



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de  
violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel,  
Cajamarca 2023

#### TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

#### AUTORAS:

Ortiz Coba, Ibeth Nandi ([orcid.org/0009-0004-0693-4346](https://orcid.org/0009-0004-0693-4346))

Ramos Viacava, Liliam Edith ([orcid.org/0009-0002-3171-0585](https://orcid.org/0009-0002-3171-0585))

#### ASESOR:

Mg. Quintana Peña, Alberto Loharte ([orcid.org/0000-0003-4305-137X](https://orcid.org/0000-0003-4305-137X))

#### LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

#### LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO - PERÙ

2024



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, QUINTANA PEÑA ALBERTO LOHARTE, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel, Cajamarca 2023", cuyos autores son ORTIZ COBA IBETH NANDI, RAMOS VIACAVA LILIAM EDITH, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 15%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 13 de Junio del 2024

| <b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>                                       | <b>Firma</b>   |
|--|--|
| QUINTANA PEÑA ALBERTO LOHARTE<br>DNI: 25592284<br>ORCID: 0000-0003-4305-137X | Firmado electrónicamente<br>por: ALQUINTANAQ el<br>19-08-2024 19:37:12 |

Código documento Trilce: TRI - 0759848





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

### **Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, ORTIZ COBA IBETH NANDI, RAMOS VIACAVA LILIAM EDITH estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel, Cajamarca 2023", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

| <b>Nombres y Apellidos</b>  | <b>Firma</b>  |
|---|---|
| LILIAM EDITH RAMOS VIACAVA<br><b>DNI:</b> 28227707<br><b>ORCID:</b> 0009-0002-3171-0585 | Firmado electrónicamente<br>por: LERAMOS el 13-08-<br>2024 15:43:35 |
| IBETH NANDI ORTIZ COBA<br><b>DNI:</b> 73286100<br><b>ORCID:</b> 0009-0004-0893-4346     | Firmado electrónicamente<br>por: INORTIZ el 13-08-2024<br>16:15:50  |

Código documento Trilce: TRI - 0759850



### **Dedicatoria**

Dedicamos esta tesis a Dios, a nuestros padres por su inmenso apoyo, así como por su amor y esfuerzo que sirvió para terminar la carrera con éxito. Su dedicación fue fundamental en este proceso y no lo hubiésemos logrado sin su constante apoyo.

## **Agradecimiento**

A la Universidad Cesar Vallejo por brindarnos la oportunidad de llevar a cabo este proyecto académico.

Asimismo, queremos extender nuestro agradecimiento al docente asesor, quien no solo compartió sus conocimientos de manera dedicada, sino que también nos brindó orientación valiosa y perspicaz a lo largo de este recorrido académico. Sus consejos y enseñanzas han sido una fuente inestimable de inspiración y motivación.

## Índice de contenidos

|  |      |
|--|------|
| Carátula.....                                    | i    |
| Declaratoria de Autenticidad del Asesor.....     | ii   |
| Declaratoria de Originalidad de los Autores..... | iii  |
| Dedicatoria.....                                 | iv   |
| Agradecimiento .....                             | v    |
| Índice de contenidos .....                       | vi   |
| Índice de tablas.....                            | vii  |
| Índice de figuras.....                           | viii |
| Resumen .....                                    | ix   |
| Abstract.....                                    | x    |
| I. INTRODUCCIÓN .....                            | 1    |
| II. METODOLOGÍA.....                             | 15   |
| III. RESULTADOS .....                            | 22   |
| IV. DISCUSIÓN .....                              | 25   |
| V. CONCLUSIONES .....                            | 28   |
| VI. RECOMENDACIONES.....                         | 29   |
| REFERENCIAS.....                                 | 30   |
| ANEXOS .....                                     | 37   |

## Índice de tablas

|  |    |
|--|----|
| Tabla 1 Fórmula probabilística.....  | 18 |
| Tabla 2 Distribución de medias del pretest y postest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 22 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023..... | 22 |
| Tabla 3 Comparación del postest y pretest de la dependencia emocional de los adolescentes .....  | 23 |
| Tabla 4 Comparación del postest y pretest de las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes .....  | 24 |

## Índice de figuras

|  |    |
|--|----|
| Figura 1 Dependencia emocional y sus respuestas..... | 10 |
| Figura 2 . Diseño de la Investigación.....           | 15 |

## Resumen

El estudio tiene como objetivo evaluar el impacto de un programa diseñado para reducir la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años que han sido víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca, en 2023. La investigación empleó un enfoque cuantitativo y una metodología aplicada, utilizando un diseño preexperimental con una sola muestra de preprueba y posprueba. Se usó una encuesta como técnica y un cuestionario como instrumento para medir el grado de dependencia emocional antes y después de la intervención en una muestra de 112 adolescentes. Los resultados indicaron que las puntuaciones medias en el postest fueron menores que en el pretest, lo que confirma una reducción en la dependencia emocional. Además, la prueba estadística de Wilcoxon mostró que el programa redujo significativamente la dependencia emocional y sus dimensiones, dado que el valor de significancia bilateral es 0.000, menor a 0.05. Por lo tanto, se concluye que el programa tuvo un efecto positivo en disminuir la dependencia emocional entre los estudiantes afectados.

**Palabras clave:** Dependencia, violencia familiar, adolescencia.

## **Abstract**

The study aims to evaluate the impact of a program designed to reduce emotional dependence in adolescents aged 12 to 17 years who have been victims of family violence in San Miguel, Cajamarca, in 2023. The research employed a quantitative approach and an applied methodology, using a pre-experimental design with a single pretest-posttest sample. A survey was used as a technique and a questionnaire as an instrument to measure the degree of emotional dependence before and after the intervention in a sample of 112 adolescents. The results indicated that the mean scores in the posttest were lower than in the pretest, confirming a reduction in emotional dependence. In addition, the Wilcoxon statistical test showed that the program significantly reduced emotional dependence and its dimensions, given that the bilateral significance value is 0.000, less than 0.05. Therefore, it is concluded that the program had a positive effect in reducing emotional dependence among the affected students.

**Keywords:** dependency, family violence, adolescence.

## I. INTRODUCCIÓN

La violencia familiar o violencia doméstica es una problemática grave extendida a nivel mundial, que impacta negativamente a miles de personas principalmente a las más vulnerables como son las mujeres, adolescentes y niños. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (2021), cerca del 30 % de las mujeres han sido víctimas de violencia de carácter físico, psicológico, sexual o económico, efectuada en el entorno familiar. Esta situación no solo provoca consecuencias negativas en el aspecto físico, sino también conlleva a diversas afecciones psicológicas y deterioran la salud mental interfiriendo en su desempeño personal, económico y social.

