

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

RASGOS DE PERSONALIDAD Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES DE  
EDAD ADULTA REVISIÓN DE LITERATURA  
TESIS DE GRADO

**ANDREA ROCÍO REYES ARGUETA**  
CARNET 15648-15

QUETZALTENANGO, ABRIL DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

RASGOS DE PERSONALIDAD Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES DE  
EDAD ADULTA REVISIÓN DE LITERATURA

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR  
**ANDREA ROCÍO REYES ARGUETA**

PREVIO A CONFERÍRSELE  
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, ABRIL DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTHA ROMELIA PÉREZ CONTRERAS DE CHEN  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: LIC. JOSÉ ALEJANDRO ARÉVALO ALBUREZ  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. JOSÉ FEDERICO LINARES MARTÍNEZ  
SECRETARIO GENERAL: DR. LARRY AMILCAR ANDRADE - ABULARACH

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO  
SECRETARIA: MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ

**NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

LIC. KARLA PATRICIA ARRIOLA SARTI DE ABALLI

**REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

LIC. JOSUÉ DAVID OVANDO ARREAGA

## **AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO**

DIRECTOR DE CAMPUS:	P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.
SUBDIRECTORA ACADÉMICA:	MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN
SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA:	MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ
SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:	MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ
SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL:	MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 27 de noviembre de 2020

Ingeniera  
Nivia Calderón  
Subdirectora Académica  
Universidad Rafael Landívar  
Campus Quetzaltenango

Estimada Inga. Calderón:

Por este medio hago de su conocimiento que he revisado la tesis titulada **Rasgos de Personalidad y Dependencia Emocional; una revisión de literatura** elaborada por la estudiante Andrea Rocío Reyes Argueta, quien se identifica con carné No. 1564815, de la carrera de Licenciatura en Psicología General; la cual considero cumple con los lineamientos requeridos por la universidad.

Por lo anteriormente expuesto emito dictamen favorable, para que dicho trabajo continúe el trámite administrativo previo a la defensa del mismo.

Sin otro particular me suscribo.

Atentamente,



Licda. Karla Patricia Arriola Sarti de Aballí

Colegiado activo No. 1108



Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES  
No. 054625-2021

### Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante ANDREA ROCÍO REYES ARGUETA, Carnet 15648-15 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS), del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 053103-2021 de fecha 15 de marzo de 2021, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

RASGOS DE PERSONALIDAD Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN HOMBRES Y MUJERES DE EDAD ADULTA REVISIÓN DE LITERATURA

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 22 días del mes de abril del año 2021.

  
 Universidad  
Rafael Landívar  
Tradición Jesuita en Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Secretaría de Facultad

**MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar**

## Índice

	<b>Pág.</b>
<b>I. INTRODUCCION.....</b>	<b>1</b>
1.1 Rasgos de Personalidad.....	6
1.1.1. Definición.....	6
1.1.2. Teorías de la personalidad.....	7
1.1.3. Tipos de Rasgo.....	10
1.1.4. Emociones y su influencia en la personalidad.....	12
1.1.5. Carácter y temperamento.....	13
1.1.6. Estructura de la personalidad.....	14
1.1.7. Psicología de la personalidad.....	15
1.1.8. Trastornos de la personalidad.....	16
1.2 Dependencia emocional.....	19
1.2.1. Definición.....	19
1.2.2. Características del dependiente.....	20
1.2.3. Características de la dependencia emocional.....	21
1.2.4. Causas.....	23
1.2.5. Síntomas.....	24
1.2.6. Creencias Irracionales.....	26
1.2.7. Consecuencias.....	28
1.2.8. Tratamiento.....	29
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>32</b>
2.1 Objetivos.....	33
2.1.1 Objetivo General.....	33
2.1.2 Objetivos Específicos.....	33
2.2 Variables.....	33
2.3 Definición de variables.....	34
2.3.1 Definición conceptual de las variables.....	34
2.4 Alcances y límites.....	34
2.5 Aportes.....	35

<b>III.</b>	<b>MATERIAL Y MÉTODO.....</b>	<b>36</b>
3.1.	Sujetos.....	36
3.2.	Procedimiento.....	36
3.3	Tipo de investigación, diseño y metodología.....	37
<b>IV.</b>	<b>ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....</b>	<b>38</b>
<b>V.</b>	<b>DISCUSIÓN.....</b>	<b>42</b>
<b>VI.</b>	<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>55</b>
<b>VII.</b>	<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>56</b>

## **Resumen**

Los rasgos de personalidad son características que hacen a una persona única ya que se distinguen por factores que predominan en cada una de ellas, hay diferentes tipos, que sobresalen de manera individual, así como la dependencia emocional es una necesidad hacia otro individuo, el miedo a la soledad puede influir en que el nivel sea alto; el objetivo de la investigación es analizar los niveles de los rasgos de personalidad y la dependencia emocional reportada en la literatura científica sobre mujeres y hombres en la etapa adulta que se relacionen con las variables y los objetivos que se plantearon; el estudio será de tipo cualitativo y exploratorio, el diseño de revisión sistemática y con un enfoque descriptivo.

Palabras clave: rasgos, personalidad, dependencia.

## I. INTRODUCCION

Los rasgos de personalidad son características propias de cada persona, las cuales la hacen única y se pueden desarrollar con el tiempo, la diferencia entre los factores se da porque no tienen la misma intensidad en cada sujeto; en algunos países la cultura puede influir en la personalidad de un individuo ya que nace en un núcleo familiar donde las peculiaridades tienden a ser no solo hereditarias si no adquiridas por el contexto en el que se desarrollan. Así mismo la dependencia emocional no es tan conocida debido a que todos la podrían considerar como algo aceptable; es una adicción a la cercanía de otro, miedo a perderlo y no tener la seguridad necesaria para ser feliz, atado emocionalmente; al igual podría considerarse que lo ideal para una buena salud mental sería siempre estar en compañía y tener eternamente a alguien, ya que también se creería que el estar solo es algo negativo pues así lo ve el resto de la sociedad a lo cual suena una idea catastrófica si le sucede a alguien que está acostumbrado a esas expectativas de vida.

Es importante recalcar que la investigación dará a conocer nuevos estudios del comportamiento humano en hombres y mujeres de edad adulta, al mismo tiempo aportará a los conocimientos que son requeridos en el área de psicología, de igual manera contribuye a los individuos a conocer más de esos temas; como los rasgos de personalidad y la dependencia emocional que son fundamentales pues si se tomaran en cuenta podrían contribuir a una buena salud mental. El aprendizaje significativo que deja un estudio en el ámbito personal ya que se adquieren técnicas, metodologías e información que se atribuyen para el crecimiento profesional de cada uno.

Los rasgos de personalidad y la dependencia emocional son aspectos importantes en la vida de una persona, para poder contribuir en cada uno ya que los ayuda a identificar tanto la personalidad como la atadura que puede surgir de una persona a otra, de la misma manera se hace presente en la forma en la que se interactúa con los demás individuos en el contexto en donde se desarrollan. Para lo cual el objetivo fundamental de la investigación es analizar los niveles de rasgos de personalidad y de dependencia emocional en mujeres y hombres que se reportan en la literatura científica.

A continuación, se exponen diferentes estudios que se han realizado con anterioridad del tema que se va a tratar:

Delhom, Satorrcs y Meléndez (2019) en el artículo titulado ¿Están los rasgos de personalidad asociados al bienestar psicológico?; que aparece en la revista electrónica Escritos de Psicología vol. 12 no.1, páginas 1-8, del mes de enero a junio, comenta que la finalidad es analizar si hay relación entre los rasgos de la personalidad y el bienestar psicológico; se investigó como los rasgos de personalidad se relacionan a las seis dimensiones del bienestar psicológico. La muestra estuvo compuesta por 224 adultos mayores; los resultados que se obtuvieron fueron los siguientes: los cinco rasgos de la personalidad como el neuroticismo, la extraversión, la apertura a la experiencia, la amabilidad, la conciencia; son significativos para las seis dimensiones del bienestar psicológico, en una muestra de adultos mayores se puede evidenciar que hay una conexión de gran importancia entre ambos, especialmente para los rasgos de neuroticismo, extraversión. Las personalidades extravertidas y responsables tienden a llevar una vida y una vejez exitosa; se concluyó que los rasgos de personalidad están relacionados en un alto porcentaje con las dimensiones del 'bienestar psicológico sin embargo no todos influyen positivamente en el bienestar psicológico.

Stover (2019) en el artículo titulado Rasgos de personalidad disfuncional en estudiantes universitarios de Buenos Aires; que aparece en la revista electrónica Psicodebate: psicología. Cultura. Sociedad. vol.19 no.2., en la cual el propósito fue analizar los veinticinco rasgos disfuncionales de la personalidad del DSM-5 con los estudiantes universitarios de Buenos Aires; se recolectaron datos con una encuesta sociodemográfica y de datos académicos básicos, así como con el Inventario para Trastornos de la Personalidad para el DSM-5, para analizar diferencias en los dominios y rasgos según sexo y tipo de carrera. La muestra que se utilizó fue de 453 estudiantes en un porcentaje mayor de mujeres de las instituciones que formaron parte del estudio, la edad en la que se encontraban fue de 18 a 35 años. Se encontró que las mujeres tienen puntajes altos en el dominio afectivo negativo mientras los hombres el porcentaje que predominó fue el de antagonismo; se concluyó que no en todas las carreras el resultado predominante era el mismo y se observó que entre más rasgos disfuncionales se presenten el rendimiento académico es menor.

González (2018) en la tesis titulada Rasgos de personalidad, en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la dirección municipal de la mujer del municipio de Jocotenango

Sacatepéquez, de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo fue identificar los rasgos de personalidad que se presentan con más frecuencia en el grupo de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Dirección Municipal de la Mujer del Municipio de Jocotenango, Sacatepéquez; la muestra que se utilizó fue de 25 mujeres entre los 25 y 45 años, que sufren de violencia intrafamiliar. La investigación fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo; se utilizó el Cuestionario de Análisis Clínico (CAQ) que evalúa rasgos de personalidad predominantes en adultos mediante 12 variables clínicas: hipocondría, depresión suicida, agitación, depresión ansiosa, depresión baja-energía, culpabilidad-resentimiento, apatía-retirada, paranoia, desviación psicopática, esquizofrenia, psicastenia y desajuste psicológico; con los datos se concluye que las personas que sufren violencia tienden a presentar personalidad paranoide, ideación suicida, depresión ansiosa, apatía retirada, esquizofrenia e hipocondría. Es importante llevar una terapia psicológica para tratar o prevenir alguna de las patologías que se pueden presentar.

Guerra (2015) en la tesis titulada Rasgos de personalidad más frecuentes en mujeres guatemaltecas de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo fue investigar que rasgos de personalidad presentan con mayor frecuencia las mujeres guatemaltecas víctimas de violencia intrafamiliar que han sido víctimas de violencia ejercida por el cónyuge, pertenecían al grupo de madres de la Asociación Nuestros Ahijados, ubicada en carretera a San Felipe de Jesús en el departamento de Sacatepéquez, se empleó una muestra de 15 mujeres que presentaban un historial de violencia intrafamiliar ejercida por su cónyuge; el tipo de investigación cuantitativo y el diseño descriptivo. El test psicométrico que se utilizó fue el cuestionario de personalidad 16 PF el cual mide la fiabilidad, razonamiento, estabilidad, dominancia, animación, atención a las normas, atrevimiento, sensibilidad, vigilancia, abstracción, privacidad, aprensión, apertura al cambio, autosuficiencia, perfeccionismo y tensión se concluyó que gran parte de las mujeres que tienden a sufrir violencia presentan factores como poca sociabilidad, dependencia, pensamiento concreto. Es importante que se tengan herramientas que refuercen a las mujeres que sufren de violencia y para evitar ataques a quienes aún no son víctimas.

Mendoza, Gómez y Gutiérrez, (2013) en el artículo titulado Rasgos de la personalidad en mujeres que han practicado más de un aborto que aparece en la revista electrónica de Psicología Iztacala volumen 16, núm.2, páginas 54-68, del mes de junio, explican que el objetivo del estudio fue

comparar los rasgos de la personalidad en mujeres que han hecho varios abortos inducidos y otras mujeres que han tenido abortos espontáneos. Se investigaron cuáles fueron las diferencias y similitudes en los rasgos de personalidad que hay entre mujeres que han sufrido de un aborto espontáneo a una que ha tenido un aborto inducido. La muestra fue de 5 mujeres originarias de la Ciudad de Toluca, con un nivel secundario y de licenciatura; entre las edades de 18 y 46 años. Los resultados obtenidos de la investigación, manifestaron que sí existen rasgos de personalidad similares como: introversión, irresponsabilidad social y los rasgos que las diferencian son de hostilidad reprimida e introversión social.

Lemos y Román (2019) en el artículo titulado *Objetivos terapéuticos potenciales en personas con dependencia emocional*; que aparece en la revista *International Journal of Psychological Research*, vol. 12, número 1, páginas 18-27, comenta que el propósito del estudio fue examinar la relación entre los componentes de la dependencia emocional (DE) con sintomatología ansiosa, depresiva e impulsividad. Se utilizó una muestra de 98 mujeres universitarias entre 20 a 30 años. Los resultados obtenidos de la investigación fueron que el miedo a la soledad se asocia con la ansiedad de separación, de la que se despliegan las estrategias de modificación de planes, búsqueda de expresión afectiva, búsqueda de atención, estos resultados señalan blancos terapéuticos en personas con dependencia emocional, se concluye que todas estas mujeres están más vulnerables a sufrir de esta afección.

Sirvent, Villa, Ovejero, y Cuetos (2018) en el artículo titulado *Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo*; que aparece en la revista electrónica *Ter Psicol*, vol.36, no.3, páginas 156-166, menciona que el objetivo fue abordar una serie estructurada de acciones de la dependencia emocional, con un estudio que comparara por medio de un análisis el perfil clínico y psicosocial. La muestra con la que se trabajó fue de 880 personas, 277 como muestrario en el ámbito clínico, 311 a la población en general, 269 como muestrarios de comparación. Los resultados obtenidos fueron que según la muestra estudiada la dependencia emocional es un factor peculiar de las personas que presentan emociones y sentimientos negativos, se concluye que la inestabilidad emocional, la insatisfacción y la autodestrucción son parte de la dependencia emocional. No se es consciente del problema en el

cual se encuentra, por lo tanto, no toman en cuenta las consecuencias de lo que ocurre, con la importancia excesiva que se le da a la relación.

Salguero (2016) en la tesis titulada Rasgos de dependencia emocional de mujeres estudiantes de licenciaturas psicología clínica y psicología industrial de la Universidad Rafael Landívar, el objetivo fue relatar los rasgos de dependencia emocional en relación al temor a quedarse sola, autoestima y presión a tener pareja; en las mujeres estudiantes de la Universidad Rafael Landívar; la muestra que se utilizó fue de 123 mujeres estudiantes de psicología clínica y psicología industrial. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño descriptivo; se utilizó un cuestionario tipo Likert el cual fue aprobado por un grupo de profesionales y fue titulado "Escala sobre las relaciones de pareja" realizado por la investigadora, busca establecer si existen rasgos de dependencia emocional en las mujeres estudiantes de la licenciatura en psicología clínica e industrial, se concluye que las estudiantes no poseen rasgos de dependencia emocional significativos y que tienen una autoestima alto, una prioridad sería fomentar un autoestima alto en mujeres que tengan una dependencia emocional.

Aiquipa (2015) en el artículo titulado Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja; que aparece en la revista electrónica Revista de Psicología, vol.33, número 2, páginas, 411-437, comenta que el propósito del estudio fue identificar la relación de la dependencia emocional con la violencia de pareja. Se utilizó una muestra de mujeres divididas en dos grupos; un grupo de 25 mujeres que sufrieron violencia de parte de su pareja y 26 mujeres que no sufrieron de violencia. Los resultados obtenidos de la investigación han propuesto que existe una diferencia significativa entre los dos grupos, ya que demuestra que las mujeres que vivieron violencia de pareja tienen puntuaciones más altas de dependencia emocional que las mujeres que no han vivido esa situación, se concluye que las mujeres tienden a presentar dependencia emocional pero que la violencia puede influir mayormente.

