Merino, M. (2023) Desregulación emocional y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana.
- Kadović, M., Mikšić, Š., & Lovrić, R. (2022). Ability of emotional regulation and control as a stress predictor in healthcare professionals. *International journal of environmental research and public health*, 20(1), 541.
- Kaur, A., Kailash, S. Z., Sureshkumar, K., Sivabackiya, C., & Rumaisa, N. (2022). Gender differences in emotional regulation capacity among the general population. *International Archives of Integrated Medicine*, 9(1), 22-28.
- Kim, K., Lee, J., & Yoon, J. (2023). Effects of emotional regulation, resilience, and distress disclosure on post-traumatic growth in nursing students. *International journal of environmental research and public health*, 20(4), 2782.
- Laca, F. y Mejía, J. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Revista Enseñanza e investigación en psicología*, 22(1), 66-75. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>
- Lawlor, C., Vitoratou, S., Hepworth, C., & Jolley, S. (2021). Self-reported emotion regulation difficulties in psychosis: Psychometric properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-16). *Journal of Clinical Psychology*, 77(10), 2323-2340.

- Lemos, M., Londoño, N. (2006) Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población Colombiana *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v9n2/v9n2a12.pdf>
- Lynch, T., Robins, C. y Morse, J. (2001). Funcionamiento de pareja en la depresión: los roles de la sociotropía y la autonomía. *Journal of Clinical Psychology*, 57(1), 93-103. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(200101\)57:1<93::AID-JCLP10>3.0.CO;2-6](https://doi.org/10.1002/1097-4679(200101)57:1<93::AID-JCLP10>3.0.CO;2-6)
- Martinez, R. (2006). La metodología de los estudios PISA. *Revista de educación*. 111-129. <https://www.educacionyfp.gob.es/revista-de-educacion/numeros-revista-educacion/numeros-antteriores/2006/re2006/re2006-07.html>
- Merkebu, J., Kitsantas, A., Durning, S., & Ma, T. (2023). What is metacognitive reflection? The moderating role of metacognition on emotional regulation and reflection. In *Frontiers in Education* (Vol. 8, p. 1166195). Frontiers Media SA.
- Momeñe, J., Estévez, A., Griffiths, M. D., Macía, P., Herrero, M., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2024). The Impact of Insecure Attachment on Emotional Dependence on a Partner: The Mediating Role of Negative Emotional Rejection. *Behavioral sciences*, 14(10), 909.
- Momeñe, J., Estévez, A., Herrero, M., Griffiths, M. D., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2023). Emotional regulation and body dissatisfaction: the mediating role of anger in young adult women. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1221513.
- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez, A., Jiménez, J., Chávez, M., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 37(1), 121-132.
- Moore, R., Gillanders, D., & Stuart, S. (2022). The impact of group emotion regulation interventions on emotion regulation ability: A systematic review. *Journal of Clinical Medicine*, 11(9), 2519.
- Moral, 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*, 36(3), 156-166.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>
- Morales, M., Montenegro, D., Pulido, S., Herazo, E. y Campo, A. (2011). Variables asociadas a abuso físico y psicológico a la pareja. *Revista Ciencias de la Salud*; 9(3): 271-280.
<http://www.scielo.org.co/pdf/recis/v9n3/v9n3a07.pdf>
- Özal, Z., Mancini, G., De Fino, G., Ambrosini, F., Biolcati, R., & Truzoli, R. (2023). "I can't do without you": Treatment perspectives for affective dependence: A scoping review. *Journal of clinical Medicine*, 12(21), 6769.
- Panayiotou, G., Artemi, T., Theodorou, M., Theodorou, C., & Neophytou, K. (2023). Not "just for fun": Gambling, substance use, and the transdiagnostic role of emotion regulation. *Cogent Psychology*, 10(1), 2183677.
- Pedrini, L., Meloni, S., Lanfredi, M., & Rossi, R. (2022). School-based interventions to improve emotional regulation skills in adolescent students: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 94(8), 1051-1067.
- Pepping, C., O'donovan, A., Zimmer, M., & Hanisch, M. (2014). Is emotion regulation the process underlying the relationship between low mindfulness and psychosocial distress?. *Australian Journal of Psychology*, 66(2), 130-138.
- Pino, R. (2018). *Metodología de la investigación: elaboración de diseños para contrastar hipótesis*. 4.ª ed. San Marcos. <https://n9.cl/1tef7>
- Preece, D., Petrova, K., Mehta, A., & Gross, J. (2023). The Emotion Regulation Questionnaire-Short Form (ERQ-S): A 6-item measure of cognitive reappraisal and expressive suppression. *Journal of Affective Disorders*, 340, 855-861.
- Preece, D., Becerra, R., Hasking, P., McEvoy, P., Boyes, M., Sauer, S., & Gross, J. (2021). The emotion regulation questionnaire: Psychometric properties and relations with affective symptoms in a United States general community sample. *Journal of Affective Disorders*, 284, 27-30.