Frente a este escenario, se enfrenta la dependencia emocional entendida como una necesidad excesiva de afecto por parte de la pareja, acompañada por conductas sumisas, pensamientos obsesivos sobre la relación y miedo al abandono (Castelló, 2005). En tal sentido, se precisa que la violencia familiar contra adolescentes aumentó durante el período de reclusión, impuesto por las autoridades estatales en el contexto de la pandemia por Covid 19.

El Caribe y América Latina no son ajenos al problema, sino, además son los más vulnerables a la violencia por parte de integrantes de la familia: el 55% experimentó violencia física y el 48% experimentó violencia psicológica en mujeres y adolescentes durante el período de reclusión (ONU, 2020). Lo cual, ha generado dificultades en la parte cognitiva, fisiológica y emocional en el aspecto al peligro del dolor que amenaza la existencia humana, los valores morales y la integridad física y mental (Sierra et al., 2019).

Para el caso en específico, el problema de dependencia psicológica es bien conocida hoy en día, pero poco apoyan a la demanda de pacientes, quienes muestran nivel de abandono y desinterés por el hallazgo de incidentes violentos, especialmente violencia contra las mujeres, en la región latinoamericana (Seijo et al., 2021). En este contexto, Quizhpi y Vintimilla (2023) explicó, sobre la Red Nacional de Albergues en México, que marzo y julio del 2020 tuvieron asistencia a 23,303 víctimas de violencia familiar tanto mujeres como adolescentes, siendo el

51% a causa de malos tratos de diversas formas (violencia física, psicológica). Dichas cifras aumentaron en un 71% durante la epidemia respecto a los casos registrados en el año 2019. De manera similar, Colombia tienen registrado 5 937 incidentes de violencia contra la mujer; en donde el 79% está enfocado en violencia por parte de amigos cercanos y el 15% de familiares (Orozco, 2020).

El Perú no está ajeno a esta problemática, existen varios estudios que demuestran la fuerte demanda de violencia familiar, en el último siglo, la misma que se ha visto reflejada con mayor énfasis desde el encierro en el hogar por la aparición del Covid-19. Esto justifica la necesidad de hacer hincapié en este estudio con herramientas que ayuden a la eliminación de la violencia entre hombres y mujeres y mitigar los efectos que esta ha producido en las víctimas. Es cierto que el sistema legal, tiene la buena voluntad de erradicar la violencia y cuenta con especialistas e instituciones para hacer frente a ese hallazgo; sin embargo, son limitados los esfuerzos, debido a la alta demanda poblacional en el aspecto de violencia familiar, causando en las víctimas problemas de dependencia emocional, entre otros efectos, como por ejemplo la casi nula atención en hospitales, organizaciones de apoyo y albergues (Medina y Regalado, 2021).

En consecuencia, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) evidencia los casos de violencia antes y durante el confinamiento, siendo 51 casos relacionados con problemas económicos, 2,693 casos de violencia sexual, 7,277 de violencia psicológica y 8,418 de violencia física. Asimismo, durante el confinamiento se evidenciaron más de 18,439 casos de violación. En esta línea, el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2020), informó que las familias denunciadas, se encontraban en un estado emocional grave, cargando consigo las mayores desventajas en esta situación. No hay obstáculo, mucho depende de que cada víctima termine con el ciclo de violencia. Puesto que, la dependencia emocional constituye una minusvalía personal, generadora de reflexiones negativas en su interior que les imposibilita independizarse de una relación nociva y difícil, arriesgando su propia vida.

De manera similar se ha evidenciado en la región Cajamarca, en los últimos años, problemas de violencia en adolescentes, siendo un tema de vital importancia porque parte desde lo general a lo particular, siendo muy discutido y estudiado, pero

que las autoridades no han logrado disminuir durante los últimos años. Además, según algunos estudios, esta problemática social se está normalizando en nuestra región. Desde esta perspectiva, la presente investigación se lleva a cabo con un enfoque cuantitativo, es de tipo aplicada y sigue un diseño preexperimental, en la cual se utilizó una muestra de 112 adolescentes de una institución educativa secundaria pública de la provincia de San Miguel, región Cajamarca, a quienes se les encontró las características sociodemográficas y elementos que aumentan la probabilidad de permanecer en el círculo de violencia, con alto porcentaje, asociado a la violencia física y psicológica; y se predice que la dependencia emocional sería un factor de riesgo para la violencia familiar, y por consiguiente una problemática de salud colectiva (Beraún y Poma, 2020). Es así como la agresión contra adolescentes es un tema de suma importancia en el mundo actual y, además, poco estudiado (Pradas y Perles, 2012). Por ello, se decidió investigar esta variable y aplicar herramientas para reducir la dependencia psicológica

De acuerdo con lo expuesto se presenta la pregunta general: ¿Cómo el Programa reduce la Dependencia Emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023?; seguidamente se expone las preguntas específicas, en donde 1) ¿Cómo se distribuye las medias del pretest y posttest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023? 2) ¿Cómo el programa reduce con las dimensiones de la dependencia emocional los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023?

El estudio se justifica desde la perspectiva teórica, puesto que es necesario contextualizar cómo el programa reduce la Dependencia Emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023. Para este efecto se trata información que aporte al conocimiento adquirido y sustentado, para su entendimiento. Desde la justificación metodológica, se considera la diligencia y validación de instrumentos de investigación y recopilación de información como encuestas para identificar la repercusión (causa – efecto) del programa en la dependencia emocional de los adolescentes víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca. Por último, desde la justificación

práctica, se plantean una serie de actividades de carácter pedagógico y psicológico fáciles de aplicar, para revertir tal situación, ya que el presente problema tiene un costo muy elevado para nuestro estado peruano y nuestra sociedad. Por último, en lo social, se debe complementar con charlas de orientación psicológica, con el apoyo de especialistas en el tema, ya que se trata de hacer sinergia entre profesionales diversos para encontrar alternativas viables, factibles y convenientes a este problema. Por lo que referimos, el presente estudio tiene como propósito elevar la calidad educativa de nuestro país.

En esta línea, se expone el objetivo general: Determinar el efecto de aplicación del programa para reducir la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023. Seguidamente se expone los objetivos específicos: 1) Identificar las medias del pretest y posttest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023. 2) Determinar el efecto de aplicación del programa para reducir las dimensiones de la dependencia emocional en los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023.

Como hipótesis general se tiene: El programa reduce de manera significativa la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023. Seguidamente se expone la hipótesis específica: 1) El programa reduce de manera significativa las dimensiones de la dependencia emocional en los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023.