Mansilla (2013) en la tesis titulada Tratamiento psicológico para las dependencias emocionales, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, donde el objetivo fue establecer en las personas con dependencias emocionales, los factores que originan la causa del desconsuelo en determinados contextos; la muestra utilizada fue de 15 personas con rasgos de dependencia, 10 mujeres y 5

hombres entre los 20 y 50 años de edad, originarios de diferentes estratos sociales, culturales y económicos. El tipo de investigación fue cuantitativa y diseño experimental; se utilizó un cuestionario de dependencia emocional basado en los doce pasos de los grupos anónimos, con el cual se buscó medir el nivel de progreso emocional; como resultado de la ejecución de una terapia y una guía de observación; que permitió conocer aspectos físicos y emocionales, con los datos se concluye que las personas que sufren de dependencia emocional son prominentes de una familia de la cual no recibieron el afecto esperado y que un tratamiento psicológico es funcional para la dependencia emocional, que contribuye a evitar el sufrimiento que lo causa. Por lo cual es importante que las personas que son dependientes emocionales no solo reciban la terapia adecuada si no que puedan aceptarla y buscar el apoyo necesario.

## **1.1 Rasgos de Personalidad**

### **1.1.1. Definición**

Carver, Scheier (2014) definen que son cualidades constantes de la conducta de una persona sin importar el tiempo que pase ni las situaciones que surjan, del mismo modo los rasgos de la personalidad son permanentes en la vida de un individuo ya que siempre lo acompañan y son parte de su día a día, normalmente estarán presentes en todos los momentos de la vida de un sujeto, aunque en ocasiones pueden variar, pero dependerá del contexto. Por lo tanto, esos elementos definen la personalidad de los sujetos ya que actúan conforme a los niveles que tiene cada uno. Así como también se afirma que todos se encuentran en algún punto determinado del rasgo debido a ello permite hacer comparaciones entre las personas.

Bermúdez, et. al. (2012) define que los rasgos de personalidad son características y peculiaridades que distinguen a una persona así como también determinan el comportamiento y las actitudes de un sujeto por medio de estímulos que dependen del contexto en el que se desarrolle, por otra parte, los rasgos representan la estructura de un individuo ya que con ellos se describe al sujeto y se señalan las diferencias en cada uno de ellos pues no en todos predomina el mismo factor; por lo cual los factores tienen un mismo patrón ante determinadas situaciones aunque no siempre se presentan de misma manera ya que como se mencionaba con anterioridad las circunstancias que se den en el momento lo definirán.

### **1.1.2. Teorías de la personalidad**

Feist, Feist y Roberts (2014) mencionan que para conocer las teorías de la personalidad primero se debe conocer sobre la personalidad de los teóricos ya que los estudios realizados por cada autor se basan en sus propias cualidades, procesos y comportamientos, las características de los científicos y los componentes en los que se desarrollan los principios e ideas que las explican al mismo tiempo aborda las experiencias tanto personales como sociales en el momento de la elaboración de las mismas; se tomaron en cuenta las inclinaciones y diferencias fundamentales sobre las variables de la psicología como psicoanálisis, la humanista, y sobre el estudio de los rasgos. Por lo que a continuación se nombran algunos de los principios.

a) Teoría Psicoanalítica: Freud (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014 ) hace mayor énfasis en el inconsciente y todo lo relacionado a él; en el cual se encuentran las pulsiones o los instintos que no son localizados en la conciencia sin embargo, se manifiestan actos y sentimientos que no son conscientes; de ese modo es muy probable que los comportamientos que no reconozcan los procesos mentales pueden derivarse las ideas amenazadoras y ser reprimidas por consiguiente no se hacen presentes en el consciente. El preconscious está compuesto por elementos que aún no están en el consciente pero que pueden surgir en determinado momento. A continuación, se menciona la clasificación de las tres partes en que Freud dividió la mente.

- Ello: Según Freud el centro de la personalidad está en el ello ya que es una parte importante en el inconsciente porque se deja llevar por los deseos primitivos e impulsos; no tiene contacto con la realidad, busca solamente el placer, es inaccesible a la conciencia, amoral e ilógico; busca las satisfacciones de las necesidades básicas. Un ejemplo de eso sería un bebé recién nacido que busca simplemente satisfacer lo que quiere sin tomar en cuenta que sea posible o no.

- Superyó: se basa en los principios morales, castiga las acciones indebidas y elige entre lo que es correcto o no, aunque a veces las ideales sean muy irrealistas o no tenga contacto con la realidad, la represión es un proceso utilizado comúnmente por el superyó ya que así puede reprimir los impulsos sexuales y la agresividad. Por ejemplo, sentir culpa por creer que algo se hizo mal y no se llegó a la perfección esperada.

• Yo: Según Freud es la parte de la mente que tiene un contacto con la realidad, es el mediador entre el ello y el superyó; en la infancia cuando el niño aprende a distinguir las diferencias que tiene de los demás; es cuando las necesidades de satisfacción se distinguen del yo; Freud expresa que las tres divisiones, son parte de los niveles de la vida mental.

En la teoría anterior las partes en que se divide la mente tienen un énfasis en los niveles que plantea Freud pues no todas se encuentran en el mismo nivel por lo tanto el ello pertenece al inconsciente, el súper yo al consciente y preconscious y el yo al consciente, al preconscious y al inconsciente por otra parte, aunque dos de ellos se encuentren en la misma posición cada uno cumple con una función diferente. Por lo que a continuación se presenta la siguiente tabla en donde se sintetiza el contenido antes mencionado.

Tabla Núm.1  
Teoría Psicoanalítica

Ello	Inconsciente	Principio del placer Irrealista Desorganizado
Superyó	Preconscious Inconsciente	Yo ideal Irrealista Represión
Yo	Consiente Preconscious Inconsciente	Contacto con la realidad Toma de decisiones Funciones Cognitivas e intelectuales

Fuente: elaboración propia con base en Feist, Feist y Roberts (2014) pp. 19-20

b) Teoría de la psicología analítica: Jung (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014) señaló que la psique tiene tres niveles tales como la conciencia que la distingue el yo, así mismo el inconsciente personal que trata sobre acontecimientos reprimidos que experimenta un individuo igualmente el inconsciente colectivo que son los elementos que se transmiten de generación en generación, un ejemplo de eso sería Dios o el agua. Para el individuo, los

arquetipos tienen una base biológica y se heredan; se pueden presentar en sueños, fantasías o ilusiones; menciona que las alucinaciones también forman parte de ello.

- c) Teoría de los rasgos: Allport (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014) mencionó que la personalidad en los individuos es una estructura que ya está organizada sin embargo es sujeta a cambios y se forma por los comportamientos y pensamientos de las personas, al mismo tiempo reconoce la motivación consciente como algo importante y saludable en alguien adulto; también afirmaba que las repeticiones automáticas son parte del inconsciente y a consecuencia de ello se originan en la infancia y se repite en la edad adulta en ese mismo contexto. Abarca los niveles de rasgos personales que se clasifican desde los que son fundamentales hasta los secundarios; va a depender de cada sujeto, por lo que tienen diferentes tipos y cantidades, pero no se puede decir con exactitud cuántos se tiene.
  
- d) Teoría del psicoanálisis interpersonal: Horney (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014) mencionó que un elemento importante es la cultura ya que depende de ella para el desarrollo de la personalidad además indicaba que los problemas neuróticos pueden surgir en todas las etapas, pero surge desde la infancia, igualmente describía que todos los seres humanos nacen con un poco de hostilidad y de ansiedad para adquirir un balance entre ellas pero dependen de las experiencias que se presentan; debido a ello deben ser equitativas ya que si se brinda demasiado amor o disciplina se encontrarán conflictos que no traigan armonía a su yo real pero si al contrario se obtiene este equilibrio sentirá seguridad y satisfacción.
  
- e) Teoría centrada en la persona: Rogers (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014) clasificó dos supuestos básicos de gran importancia para esa teoría la tendencia formativa que determina que la creatividad es un proceso que viene desde la naturaleza y que evoluciona tal cual lo hace la inconciencia primitiva a una conciencia ya elaborada, al mismo tiempo la tendencia realizadora es la más importante ya que de esta surge de las necesidades de expresar emociones intensas, satisfacer necesidades como la alimentación, la aceptación incondicional en sí mismo; es debido a eso que la persona actúa por las emociones, lo racional, lo intelectual así como también consciente e inconsciente.

### 1.1.3. Tipos de Rasgo

Allport (como se citó en Feist, Feist y Roberts, 2014) clasificó los rasgos en comunes que son características frecuentes que comparten muchos de los individuos, al mismo tiempo consiste en realizar una comparación de varias personas de alguna cultura, sin embargo, le dio mayor énfasis a los individuales ya que permiten el estudio personalizado, al igual que pueden hacer equitativo a un estímulo funcional para comportamientos que se adapten y sean adecuados. Por otro lado, pueden ser diferenciados con facilidad pues la importancia que se les da puede ser diferente, pero dependerá de los principales niveles que se mencionan a continuación.

- Rasgos fundamentales o cardinales: ese tipo de rasgo no lo tienen todas las personas, además frecuentemente lo desarrollan con el paso del tiempo y quienes lo poseen tienden a girar la vida en torno a él, por ello llegan a dominar su vivir así pues no se pueden ocultar ya que es una característica que los da a conocer e igualmente los distingue e identifica de los demás.
- Rasgos principales o centrales: todos los sujetos poseen esos rasgos que son variados, pero van a depender de cada persona, pueden ser cinco o diez de ellos y con un porcentaje diferente ya que dependerá de cuál de ellos predomine en cada uno, además son el centro de la vida de todos. Al mismo tiempo Allport los definió como las características que los demás pueden distinguir, enumerar y conocer de un individuo a otro, al igual son útiles y ayudan a la adaptación
- Rasgos secundarios: al igual que los primarios los rasgos secundarios están presentes en todas las personas y se caracterizan por ser numerosos y diferentes en cada uno, aunque no son indispensables para la personalidad, pero están presentes regularmente e influyen en conductas del individuo ya que están relacionados con las preferencias o los comportamientos que se dan en determinadas situaciones por lo tanto dependen del estímulo que se dé para que surjan.
- Rasgos de motivación: esos rasgos surgen de las necesidades básicas de las personas se dan con más intensidad que los factores de estilo se pueden mencionar algunos ejemplos como comer por satisfacción y la necesidad que se tiene de los alimentos o vestirse para guardar el calor corporal que requiere el cuerpo.
- Rasgos de estilo: los rasgos de estilo motivan los actos mientras que los de motivación surgen de los instintos, esos factores nacen de la elección y el modo en que las personas deciden suplir esas necesidades por ejemplo la forma en que come cada persona y el gusto por determinados

alimentos o la manera de vestir de una persona y las combinaciones que estas utilizan del atuendo pues depende de cada sujeto y de sus preferencias.

- **Neuroticismo:** McCrae menciona que el neuroticismo en un individuo se caracteriza por ser una persona que sufre de ansiedad, autocompasión, cambios de temperamento, del mismo modo sus acciones son impulsivas y tiene un bajo control de sí mismos y son más propensas a tener un trastorno de estrés. Los sujetos con bajos niveles de este factor tienden a ser tranquilos, estables y plenos consigo mismos.
- **Extroversión:** una persona con esa actitud tiende a ser cariñosa, social, habladora, del mismo modo la diversión es parte de su vida ya que participan e interactúan con los demás, debido a esto se preocupan por lo que hay a su alrededor; es un individuo más sociable y se enfoca más en el impacto que pueda tener en la sociedad.
- **Amabilidad:** las personas con ese factor tienden a ser muy comprensivas y compasivas del mismo modo son muy generosas, confiadas y ayudan con facilidad a otro individuo sin necesidad de que se lo pidan. Al contrario de una persona con bajo nivel de amabilidad pues es tacaña, no confían en los demás y critican a los demás.
- **Responsabilidad:** las personas con que tienen un nivel alto con ese rasgo son disciplinadas, y ambiciosas, meticulosas, ordenadas, así mismo buscan cumplir los objetivos que se han propuesto a lo largo de la vida.
- **Psicoticismo:** Eysenck mencionó que el psicoticismo es un factor de la personalidad independiente y los individuos que tienen un nivel alto de ese rasgo son personas rebeldes, egocéntricas, antisociales, no confían en los demás y no controlan el estrés pues están más expuestos ya que si no lo saben manejar tienen más posibilidades de sufrir un trastorno psicótico.
- **Introversión:** Jung menciona que hay dos actitudes principales en la personalidad, una de ellas es la introversión; un individuo con esa conducta se siente más cómodo en su mundo interior como con todos los sentimientos y pensamientos que se derivan de él, del mismo modo las actividades individuales son de mayor satisfacción. Son conscientes de su mundo exterior, pero lo manejan en la forma en que viven su vida.
- **Rasgos de capacidad:** menciona que estos factores definen los esfuerzos que se realizan para obtener una determinada meta, así como también la inteligencia es un elemento importante en ese rasgo pues influirá en la forma en que se obtengan los objetivos.

- Rasgos de temperamento: esos rasgos influyen en la conducta y la forma de reaccionar en una determinada situación, como en nivel de asertividad que se utiliza o irritabilidad, afabilidad que se puede llegar a presentar.

#### **1.1.4. Emociones y su influencia en la personalidad**

Bermúdez, et. al. (2012) define que el proceso de las emociones se deriva de la cultura, aunque si bien es cierto las creencias marcan la diferencia entre ellas, se distingue por la frecuencia en las que se utiliza o el control y estimación de las mismas, así pues, los sentimientos positivos como el orgullo, autoconfianza, o superioridad pueden ser lo que resulta del placer de conseguir deseos o metas que el individuo se planteó en algún momento, al empezar a notar esas sensaciones se rectifica así mismo. De igual manera la simpatía, el respeto, la cercanía son resultado de una buena relación con los demás y el self se fortalece, por otro lado los negativos como ira, frustración comúnmente se dan al no poder cumplir con logros que se desearon en algún momento, sin embargo sirven para erradicar acontecimientos poco favorables y reintegrar la independencia; al mismo tiempo la vergüenza y la culpa se manifiestan por la decepción en alguna relación e interfiere en el cambio de comportamiento de una persona y reconstruir la armonía que se da en el contacto con los demás.

Las situaciones que se presentan brindan amenazas y oportunidades que necesitan de una respuesta que surge de la parte intrapersonal de un individuo, si bien es cierto que el reconocimiento de las emociones es importante ya que de eso depende cómo el individuo tome las decisiones que considere en base a lo que siente; los sentimientos negativos como la tristeza y el miedo pueden tener actitudes para evitar y percibir las amenazas y enfrentar circunstancias de riesgo y en las positivas, por ejemplo la alegría, el interés, la satisfacción, se relacionan con conductas que crean beneficios para la experiencia que se adquiere, del mismo modo son parte adaptativa del ambiente, pero en algunas ocasiones las sensaciones desfavorables son dañinas para el proceso.

Las emociones negativas en algunos casos pueden no ayudar al bienestar del individuo, por el contrario; en las relaciones futuras que den en algún momento pueden llegar a ser disfuncionales y dependerá de las experiencias y estresores que se puedan presentar, por lo tanto, podrán provocar conductas poco favorables con los demás y para sí mismos. Por otro lado, las positivas pueden

disminuir el estrés que se da y beneficiar en el aprendizaje del diario vivir. El estado emocional brinda la información necesaria sobre el contexto y el comportamiento un ejemplo de ello puede ser que la percepción que se tenga de la situación amenazante, da la sensación de temor y que se considera imposible de enfrentar o que busque estrategias y actitudes que se puede tener frente a esa dificultad para favorecer las circunstancias.

### **1.1.5. Carácter y temperamento**

Seelbach (2012) menciona que la personalidad ayuda a los individuos a comprender la forma en que aprende del entorno, así como también permite conocer los pensamientos, sentimientos y la manera de actuar de una persona; está conformada por características psicológicas, emocionales, conductuales y sociales. Los griegos atribuyeron el término con una máscara ya que con ella se representaba el papel de otro sujeto, por ello determina cómo se identifica y cómo se desarrolla cada uno de ellos y depende del contexto y el ambiente en el que se desenvuelve; del mismo modo se habla de los componentes que tiene la personalidad, como el temperamento y el carácter por lo cual a continuación se desglosaran cada uno de ellos de una manera más detallada.