- Quinteros, A. y Carbajosa, P. (2008). *Hombres maltratadores: Tratamiento psicológico de agresores*. 3ª ed. Editorial Grupo 5. <https://n9.cl/5kdfu>
- Richard, P., Crisp, D., & Burns, R. (2024). The emotion regulation strategies of flourishing adults. *Current Psychology*, 43(14), 12816-12827.
- Ríos, M., Rosales, C., Hernández, B., & Lorenzo, M. (2024). Benefits for emotional regulation of contact with nature: a systematic review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1402885.
- Rodríguez, W. (2011). *Guía de Investigación científica*. 1ª ed. Fondo editorial Universidad de Ciencias y Humanidades. <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/23>
- Rusch, S., Westermann, S., & Lincoln, T. (2012). Specificity of emotion regulation deficits in social anxiety: An internet study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(3), 268-277.
- Smith, R., Persich, M., Chuning, A., Cloonan, S., Woods, R., Skalamera, J., & Killgore, W. (2024). Improvements in mindfulness, interoceptive and emotional awareness, emotion regulation, and interpersonal emotion management following completion of an online emotional skills training program. *Emotion*, 24(2), 431.
- Soler, J., Navas, S., & Pons, P. (2024). Arcadia: A gamified mixed reality system for emotional regulation and self-compassion. In *Proceedings of the 2024 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1-17).
- Starosta, J., Izydorczyk, B., Sitnik, K., & Lizińczyk, S. (2021). Impulsivity and difficulties in emotional regulation as predictors of binge-watching behaviours. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 743870.
- Stellern, J., Xiao, K., Grennell, E., Sanches, M., Gowin, J., & Sloan, M. (2023). Emotion regulation in substance use disorders: A systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 118(1), 30-47.
- Strahler, J., Wachten, H., Neuhofer, S., & Zimmermann, P. (2022). Psychological correlates of excessive healthy and orthorexic eating: Emotion regulation, attachment, and anxious-depressive-stress symptomatology. *Frontiers in nutrition*, 9, 817047.
- Sörman, K., Garke, M. Å., Isacson, N. H., Jangard, S., Bjureberg, J., Hellner, C., ... & Jayaram-Lindström, N. (2022). Measures of emotion

- regulation: Convergence and psychometric properties of the difficulties in emotion regulation scale and emotion regulation questionnaire. *Journal of clinical psychology*, 78(2), 201-217.
- Taş, Y., Gul, H., Yaylali, F., & Gul, A. (2022). Intra/interpersonal functions of non-suicidal self-injury in adolescents with major depressive disorder: the role of emotion regulation, alexithymia, and childhood traumas. *Psychiatry*, 85(1), 86-99.
- Ticse, A. (2024). Dependencia emocional en estudiantes universitarios de la escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022.
- Tyra, A., Griffin, S., Fergus, T., & Ginty, A. (2021). Individual differences in emotion regulation prospectively predict early COVID-19 related acute stress. *Journal of Anxiety Disorders*, 81, 102411.
- Usán, P., & Quílez, A. (2021). Emotional regulation and academic performance in the academic context: The mediating role of self-efficacy in secondary education students. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 5715.
- Vargas, A., Abanto, W., Barranzuela, L., & Odar, G. (2024) Dependencia emocional en mujeres con estudios universitarios y técnico superior de la ciudad de Trujillo.
- Vera, R. (2015). Ansiedad. *Diccionario de Psicología*. <http://www.verticespsicologos.com/agora-psicologia/diccionario/a>
- Zhou, X., & Zhen, R. (2022). How do physical and emotional abuse affect depression and problematic behaviors in adolescents? The roles of emotional regulation and anger. *Child Abuse & Neglect*, 129, 105641.
- Zhylin, M., Mendelo, V., Bondarevych, S., Kokorina, Y., & Tatianchikov, A. (2024). Genetic Basis of Emotional Regulation: Integrative Analysis of Behavioral and Neurobiological Data. *OBM Neurobiology*, 8(4), 1-21.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: Dependencia emocional y Regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia Chorrillos, Lima, 2025