Moral y Pietro (2022) analizaron la violencia en el noviazgo online entre jóvenes, que está cada vez más normalizada y asociada a relaciones desadaptativas. Se encontró una conexión entre la dependencia emocional y el control ejercido sobre la pareja en las relaciones románticas de los jóvenes en las redes sociales. Participaron 627 estudiantes universitarios españoles de 18 a 26 años, los cuales fueron evaluados en cuanto a dependencia emocional, vulnerabilidad a adicción a las redes sociales e Internet, y ciberacoso y victimización. Como resultados, hubo una relación positiva significativa a nivel estadístico entre el apego emocional, el control en línea y la victimización por

ciberacoso. Los hombres tienen más control sobre sus parejas en línea, mientras que las mujeres jóvenes emocionalmente dependientes dependen más de las nuevas tecnologías. Se concluyó que existe asociación entre dependencia emocional y ciberbullying en parejas jóvenes, destacando la necesidad de fomentar sugerencias para la prevención y la intervención psicosocial.

Momeñe, et al. (2022) en su estudio evaluaron la asociación entre la dependencia emocional y ansiedad social, el miedo a la evaluación negativa y perfeccionismo disfuncional, y la influencia del perfeccionismo parental y el abuso físico experimentado por algunas parejas. El papel del mediador en las relaciones. Participaron del estudio 258 individuos, siendo el 77 % mujeres mayores de edad. Los hallazgos indican que el apego emocional se relaciona de manera positiva con la violencia conyugal, la ansiedad social, el miedo a la evaluación negativa y el perfeccionismo disfuncional. A su vez, la exposición a la violencia de pareja se asoció positivamente con el perfeccionismo disfuncional. La dependencia emocional explicó el 17 % de la variación en los efectos de la paternidad perfeccionista y se asoció con altas expectativas de una figura paterna aparentemente crítica y con el mantenimiento de una relación físicamente abusiva. En general, estos factores deben explorarse e incorporarse en intervenciones psicológicas diseñadas para tratar problemas como la dependencia emocional y la persistencia de relaciones abusivas.

Urbiola et al. (2020) examinaron las diferencias entre muestras españolas y colombianas en términos de apego emocional y planes de difusión temprana de las parejas. Métodos El estudio se realizó entre 1,975 estudiantes de secundaria y universidad entre españoles y colombianos. Los patrones cognitivos, las actitudes afectivas y las características de la pareja ideal se evaluaron utilizando cuestionarios de autoinforme. El estudio encontró que los alumnos españoles obtuvieron puntuaciones más altas en la necesidad de exclusividad, mientras que los estudiantes colombianos alcanzaron puntajes más altos en la necesidad de aprobación. No se encontraron diferencias en la postura general entre las dos muestras. De manera similar, los patrones cognitivos más asociados con el apego emocional son la dominancia, el apego y la grandiosidad. Por último, las cualidades de pareja más apreciadas en ambos grupos fueron el respeto, el humor y la inteligencia. Por ende, se demostró la relación entre actitudes afectivas y patrones

cognitivos, además de identificar variaciones culturales en los aspectos evaluados. Estos hallazgos podrían influir en las estrategias de intervención y prevención dirigidas a grupos juveniles.

Además, el estudio se centró en cómo se sienten las personas ante la violencia de género y cómo afecta a su autoestima. Esta revisión demuestra que los estilos de crianza ejercen un rol fundamental en el desarrollo de actitudes, así como en la inadaptación, la estructura social, la personalidad y los estilos interpersonales. o incluso exposición a sustancias ilegales. En general, las realidades, acontecimientos y problemas personales son síntomas que pueden tratarse y prevenirse si se detectan a tiempo. Luchar contra el estigma y la desinformación, respetar los límites y la autoconciencia son las partes más importantes que considerar e implementar. El amor propio, el coraje, la psicoterapia, el descanso y la relajación inciden positivamente en el número de enfermedades existentes.

Por su parte, Donoso et al. (2021) en su investigación explica diversos fenómenos de dependencia psicológica intergeneracional, concepto que se ha desarrollado hasta ahora para describir familias donde las mujeres vivieron o presenciaron violencia mientras crecían. Creen que no pueden vivir sin los demás porque serán víctimas de la violencia de amigos cercanos en la infancia. La investigación fue descriptiva y descriptiva, teniendo como técnicas de recolección de datos encuestas, análisis frecuentes y análisis. La muestra estuvo compuesta por 50 mujeres de la sierra del Ecuador (Quito y Riobamba). Está claro que la tasa de violencia de pareja depende de dos factores: la estructura social de estas ciudades y las costumbres familiares que mantienen los vínculos afectivos entre generaciones. En resumen, los participantes de ambas ciudades provenían de familias con historias de abuso que abarcaban generaciones. Ambos factores incrementan la posibilidad de que las mujeres se vuelvan dependientes de sus parejas y sufran violencia, lo que las hace aún más vulnerables. Este estudio merece ser replicado en otros lugares, con más ejemplos y análisis.

También, Lezcano y Salazar (2020) demostró en su estudio que entre las mujeres que sufren violencia, hay una conexión importante entre tres condiciones psicológicas: dependencia emocional, depresión y ansiedad. Se emplearon técnicas como adaptaciones y análisis estructural de ecuaciones (bivariado)

utilizando variables obtenidas del Inventario de Dependencia Emocional-IDE, el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI). Como resultado obtuvo una escala confiable, mostrando una presión positiva entre los parámetros: dependencia psicológica, depresión y ansiedad, con una presión de 0,58 ( $p=0,000<0,05$ ) y  $p\_valor$  ( $0,000< 0,05$ ), entre dependencia emocional y ansiedad.

Además, el estudio de Castro (2022) encontró una relación entre la violencia doméstica y dependencia emocional entre estudiantes de nivel secundario de instituciones educativas de Trujillo. Seleccionaron 154 estudiantes de quinto grado entre 15 y 16 años. Concluyeron que la violencia doméstica era un modo de violencia física grave (42%) y violencia moderada (49%). En términos de disposición emocional, el 73% de las personas tenía altos niveles de búsqueda de atención, el 54% tenía altos niveles de inhibición importante y el 43% tenía altos niveles de regulación de las emociones. El nivel de control en el apartado miedo a la soledad fue bajo, 68%. Finalmente, se concluyó que la violencia en el hogar está estrechamente vinculada con el grado de dependencia psicológica.

Beraún y Poma (2020) en su estudio demostraron si la dependencia emocional contribuye a la violencia doméstica en mujeres que reciben atención en un centro integral contra la violencia en Huancayo. Los métodos utilizados son el análisis y revisión cuantitativos, analíticos y de estudios de casos. La muestra estuvo compuesta por 2 grupos: 83 mujeres que sufrieron violencia doméstica (casos) y 21 mujeres que no denunciaron violencia doméstica (controles). Utilizaron el Cuestionario de Actitud Emocional. Las estimaciones las realizaron utilizando odds ratios (OR). Los resultados mostraron que el 42,2% de los sujetos tenían alrededor de 32,5 años y su estado civil era convivencia, el 44,6% tenía educación primaria y secundaria, el 63,9% eran amas de casa profesionales y el 41,3% había sufrido abuso físico y mental. Los seis ítems dependientes de esta escala miden el grado de dependencia emocional. Como resultados, el OR fue 13,361 y el IC 95% fue 4,359 – 40,950. Concluyeron que las actitudes sociales son un factor para perpetuar la violencia en forma de maltrato físico y emocional y que las mujeres que dependen emocionalmente tienen una probabilidad significativamente mayor, trece veces más alta, de experimentar violencia doméstica en comparación con aquellas que no tienen esa dependencia.