- **Carácter:** lo define como el conjunto de características que se adquieren, pero dependerán del grupo social en el que el individuo se desenvuelva, así mismo el carácter es la mezcla de peculiaridades hereditarias con las adquiridas a través del conocimiento, el comportamiento y los sentimientos que se desarrollan con la infusión de la sociedad que rodea a las personas, pues al fin y al cabo la sociedad por general habla de la base y la forma de conductas. El carácter de un individuo puede verse afectado por circunstancias ajenas a él, por ejemplo, los sentimientos que son emociones con lo que cada individuo nace, la forma de manejar los sentimientos y poder expresarlos, dependerá en gran parte del desarrollo de él en la sociedad en que viva, pero primordialmente de la familia en la que crezca, ya que será la primera sociedad base que se encontrará en a lo largo de la vida. El carácter de cada sujeto constituirá la base de su personalidad, la cual se verá afectada en cierta forma, durante el período de crecimiento tanto físico como mental de cada persona.
- **Temperamento:** lo define como el grupo de particularidades que un individuo hereda genéticamente, es decir que cada individuo nace con una personalidad definida e independiente,

entre las características que se pueden heredar está el color de ojos, color de la piel, estatura y complexión de los padres y a veces hasta de los abuelos, ya que está comprobado que los rasgos hereditarios muchas veces saltan una generación. Así pues, el temperamento dependerá tanto de lo heredado como de lo adquirido a través del crecimiento espiritual y sentimental que se adquiere en el transcurso de la vida, el temperamento depende muchas veces del estado anímico del individuo, lo cual impone que varía según el humor en el que se encuentre.

#### **1.1.6. Estructura de la personalidad**

Bermúdez, et. al. (2012) mencionan que la estructura de la personalidad está formada por aspectos estables que con el paso del tiempo son difíciles de cambiar ya que, con anterioridad se hablaba solo de las cualidades temperamentales del carácter; en la actualidad se habla de los rasgos y de los tipos para describir aspectos que son difíciles de modificar, ya que los últimos hablan sobre la agrupación de los factores. Existen teorías sobre los rasgos de la personalidad, hay una que incluye tres clases: la extraversión, el neuroticismo y psi-coticismo, mientras que las otras dos incluyen otros factores en la definición tales como extraversión, neuroticismo, apertura a la experiencia, afabilidad y responsabilidad o tesón, y por última la hexaco la cual añade a estas la dimensión de honestidad y la responsabilidad.

La hexaco da otro concepto de la afabilidad y el neuroticismo, esos conceptos cambiarían la estructura, para añadir nuevas facetas al desarrollo, así el neuroticismo tendría entre esas facetas la ansiedad, la depresión, y por último la impulsividad, mientras que el tesón añadiría la necesidad de logro, la competencia y la autodisciplina. Los rasgos son herramientas que se utilizan tanto para describir como para comparar el comportamiento de las mismas, de esa forma se puede decir que cuando una persona se empeña en hacer bien el trabajo, es muy organizada, completa cualquier proyecto que se propone además de ser perfeccionista, se puede describir como una persona responsable y que posee tesón. En cambio, cuando se refiere a un individuo que constantemente cambia de proyecto, no es nada cuidadoso en el trabajo y carece de organización se dice que esa persona tiene muy poco o nada de tesón.

El tesón es algo que se puede adquirir, con un poco de responsabilidad, pero lo principal es que la persona tiene que darse cuenta de que actúa de una forma irresponsable y de que esa forma de

conducirse no es favorable ni para él ni para los demás, pues abandonar sus proyectos sin haberlos finalizado, no los lleva a ninguna parte en el futuro, pues aunque comience como un simple descuido, terminará por convertirse en un hábito usual, lo cual se considera, no saludable y es muy difícil de hacerlo desaparecer. La responsabilidad y el tesón en una persona que los tiene y ejecuta en su vida diaria, es un arma que le ayuda a mantener un desarrollo continuo, tanto en lo personal como en lo social, es una persona activa, independiente, exitosa y aceptada en su ámbito, y ese tipo de personas es capaz de influir como por ejemplo en los que lo rodean, se convierte en el centro de una actividad o conversación con un grupo de personas.

Por demás está decir, que es un factor determinante de la opinión que los otros miembros de su grupo social tengan de él, por lo que afecta el ser aceptado en la sociedad; al darse cuenta de los efectos en lo que se incurre, tratará de buscar un cambio en su comportamiento y buscará ayuda para efectuar un cambio en su conducta actual; de lo contrario vivirá una vida de soledad y ausentismo.

### **1.1.7. Psicología de la personalidad**

Bermúdez, et. al. (2012) menciona que el estudio de psicología de la personalidad surge en el siglo XX de ese modo la guía para ejemplificar es la de Hipócrates que se asemeja a las diferencias individuales de forma metodológica dando a conocer el concepto de temperamento al igual que en listaba cuatro humores diferentes tales como la sangre, la flema, bilis amarilla y bilis negra ya que solos o mezclados se puede obtener un predominante en el individuo estos se consideran que son el sanguíneo, el flemático, el colérico, o el melancólico; a pesar de los avances y los test creados para dicho estudio no se formalizó hasta finales de la década de los treinta como una rama de la psicología, tres manuales utilizados sirvieron para considerarla como una disciplina científica.

En las consultas clínicas ha surgido la necesidad de solucionar los problemas que de ahí descienden o la búsqueda de la persona a fin para un cargo es por esto que se relaciona con la psicología de la personalidad puesto que se quería desarrollar un carácter funcional aunque no siempre ha servido de la misma manera; aspectos positivos que se pueden enmarcar son los procesos motivacionales ya que son importantes para entender el comportamiento humano por lo tanto formuló teorías que la diferencian de otra disciplina para tal efecto se iban a analizar las investigaciones realizadas

y complementarlas; de ese modo debe incluir estudios determinantes y dinámicos de gran importancia para esta nueva ciencia para desplegar la potencia latente de los seres humanos sin duda cada persona funciona en su totalidad sin embargo los rasgos, las percepciones, las cogniciones, los objetivos, la conducta, el temperamento, son significativos para el funcionamiento y la integridad de cada individuo.

La psicología de la personalidad ha abarcado aspectos importantes tales como identificar cada una de las diferencias individuales por medio de los rasgos así como la motivación humana y darle un concepto que se consigue a través de las teorías que tratan sobre el control de los impulsos y dan origen a la cognición afectiva que ayuda a entender las relaciones, la interacción y el comportamiento en un ámbito social y en último lugar el surgimiento del estudio del self y conocer a la persona en su totalidad. Aunque hay varios estudios inconclusos sobre esta disciplina aún se busca profundizar más en el ser total de cada individuo y abarcar los aspectos fundamentales que no solo se adquieren biológicamente si no conforme las experiencias y el ambiente sociocultural del ser humano.

### **1.1.8. Trastornos de la personalidad**

APA (2014) menciona que un trastorno mental es una anomalía del aspecto cognitivo, la regulación emocional o el comportamiento de un individuo, se caracterizan por ser una alteración importante en la vida de una persona, sin embargo, no se le catálogo como trastorno a una irregularidad de la conducta cuando hay un acontecimiento importante que lo induce, por ejemplo, la muerte de un ser querido o un suceso traumático. Del mismo modo un trastorno de personalidad es un patrón en la conducta de un sujeto que se aleja de las expectativas de la cultura en la que vive. Por lo tanto, se manifiesta un deterioro o malestar en la vida del individuo que puede iniciar en la adolescencia o en la edad adulta temprana. A continuación, se mencionan algunos de estos trastornos.

- Trastorno de la personalidad paranoide: su principal característica consiste en tener una desconfianza excesiva hacia los demás, ya que interpretan sus acciones como malas y perjudiciales para ellos, las personas que tienen este trastorno suelen ser muy complicadas y están a la defensiva todo el tiempo pues siempre están esperando que el otro sujeto haga algo perjudicial para él, sus relaciones son escasas pues aunque los individuos le muestren su afecto

y comprensión el siempre dudara de que estas acciones sean sinceras; del mismo modo tienden a ser celosos con la pareja porque buscan fundamentos circunstanciales que los ayudan a confirmar la sospecha de que le sean infiel. Sin embargo, suelen ser autosuficientes y autónomos debido a que no tienen la suficiente confianza en alguien más que pueda darles una orientación o los apoye.

- Trastorno de la personalidad esquizoide: este trastorno se caracteriza por un desapego o un afecto plano, ya que no disfruta ninguna actividad que tenga con otra persona, del mismo modo no muestra desinterés en actividades ya que prefiere estar solo, además de no tener relaciones íntimas más que las de su familia, así mismo presenta poco interés por experiencias sexuales; por otro lado no presta mayor atención a las críticas o elogios que pueda recibir pues son emocionalmente fríos y no están interesados en la opinión de los demás. Por lo general no manifiestan emociones como la ira o la alegría y raras veces aceptan su condición.

En síntesis, el rasgo principal del esquizoide reside en un comportamiento caracterizado por el alejamiento de los contactos sociales y una capacidad restringida para la expresión de sentimientos en situaciones de interacción con otras personas: de aquí que generalmente se muestren fríos emocionalmente y con una afectividad restringida. La apariencia puede ser la de una persona con poca vitalidad, aletargada, con movimientos lentos y a menudo torpes o rígidos; se expresan con un tono de voz más bien monótono, aun cuando se hable de temas que, en principio, pueden ser de importancia; del mismo modo la iniciativa es escasa y tienen pocas relaciones sociales o no desean relacionarse con las demás y, por tanto, son extremadamente insociables. Prefieren estar solas y con frecuencia crean y elaboran un mundo fantástico en el cual se refugian y que es un sustituto de la pobre dinámica relacional que mantienen con los demás. Como resultado de la falta de interés por relacionarse, tienen pocos amigos íntimos o de confianza, o bien carecen de ellos, y no muestran satisfacción, ni interés especial por el hecho de pertenecer a un núcleo familiar u otro grupo social.

- Trastorno de la personalidad esquizotípico: la característica de este trastorno es un patrón de deficiencias interpersonales que tienen un malestar significativo en una persona, ya que no se sienten cómodos con individuos desconocidos, debido a ello pueden presentar ansiedad cuando

comparten un acontecimiento con extraños desde el inicio de la situación hasta el final pues la angustia no desaparece, aunque pase el tiempo. Así mismo no cuenta con muchas relaciones íntimas, del mismo modo presenta distorsiones cognitivas o de percepción y un comportamiento poco común, presenta ideas con seguridad ya que se muestran pendientes de creencias paranormales o supersticiones. Así como también pueden tener ideas paranoides un ejemplo de eso sería no confiar en sus compañeros de trabajo por miedo a que perjudiquen su relación con el jefe.

Sus distorsiones no son coherentes con las normas de su grupo sociocultural de referencia, suceden con cierta frecuencia, y constituyen un componente importante y generalizado de sus experiencias personales cotidianas ya que es lógico, están estrechamente relacionadas con el comportamiento extraño y excéntrico característico del trastorno. Estos individuos pueden hablar solos en público, hacer ademanes sin razón aparente, o vestir de forma peculiar o desaliñada. Así mismo el lenguaje es a menudo extraño e idiosincrásico, por ejemplo, circunstancial, metafórico, o vago, y su afectividad es muy restringida o inapropiada. Un individuo con esta patología ríe de una manera tonta cuando se habla de sus problemas. Las personas con trastorno esquizotípico de la personalidad están también aisladas e inadaptadas socialmente, y tienen pocos amigos.

- Trastornos de personalidad antisocial: el comportamiento prototípico del antisocial consiste en un patrón duradero de conductas socialmente irresponsables, que se evidencia antes de los quince años, y que reflejan desconsideración hacia, despreocupación por los derechos de los demás. Del mismo modo las personas con este trastorno toman parte en repetidos actos ilegales, de mayor o menor importancia, del mismo modo hay características de la personalidad que son más relevantes como la falta de interés o preocupación por los sentimientos de los demás, carencia de remordimientos por el daño que puedan causar, incapacidad para aprender de la experiencia, escasa tolerancia a la frustración, irritabilidad, y tendencia a no reconocer la propia culpa o responsabilidad, que suelen atribuir a los demás, al azar, o al destino. Estas características generalmente provocan el fracaso de estos individuos en aquellos roles que requieren de su responsabilidad o de su honradez. Los individuos experimentan placer en su capacidad para mentir con astucia, dañar y explotar a los demás.

- Trastorno de la personalidad dependiente: su característica principal es la excesiva necesidad de sentirse protegido llevado a cabo una conducta sumisa, un apego desmedido y miedo a la separación de una persona, así mismo no puede tomar decisiones importantes en su vida sin la aprobación de alguien más, así como también presenta dificultad para realizar nuevos proyectos ya que no confía en sí mismo, no le importa que tenga que hacer para conseguir el apoyo de otro individuo incluido hacer cosas que normalmente no harían porque le desagradan. Por lo tanto, la percepción que tiene de sí mismos es que no pueden cuidarse solos ni tener las capacidades necesarias para ello, del mismo modo cuando finalizan una relación instantáneamente buscan a otro sujeto que les de la atención y el soporte que necesitan.

## **1.2 Dependencia emocional**

### **1.2.1. Definición**

Congost (2011) define la dependencia emocional como una adicción que se tiene por otra persona principalmente puede ser por la pareja, una de las características es la necesidad descomedida de un individuo hacia alguien más, sin importar si deja atrás la libertad, el bienestar, la economía y demás factores de la vida; el cual la lleva a un camino desagradable y tortuoso sin fin que se mantiene aunque la otra persona sea ajeno a esto; se crea una expectativa de la felicidad irreal ya que se cree que aunque no es como se espera eso es lo que se tiene que hacer aun así eso signifique dolor y lágrimas de la misma, para ella lo importante es estar al lado de la persona que cree indispensable en la vida.

Castelló (2012) define la dependencia emocional como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de una forma desadaptada con otras personas ya que las personas dependientes sienten infortunio o no están satisfechas en el ámbito emocional y pretenden compensar esa falta de afectividad en otra persona que comúnmente es la pareja, al mismo tiempo el amor es lo más importante y la otra persona es lo único que realmente importa, por otro lado no puede estar sin alguien que lo acompañe en la vida; las relaciones son desequilibradas ya que siempre da más que el otro y siempre siente la ausencia de correspondencia de parte del otro, el estado de ánimo será guiado por la relación con la otra persona los pensamientos y aceptación giraran al entorno del otro.

### **1.2.2. Características del dependiente**

Castelló (2012) menciona que una persona dependiente manifiesta factores y características que se dan a lo largo de la vida y los define como personas apegadas y controladas por las circunstancias o los individuos que se puedan presentar con el tiempo, por otro lado ellos eligen la forma en la que actúan y los comportamientos que tengan con los demás sin embargo se focalizan en una sola circunstancia y no ven más posibilidades de cambio e idealizan las situaciones y seres que al parecer son los correctos y no es posible verlos de otra manera pues ello causaría un serio malestar que los agobie y afecte desmedidamente. A continuación, se mencionan algunas de estas características.

- **Baja autoestima:** quererle así mismo implica aceptarse incondicionalmente y serle fiel a las ideas propias y concepciones personales al igual que ser conocedor del propio valor aunque no sea del todo perfecto es por eso que un individuo que no se ama, se critica y autodestruye a él mismo por los errores o defectos que pueda tener, también deja que se aprovechen del lado vulnerable que tiene, ya que cree que no es merecedor del afecto de alguien ni del suyo; por otra parte no se aprecia, tampoco se defiende y le da crédito a las ideas que otro tiene de él; más que a lo que él piensa, sin embargo esa característica no siempre tiene la misma intensidad en alguien dependiente. Por ejemplo, no sentirse digno del cariño que le puedan dar.
- **Búsqueda de parejas con un perfil determinado:** un dependiente emocional busca siempre a personas con una lista de actitudes que generalmente no son positivas así mismo aunque no esté del todo consciente de dichos comportamientos esos se presentan con frecuencia cada vez que se elige a un individuo como pareja, para hacerlo merecedor de muestras de amor y atenciones, las cuales pueden ser; egoísta, engreído, egocéntrico, no es para nada afectivo, ni cariñoso, es conflictivo, hostil y a veces hasta posesivo. Por ejemplo, estar con una persona que no le presta atención y que solo piensa en él.
- **Amplio historial de relaciones de pareja, normalmente interrumpidas:** tienden a tener varias parejas desde la adolescencia que si no le satisfacen del todo las dejan, pero al mismo tiempo buscan a otra persona para suplirla, aunque aún haya la posibilidad de regresar con el otro individuo ya que no soportan la idea de quedarse solos, ni que carezcan de alguien que los ame y

les brinde satisfacción afectiva. Por otro lado, pueden tener solo algo ocasional con la ex pareja, para no dejar la comunicación ni perder el contacto o pueden tener a cualquiera que no le aporte mayor beneficio a la vida todo por no sentirse vacíos y sin protección. Por ejemplo, terminar con alguien y al poco tiempo ya tener una nueva pareja.