AUTOR: Edy Alfredo Manani Cotrina y Lissett Mirian Flores Cordova

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>Pregunta de investigación general</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación que existe entre la dependencia emocional y la regulación emocional en mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Se verificó una relación entre la dependencia emocional y la regulación emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p>	<p>Dependencia emocional</p> <p>D1. Ansiedad de separación D2. Expresión afectiva de la pareja D3. Modificación de planes D4. Miedo a la soledad</p>	<p>Tipo: Básica, De corte transversal</p> <p>Diseño: No experimental, Descriptivo correlacional</p> <p>Población: 150 mujeres</p> <p>Muestra: 108 personas</p> <p>Técnica: Encuesta</p>
<p>Preguntas de investigación específicas</p> <p>PE1. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p> <p>PE2. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p> <p>PE3. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación</p>	<p>Objetivos específicos</p> <p>OE1. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>OE2. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>OE3. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación</p>	<p>Hipótesis específicas</p> <p>HE1. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la conciencia emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>HE2. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el impulso emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>HE3. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la no aceptación</p>	<p>Regulación emocional</p> <p>D1. Conciencia D2. Impulso D3. No aceptación D4. Metas D5. Claridad D6. Estrategias</p>	<p>Instrumentos: Cuestionario para evaluar la dependencia emocional</p> <p>Cuestionario para evaluar la regulación emocional.</p>

<p>emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p> <p>PE4. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y la claridad emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p> <p>PE5. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p> <p>PE6. ¿Cuál es la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025?</p>	<p>adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>OE4. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la desatención emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>OE5. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>OE6. Establecer la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p>	<p>mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>HE4. Establecer la relación entre la dependencia emocional y la claridad emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>HE5. Establecer la relación entre la dependencia emocional y el objetivo emocional en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p> <p>HE6. Establecer la relación entre la dependencia emocional y las estrategias emocionales en las mujeres adultas del A.H. Nueva Caledonia, Chorrillos – Lima, 2025.</p>		
---	---	--	--	--

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos
CUESTIONARIO PARA EVALUAR LA DEPENDENCIA
EMOCIONAL

Código:

Fecha:

Edad:

18 a 25 años ()

26 a 35 años ()

Mas de 35 años ()

Grado de instrucción

Primaria ()

Secundaria ()

Superior ()

No estudio ()

Trabaja actualmente

Si ()

No ()

Número de hijos

0 hijos ()

1 hijo ()

2 hijos ()

3 a más hijos ()

Tiempo de relación:

Menos de 1 año ()

1 - 4 años ()

5 – 9 años ()

10 a más años ()

Instrucciones: Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida qué tan bien la describe. Cuando no esté segura, base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje del 1 a 5 que mejor la describa según la siguiente escala:

	1	2	3	4	5
	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
N°	ÍTEM				RESPUESTA
	Ansiedad por separación				
1	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme.				
2	Siento miedo a que mi pareja me abandone.				
3	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojado conmigo.				
4	Cuando mi pareja debe viajar o estar fuera de casa por algunos días me siento angustiada.				
5	Me preocupa la idea de no tener una persona para pasar el resto de mi vida.				
6	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacía.				
7	Si no sé dónde está mi pareja me siento intranquila.				
8	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente su afecto.				
	Modificación de planes				
9	Si tengo planes y mi pareja aparece los cambios sólo por estar con él.				
10	Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor de mi pareja.				
11	Si mi pareja me propone ir a un lugar dejo todas las actividades que tenga para estar con él.				
12	Me divierto solo cuando estoy con mi pareja.				
13	Me alejo demasiado de mis amigos y familiares solo para estar con él.				
14	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje.				
	Expresión afectiva de la pareja				
15	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja.				