Mejía y Neira (2021) exploraron cómo la dependencia emocional se relaciona con las estrategias de afrontamiento en mujeres que han sufrido violencia de pareja en la comunidad de Huaycán. El estudio adoptó un diseño de investigación no experimental, transversal y centrado en experiencias subjetivas. Como instrumento se empleó el Cuestionario de Dependencia de las Emociones (CDE). La muestra estuvo compuesta por 90 mujeres. El estudio encontró que no hay una conexión entre el apego emocional y las estrategias de afrontamiento. No obstante, se observó una asociación significativa entre la dependencia emocional y ciertos aspectos de ajuste cognitivo: reestructuración cognitiva ( $\rho = 0.307$ ,  $p < 0.05$ ), expresión emocional ( $\rho = 0.270$ ,  $p > 0.05$ ) y expresión alucinatoria ( $\rho = 0.343$ ,  $p < 0.05$ ). Se concluyó que, las mujeres que son más emocionalmente dependientes tienen menos habilidad para reorganizarse o reconocer problemas y que tienen tendencia a ser más reactivas emocionalmente y enfrentar mayores dificultades para cambiar pensamientos que les causan malestar.

Ponce et al. (2019) examinaron la dependencia emocional y la satisfacción con la vida en estudiantes de psicología, víctimas y no víctimas de violencia de pareja, pertenecientes a universidades públicas y privadas de Lima. Su estudio estuvo comprendido por una muestra de 1,211 estudiantes universitarios con un promedio de 22 años, siendo que el 54% no había experimentado violencia de pareja y el 46% sí. Para evaluar estos aspectos, se utilizaron el Cuestionario de Violencia de Pareja, el Inventario de Dependencia Emocional-IDE y la Escala de Satisfacción con la Vida. Los resultados mostraron que entre las mujeres que experimentaron violencia, hubo una relación negativa significativa entre la dependencia emocional y la satisfacción con la vida en la escala total ( $-0,24$ ,  $p < 0,005$ ), así como en todas las subescalas, con coeficientes que variaron entre  $-0,128$  y  $-0,26$  ( $p < 0,001$ ). En contraste, entre las mujeres que no habían experimentado violencia de pareja, la correlación entre estas variables fue menor ( $-0,11$ ,  $p < 0,005$ ) observándose solo en tres de las siete dimensiones de la satisfacción con la vida, con coeficientes que fluctuaron entre  $-0,11$  y  $-0,16$  ( $p < 0,005$ ).

En apoyo de las variables estudiadas, según la definición de dependencia emocional, se propone una base teórica de su origen en la infancia, en cuyo contexto los menores no reciben el amor y atención de los padres y hermanos como personas más importantes. Significa mucho para un niño en esta etapa de

desarrollo que una persona emocionalmente dependiente tenga una pareja adolescente que siempre está tratando de estar ahí para alguien, demostrando que su baja autoestima está provocando un desequilibrio. Relaciones interpersonales Debido a que tratan de tratar con personas que tienen personalidades arrogantes, egocéntricas y dominantes, las personas emocionalmente dependientes a veces desempeñan el papel de débiles y tratan de complacer a los demás a toda costa para mantener las relaciones y evitar el rechazo.

Según Urbiola et al. (2017), la dependencia emocional es un patrón en cual una persona busca satisfacer sus necesidades emocionales insatisfechas de manera inapropiada a través de otras personas, lo que puede conducir al desarrollo de síntomas psicológicos disfuncionales. Este estudio se propuso examinar las actitudes emocionales de jóvenes con y sin pareja, explorar las diferencias de género en estas actitudes, y evaluar cómo se relacionan las actitudes emocionales con la autoestima, la ansiedad y los síntomas depresivos. La muestra estuvo compuesta por 535 participantes de entre 18 a 31 años del centro universitario. Como resultado, se encontró que el apego emocional se relacionaba de modo negativo con la autoestima y de manera positiva con los síntomas de ansiedad y depresión. Mientras que los participantes en pareja obtuvieron puntuaciones superiores en necesidades de exclusividad, los participantes sin pareja obtuvieron puntuaciones más altas en evitación; no hubo diferencias entre género y edad. No se encontraron diferencias significativas en las actitudes emocionales generales.

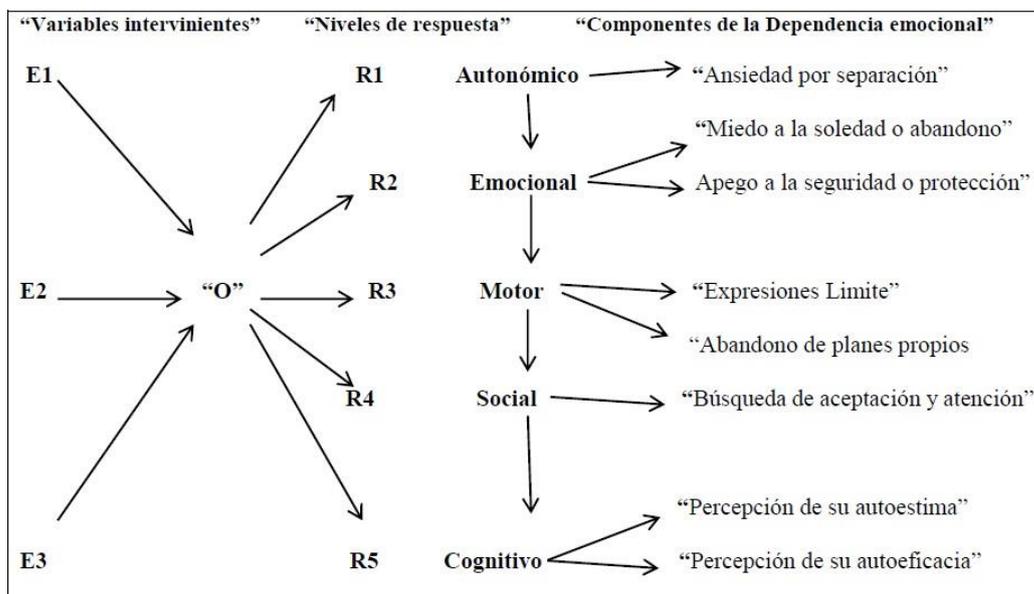
Anicama (2014), en un artículo sobre actitudes afectivas basado en la teoría cognitivo conductual, atribuye variables de actitud afectiva a las reacciones desadaptativas que exhibe un individuo al interactuar con el entorno, explicando así el concepto. Skinner y Anicama definieron previamente "categorías de reacción" para otros trastornos del estado de ánimo. Por tanto, el autor cree que las actitudes emocionales se aprenden jerárquicamente, primero a través de conductas específicas incondicionadas, luego a través del refuerzo, hábitos, y a través del refuerzo, hábitos. Aprendizaje a través de asociaciones estímulo-respuesta, imitación y conducta dependiente de la observación. De manera similar, otros conceptos pueden explicar este fenómeno. Esto demuestra que se trata de un comportamiento relacionado con la pareja, y la persona que presenta este comportamiento se caracteriza por la creencia de que no puede continuar la vida