- **Miedo a la Soledad:** temor a la idea de no tener alguien que los cuide, los valore y que los quiera así mismo causa un severo malestar como ansiedad o frustración, pues creen que no son importantes para los demás, por lo que siempre buscan la manera de no estar solos en casa y encontrar a alguien con quien puedan salir y suplir esa necesidad de compañía irracional, al igual que la idea de no tener una pareja es algo aterrador para estas personas ya que esto significa que no supe el amor que debe tener y el valor que quiere que otro vea en él para encontrar la felicidad deseada. Por ejemplo, el temor de quedarse sin nadie definitivamente.
- **Necesidad de agradar:** es un rasgo comúnmente conocido para una persona dependiente ya que siempre busca la manera de quedar bien con los demás, sin importar lo que tenga que hacer y aún sin estar de acuerdo con ello, lo fundamental es satisfacer lo que el otro desea ya que, si siente el rechazo o considera que el individuo no está complacido puede llegar a ser devastador. Por otro lado, son consideradas buenas personas ya que siempre ayudan a los demás pues siempre están disponibles y en cualquier horario que alguien se los solicite. Por ejemplo, hacer una llamada para comprobar que alguien no se molestó con él por algo que cree no hizo bien.

### **1.2.3. Características de la dependencia emocional**

Castelló (2012) menciona que la dependencia emocional convierte al amor en algo angustioso, tormentoso ya que se acaba con la autoestima y la calidad de vida de los individuos, hasta el punto en el que sienten que no son nada y que no sirven sin la persona amada. Por otro lado, el amor debería ser un acompañamiento mutuo, con las mismas responsabilidades y aportar ambos para crecimiento y las contribuciones constructivas que una pareja se da mutuamente con equilibrio en la relación y busca el bien del otro, sin embargo, es importante conocer las implicaciones de vivir en una relación insana para ambos por lo que a continuación se mencionan algunas de estas características.

- Voracidad afectiva; deseo de acceso constante: una persona dependiente emocionalmente si pudiera tomar él solo la decisión de tener todo el tiempo a la pareja consigo lo haría; el contacto puede ser habitual y hasta excesivo y quisiera poder provocar que la pareja deje de realizar las obligaciones para que pueda estar con ella, se refiere a la sinceridad afectiva, al deseo constante de poder estar comunicada con la pareja; aunque no sea agradable para una de las partes. Por otro lado, para alguien externo a la relación esto estaría bien o podría no estarlo. Estos individuos viven enamorados de la idea de lo que es el amor y no de lo que es una relación de pareja en realidad y creen que sin estas no hay más razones de ser ni por la cual vivir.
- Pánico ante el abandono o el rechazo de la pareja: El terror que siente una persona dependiente a la ruptura por idealizar tanto a la pareja hace que se sientan incapaces de terminar esa relación y no por interés económico sino simplemente no conciben la idea de estar sin la otra persona; piensan que está mal pero que sin ella estarían peor, esa idea no se quiere para nada y en algunos casos severos de dependencia emocional pueden estar ahí siempre, aunque no esté bien del todo con tal de no perder el sentido de la vida por ya no estar con esa persona; es preferible estar equivocado consigo mismo a que esa persona no esté; produce un gran miedo al rechazo de la pareja, al no ser aprobado o si presenta alguna actitud que indique desinterés o falta de amor.
- Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa: una persona dependiente emocional siempre va anteponer a la pareja ante la vida propia y dejar las cosas que comúnmente hace o les gusta con tal de seguir los pasos del compañero a quien ama y hacer lo que a ella le interesa, aunque no se compartan los mismos gustos lo importante es estar al lado de ese individuo por otra parte busca que no haya nada que se interponga entre los dos.
- Tendencia a la exclusividad de las personas: para todos es importante tener exclusividad con la pareja y que no tenga a otra persona, pero en ese caso, un dependiente emocional querrá solo la atención para él sin compartirla con amigos, hijos o padres del individuo e incluso el trabajo es una amenaza. Al mismo tiempo quisiera tenerlo apartado de todos los demás para que nadie se acerque a él, esta característica solo se da en algunos casos, no siempre en todos ni con ese nivel; puede que solo se manifieste como normalmente ocurre en las relaciones.

- Idealización del compañero: esa característica se refiere a la sobreevaluación de la pareja, creer que es mejor que el dependiente emocional en todos los sentidos. Es raro que una persona con esas características no se enamore de alguien que admire o crea más importante que él por otro lado no solo la idealización será de aspectos generales si no de las capacidades que éste posea y siempre será mejor en todo lo demás ante otro individuo; la forma de ser de él y el perfil que tenga ante el otro influirá mucho en que el apego que siente hacia él.

#### **1.2.4. Causas**

Castelló (2012) menciona que la dependencia emocional es un problema que se puede presentar desde la adolescencia y en la adultez, por otro lado, se creía con anterioridad que una de las causas era transcendental ya que ésta se presentaba en la infancia y que afectaba mayormente en esa etapa además cuando ya se es adulto estas peculiaridades son llamadas carencias afectivas tempranas, pero a lo largo de los años han surgido nuevas teorías sobre lo que puede dar origen a esa dificultad. Se dividen en cuatro por lo cual a continuación se enlistan individualmente cada una de éstas con la definición respectiva.

- Carencias afectivas tempranas: se definen como faltas de cariño que experimenta un niño desde pequeño, no tiene por qué haber un trato inadecuado de parte de los padres pero si puede ser parte de esa característica; la falta de afecto que sufren desde pequeños puede indicarles que no son merecedores de afecto o que no poseen ningún valor, por lo tanto no es aceptado, así mismo no son dignos de que los atiendan ni que los hagan sentir amados; es complicado ponerse en el lugar de estas personas sin embargo El no brindarle un gesto de amor, no prestarle atención o no hacerle un cumplido a un hijo durante el día puede devaluarlo y lograr que se sienta mal por ello se asemeja a la dependencia emocional ya que el sentimiento de aprobación y búsqueda de amor es similar.
- Sobreprotección devaluadora: La sobreprotección es lo contrario a lo que se mencionaba con anterioridad puesto que la carencia afectiva se caracteriza por el abandono de los niños de parte de los padres, no en aspectos indispensables si no en la demostración de amor; por otro lado se muestra el otro extremo que es una protección excesiva por lo mismo crea ansiedad, falta de confianza y dependencia donde el individuo no es capaz de hacer las cosas sin la debida

autorización de alguien más aunque eso pueda ser insignificante o sin que sea trascendental para él. En el caso de la sobreprotección, se disminuye la autonomía del niño para realizar todas las actividades por el sujeto. Por lo tanto, se crea la idea de que no es capaz de realizar las cosas por sí mismo ni que sienta el valor suficiente que lo haga merecedor.

- Hostilidad y malos tratos: se refiere al trato negativo que los padres le pueden dar a un hijo, pues por educar de una forma severa e intransigente olvide las cosas más importantes, al mismo tiempo el maltrato se da porque ellos ven a los hijos como personas que no se pueden defender y que fácilmente pueden sentirse devaluados, además en los niños se genera la sensación de sentirse comprometidos con los progenitores hasta el punto de llegar a sentirse responsables y merecedores de los golpes e insultos que reciben ya que no creen que nadie les dará amor ni cariño porque no son dignos de él por ello el autoestima resulta afectada.
- Utilización afectiva egoísta: esa causa normalmente se presenta en uno de los padres y en la mayoría de los casos en la madre, ya que se utiliza a un hijo como refugio y fortalece los lazos pero es una relación muy posesiva e incluso no permite que el individuo se desarrolle como persona debido a esto las relaciones de los niños se limitan, ya que solo quieren para ellos el cariño de estos así mismo el deseo que tienen por satisfacer el afecto que necesitan; mientras tanto la pareja está alejada y ausente.

Riso (2013) menciona que la inmadurez emocional es una de las causas de la dependencia emocional ya que las hace más sensibles e intenta conseguir de cualquier forma el placer para evitar a toda costa el sufrimiento, dicho de otro modo, se enfrentan a la vida solo con la idea de satisfacer las necesidades sin importar cuales sean con tal de que el dolor no llegue; afirma que es como un niño que hace berrinche para obtener lo que desea.

### **1.2.5. Síntomas**

Riso (2013) define que la dependencia emocional es una afiliación de las emociones que produce ideas irracionales con las cuales se asegura que hay una necesidad de satisfacción afectiva ya que si no ocurre o no es de su agrado, surgen características y aumentan los pensamientos que se enfocan más en no poder ni querer renunciar a una persona por el miedo a no poder vivir sin ella,

el autor comenta que hay una lista que permitirá comprobar si hay apego o lo que se siente por otro individuo, al mismo tiempo compara esa teoría con una adicción como las que se dan por las drogas; al igual esta dependencia provoca falta de autocontrol, ansiedad y sufrimiento. Por lo que a continuación se enumeran algunos síntomas.

- Necesidad imperiosa de estar cerca de la persona amada o sentir amor la mayor parte del tiempo: sentimiento incontrolable y urgente de que la pareja esté siempre al lado y a cada momento quiere satisfacer el amor persistentemente y en mayor cantidad para demostrar el cariño con hechos y creer realmente lo que siente.
- Abstinencia manifiesta: eso ocurre cuando no se tiene cerca o no tiene demostraciones de amor de parte de la pareja. El individuo siente ansiedad, frustración, desasosiego con la misma intensidad y necesidad de querer consumir una sustancia tóxica.
- Incapacidad de compulsión de estar con la persona amada: no se piensa ni se razonan las acciones que se llevan a cabo, así mismo no hay control de la conducta y se deja llevar por los impulsos; afecta las prioridades y la forma en la que vive por mantener el ritmo de las actividades de quien se ama.
- Se emplea mucho tiempo mental y físico en mantenerse cerca de la pareja u obtener amor: se trata la manera de obtener el amor de la pareja, aunque este se tenga que pedir e incluso rogar para estar cerca y no alejarse, así mismo crear una expectativa falsa del ser amado y tener la idea que es tal cual se imagina.
- Altos niveles de obsesión: deseos incontrolables de querer saber qué hace o con quien está la otra persona incluso vigilar las actividades que realiza y estar pendiente todo el día de lo que hace ya que se le teme a la posibilidad de que este sea infiel, que la abandone o le da miedo la soledad.
- Reducción de actividades sociales, laborales o recreativas: alejamiento de cualquier actividad que no incluya a la pareja e incluso personas cercanas como amigos o familiares con tal de no perder el tiempo que tiene con la persona amada.
- Pese a tener claras las consecuencias negativas de amar sin límites se mantiene persistentemente el estilo de vida dependiente: no se cree capaz de vivir la vida de diferente forma, aunque esta persona la haga sufrir o pueda atentar con la vida misma, la posible idea de vivir sin este individuo es catastrófica y es mejor estar con el ser amado, aunque no sea feliz.

### 1.2.6. Creencias Irracionales

Riso (2013) menciona que las ideas irracionales son pensamientos negativos o exagerados que se forman frente a una determinada situación. En la dependencia emocional estos son factores determinantes ya que, se aleja de la realidad afectiva puesto que esta consiste en ver al amor tal cual es, sin autoengaños y sin creencias que hagan sentirse mejor, pero que estos conceptos sean verídicos en todo el contexto al igual que en todas las personas que los rodean, al mismo tiempo afecta al individuo porque su pareja no piensa de la misma manera ni hace lo que le gustaría que hiciera.

- Me quiere, pero no se da cuenta: las acciones y los sentimientos de la persona que ama demuestran el amor que se le tiene a otra persona ya que no solo se nota fisiológicamente si no psicológicamente pues todo el organismo transmite esa emotividad, y si esos síntomas no los presenta la otra persona; eso significa que, aunque no se quiera aceptar el individuo no siente lo mismo.
- Los problemas psicológicos que tiene le impiden amarme: todas las personas tienen diferentes formas de amar, sin embargo, eso no quiere decir que todas son aceptables, pues hay varias patologías que no son un estilo de demostrar amor; más bien es un problema que tiene el individuo. El aceptar que la pareja demuestre lo que siente a su manera y en la forma en que ve la vida no significa que tiene que ser la correcta y la única, ya que en una relación se debe de contribuir no solo al desarrollo personal, pues es importante considerar el crecimiento de la pareja.
- Ya se va a separar: una persona que ama a otra en realidad no tiene pretextos para separarse de alguien que considera no la hace feliz, ya que si alguien siente amor no busca excusas para estar con la persona amada, sin embargo, el amor no se debe de mendigar o pedir pues es espontaneo, al mismo tiempo no es necesario amenazar con terminar la relación pues no tendría sentido forzarlo. Por otro lado, continuar con esa pareja tendrá beneficios, pero estos serán secundarios y no se conseguirá lo que realmente es importante, ni la felicidad que se busca tener a lado de alguien.
- No es tan terrible: cuando una persona es dependiente emocional minimiza los errores de su pareja argumentando que hay individuos peores o que a su alrededor todos son así, aceptar e idealizar a un sujeto no le permite ver la realidad pues solo se ve lo que se desea y no lo que

realmente ocurre; de igual manera no debería hacer de menos a quien se ama pues en una relación se tendrían que ver como iguales y no uno superior al otro. Sin embargo, las creencias que tienen las personas dependientes como no soportar estar sin él o ella hacen que acepten las deficiencias en el vínculo que tienen, las ven como algo normal y que todos poseen; del mismo modo inventan las virtudes que quisieran encontrar en el otro.

- Ya no recuerdo lo malo (memoria selectiva): la dependencia que siente una persona puede no dejar ver las cosas que se desaprueban en una relación, pues siempre hay situaciones que son positivas y negativas, sin embargo se prefiere olvidar de algo que no le agrada o no le gusta y preferiblemente solo recordar todo lo bueno que tiene; no se trata de maximizar los problemas y concentrarse en todo lo malo pero si de darle un lugar y no idealizar que todo es perfecto, para poder tomar una decisión respecto a esa pareja; saber si es o no la mejor elección para la vida.
- Todavía me llama, todavía me mira, todavía pregunta por mí: las ilusiones que se generan después de una ruptura amorosa; como el creer que aún hay posibilidad de reconciliación, no deja ver la realidad, ya que si se reciben noticias de la ex pareja sin importar que sea directa o indirectamente; de inmediato se manifiestan muchos pensamientos e ideas que generan malestar emocional y preguntas referentes al por qué, estas se presentan de manera irracional en el pensamiento donde la persona dependiente genera la ilusión de que aun exista amor del otro hacia mi, por lo que mantiene la esperanza de ver una oportunidad de reconciliación.
- Todavía hacemos el amor: el deseo sexual que se puede llegar a sentir por otra persona puede causar una adicción ya que, aunque no haya afecto o amor, la atracción seguirá de la misma forma que en la relación o incluso más de lo que sentían antes, pues un individuo puede ser más atractivo con el distanciamiento. Sin embargo, el verdadero problema es cuando el sujeto creer que tener sexo significa que aún hay cariño y una posibilidad de que vuelva a ver algo entre ambos.
- Todavía no tiene otra pareja: la idea de que aún puede tener la relación con esa persona por el simple hecho de que esta sola, puede haber ideas irracionales como creer que es porque aún se ama o porque se es irremplazable, sin embargo, hay muchas más posibilidades que hacen que el individuo prefiera estar solo y no tener una pareja, para darse el tiempo y espacio que necesita.
- Se va a dar cuenta de lo que valgo: ese pensamiento no esta tan alejado de la realidad, pero el problema es que, si se necesita que la otra persona piense, evalúe y luego se arrepienta de haber terminado la relación, probablemente no es alguien que se tomará en serio la relación pues puede

volver a irse y darse más tiempo, entonces se debe de razonar si realmente vale la pena esa persona o no.

### **1.2.7. Consecuencias**

Riso (2013) afirma que hay teorías que se generan con el paso del tiempo, al igual se crean todas las situaciones que rodean a todas las personas; incluso se forman conceptos de sí mismos estos pueden ser tanto positivos como negativos, sin embargo la percepción en que se definen estas ideas marcarán la diferencia, ya que si permite influenciar por los pensamientos positivos que ya se han construido, la forma de ver la vida será para el crecimiento personal, al contrario de que si no se encuentra nada para favorecer las cosas serán distorsionadas y devastadoras para quien tenga creencias negativas y sufrirá por algún padecimiento, como la dependencia emocional. A continuación, se enumeran algunas de las consecuencias.