16	Para atraer a mi pareja busco impresionarla o divertirla.	
17	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	
18	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo.	
19	Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás.	
	Miedo a la soledad	
20	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy sin él.	
21	No tolero la soledad.	
22	Soy alguien necesitada y débil.	
23	Me siento desamparada cuando estoy sola	

Fuente: Adaptado de Brito y Gonzales (2016)

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LA REGULACIÓN EMOCIONAL

Código:

Fecha:

Indicaciones: Elija del 1 a 5 la respuesta que mejor se adapte a su condición actual. Recuerde que no hay respuestas incorrectas o correctas, responda con sinceridad de acuerdo a su criterio.

Escala de valoración:

N = Nunca (1 ptos.)

CN = Casi nunca (2 ptos.)

AV = A veces (3 ptos.)

CS = Casi siempre (4 ptos.)

S= Siempre (5 ptos.)

	1	2	3	4	5
	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
N°	ÍTEM				RESPUESTA
	Conciencia				
1	02. Pongo atención a cómo me siento				
2	06. Estoy atento a mis sentimientos				
3	08. Le doy importancia a lo que estoy sintiendo				
4	10. Cuando estoy molesto, sé reconocer cuáles son mis emociones (si es rabia, si es decepción...)				
5	17. Cuando estoy molesto, creo que ese sentimiento es lo adecuado y que es importante				
6	34. Cuando estoy molesto, me doy un tiempo para comprender lo que estoy sintiendo realmente				
	Impulso				
1	03. Vivo mis emociones como agobiantes y fuera de control				
2	14. Cuando estoy molesto, pierdo el control				
3	19. Cuando estoy molesto, me siento fuera de control				
4	24. Cuando estoy molesto, creo que puedo controlar mi comportamiento				
5	27. Cuando estoy molesto, me cuesta controlar mi comportamiento				
6	32. Cuando estoy molesto, pierdo el control sobre mi comportamiento				
	No aceptación				
1	11. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera				

2	12. Cuando estoy molesto, me da vergüenza sentirme de esa manera	
3	21. Cuando estoy molesto, me siento avergonzado de mí mismo por sentirme de esa manera	
4	23. Cuando estoy molesto, me siento como si fuera una persona débil	
5	25. Cuando estoy molesto, me siento culpable por sentirme de esta manera	
6	29. Cuando estoy molesto, me enfado conmigo mismo por sentirme de esa manera	
7	30. Cuando estoy molesto, empiezo a sentirme muy mal conmigo mismo	
	Metas	
1	13. Cuando estoy molesto, me cuesta terminar el trabajo	
2	18. Cuando estoy molesto, me cuesta centrarme en otras cosas	
3	20. Cuando estoy molesto, puedo conseguir hacer cosas igualmente	
4	26. Cuando estoy molesto, me cuesta concentrarme	
5	33. Cuando estoy molesto, me cuesta pensar sobre cualquier otra cosa	
	Claridad	
1	01. Tengo claro lo que siento (tristeza, enfado, alegría...)	
2	04. No tengo ni idea de cómo me siento	
3	05. Me cuesta entender mis sentimientos	
4	07. Sé exactamente cómo me estoy sintiendo	
5	09. Estoy confuso sobre lo que siento	
	Estrategias	
1	15. Cuando estoy molesto, creo que estaré así durante mucho tiempo	
2	16. Cuando estoy molesto, creo que acabaré sintiéndome muy deprimido [
3	22. Cuando estoy molesto, sé que puedo encontrar alguna forma para conseguir finalmente sentirme mejor	
4	28. Cuando estoy molesto, creo que no hay nada que pueda hacer para conseguir sentirme mejor	
5	31. Cuando estoy molesto, creo que recrearme en ello es todo lo que puedo hacer (como si disfrutase de ese malestar y no pensara en ponerle fin)	
6	35. Cuando estoy molesto, tardo mucho tiempo en sentirme mejor	
7	36. Cuando estoy molesto, mis emociones parecen desbordantes	