sin pareja, lo que muchas veces lleva a un aumento de la agresividad y la violencia, convirtiéndose poco a poco en una persona poco saludable (Pradas y Perles 2017).

En definitiva, las actitudes afectivas se refieren a las víctimas de violencia y están relacionadas con diversos aspectos como la emoción, la cognición, el comportamiento y la motivación, unos de los cuales pueden estar asentados en creencias distorsionadas y distorsiones sociales de la víctima y la normalización de la violencia (Castillo et al., 2018). De igual forma, muchos autores, entre los que destacan Villegas y Sánchez (2013), mencionan otros motivos como: pérdida de autoestima, interés social o hechos pasados en la familia de origen. Por ende, las mujeres que experimentan cualquier forma de violencia, abuso parental o abandono tienen más probabilidades de convertirse en víctimas (Medina-Ávila, 2021). Es decir, la dependencia emocional forma parte de una conducta patológica, grave y anormal. Comenzará con la incapacidad de estar sin los demás, más allá de la seguridad y el amparo. Por tanto, Castello (2005) afirma que la DE se define como la necesidad más emocional que siente una persona durante diversas interacciones sociales.

**Figura 1**

*Dependencia emocional y sus respuestas*



Fuente: Tomado de Anicama (2018).

Laca y Mejía (2017) observaron que el apego emocional y el deseo de estar plenamente en el momento se relacionan con los estilos de comunicación, existen

conflictos familiares en un análisis descriptivo comparativo por género y en segundo lugar por actitudes emocionales, conciencia y componentes emocionales. Un análisis relacionado sugiere que el apego emocional y la voluntad de prestar total atención al presente están relacionados con los métodos de comunicación. En el estilo de comunicación de gestión de conflictos, los hallazgos mostraron que los hombres evidenciaban mayor ansiedad por apartamiento y busca de atención, mientras que las mujeres usaban más expresiones límite con sus parejas. El componente de actitud afectiva se relaciona principalmente con estilos de comunicación alocéntricos y egocéntricos. La atención plena se asocia con tres estilos de comunicación contradictorios.

Debemos admitir que este es una dificultad que se está brotando de control en la sociedad actual, debido al cual enfrentamos abuso psicológico, abuso físico, etc. A medida que estas estadísticas alarmantes continúan aumentando, es importante señalar que, aunque las mujeres están sobrerrepresentadas. Hay muchos hombres que están pasando por esta trágica situación y están pasando exactamente por lo mismo. Para ello, investigadores de una institución educativa de la región Cajamarca intentan brindar una alternativa a las labores de prevención, especialmente durante la adolescencia, período de explosión hormonal y excitación por la atracción e interés por el sexo opuesto. En esta fase, empiezan a considerar la posibilidad de enamorarse y tener una pareja, lo que puede generarles alegría, curiosidad y desconfianza, situaciones que a menudo enfrentan sin las herramientas de defensa necesarias para desarrollar mecanismos de protección saludables (Anicama et al., 2013).

Para ello, el autor presenta el programa "Tú Decides", que consta de 18 etapas, creado bajo las enseñanzas de Jorge Castello Blasco, que ofrece una variedad de soluciones para el tratamiento médico integrado de las aportaciones emocionales basadas en 9 áreas. Las dimensiones de la Dependencia Emocional establecidas por Anicama et al. (2013) son las siguientes. 1. Miedo a estar solo o abandonado: Miedo a volverse dependiente de alguien y el miedo a perder una pareja. 2. Ansiedad por separación: es la activación corporal, hipervigilancia y selectividad sobre pequeñas cosas que provocan sensibilidad y reacciones emocionales. Una persona se sentirá desesperada si no tiene amigos a su lado. 3. Exageración: Se trata de un comportamiento extremo que sitúa en riesgo la

existencia de las personas, pero es normal que las personas emocionalmente dependientes expresen sentimientos y amor hacia sus seres queridos. 4. Búsqueda de reconocimiento y atención: En el proceso de búsqueda de reconocimiento, la conducta de los individuos emocionalmente dependientes suele verse reforzada. Puede ser todo o parte de él. De cualquier manera, un poco de aceptación e interés ayuda mucho. Fomente comportamientos que aporten comprensión mutua a la relación. 5. Autoestima: Los codependientes tienen baja autoestima, carecen de autoestima y se sienten culpables por no recibir suficiente crédito por apoyar a sus seres queridos. Tiene una visión distorsionada de sí mismo y de los demás. Por tanto, están sujetos a la influencia de fuerzas sociales y prototipos culturales, porque desde pequeños conocen la importancia de la obediencia y la obediencia al sistema educativo familiar. A veces aparecen en lugares difíciles y difíciles. Por eso, los aborígenes creen que golpear es deber tanto de mujeres como de hombres. Además, entre las personas emocionalmente dependientes, su autoestima puede reducirse al interactuar con alguien que suele ser violento y abusivo. 6.

Autoconfianza: se refiere a la incapacidad de las personas emocionalmente dependientes para expresar o demostrar su valía, es decir, dudan de sus propias capacidades y destrezas para hacer bien las cosas. 7. Conexión con la seguridad o protección: Las familias buscan constantemente esta manera de sentirse seguras y protegidas, y para lograrlo las conductas adictivas se vuelven muy intensas.