- **Minusvalía:** sentir que necesita protección de alguien más pues no puede valerse por sí mismo porque cree que no podrá hacerle frente a la vida en soledad, ya que considera que tiene que tener una persona fuerte que se haga cargo de él ya que la realidad puede ser amenazadora. Esa reacción tenderá a ser más persistente debido a que será como experimentar que morirá si no tiene a alguien, más que para brindarle amor o satisfacción afectiva será con el fin de obtener la salvación que requiere para el supuesto bienestar. En varias ocasiones puede originarse debido a que en la niñez los padres lo sobreprotegían.
- **No se es querible:** se cree que no es merecedora de amor ya que tampoco se ama a sí misma. una persona a la cual le afecta , siempre tendrá miedo de salir lastimada, por lo tanto va a considerar que no puede ser valiosa para alguien más ya sea por una imperfección física o una personalidad que crea que está por debajo de las demás y por ello no tiene el derecho de sentirse amada, además el origen dicho sentimiento puede surgir por la falta de amor en alguna de las etapas de la vida por otro lado las habilidades sociales y la comunicación se verán afectadas por el simple hecho de creer que si lo intentan van a fracasar; es por eso que al final prefieren la soledad antes de que le puedan hacer daño.
- **Abandono:** se utiliza el término amorafobia. Para describir mejor este concepto ya que lo define como el miedo a volver a fracasar en una relación de pareja por lo tanto la inestabilidad es parte de este sentimiento, debido a ella las relaciones de estas personas siempre terminan con facilidad

aunque el motivo no sea relevante, es por ello que no se dan la oportunidad de intentar algo diferente ya que una de las causas es que siempre eligen el mismo patrón en los individuos que escogen, además de concentrarse en aspectos de este que quizás no sean tan importantes para una vida amorosa sólida que si dure para todo la vida como lo desean.

- **Fracaso:** el autoconcepto es parte de ese término ya que al no percibir que una persona admira a un individuo este crea una idea irracional de que no es suficientemente bueno y que nunca podrá hacer algo en la vida, al mismo tiempo no confía en sus capacidades y habilidades por lo tanto necesita que alguien más se lo diga, lo que le genera sensaciones devastadoras, sin embargo todos aprenden del ensayo y error pues no siempre se pueda tener lo que se desea pues se necesita equivocarse para poder avanzar, corregir y perfeccionar lo que no se hizo bien en un principio.
- **Inasertividad:** no se puede comunicar lo que se piensa debido a que teme ser juzgado y romper con la relación que se tiene, eso puede llevar a olvidar los principios y la dignidad con tal de no perder a la persona amada, pero al mismo tiempo quebranta la autoestima y deja que haga con ese individuo lo que desee.

Tabla Núm. 2  
Consecuencias

	Apego	Miedo	Déficit
Minusvalía	Fuente se seguridad	Desamparo	Baja autoeficacia
No se es querible	Manifestaciones de apego	Desamor	Baja autoestima
Abandono	Estabilidad	Separación	Vulnerabilidad a las rupturas
Fracaso	Admiración	Desaprobación	Bajo autoconcepto
Inasertividad	Tener contento al otro	Defender los derechos	Baja asertividad

Fuente: elaboración propia con base en Riso (2013) pp. 17-23

### 1.2.8. Tratamiento

Ruiz, Díaz, Villalobos (2012) mencionan que las técnicas cognitivo conductuales han demostrado una gran eficacia y efectividad en varios trastornos y dificultades psicológicas así mismo tienen

intervenciones que ayudan en todos los ámbitos en la vida de una persona que surge de los más sencillo de sobrellevar hasta un problema que se considere difícil e insoportable. Por otro lado, pueden ser también el acompañamiento que brindan metodologías y pueden ser de diferentes tipos de corrientes. La dependencia emocional es una patología que debe ser tratada para el mejoramiento de la salud por eso a continuación se presentan algunas que la ayudan a controlarla.

- **Terapia Cognitiva:** utiliza como base el razonamiento deductivo y la comprobación de hipótesis, así mismo está centrada en las distorsiones del pensamiento tanto como en los factores externos que molestan a los pacientes. Trata de que cambie las ideas y busque soluciones A los problemas para poder cambiar el comportamiento y las decisiones que tome respecto a ello. La meta que se pretende en esa técnica es modificar las creencias irracionales y luego se adquieran ciertas habilidades para que en un futuro se puedan cambiar actitudes que surjan nuevamente y debiliten estas cogniciones que ya fueron previamente aprendidas para el bienestar psicológico.
- **Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC):** esa técnica se divide en tres partes, los acontecimientos, las cogniciones y las consecuencias. Para representarlas se utilizan las primeras tres letras del abecedario A que son esas situaciones que hacen que una persona reaccione de una forma determinada, C la actitud o los pensamientos que tomamos ante esta y la B las ideas que se tienen de la primera. La prioridad es que los pacientes identifiquen las ideas irracionales y las racionales, posteriormente tomar el control de las emociones, actitudes y pensamientos que no le benefician por otros que sean y se adapten más a la realidad.
- **Técnica de detención de pensamiento:** esa técnica es sencilla al igual que efectiva ya que ha servido de mucho en cuanto a parar algunos pensamientos destructivos; consiste en que el paciente pueda cerrar los ojos y piense voluntariamente en los pensamientos desadaptativos, cuando este ya este concentrado el terapeuta tiene que gritar “stop” a la vez que golpea fuertemente a una mesa, con esta acción se interrumpe abruptamente al pensamiento, pero hace que esas creencias ya no continúen; se le pregunta si aún tiene esas ideas en mente, este procedimiento se hace unas tres veces más para conseguir que el cliente lo haga por sí solo.
- **Desensibilización Sistemática:** esa técnica requiere de ciertos pasos de entrenamiento y relajación que se deben realizar antes de iniciar las sesiones que van directamente a esta así mismo debe de utilizar una elaboración jerárquica de exposición que irá gradualmente desde lo que es fácil hasta lo más difícil para la estimulación de la situación determinada, por otro lado

estos ítems deben basarse en la realidad del paciente puede ya que esta podría no contemplarse en una sola sesión ya que cada paciente puede llevar más tiempo que otro, aunque el terapeuta sea quien ayude a realizarla el paciente es quien debe priorizar los acontecimientos. Por ejemplo, que ya no llame varias veces en el día a su pareja luego que ya no le escriba tan seguido y así sucesivamente hasta desapegarse.

- Intervenciones para la regulación emocional: esa técnica se caracteriza en poder tener la capacidad de controlar y exteriorizar las emociones para modificar la conducta en determinadas situaciones. Para que esta metodología sea funcional se deben reconocer las emociones que se experimentan Y en ese momento poder discriminarla, aceptarla y contar con estrategias que ayuden a controlarla, al mismo tiempo modular la intensidad para luego, según la situación dirigirla hacia los objetivos y eliminar las conductas impulsivas.

A razón de lo anterior es importante mencionar que para la investigación de las dos variables Rasgos de personalidad y Dependencia emocional tienen una fundamentación teórica que apoya al estudio realizado ya que busca justificar los subtemas presentados y obtener información necesaria que la sustente; las fuentes son confiables, verídicas y verificadas para que el lector pueda profundizar en ellas y se apoye de las mismas; así como también propiciar nuevos conocimientos que ayuden a las nuevas indagaciones que se hagan sobre los temas al mismo tiempo contribuir con algunos aspectos de los objetivos que se plantearon desde un inicio.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los rasgos de personalidad determinan la forma de actuar y de ser de una persona, al igual son parte importante de cada individuo ya que lo hace único; a pesar de que algunos factores son iguales en todos, no siempre serán los mismos los que predominen en cada uno de ellos. Entre los rasgos de la personalidad; que son amplios de describir se destacan los cardinales que se manifiestan en una conducta egocéntrica, se encuentra la introversión, control, paranoidismo, entre otros. Es importante destacar algunas características en la conducta de los individuos que se suman a la personalidad, y que afectan el desarrollo de los mismos, como es el caso de la dependencia emocional; que puede definirse como la actitud de aferrarse a alguien sin medir las consecuencias ni pensar en sí mismos, solo dedicarse al otro y pensar con obsesión que es imposible continuar ante la pérdida del ser al que se cree amar y genera pensamientos atemorizantes y catastróficos, además de la sensación de dolor insoportable por parte de la persona que lo padece. Dicha idea surge ante el miedo de estar solo o de no sentirse amado.

La presente investigación está basada en una profunda revisión bibliográfica sobre estudios realizados desde el 2011 al 2021 que permitirá acceder a información actual que describa los principales rasgos de la personalidad y los niveles de dependencia emocional en hombres y mujeres de edad adulta, que contribuirán al conocimiento del manejo de dependencia emocional además se da a conocer las características de los rasgos de la personalidad con el fin de profundizar acerca de estos, para un mejor entendimiento de los propios factores con los que se cuenta; así mismo busca ampliar los conocimientos a través de la literatura científica del nivel de dependencia emocional ya que estos pueden ser muy pocos; por lo cual fomentarlos es de gran ayuda para el estudiante y profesional de la salud, al igual que el abordaje que se le puede dar para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen dependencia, con el aporte de información científica.

En el ser humano, los rasgos de personalidad pueden ir variando según el lugar y el contexto en donde se vive porque la cultura de cada uno podría influir en ellos; así mismo la dependencia emocional puede ser una causa de la violencia hacia las mujeres pues se puede considerar como algo normal el hecho de pensar que forzosamente se debe contar con una pareja para ser feliz y para tener un nivel económico estable; según los patrones culturales que rigen esa conducta. en la

actualidad estos pensamientos podrían cambiar al igual que muchas de estas creencias ya que la mujer actualmente se ha empoderado más, debido a que en muchos casos toma sus propias decisiones y ya representa un número en la fuerza laboral lo que la hace relativamente independiente. Pero hay que considerar que dependerá de la manera en que emocionalmente puedan influir en ella los demás y que esta influencia cambie su autoconcepto, costumbres y estilo de vida.

Para la investigación se analiza literatura científica que manifieste los rasgos de la personalidad ya que se busca conocer los factores que manifiestan los individuos al igual que el nivel de dependencia emocional existente en la población mundial; por lo que es importante estudiar el tema ya que los rasgos de personalidad son características que identifican a las personas según la conducta y la forma en que interactúan con los demás por lo tanto la dependencia emocional es una patología que pueden llegar a experimentar los individuos en su diario vivir por el contexto en el que se desenvuelven, por lo cual se plantea la siguiente pregunta: ¿Cuáles son los niveles reportados en la literatura científica sobre los rasgos de personalidad y dependencia emocional en hombres y mujeres en edad adulta?

## **2.1 Objetivos**

### **2.1.1 Objetivo General**

Analizar los niveles de los rasgos de personalidad y dependencia emocional reportada en la literatura científica.

### **2.1.2 Objetivos Específicos**

- Describir los rasgos de personalidad de las personas en la edad adulta.
- Considerar el nivel de dependencia en las personas en la edad adulta.
- Distinguir la diferencia de los rasgos de la personalidad entre las mujeres y hombres en la edad adulta.

## **2.2 Variables**

- Rasgos de Personalidad

- Dependencia Emocional

## **2.3 Definición de variables**

### **2.3.1 Definición conceptual de las variables**

#### Rasgos de Personalidad

Andrés (2016) definen los rasgos de personalidad como características disposicionales extensas es decir que son particularidades que pueden predecir el comportamiento de un individuo de una forma amplia, al mismo tiempo influye en una conducta ante una determinada situación; al igual son permanentes a lo largo de la vida de una persona ya que describe las creencias, las ideas, los deseos, las emociones y las actitudes; esos factores definen a una persona, marcan con claridad las diferencias que tienen con los demás; por otra parte evalúan al sujeto y de cada uno de los aspectos de su personalidad, por esta razón ayudan a distinguir lo que predomina en cada uno de ellos y en que puede desenvolverse mejor.

#### Dependencia emocional

Riso (2014) menciona que la dependencia emocional se basa en estar en manos de la persona que se cree que se ama. Es como una forma de sepultarse aún con vida, en un hecho de autodestrucción psicológica donde el amor que se siente por sí mismo, el auto respeto y la esencia de cada uno son el obsequio dado de manera errónea. Cuando se presenta una dependencia es más que solo un amor desinteresado ya que solo busca no perder lo bueno que se tiene de la relación con otra persona; así mismo se pierde y busca ser el reflejo y lo que el otro necesita con tal de ser ese vínculo inquebrantable que nadie puede romper, al igual que si suele ser mutua el resultado es aún peor.

## **2.4 Alcances y límites**

La investigación se llevó a cabo a través de la revisión bibliográfica de la literatura científica que manifiestan los estudios realizados a las mujeres y hombres en la etapa adulta que se relacionen con las variables y los objetivos del estudio, al mismo tiempo se describirán e identificarán los rasgos de personalidad y el nivel de dependencia que poseen estos individuos de una forma generalizada. Así como también distinguir la diferencia de los rasgos que tienen entre sí, solo se

tomarán en cuenta las mujeres y los hombres de edad adulta; ya que por el corto tiempo con el que se cuenta difícilmente se podría con personas en diferentes etapas de su vida.

## **2.5 Aportes**

Esta investigación proporciona conocimientos sobre perspectivas más amplias para Guatemala ya que da otras posibilidades acerca de las variables en base a la investigación que se realizó, al mismo tiempo a la sociedad suministra información sobre diferentes conclusiones a las que se han llegado respecto al estudio. Por otro lado, en la comunidad fomenta un mayor conocimiento acerca de temas que son poco conocidos para estos individuos, de igual manera a los hombres y mujeres en edad adulta les brinda un juicio sobre los estudios anteriores ya que puede contribuir con su bienestar emocional si se presentara un caso en particular.

Para la Universidad Rafael Landívar incrementa el conocimiento de la teoría y las investigaciones que se han realizado de los rasgos de personalidad y sus componentes así como también de la dependencia emocional, del mismo modo poder contribuir a la facultad de humanidades con una nueva fuente bibliográfica fidedigna y de importancia para poder localizarla como una nueva referencia que sea utilizada posteriormente, a los profesionales brindarles puntos de vista distintos de las variables de estudio y que pueden tener mejor entendimiento para que se obtenga una ubicación más adelante y para los futuros profesionales un estudio basado en la realidad en el cual tengan resultados deseados.

### **III. MATERIAL Y MÉTODO**

#### **3.1. Sujetos**

La investigación se realizó con el análisis de la literatura científica de los estudios y artículos dirigidos a mujeres y hombres entre 20 y 45 años, que pertenecen a diferentes áreas; manifiestan diversas culturas, nacionalidades y religiones las cuales dependerán del lugar donde se realizó el estudio, tanto solteros, con una pareja no formal como casados, con diversidad educativa, tanto a nivel diversificado y universitario, del mismo modo con distintos trabajos y variedad de puestos. Las mujeres y hombres que se mencionaron con anterioridad serán estudiados en su etapa adulta, se excluye a los adolescentes, niños, o adultos mayores.

#### **3.2. Procedimiento**

- Selección de los temas: rasgos de personalidad y dependencia emocional.
- Elaboración y aprobación del sumario: se adjuntaron dos sumarios y de los mismos se sacó una variable de cada uno.
- Aprobación del tema a investigar: ejecución de un perfil de investigación.
- Investigación de antecedentes: utilización de artículos de revistas y tesis digitales.
- Elaboración del índice: temas que se desglosan de las dos variables de estudio.
- Realización de marco teórico: utilización de libros digitales.
- Planteamiento del problema: según la investigación realizada sobre dificultades que se observaron y de los temas que se recopilaron del Marco teórico.
- Elaboración del método: por medio de la investigación científica de la literatura que permiten operacionalizar las variables de estudio y los objetivos planteados.
- Búsqueda de nueva teoría: a través de tesis y artículos internacionales y nacionales
- Realización de esquemas de búsqueda: realizado por medio de los resultados obtenidos de la investigación científica.
- Confrontación de la teoría nueva con la teoría antigua para discusión: Comparación de las investigaciones que se tenían con anterioridad con los estudios encontrados recientemente.
- Referencias bibliográficas: enfocado en las normas APA.
- Resumen: es una breve explicación del estudio que se realiza.