Fuente: Adaptado por

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición



I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Mg. Ricardo Mejía Saona

Nombre del instrumento: Cuestionario para evaluar la dependencia emocional

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

MINISTERIO DE SALUD
INSTITUTO NACIONAL DE PSYQUIATRIA Y PSYCOLOGIA
RICARDO MEJIA SAONA
PSICOLOGO

Apellidos y Nombres del validador: **Ricardo Mejía Saona**
Grado académico: Magister
N°. DNI: 07832288



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Mg. Julio Yenke Oyangure Goya

Nombre del instrumento: Cuestionario para evaluar la dependencia emocional

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Es aplicable

Apellidos y Nombres del validador: **Yenke Oyangure Goya**
Grado académico: Magister
N°. DNI: 46381478



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES


Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano nueva Caledonia Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Reyes Huerta Marilia Soraya

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Si cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	Si cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Si cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Si cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Si cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Si cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Si cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Si cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Si cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Si cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES


Mg. Marilia S. Reyes Huerta
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 35332

Apellidos y Nombres del validador: Reyes Huerta Marilia Soraya

Grado académico: Magister

Nº. DNI: 72679839



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Mg. Ricardo Mejía Saona

Nombre del instrumento: Cuestionario para evaluar la regulación emocional

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

MINISTERIO DE AGRICULTURA
INDUSTRIA Y PEQUEÑA
INDUSTRIA Y COMERCIO
RICARDO MEJÍA SAONA
PROFESOR

Apellidos y Nombres del validador: **Ricardo Mejía Saona**

Grado académico: Magister

N°. DNI: 07832288



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Mg. Julio Yenko Oyangure Goya

Nombre del instrumento: Cuestionario para evaluar la regulación emocional

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Es aplicable

Apellidos y Nombres del validador: **Yenko Oyangure Goya**

Grado académico: Magister

N°. DNI: 46381478



INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano nueva Caledonia Chorrillos, Lima 2025.

Nombre del Experto: Reyes Huerta Marilia Soraya

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Si cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observable	Si cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Si cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Si cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Si cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Si cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Si cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Si cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Si cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Si cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES


Mg. Marilia S. Reyes Huerta
PSICÓLOGA
C. P. P. 35992

Apellidos y Nombres del validador: Reyes Huerta Marilia Soraya

Grado académico: Magister

Nº. DNI: 72679839

Anexo 4: Base de datos

Anexo 5: Informe de Turnitin al 28% de similitud






17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 6%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Anexo 6: Evidencia fotográfica



Llegando al local comunal



Charla de introducción



Aplicación de instrumentos



Aplicación de instrumentos



Aplicación de instrumentos



Palabras de agradecimiento

Anexo 7: Consentimiento informado

Dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia Chorrillos, Lima -2025

Institución Universidad Autónoma de Ica.

Responsables : Edy Alfredo Manani Cotrina y
Lissett Mirian Flores Cordova
Estudiante del programa académico de psicología

Objetivo: Mediante la presente le invito a participar de la investigación que tiene como finalidad, Determinar la relación que existe entre la dependencia emocional y regulación emocional en mujeres adultas del asentamiento humano Nueva Caledonia de Chorrillos.

Procedimiento: Si autoriza participar de este estudio, deberá responder un cuestionario denominado “Cuestionario para evaluar la dependencia emocional” con 23 ítems y un “Cuestionario para evaluar la regulación emocional” con 36 ítems, los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 40 minutos, dichos cuestionarios.

Confidencialidad de la información: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, las responsables de la investigación garantizan que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

Consentimiento: Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por el/las Investigadoras(es), y autorizo voluntariamente, participar en el estudio indicado, habiéndose informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

Apellidos y nombres:

DNI:

Firma:

..... de, de 2025