La seguridad es distinta del concepto de apego de Bowlby, que se refiere a los comportamientos que cada individuo tiene y tiene como objetivo mantener una relación sólida y segura con un cuidador principal. Aplicar regularmente para protección y seguridad, si bien esto puede no ser apropiado para el desarrollo del individuo, puede repetirse dentro de las familias durante su adolescencia y la adultes. Renuncia a sus objetivos de gratificación: cuando una persona emocionalmente dependiente es profunda esto es ¿Qué sucede cuando amas profundamente a otra persona? Mucho... Lo valoró por encima de todo, permitiéndose complacer, satisfacer y conquistar su amor. Deseo personal de alcanzar objetivos familiares. Acostúmbrate y te sentirás mejor (Anicama et al., 2013)

El apego seguro difiere del concepto de apego de Bowlby, que se refiere a un conjunto de conductas que son intrínsecas a cada individuo y están diseñadas para

desarrollarse a través de una relación fuerte y segura con un cuidador principal. Conexiones duraderas que buscan protección y seguridad (Moran y Martínez, 2019), y aunque pueden ser perjudiciales para el desarrollo individual, pueden repetirse en las parejas durante la juventud y la edad adulta, y 8. Abandonar los planes de satisfacción. Esto sucede cuando se es codependiente, la gente sobrevalora a sus parejas. Ponlo por encima de todo y entrégate a agradar, satisfacer y conquistar su amor. Deseo personal de realizar los planes de la pareja. Trabajen juntos y siéntanse bien por ello. (Anicama et al., 2013).

Para mejorar la situación de las víctimas en la familia, se elaboró una definición de violencia doméstica que la definió como un problema de salud y psicológico. Es un acto deliberado e intencional de un organismo dirigido hacia otro organismo, de manera particular o amenazadora, que causa daño, desequilibrio emocional y, a menudo, incluso el fallecimiento de un miembro familiar. Por lo tanto, es un problema creciente que las mujeres estén en riesgo a nivel mundial (Molina y Moreno, 2015). A partir de ahora la gente aprende de diferentes maneras, en las familias, en los jóvenes, en la política, en las familias, en las universidades, en los sindicatos. Como afirma Orozco (2020), dado que muchas mujeres se ven a sí mismas como víctimas, todas las investigaciones se realizan para determinar la causa raíz. ¿Qué es este fenómeno y qué se puede hacer para prevenirlo y eliminarlo? Resolver la violencia entre hombres y mujeres es un tema muy importante, por lo que se deben realizar investigaciones en los niveles de violencia doméstica y violencia física y mental (Seijo et al., 2021). Según el autor antes mencionado, las medidas tomadas son: la violencia física y la violencia emocional.

Por un lado, se considera violencia física, cualquier agresión intencional utilizando una parte del cuerpo o un arma inmoviliza al atacante y le causa daño corporal y/o malestar permanente o temporal (Molina y Moreno, 2015). Además, es un acto aleatorio que provoca ira que socava las capacidades físicas de una persona; por ejemplo: golpear, quemar, amenazar, reducir su capacidad de vivir libremente a través de decisiones sobre su cuerpo. Lo anterior provoca lesiones, desplazamientos, hematomas, enfermedades crónicas, cambios en el comportamiento humano, soledad, depresión, decaimiento, depresión, tristeza y más (Kárpava y Martínez, 2018). El abuso físico es un ataque al cuerpo de la madre que provoca lesiones internas o externas, a veces ambas. Por lo que sufren fuertes

golpes, tirones de pelo, cortes, cortes y otros objetos cortantes, etc. (Nava et al., 2017). Es así como, las consecuencias de esta violencia se traducen en mala salud, que interfiere en la toma de decisiones y provoca miedo, dificultad, pensamientos suicidas, miedo e impaciencia, que interfieren en el funcionamiento diario (Aiquipa, 2015).

Por otro lado, el abuso emocional, se resume en las siguientes conductas y acciones: humillación, enojo, desafío, provocación, humillación, provocación, amenaza y control (Molina y Moreno, 2015). Este tipo de abuso es muy común entre los jóvenes y puede tener consecuencias a largo plazo, como baja autoestima, derivando en ansiedad o depresión. Sin embargo, se cree que afecta la salud de la víctima (Martin y Moral, 2019). De igual forma, es un acto que crea y causa rechazo, dolor o sufrimiento, como resistir, humillar, humillar, infundir miedo, burlarse, ridiculizar, gritar, oprimir, amenazar, rechazar, no besar, abrazar o demostrar cariño, causando problemas como falta de sueño y pérdida de apetito (Kárpava y Martínez, 2018).

Cabe señalar que este tipo de abuso se entiende como una conducta vergonzosa y humillante que incluye acciones que insultan la fidelidad e importancia de la pareja, insultos, gritos, insultos, amenazas, mentiras y juicios. Las consecuencias de esta violencia son el surgimiento de trastornos de ansiedad, depresión y pensamientos desesperados en estudiantes expuestos a la violencia entre pares (Ponce et al., 2019). Estas actividades afectan directa o indirectamente la autoestima, que disminuye a medida que continúa la convivencia. Por tanto, esta comienza en el contexto de la vida, el hogar y el trabajo de la mujer. Por ejemplo, una mujer demasiado abusiva es una mujer con baja autoestima, por lo que cree que no vale nada, una perdedora, una mujer que no puede cuidar a los niños y no puede controlar sus emociones. Las víctimas enfrentan muchos riesgos en su vida actual y futura (Castillo, et al., 2018).

## II. METODOLOGÍA

### Tipo y Diseño de investigación

#### Tipo de investigación

El estudio se desarrolló utilizando un enfoque cuantitativo porque se enfocó en recolectar y analizar datos numéricos verificables empleando técnicas como encuestas, cuestionarios y experimentos para comprender un fenómeno y llegar a resultados estadísticamente significativos. Siguiendo esta lógica, el tipo de investigación fue aplicada porque se enfocó en resolver un problema específico a partir del planteamiento y aplicación de una propuesta de solución (Hernández-Sampieri et al., 2014).

#### Diseño de la investigación

Se empleó un diseño experimental, puesto que se manipuló la variable independiente (Programa “Depende de ti”) para evaluar su efecto en un problema existente, es decir, en la variable dependiente (Dependencia emocional en adolescentes víctimas de violencia familiar). Para ello, se trabajó con un solo grupo al cual se observó en dos momentos: en el pretest (antes de la intervención) y en el post test (después de la aplicación del programa). Por lo tanto, se trata de un diseño preexperimental de preprueba/posprueba con un solo grupo, el cual consiste en iniciar con una medición de referencia inicial y dar seguimiento al grupo para identificar las variaciones en la variable dependiente antes y después del experimento (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Figura 2 . Diseño de la Investigación

Fuente: Elaboración propia

Esquema:



**G:** Grupo experimental (Adolescentes de 12 a 17 años).

**M<sub>1</sub>:** Medición antes del estímulo (pretest).

**X:** Estímulo o intervención (desarrollo del programa para reducir la dependencia emocional)

**M<sub>2</sub>:** Medición después del estímulo (post-test).

↔ : Comparación de mediciones.