### **3.3 Tipo de investigación, diseño y metodología**

Hernández (2014) menciona que la investigación exploratoria se ejecuta cuando el tema que se desea hacer no es muy conocido o algo y aún quedan muchas dudas respecto; incluso una investigación nueva del cual se busquen más conocimientos, consiste en realizar extensas y variadas revisiones de literatura. Es la primera aproximación a una temática, necesidad o problema, del mismo modo no posee la profundidad de otros tipos de investigación.

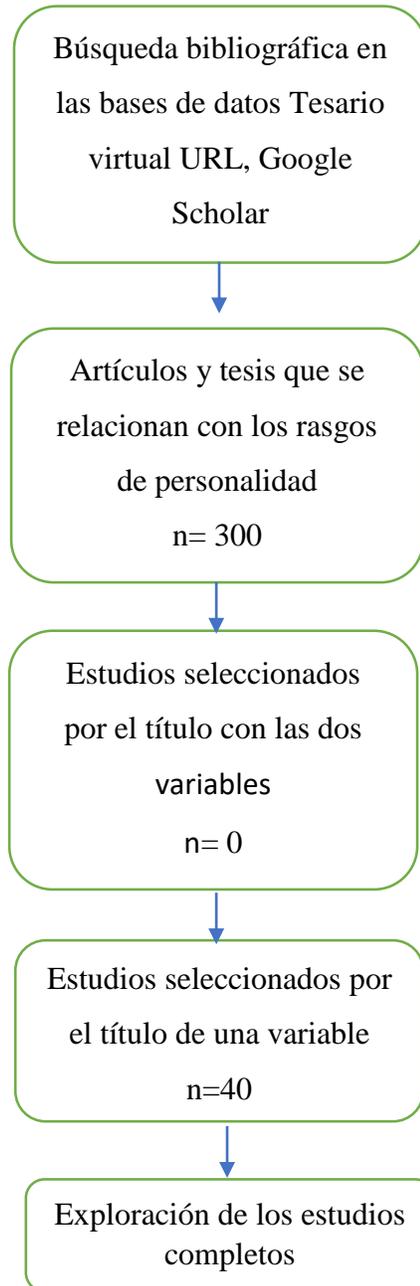
Guerrero y Guerrero (2014) menciona que una revisión sistemática es básicamente una síntesis de la evidencia disponible de una investigación por medio de la cual se realiza una revisión de los aspectos cuantitativos y cualitativos de estudios primarios, para reducir la información existente sobre un tema particular. Ese tipo de revisiones se caracterizan por tener por describir y poseer los procesos de elaboración comprensible y transparente para recolectar, resumir y evaluar críticamente toda la evidencia disponible con respecto a que tan efectivo es un tratamiento, pronóstico o diagnóstico

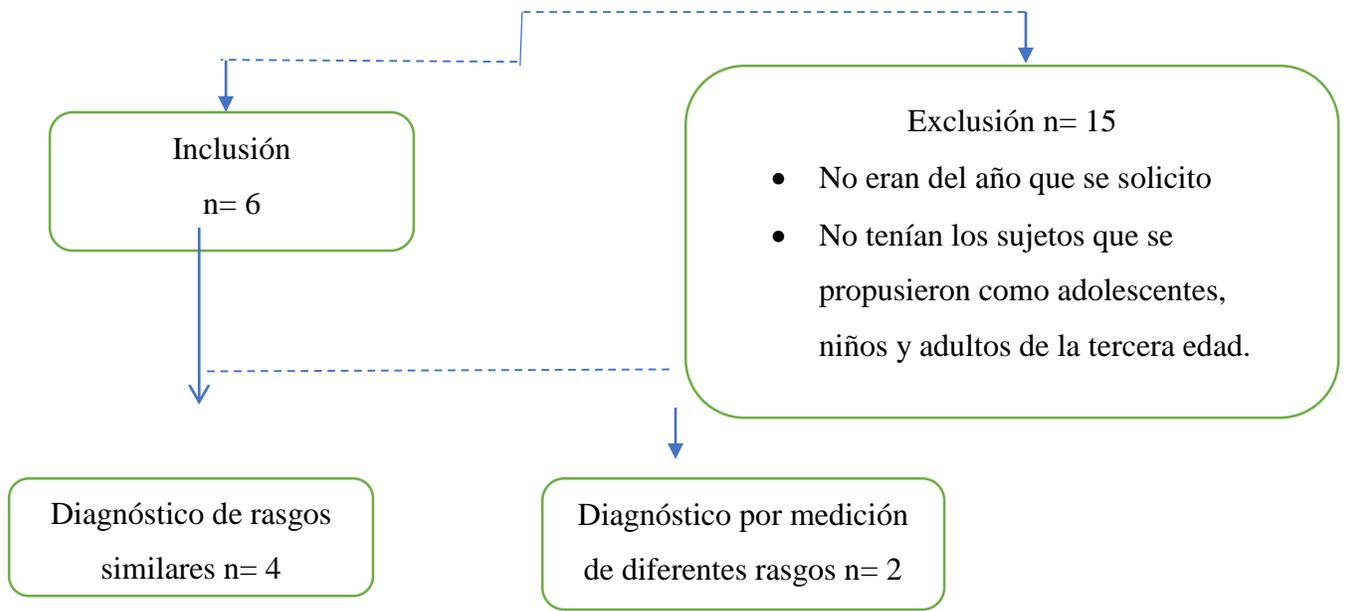
Gómez y Gómez (2018) señala que el enfoque o investigación descriptiva se basa a reunir conocimiento sobre el objeto de estudio y consiste principalmente en la descripción y la explicación de por qué los objetos son como son. Además, el investigador puede a veces recolectar opiniones de la gente sobre los aspectos agradables o desagradables de los objetos, pero un estudio descriptivo nunca propone o planea cambios o mejoras de los objetos.

#### IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Esquema de búsqueda núm. 1

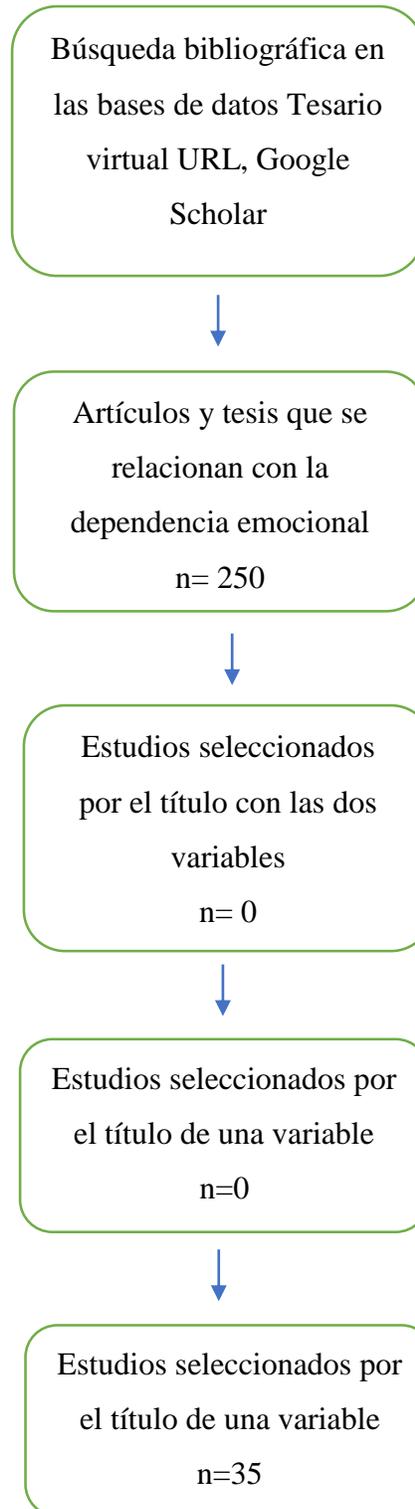
Rasgos de Personalidad

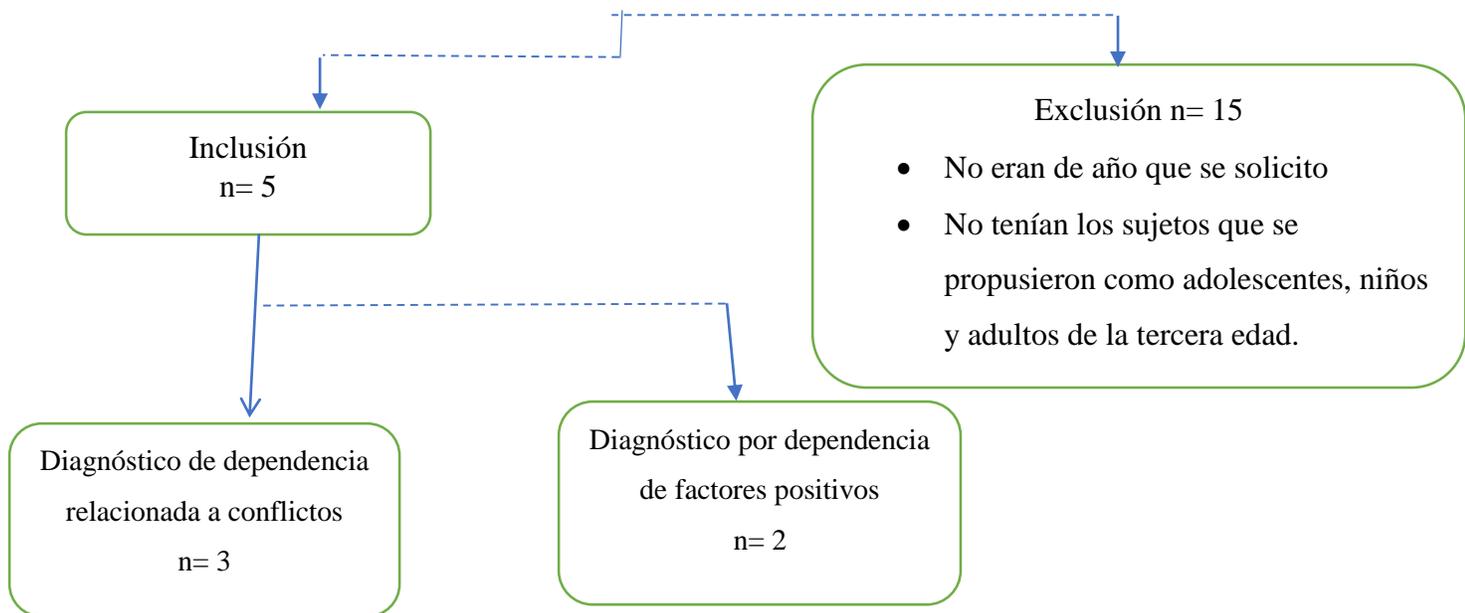




Fuente: elaboración propia con base en artículos y tesis del 2011-2021.

Esquema de búsqueda núm. 1  
Dependencia Emocional





Fuente: elaboración propia con base en artículos y tesis del 2011-2021.

## V. DISCUSIÓN

Los rasgos de personalidad son estándares de pensamientos que tiene una persona; de igual manera, son ideologías que se tienen sobre el entorno o sobre sí mismas, esas serán las que le ayudarán a desenvolverse en cualquier ámbito de la vida; es muy complejo poder determinar los rasgos de personalidad ya que cada teoría manifiesta sus diversas características y la forma en que esos determinan la conducta, por lo tanto se ha delimitado a algunos de ellos que son relevantes en la manifestación del comportamiento de los individuos, se debe recordar que la personalidad es aquella que se conduce a la persona a actuar de cierta manera y que dependen de algunos factores como la introversión, la extroversión, el psicoticismo, rasgos de capacidad, de temperamento y dinámicos, al igual que la dependencia emocional que se puede determinar como la adicción de amor que surge hacia otro individuo, busca satisfacer la necesidad de afecto sin importar las consecuencias que esto represente. La dependencia emocional es muy dañina para cualquier individuo que la posea porque está compuesta de ideas irracionales que llevan al sujeto a no enfrentar la realidad de la situación en la que se encuentra y prefiere vivir de ilusiones que le dan un sentimiento de felicidad que es irreal.

A continuación, se presenta un análisis donde se relatan las características de la personalidad sobre una revisión de literatura que consiste en la búsqueda de información del tema designado, esos datos se obtuvieron de tesis y artículos que contaran con sujetos de género femenino y masculino, se buscó que las investigaciones tuvieran similitud con el marco teórico y los objetivos que se deseaban alcanzar en la monografía. El objetivo del estudio fue analizar los niveles de los rasgos de personalidad y de dependencia emocional, así como también describir y diferenciar los rasgos de personalidad entre hombres y mujeres, además de identificar el nivel de dependencia de los individuos en la edad adulta.

Rojas y Villarruel (2020) en la tesis titulada Rasgos de personalidad y su relación con el desarrollo de sintomatología ansiosa y depresiva en los estudiantes de licenciatura en psicología pertenecientes a la Universidad Técnica del Norte mencionan que la investigación que se realizó fue con una muestra de 193 personas que incluye hombres y mujeres en diferentes ciclos y de diferentes edades, se utilizaron tres pruebas psicométricas como el Cuestionario de los dieciséis

factores de personalidad de Raymond Cattell, escala de ansiedad de Zung, escala de depresión de Zung; con el fin de encontrar la manera en que los factores influyen en la ansiedad y la depresión.

Los diferentes tipos de rasgos definen el nivel que se mantiene en dichas patologías, aunque no se muestra un porcentaje elevado o significativo entre ellos, cabe destacar que no siempre será igual ya que depende de la cualidad y el nivel en el que presenten los síntomas, pues si es un elemento como la estabilidad muestra un porcentaje elevado la sintomatología del trastorno tiende a ser bajo a diferencia de la apertura al cambio ya que en ese caso si el nivel de ese es alto los síntomas serán altos. Por otro lado, se concluyó que en la categoría moderada de ambas patologías predomina más el sexo femenino que el masculino, seis de estos factores tienen similitud en un nivel de 0.05, entre la depresión y la ansiedad como estabilidad, atención a las normas, atrevimiento, apertura al cambio, perfeccionismo, tensión sensibilidad, vigilancia y aprensión; esas dos afecciones pueden tener relación con la dependencia emocional pues un individuo puede experimentar alguna de estos padecimientos cuando no recibe lo que espera de la persona amada.

Esos resultados son similares al estudio de González (2018) debido a que predominan algunos rasgos que no favorecen a la personalidad sin ninguna afección, del mismo modo contribuyen a desarrollar una patología, ya que pueden producir ansiedad, depresión e incluso un trastorno de personalidad; las investigaciones obtenidas demuestran que entre hombres y mujeres los resultados varían de forma significativa también cuentan con diferencias entre los factores analizados en cada estudio.

De la Fuente y Volpin (2015) en la tesis titulada Rasgos de personalidad en estudiantes de primer ingreso a la carrera de psicología, se realizó un estudio con 216 adultos entre los 18 y 30 años de edad, de ambos sexos; en su mayoría mujeres, los rasgos que se evaluaron fueron extraversión, amabilidad, neuroticismo, apertura a la experiencia, responsabilidad, del mismo modo hay que tomar en cuenta que es importante el estudio de los rasgos porque a través de ellos se puede profundizar y predecir el comportamiento de los individuos. Cabe destacar que el nivel de los factores puede variar. La amabilidad y el neuroticismo ha demostrado ser mucho mayor en el género femenino, aunque también tiene que ver con la edad de la persona ya que es una característica más frecuente en los jóvenes que en los adultos. Por otro lado, la extraversión y la

apertura a la experiencia fue más alta en los hombres; en ese caso es un rasgo que se determina a nivel general en todos los hombres.

El neuroticismo es un rasgo que se caracteriza con una cierta inestabilidad emocional, más que algún otro factor, al analizar esa particularidad podemos encontrar que puede influir en la dependencia emocional en una persona ya que un individuo con esa patología no tiene ningún control sobre sus emociones y se deja llevar por lo que los otros sujetos piensen o hacen. En Sirvet, Villa, Ovejero, y Cuetos (2018) concluyen que en la dependencia emocional los sentimientos negativos son una peculiaridad de la patología, al mismo tiempo se ha verificado en los estudios encontrados que los rasgos de personalidad influyen en patologías y en bajo rendimiento escolar cuando estos factores son en un porcentaje elevado. Con lo anteriormente descrito se puede comprobar los objetivos específicos que consisten en describir y distinguir la diferencia de los rasgos de personalidad en hombres y mujeres de edad adulta.

Herrera (2018) en la tesis titulada Rasgos de personalidad en adultos de 20 a 35 años que presentan ideación suicida menciona que el objetivo de la presente investigación, que es de tipo descriptiva y cualitativa, fue determinar los rasgos de personalidad en adultos de 20 a 35 años de edad que han expresado tener ideación suicida. Para lo cual la muestra estuvo conformada por 8 sujetos de ambos sexos, masculino y femenino que residen en la Ciudad de Guatemala. Se utilizó como instrumento de evaluación una entrevista semiestructurada, creada por los autores para fines de la investigación la cual estaba conformada por 36 preguntas y el inventario NEO PI-R, en formato en línea creado por Costa y McCrae (2008), en la cual se evaluaron las respuestas de los sujetos a través de los indicadores de la prueba: Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad. Estos dos instrumentos, permitieron identificar características únicas y grupales en los evaluados. Se concluyó que las personas adultas de 20 a 35 años que han expresado tener ideación suicida, muestran un nivel muy alto de Neuroticismo lo cual refiere una tendencia muy marcada a sentimientos negativos como el miedo y la ansiedad. Asimismo, denotan deficiencias en el área de sociabilidad y en las relaciones interpersonales.

Sin embargo, son individuos que consideran las emociones como parte esencial en su vida, aunque suelen tener un nivel bajo de amabilidad y considerarse poco simpáticas, de igual manera,

manifestaron tener un grado alto de irresponsabilidad, ser desordenados y guiarse por su impulsividad. Al momento de presentar ideas irracionales, se les recomendó a los sujetos que sean capaces de detectarlas por medio de la psicoterapia, ya que los pensamientos repetitivos sin fundamento, son causantes de síntomas como la ansiedad y el miedo. Debido a la continuidad de los mismos pensamientos, puede desarrollarse una depresión. Asimismo, es evidente un nivel de apertura alto lo cual simboliza la riqueza de su imaginación y el estar dispuestos a ideas poco comunes. Esta apertura puede ser utilizada de forma positiva en distintos ámbitos que involucren creatividad como el arte y la poesía. Por otro lado, no se marca una diferencia entre hombres y mujeres, sin embargo, los sujetos estudiados estarán más expuestos a padecer de dependencia emocional ya que sus pensamientos negativos pueden influir.

Los resultados obtenidos en Salguero (2016) han demostrado que la autoestima alta es esencial para que el nivel de dependencia de una persona sea bajo, del mismo modo se ha dado a conocer que en los estudios encontrados sobre rasgos de personalidad hay porcentajes que si son muy bajos o muy altos pueden ser perjudiciales en todas las afecciones que tengan que ver con la personalidad al igual que la ansiedad ha demostrado ser un factor importante para inestabilidad emocional ya que se relaciona con sentimientos negativos como el miedo a la soledad y perder a la persona amada.

Moir (2015) en la tesis titulada Rasgos de personalidad y valores en individuos altruistas en Guatemala el altruismo ha sido relegado y muchas veces es desconocido por la opinión pública, puesto que el mismo no tiene la importancia que merece dentro de cualquier sociedad, el estudio de ese tipo de temáticas es muy escasa y por lo tanto no es posible obtener una medición o descripción eficaz a nivel nacional, por lo tanto este trabajo marcará un punto de partida para que se realicen más estudios de esta naturaleza. El objetivo general de esa investigación es establecer los rasgos personales sobresalientes en sujetos altruistas, así también describir los valores que maneja este grupo, para efecto de ello se utilizó el cuestionario analítico de la personalidad K-72 para medir la variable de rasgos de personalidad y se utilizó también el cuestionario de apreciación de valores CP para medir la variable del mismo nombre, la investigación realizada se enfocó desde el diseño descriptivo; la misma busca alcanzar la meta del conocimiento sobre la conducta altruista y analiza la situación presente de los sujetos. Durante el estudio se trabajó con personas de ambos

sexos, adultos, todos pertenecientes al área dos de Solidaridad del Movimiento Familiar Cristiano, de la parroquia Sagrada Familia de Quetzaltenango

Como principal conclusión se identificó que los valores ayudan al desarrollo de los rasgos de personalidad que los seres humanos poseen, entonces eso muestra que el ambiente puede influir en que las personas decidan dedicarse al altruismo, así también las experiencias personales y los grupos que se integran definen claramente la decisión de intervenir en grupos de esta naturaleza. Por lo tanto, es posible direccionar los ya innatos rasgos de personalidad y de esa forma ayudar al crecimiento de la población con conducta altruista. Las diferencias entre hombres y mujeres no son significativas, el altruismo no está relacionado con la dependencia emocional y se demostró que tienden a hacer personas independientes, pero dan apoyo a los demás individuos.

Se ha demostrado en las investigaciones anteriores como en Mansilla (2013) que no solo los rasgos y los sentimientos negativos atribuyen a una dependencia emocional pues también se considera que a una persona a quien su familia o sus seres queridos no le demuestran afecto pueden contribuir a padecer dependencia emocional ya que el miedo a volver a sentir que no es querido o merecedor de cariño, puede llevar al individuo a necesitar la aprobación de una pareja para que pueda ser amado al fin.

Estrada (2019) en la tesis titulada Rasgos de personalidad presentes en estudiantes con desempeño académico sobresaliente del cuarto año de la carrera de Psicología Industrial Organizacional de la Universidad Rafael Landívar mencionó que el objetivo que tuvo esta investigación fue describir los rasgos de personalidad presentes en estudiantes identificados con desempeño académico sobresaliente del cuarto año de la carrera de Psicología. Para ello se utilizó una muestra de 30 estudiantes cuyo desempeño académico fue calificado como sobresaliente e identificado como tal, tanto por los registros numéricos bajo dominio de la Facultad de Humanidades como por entrevistas efectuadas a una muestra de Docentes de la misma Facultad de Humanidades.

Para el efecto se utilizó el instrumento Big Five Questionnaire – BFQ - creado por McCrae y Costa, empleándose la versión adaptada por J. Bermúdez y cuyos autores son G. V. Caprara, C. Barbaranelli y L. Borgogni. Ellos establecieron que este instrumento compuesto por 132 reactivos

con cinco opciones de respuesta posee las condiciones para determinar en individuos mayores de los 18 años, cinco dimensiones o factores fundamentales de la personalidad humana: energía o extroversión, afabilidad, tesón, estabilidad emocional y apertura mental, así como dos subdimensiones para cada una de las dimensiones mencionadas. El rasgo de tesón fue predominante en las mujeres a diferencia del factor de energía que sobre salió en los hombres; en su mayoría los individuos de estudio no presentan características que se relacionen con la dependencia emocional. Según los estudios que se han sido parte de esta literatura los valores contribuyen a los rasgos de personalidad, en base a las experiencias vividas y la forma en que se actúa, dependerá el porcentaje de cada uno de los factores. De igual forma se ha demostrado que el contexto influirá para altos o bajos niveles de dependencia emocional.

Rodríguez (2016) en la tesis titulada Funciones ejecutivas, rasgos de personalidad y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud, nombró los rasgos de personalidad y rendimiento académico presentes en estudiantes universitarios de las ciencias de la salud de la Universidad de Salamanca, en Salamanca, España. El estudio denominado, tuvo como objetivo estudiar y analizar la relación entre las funciones ejecutivas, rasgos de personalidad y el rendimiento académico en estudiantes de las carreras de medicina, farmacia y psicología. Para el efecto utilizó una muestra de 100 estudiantes: 33 de la carrera de medicina; 33 de la carrera de farmacia y 34 de la carrera de psicología. La metodología utilizada fue de tipo descriptivo, comparativo transversal y observacional con un muestreo por conveniencia y no probabilístico.

Se calculó el rendimiento académico de cada participante a partir de la calificación por medio de cuatro asignaturas: inglés I, neuroanatomía, filosofía y salud y sociedad. A su vez aplicó las pruebas Frontal Assesment Battery (FAB), Subpruebas del Neuropsi, Atención y Memoria y el instrumento Big Five Questionnaire- BFQ -, luego de lo cual encontró relación entre rendimiento académico, rasgos de personalidad y las funciones ejecutivas de los sujetos de estudio participantes. También concluyó que hay una diferencia significativa ente hombres y mujeres ya que en ellas la responsabilidad, el neuroticismo, estabilidad y amabilidad obtuvieron el punteo más alto que los varones que pertenecían al mismo grupo. Por lo tanto, son más extrovertidas y sociales que ellos. Además, se caracterizan por factores como la responsabilidad, que no solo ayudan a su rendimiento académico si no ha no padecer una patología como la dependencia emocional. Las investigaciones

anteriores demuestran que rasgos predominan en una persona de un rendimiento académico alto y bajo, así como también como influye cada factor en un individuo ya sea en un trastorno o una patología, aunque se ha comprobado que no solo los factores pueden intervenir si no también los valores que posea cada persona y el entorno en el que se rodea. Con la descripción anterior se da a conocer la respuesta de algunos objetivos específicos planteados como describir y diferenciar los rasgos de personalidad en hombres y mujeres de edad adulta.

Cobeñas y Montenegro (2018) en la tesis titulada Niveles de dependencia emocional y tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas de un hospital nivel ii-1 del distrito de ferreñafe, setiembre a diciembre, 2017 mencionaron que el objetivo general de esta investigación fue determinar los niveles de dependencia emocional y los tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas, de un hospital nivel II-1 del distrito de Ferreñafe; un objetivo específico se planteó identificar los niveles de dependencia emocional en mujeres maltratadas según dimensiones, grado de instrucción y estado civil.

Los instrumentos que se utilizaron fueron el inventario de dependencia emocional validado en Perú por Aiquipa Tello en el 2015, consiste en medir la dependencia emocional. Consta de 49 ítems basado en siete factores: miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión y deseos de control, así como también el inventario de pensamientos automáticos que mide los tipos de distorsiones cognitivas, es un diseñado en base a la escala likert con un total de 45 ítems, que determinan las distorsiones cognitivas. Se concluyó que las mujeres que han sido violentadas y que tienen estudios a nivel primario y secundario tienen bajo nivel de dependencia, a diferencia de las mujeres que asisten a la universidad pues tienen un alto porcentaje en esta patología, un factor que puede determinar son los tipos de rasgos de personalidad con el que cuenta cada una de ellas ya que influye en sus actitudes y su comportamiento. Se ha demostrado que depende del grupo de personas que se han estudiado y lo que los rodea, los resultados y comparaciones pueden ser diferentes como un grupo de mujeres que sean extrovertidas y sociables a otro grupo en donde predomine la inestabilidad emocional, aunque cada rasgo en un porcentaje es válido; el desequilibrio de este es el que puede descompensar y provocar una perturbación en la vida de un individuo.

Oropeza (2011) en la tesis titulada Dependencia emocional, violencia y satisfacción marital en la relación de pareja describen que el objetivo de esa investigación fue encontrar relación entre la dependencia, la satisfacción y la violencia en una pareja, así como también si afecta en los resultados el estado civil de las personas o los hijos que puedan tener; el estudio se realizó con hombres y mujeres con pareja de al menos un mes de relación y con un rango de edad entre 18 a 65 años, se utilizó una escala de dependencia Especifica para conyugues (EDEC) de Rathus y O'Leary con una adaptación para cada género, una escala de codependencia de Zarco (2005) y la escala de violencia en la pareja de Cienfuegos (2010). Se concluyó que no hay relación entre la satisfacción y la dependencia sin embargo entre la violencia y la dependencia si existe correlación significativa; se demuestra que hombres y mujeres cuando presentan esta patología utilizan el agrado y autodesprecio para obtener la aprobación que necesitan de los demás. Por otro lado, los rasgos de personalidad influyen ya que se ha demostrado con anterioridad que el neuroticismo influye en la inestabilidad emocional.

En los estudios realizados como Lemos y Román (2019) concluyen que todas las mujeres están expuestas a sufrir de dependencia emocional por el miedo a la soledad que está relacionado con el la ansiedad que se siente al separarse de su pareja, en una mujer violentada se ha estudiado que están más propensas las mujeres con más estudios y la estabilidad emocional se relaciona con los rasgos de personalidad cada persona tenga.

Mallma (2014) en la tesis titulada Relaciones intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formación superior de lima sur menciona que el objetivo de esta investigación fue encontrar una relación entre las relaciones familiares y la dependencia emocional; se realizó con estudiantes mujeres y hombres entre 14 y 40 años de edad que hayan tenido al menos una pareja se utilizó una escala de evaluación de las relaciones intrafamiliares (ERI) de Rivera y Andrade y la escala de dependencia emocional (ACCA) de Anicama, Caballero, Cirilo y Aguirre, en ambas se realizó una adaptación. Se concluyó que hay un nivel significativo entre las relaciones intrapersonales con la dependencia emocional, pues se demostró que los factores que se compararon como unión y apoyo a un nivel alto, reflejan la ansiedad por la separación con un porcentaje menor.

Por otro lado, los factores de la dependencia pueden variar ya que dependen de los rasgos de personalidad que tenga cada uno de estos sujetos. Ese estudio comprueba que los factores negativos que presentan los individuos influyen en el nivel de dependencia de cada uno puedan presentar. También se han encontrado estudios que relacionan la violencia con cierto nivel de dependencia emocional independientemente si es una mujer o un hombre, ya que influye en sus creencias y no se quieren así mismos y buscan que las demás personas sean las que aprueben sus acciones y sentimientos, del mismo modo se encuentra que si se habla del sexo femenino y hay violencia las que cursan hasta básico son menos propensas a tener esa patología.

Narváez (2018) en la tesis titulada Relación entre la dependencia emocional y la autoestima en jóvenes universitarios de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Católica Sedes Sapientia, el estudio presentado tuvo como objetivo encontrar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima la muestra fue de 110 estudiantes hombres y mujeres entre los de 16 a 27 años; los instrumentos utilizados fueron el inventario de la dependencia emocional y el inventario de autoestima de Coopersmith. Se llegó a la conclusión de que en general la autoestima no tiene una relación significativa con la dependencia emocional sin embargo hay correlación entre algunos criterios como el miedo a la ruptura, deseo de control y dominio, necesidad hacia la pareja y que su vida pase a segundo término ya que la pareja es la prioridad; del mismo modo pueden haber otros factores que determinen la dependencia como un proceso doloroso por no tener a una persona a quien amar, maltratos que se han recibido de pequeños, no tener afecto de sus padres desde la infancia, pérdidas de individuos importantes. Así mismo depende del rasgo de personalidad que predomine en cada uno pues se ha comprobado que influyen en la estabilidad emocional.

Algunos autores como Castelló (2012) menciona que el autoestima baja es una característica de una persona dependiente emocional ya que no cuenta con amor propio y esto puede llevar a un individuo a buscar el afecto en alguien más, sin importar si va en contra de sus deseos; lo importante es satisfacer la necesidad de cariño, del mismo modo los rasgos de personalidad han influido en algunas de las patologías mencionadas anteriormente, de igual manera la dependencia emocional tiene vínculos estrechos con la violencia ya sea hombre o mujer, aunque puede variar por el grado

académico en el que cada uno pertenezca, por lo tanto la diferencia se puede marcar por varios factores e incluso por los sujetos estudiados.

Zapeta (2019) en la tesis titulada Dependencia emocional y ansiedad menciona que el objetivo de este estudio fue encontrar la correlación entre la dependencia emocional y la ansiedad en individuos que se encuentran en una relación de pareja, la muestra que se utilizó fue de 40 personas entre los 18 a 70 años, los instrumentos que se aplicaron fueron Inventario Stai 82 que mide factores de la ansiedad y el Inventario de dependencia emocional IDE que mide la dependencia en individuos que tienen una relación amorosa. Se concluyó que no existe una relación significativa entre estas dos variables, sin embargo, se deben considerar que si se realizan diferentes investigaciones esas pueden obtener resultados diferentes ya que los sujetos no serán los mismos. Los rasgos de la personalidad son determinantes en algunos casos pues son los que marcan una diferencia en la vida de cada una de las personas, además se han encontrado estudios donde estos factores influyen en malestares significativos que marcan la forma de vivir de los sujetos, del mismo modo Seelbach (2012) menciona por ejemplo que el carácter es la manifestación de características que se adquieren del ambiente y el entorno de cada persona.

Durante el trabajo de campo se obtuvieron experiencias transcendentales que fueron de gran importancia para conocer a profundidad esta patología; entre estas experiencias están los aspectos que permitieron conocer la realidad de las personas dependientes que presentan cierto déficit de habilidades sociales así como un distorsionado autoconcepto y la constante necesidad de agrandar, esto impide que desarrollen una adecuada asertividad; además, si su demanda de atención hacia otra persona alcanza ciertos límites, pueden manifestarla sin importarles demasiado la situación o las circunstancias, muestran así falta de empatía. El estado anímico y sus fluctuaciones determinan en gran medida las frecuentes comorbilidades que se producen en esta condición.