### **Variables y operacionalización**

#### **Variable Dependiente (V.D.): Dependencia emocional, en adolescentes víctimas de violencia familiar**

**Definición conceptual:** La dependencia emocional es una condición psicológica en la cual los adolescentes que han sufrido maltrato o abuso en el entorno familiar desarrollan una necesidad excesiva y disfuncional de apego y validación por parte de otros (Patsi y Requema, 2020; Hilario et al., 2020). Además, esta dependencia se manifiesta en un patrón de relaciones interpersonales en las que el sujeto siente una permanente necesidad de aprobación, apoyo emocional y atención, lo cual puede conllevar a actitudes sumisas, ansiedad y miedo al rechazo o a la soledad (Anccana y Sánchez, 2024).

**Definición operacional:** La medida de esta variable se realizó mediante dos cuestionarios estructurados. Primero, se aplicó el Cuestionario de Violencia Familiar (CVIFA) dividido en dos dimensiones: violencia física y violencia psicológica. Luego, para complementar, se utilizó el “Escala de Actitud Afectiva: ACCA” para determinar el grado de dependencia emocional que, según el primer instrumento, evidenciaron algún grado de violencia familiar. Este instrumento estuvo compuesto por una serie de ítems que evaluaron las nueve dimensiones: temor a estar solo o ser abandonado, comportamientos extremos, deseo de ser aceptado y recibir atención, evaluación de su propio valor, necesidad de seguridad o protección, percepción de su capacidad para lograr metas, idealización de la pareja y descuido de sus propios objetivos.

**Escala de medición:** Ordinal.

#### **Variable Independiente (V.I.) Programa “Depende de ti” para reducir la dependencia emocional**

**Definición conceptual:** Programa estructurado y planificado que tiene como propósito disminuir la dependencia emocional, entendida como el requerimiento excesivo y desmedido de apoyo emocional de otras personas, lo cual afecta negativamente el desempeño personal y social del individuo (Patsi y Requema, 2020). Este programa incluye intervenciones, estrategias y actividades didácticas diseñadas para mejorar la autonomía emocional y la autoestima de los

participantes: adolescentes cuya edad oscila entre los 12 y 17 años y que han sufrido o sufren violencia familiar.

**Definición operacional:** El programa consta de 18 sesiones distribuidas en 9 módulos que atienen a las dimensiones de la dependencia emocional. Las sesiones fueron aplicadas de manera semanal y en algunos casos, dos veces por semana, con un tiempo de duración de entre 80 a 100 minutos y empleando diversas estrategias como lecturas comentadas, lluvia de ideas, foros, juego de roles, dinámicas entre otras. La efectividad del programa se midió a partir de los datos obtenidos la preprueba y posprueba; es decir con la aplicación de la ACCA antes y después de la intervención.

## **Población, muestra y muestreo**

### **Población**

La población consistió en un total de 160 adolescentes de entre 12 y 17 años, que cursan del 3<sup>er</sup> a 5<sup>to</sup> grado en un colegio secundario de la provincia de San Miguel, región Cajamarca. Cabe señalar la existencia de diversos problemas en este contexto, principalmente socioeconómicos, que limitan su desarrollo. Por el territorio y estadísticas de los últimos años, la región es considerada una zona vulnerable, con un alto índice de criminalidad. Este hallazgo muestra el alto índice de violencia, maltrato físico y psicológico a nivel familiar, siendo los adolescentes las principales víctimas. Por lo tanto, entre los criterios de inclusión se consideraron: asistencia regular, edad y pertenencia a dicha institución; en consecuencia, quedaron excluidos los adolescentes menores de 12 años y mayores de 18 años.

### **Muestra**

La muestra de fue conformada por 112 adolescentes, seleccionados mediante muestreo probabilístico, el mismo que permitió seleccionar a una porción representativa de la población. Es decir, se determinó un número de  $n = 112$  adolescentes, quienes cursan del 3<sup>er</sup> a 5<sup>to</sup> grado de secundaria de las secciones A, B y C en los turnos mañana y tarde de un centro educativo de San Miguel. Según el género, son 80 mujeres y 32 hombres, en el rango 12 a 17 años. Dichos estudiantes actuaron como unidades o elementos de análisis, es

decir, con ellos se realizó la intervención (aplicación del programa) y las mediciones antes y después de dicha intervención, para obtener los resultados que fueron generalizados a toda la población de estudio.

### Muestreo

Para calcular el tamaño de la muestra se utilizó la técnica de muestro probabilística; lo que significa que todos los integrantes de la población de estudio contaron con igual oportunidad de ser seleccionados para conformar la muestra (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018). Para este proceso, se aplicó una fórmula para muestras aleatorias simples, prediciendo las proporciones para una población conocida en el estudio de investigación planteado.

**Tabla 1**

Fórmula probabilística

|                       |   |                     |
|-----------------------|---|---------------------|
| Población             | N | = 160               |
| Error                 | E | = 0.05              |
| Máxima Probabilidad   | q | = 0.5               |
| Nivel de Confianza    | p | =0.5                |
| Entonces:             | Z | = 1.96 <sup>2</sup> |
| (Distribución Normal) |   |                     |

Fuente: Elaboración propia

La fórmula elegida para determinar la muestra de la presente investigación fue la siguiente:

$$n = \frac{z^2 N p q}{z^2 p q + N E^2}$$

Reemplazamos valores:

$$n = \frac{(1.96)^2 (160) (0.5) (0.5)}{(1.96)^2 (0.5) (0.5) + 160 (0.05)^2}$$

$$n = 112.732$$

### Técnicas e instrumentos de recolección de datos

## **Técnica**

Como técnica, se empleó la encuesta con el propósito de recopilar datos de los individuos que conformaron la muestra de estudio a través de una serie de preguntas. De acuerdo con Medina, et al. (2023), la encuesta consiste en una técnica empleada en el ámbito investigativo para obtener datos sobre comportamientos, opiniones, actitudes, entre otros aspectos, mediante la realización de preguntas a un conjunto de personas, en un momento específico.

## **Instrumentos**

Como instrumentos se utilizó el cuestionario, el cual incluye un conjunto de interrogantes vinculadas con las variables y sus dimensiones que los encuestados responden por escrito (Kumar, 2019). Para el caso de esta investigación se emplearon dos cuestionarios estandarizados: el “Cuestionario de Violencia Familiar CVIF” y la “Escala de Dependencia Emocional: ACCA”.

## **Descripción de los instrumentos**

Por un lado, el instrumento “Escala de Actitud Afectiva: ACCA” fue desarrollada por José Anicama Gómez. Es un cuestionario estandarizado que consta de un tiempo de aplicación de 20 minutos. Está compuesto por 42 ítems, divididos en 9 dimensiones, los cuales tienen como propósito evaluar el nivel de dependencia emocional de un individuo (Anicama, 2018). Cabe indicar que dicho instrumento cuenta con un valor alto tanto de validez como de confiabilidad, lo que garantiza resultados confiables. Para fines de esta investigación, se aplicó a los adolescentes de entre 12 a 17 años, quienes estaban matriculados en el periodo académico en curso. Además, se aplicó en dos momentos: al inicio del estudio (pretest) para determinar qué estudiantes, que habían sufrido violencia familiar, presentaban dependencia emocional y al final del estudio (post test) para medir la efectividad del programa aplicado para reducir la dependencia emocional en los participantes.