El estado de ánimo disfórico, tiene tendencias a sufrir preocupaciones y cuando sufren estas inquietudes suelen girar en torno a una ansiedad de separación, o a sentimientos de desamparo emocional y vacío, más frecuentes cuando no están inmersos en relaciones estrechas. La disponibilidad y cooperación de los participantes, así como su interés y sinceridad durante el compartimento de estas experiencias dentro del grupo psicoterapéutico permitió conocer ciertas

características específicas de la dependencia emocional. Esos síntomas se pueden integrar en el trastorno de personalidad dependiente, pues este trastorno se relaciona con la dificultad en el manejo de emociones y la incapacidad para establecer vínculos afectivos significativos con otras personas; debido a que es un trastorno de personalidad, tiende a ser estable y a mantenerse a lo largo de la vida del ser humano ya que crea dificultades en diferentes fases de su desarrollo individual y grupal, diversos estudios apuntan al hecho de que las mujeres son más dependientes emocionales, mientras que los hombres lo son más al amor. Los sujetos dependientes de una pareja suelen presentar un comportamiento adictivo, ya sea alcoholismo, ludopatía, adicción al trabajo, adicción a otras drogas, entre otras tendencias adictivas.

Lo que anteriormente se describió menciona un objetivo específico el cual consiste en identificar el nivel de dependencia en las personas de edad adulta, del mismo modo en los estudios descritos le brinda respuesta al objetivo general que se trata de analizar los rasgos de personalidad y el nivel de dependencia en personas de edad adulta.

Las investigaciones sobre los rasgos de la personalidad y la dependencia emocional son variadas, pues se han hecho estudios en individuos de diferentes edades y los rasgos cambian, también tiene mucho que ver el sexo del paciente, pues se ha comprobado que el sexo femenino sufre con más frecuencia de esto, los porcentajes son muy elevados comparados con el de los hombres. Los sujetos de los estudios anteriores están integrados en diferentes grupos de la sociedad, debido a esto pueden variar pues las costumbres, los valores y las creencias definen tanto su personalidad como la manera en la que piensan y actúan.

Los rasgos de la personalidad influyen en los síntomas que pueden surgir a lo largo de una patología pues se ha concluido que el porcentaje de estos factores tienen que ver con las actitudes y comportamientos en las personas, del mismo modo cambian cada día; pues la humanidad no deja de desarrollarse y mientras eso suceda los cambios no solo serán más frecuentes sino aumentarán de tamaño y proporción. Se puede decir que la dependencia emocional se comprende como la necesidad de estar en contacto con una persona, esta suele ser una necesidad patológica también como la subordinación lo cual resulta desgastante. Ese comportamiento se observa en relaciones de pareja, por otra parte, la ansiedad es una respuesta ante distintos estímulos que implique

sobrevivencia, en esta se involucra la activación del sistema nervioso desde distintos síntomas físicos que se dan como mecanismo de defensa.

Las personas que han investigado acerca sobre los rasgos de personalidad y la dependencia emocional de diferentes épocas nos han dado una pauta de la cantidad de casos sobre dependencia emocional; lo cual con el paso del tiempo ha evolucionado a la par del ser humano, por lo tanto trata de buscar diferentes formas de confrontar dicha problemática, se han creado infinidad de estudios, pruebas psicológicas, se han creado medicamentos que ayudan a las personas principalmente para combatir la ansiedad y la depresión, que son algunas patologías síntomas más frecuentes a consecuencia de la dependencia. Se han creado nuevos test, para detectar el nivel que presenta cada sujeto, que se estudia y analiza. Si los trastornos emocionales se convierten en algo más serio, las personas empiezan a buscar ayuda, no todas lo hacen pues para algunas depender de algo o de alguien es completamente normal, pero cuando carecen de esto se empiezan a dar cuenta de lo serio en que esto se ha convertido y buscan ayuda de un profesional. En la mayoría de los casos, con una buena asistencia profesional y a veces con ayuda de medicina, se puede lograr un resultado eficaz.

Castello (2012) explica que, la persona con dependencia emocional intenta substituir algo de lo cual carece con otro elemento, esto se obtiene de distintas experiencias negativas que dejan una marca en la vida ya que generan una frustración en ellas que normalmente se sustituye por alguien más. Usualmente esto se ve en relaciones de pareja, porque el tema central del dependiente emocional se basa solamente en el amor y lo demuestra con una intensidad de la respuesta afectiva, pero depende de la importancia que le brinde al ser que ama. La persona se deja de lado a sí misma y muchos se cuestionan si en realidad son malas esas acciones ya que se tiene una idea positiva e idealizada del amor. Pero el dependiente emocional se caracteriza por brindar más en la relación y quedarse en la espera de que hagan lo mismo, y siempre desea la aprobación de la otra persona.

Las características que definen la dependencia emocional en las personas pueden ser muy variadas, ya que esto depende del nivel de apego que tienen con otros en base a las señales que se mencionan como lo es el estar todo el tiempo con la pareja, también se pueden notar o desarrollar malestares al ver una falta de disponibilidad o que no se tiene una manifestación de afecto esperada; lo anterior

tiene como resultado el mismo efecto para una persona deja de consumir drogas, también se puede observar la poca falta de control al no estar con la pareja, del mismo modo con todo esto el dependiente emocional se desgasta de manera física, mental y pierde bastante tiempo al preocuparse por la pareja ya que mantiene una molestia constante de los comportamientos propios cuando no se está con la misma por el miedo a la pérdida y al abandono o engaño pues esto hace que la persona ya no realice actividades sociales o que con el tiempo se pierdan amigos. Todas las características mencionadas tienen una serie de consecuencias como lo es la depresión, baja autoestima, violencia intrafamiliar.

## VI. CONCLUSIONES

- Los rasgos de personalidad y la dependencia emocional en hombres y mujeres tienen una relación eso dependerá de los niveles que presenten, ambos ya que si hay porcentaje alto en neuroticismo tienden a surgir un sinnúmero de patologías como la dependencia emocional pues la inestabilidad que ese factor presenta influye en el bienestar psicológico de la persona, al igual que si los que sobresalen son los rasgos como extroversión, apertura al cambio y responsabilidad se es menos propenso a tener un padecimiento de este tipo.
- Se encontraron diferentes tipos de rasgos de personalidad en personas de edad adulta como la extroversión, neuroticismo, responsabilidad amabilidad, tesón, energía, atención a las normas, atrevimiento, apertura al cambio, perfeccionismo, sensibilidad, tensión, vigilancia, afabilidad, estabilidad emocional, apertura mental y aprensión.
- Se ha encontrado que el factor predominante para que el nivel de dependencia emocional sea alto es el miedo a la soledad pues la mayoría de las personas y en un mayor porcentaje mujeres, no les gusta estar sin una pareja al lado ya que lo consideran como algo malo e indeseado.
- Los distintos rasgos que se puede notar entre hombres y mujeres son variados sin embargo los más significativos que se alcanzan a percibir son el tesón que fue sobresaliente en el género femenino y la energía en el género masculino.

## VII. REFERENCIAS

Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, vol.33, no.2, pp. 411-437. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0254-92472015000200007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472015000200007&lng=es&tlng=es).

Barraca, J. (2015). Una forma de dependencia emocional: el “síndrome de Fortunata; *Papeles del Psicólogo*, Vol. 36, número 2, pp.145-152. Recuperado de <http://hdl.handle.net/20.500.12020/438>.

Bermúdez, J., Pérez, A., Ruiz, J., Sanjuan P. y Rueda, B. (2012). *Psicología de la Personalidad*. España: Grafo, S.A... Recuperado de: <https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/psicologia-de-la-personalidad-bermudez-perez-y-ruiz.pdf>

Castelló, J. (2012). *La Superación de la Dependencia Emocional*. Málaga: Ediciones Corona Borealis. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/CarolinaCarreo/337570218-lasuperaciondeladependenciajorgecastelloblasco>

Caver, C. y Scheier, M. (2014). *Teorías de la Personalidad México*: Pearson Educación. Recuperado de: [https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/37937?as\\_title\\_name=personalidad&as\\_title\\_name\\_op=unaccent\\_\\_icontains&fs\\_page=6&prev=as&page=81](https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/37937?as_title_name=personalidad&as_title_name_op=unaccent__icontains&fs_page=6&prev=as&page=81)

Cobeñas, J. y Montenegro, J. (2018) *Niveles de dependencia emocional y tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas de un hospital nivel ii-1 del distrito de ferreñafe, setiembre a diciembre, 2017*. (tesis de licenciatura). Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Perú. Recuperado de: [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1572/1/TL\\_Cobe%C3%B1asCernaJenifer\\_MontenegroArtegaJorge.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1572/1/TL_Cobe%C3%B1asCernaJenifer_MontenegroArtegaJorge.pdf)

Congost, S. (2011). *Manual de dependencia emocional afectiva*. España: Zenith/Planeta. Recuperado de: <file:///C:/Users/estefania/Downloads/23127-88099-1-PB.pdf>

De la Fuente, A. y Volpin, G. (2015). *Rasgos de Personalidad de Ingresantes Facultad de Psicología*. (tesis de licenciatura). Universidad Nacional de Mar del Plata Repositorio RPsico. Argentina Recuperado de:  
<http://rpsico.mdp.edu.ar/bitstream/handle/123456789/495/0200.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Delhom, I., Satorres, E. y Meléndez, J. (2019). ¿Están los rasgos de personalidad asociados al bienestar psicológico? *Escritos de Psicología* vol.12 no.1. Recuperado de:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1989-38092019000100001&lang=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092019000100001&lang=es).

Estrada, N. (2019) *Rasgos de personalidad presentes en estudiantes con desempeño académico sobresaliente del cuarto año de la carrera de Psicología Industrial Organizacional*. (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, campus Central Guatemala de la Asunción. Recuperado de: <file:///D:/Rgasgos%20hombres%20mujeres/Estrada-Neri.pdf>

Feist, J., Feist, G. y Roberts, T. (2014). *Teorías de la Personalidad* (8va. ed.). México: Mcgraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Gómez, L.y Gómez D. (2018). *Metodología de la Investigación*. México: D.R. © Grupo Editorial Mx Recuperado de: [https://www.academia.edu/38313326/T18B\\_BGO\\_MDLI\\_UAC](https://www.academia.edu/38313326/T18B_BGO_MDLI_UAC)

Guerra, J. (2015). *Rasgos de personalidad más frecuentes en mujeres guatemaltecas que han sido víctimas de violencia intrafamiliar ejercida por el cónyuge*. (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, sede Regional de la Antigua, Antigua Guatemala. Recuperado de:  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Guerra-Julieta.pdf>.

Guerrero, G. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Grupo Editorial Patria S. A. de C. V: Recuperado de:

[https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/40363?as\\_title\\_name=metodologia\\_\\_de\\_\\_la\\_\\_investigacion&as\\_title\\_name\\_op=unaccent\\_\\_icontains&prev=as](https://elibro.net/es/lc/rafaellandivar/titulos/40363?as_title_name=metodologia__de__la__investigacion&as_title_name_op=unaccent__icontains&prev=as)

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta.ed.). México: McGraw-Hill. Interamericana Editores, S.A. de C.V. Recuperado de: [https://www.academia.edu/21710698/Metodologia\\_de\\_la\\_Investigacion](https://www.academia.edu/21710698/Metodologia_de_la_Investigacion)

Herrera, V. (2018). *Rasgos de personalidad en adultos de 20-35 años que presentan ideación suicida*. (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, campus central, Guatemala la Asunción. Recuperado de: <file:///D:/Rgasgos%20hombres%20mujeres/Herrera-Viviana.pdf>

Mallma, N. (2014). *Relaciones intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formación superior*. (tesis Licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/96/1/MALLMA%20FERNANDEZ.pdf>

Mansilla, M. (2013). *Tratamiento psicológico para las dependencias emocionales*, (tesis Licenciatura). Universidad de San Carlos de Guatemala el objetivo, Campus Central, Guatemala. Recuperado de <http://www.repositorio.usac.edu.gt/9589/1/T%2013%20%282412%29.pdf>.

Moir, L. (2015). *Rasgos de personalidad y valores en individuos altruistas en Guatemala*. (tesis de Licenciatura) Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2015/05/42/Moir-Luis.pdf>

Narváez, M. (2018). *Relación entre la dependencia emocional y la autoestima en jóvenes universitarios de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Católica Sedes Sapientia*. (tesis de Licenciatura). Universidad Católica Sedes Sapientiae, Lima, Perú. Recuperado de:

[http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/575/Narvaez\\_Marleny\\_tesis\\_bachiller\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/575/Narvaez_Marleny_tesis_bachiller_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Oropeza, R. (2011) *Dependencia emocional, violencia y satisfacción marital en la relación de pareja*. (tesis Licenciatura). Universidad Autónoma de México, México. Recuperado de: [http://132.248.9.195/ptb2011/marzo/0667354/0667354\\_A1.pdf](http://132.248.9.195/ptb2011/marzo/0667354/0667354_A1.pdf)

Riso, W. (2013) *Guía Práctica para vencer la Dependencia Emocional*. España: Phronesis SAS. Recuperada de: [http://www.instituto-integra.com/wp-content/uploads/2017/05/guia\\_practica\\_para\\_vencer\\_la\\_dependencia.pdf](http://www.instituto-integra.com/wp-content/uploads/2017/05/guia_practica_para_vencer_la_dependencia.pdf)

Riso, W. (2014) *¿Amar o Depender? cómo superar el apego afectivo y hacer del amor una experiencia plena y saludable*. España: Phronesis SAS. Recuperado de: [https://www.planetadelibros.com/libros\\_contenido\\_extra/29/28024\\_Amar%20o%20depender.pdf](https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/29/28024_Amar%20o%20depender.pdf)

Rodríguez, G. (2016). *Funciones ejecutivas, rasgos de personalidad y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud*. (tesis Doctoral). Universidad de Salamanca. España. Recuperado de: [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/132835/DPBPMCC\\_RodriguezPortuguezG\\_%20FuncionesEjecutivasRasgosPersonalidad.pdf?sequence=1](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/132835/DPBPMCC_RodriguezPortuguezG_%20FuncionesEjecutivasRasgosPersonalidad.pdf?sequence=1)

Rojas, G. y Villarruel, E. (2020). *Rasgos de personalidad y su relación con el desarrollo de sintomatología ansiosa y depresiva en los estudiantes de licenciatura en psicología pertenecientes a la universidad técnica del norte en el periodo septiembre 2019 – febrero 2020*. (tesis de licenciatura). Universidad Técnica del Norte Facultad de Ciencia y Tecnología (FECYT). Ecuador. Psicología General. Recuperado de: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10437>

Ruiz, A., Díaz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Desclée De Brouwer, S.A. Recuperado de: [https://www.academia.edu/10436026/MANUAL\\_DE\\_T%C3%89CNICAS\\_DE\\_INTERVENCION\\_COGNITIVO\\_CONDUCTUALES](https://www.academia.edu/10436026/MANUAL_DE_T%C3%89CNICAS_DE_INTERVENCION_COGNITIVO_CONDUCTUALES)

Salguero, K. (2016). *Rasgos de dependencia emocional de mujeres estudiantes de licenciaturas psicología clínica y psicología industrial de la Universidad Rafael Landívar* (tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala de la Asunción. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Salguero-Karen.pdf>.

Seelbach, G. (2012). *Teorías de la Personalidad*. Estado de México: Red Tercer Milenio S.C. Recuperado de: [https://www.academia.edu/27416431/Teorias\\_de\\_la\\_personalidad](https://www.academia.edu/27416431/Teorias_de_la_personalidad)

Sirvent, C., Villa, M., Ovejero, A. y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Ter Psicol*, vol.36, no.3, pp.156-166. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>.

Stover, A. (2019). Rasgos de personalidad disfuncional en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Revista Psicodebate: psicología. Cultura. Sociedad*. vol.19 no.2. Recuperado de: [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2451-66002019000200004&lang=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2451-66002019000200004&lang=es).

Zapeta, S. (2019). *Dependencia emocional y ansiedad*. (tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango Guatemala. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/publijrcifuentes/TESIS/2018/05/22/Reyes-Sulma.pdf>