Por su parte, el Cuestionario de Violencia Familiar (CVIFA) diseñado por Livia Altamirano y Reyli Castro, es un cuestionario que cuenta con un alto grado de validez y confiabilidad, es de aplicación directa y tiene como finalidad detectar el nivel de violencia familiar en sus dimensiones física y psicológica; además, el

tiempo de aplicación promedia entre 20 a 30 minutos (Altamirano y Castro, 2012). Está compuesto por 46 ítems que los sujetos de investigación tuvieron que leer y responder de acuerdo con la siguiente escala de medición: nunca (0), a veces (1), casi siempre (2) y siempre (3). Posteriormente, según el puntaje obtenido se determinó si el sujeto presentaba un grado de violencia familiar bajo, medio o alto. Este instrumento solo se empleó en la fase del pretest a los adolescentes de 12 a 17 años que conformaron la muestra de estudio.

### **Procedimientos**

Para comenzar la investigación, se inició solicitando permiso al director de una I.E. de la provincia de San Miguel mediante una carta de presentación emitida por la universidad. Una vez obtenida la autorización por escrito, se procedió a solicitar el asentimiento y consentimiento informado de los estudiantes y sus padres o apoderados, después de haberles informado los objetivos y procesos del estudio.

Posteriormente, se coordinó con el director y los docentes para que asignaran el tiempo y espacio necesarios para efectuar la aplicación de los instrumentos (cuestionarios) y la implementación del programa. De este modo, en primer lugar, se aplicó el pretest en la muestra seleccionada. Luego, se implementó el Programa para reducir la Dependencia Emocional en adolescentes, tanto en el grupo cuyos resultados del pretest evidenciaron ser víctimas de violencia familiar como en aquellos que no manifestaron dicho problema. Después de haber desarrollado todas las sesiones del programa, se procedió a aplicar el post test. Finalmente, se procesaron, analizaron e interpretaron los datos obtenidos tanto en el pretest como en post test, para arribar a los resultados y conclusiones.

### **Método de análisis de datos**

Los datos recogidos a través de los instrumentos de investigación fueron codificados y analizados mediante tablas estadísticas empleando los softwares estadísticos Excel y SPSS-26. Dichos programas posibilitaron el análisis y obtención de resultados para responder a los objetivos e hipótesis planteadas. En los métodos estadísticos de inferencia se utilizó la prueba estadística de Wilcoxon.

## **Aspectos éticos**

Durante la realización de este estudio se consideraron principios éticos universales e institucionales, para asegurar la calidad del trabajo.

En primer lugar, se tuvo en cuenta la autonomía al brindar a los colaboradores la libertad para decidir de forma voluntaria su participación en el estudio. Asimismo, los padres o tutores, en representación de sus menores hijos, firmaron el consentimiento informado. En segundo lugar, se realizó el trabajo basado en el principio de justicia, ya que siempre se informó a los colaboradores sobre el proceso y objetivo de la investigación, actuando con respeto, rectitud, honestidad y objetividad.

En tercer lugar, se implementó el principio de beneficencia al proporcionar a los participantes información clara y fidedigna, garantizando su bienestar tanto a nivel físico, como social y mental. Además, se actuó en pro del bienestar de las personas, ya que con la aplicación del Programa para reducir la Dependencia Emocional en adolescentes que han sufrido violencia familiar se les ayudó a superar dichas afecciones psicológicas para tener un mejor desarrollo y desempeño en los diversos ámbitos de su vida. Finalmente, se tuvo presente el principio de no maleficencia al garantizar que el estudio se efectúe sin poner en riesgo a la dignidad de los participantes.

De igual manera, se tuvieron en cuenta ciertos criterios éticos que rigen todo proceso investigativo, como es el rigor científico que cuida la validez y confiabilidad de la metodología, técnicas e instrumentos, para así garantizar la obtención y difusión de resultados objetivos. De igual manera, se protegió la identidad de cada uno de los colaboradores mediante el tratamiento confidencial de los datos obtenidos, asegurando que los resultados sean compartidos únicamente de manera consolidada tanto con la Institución Educativa como con la comunidad científica.

### III. RESULTADOS

A continuación, se presentan los principales resultados, de acuerdo con los objetivos e hipótesis planteadas. Para ello, se analizan los datos mediante tablas estadísticas y posteriormente se discuten en contraste con los antecedentes y teorías que fundamentan el estudio.

**Tabla 2**

Distribución de medias del pretest y postest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023

| Variable/Dimensiones de Dependencia emocional                           | Grupo   | n   | Media  |
|---|---------|-----|--------|
| Variable: Dependencia Emocional   | Pretest | 112 | 167,61 |
|   | Postest | 112 | 57,39  |
| D1: Miedo a la sociedad o abandono                                      | Pretest | 112 | 167,67 |
|   | Postest | 112 | 57,33  |
| D2: Ansiedad por la separación  | Pretest | 112 | 167,63 |
|   | Postest | 112 | 57,37  |
| D3: Expresiones límites   | Pretest | 112 | 167,30 |
|   | Postest | 112 | 57,70  |
| D4: Búsqueda de aceptación y atención                                   | Pretest | 112 | 161,60 |
|   | Postest | 112 | 63,40  |
| D5: Percepción de su autoestima   | Pretest | 112 | 167,56 |
|   | Postest | 112 | 57,44  |
| D6: Percepción de su autoeficacia                                       | Pretest | 112 | 167,86 |
|   | Postest | 112 | 57,14  |
| D7: Apego a la seguridad o protección                                   | Pretest | 112 | 167,19 |
|   | Postest | 112 | 57,81  |
| D8: Abandono de planes propios para satisfacer los planes de los demás. | Pretest | 112 | 167,15 |
|   | Postest | 112 | 57,85  |

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 2 se puede observar que las medias de los postest son menores que las medias de los pretest confirmando la reducción de la media en la dependencia emocional y las dimensiones de la dependencia emocional.

## Prueba de hipótesis

### Hipótesis general

Ho: La aplicación del programa no reduce significativamente la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.

Ha: La aplicación del programa reduce significativamente la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.

### Tabla 3

Comparación del postest y pretest de la dependencia emocional de los adolescentes

|                            | Dependencia emocional.postest<br>- Dependencia<br>emocional.pretest |
|----------------------------|---|
| Z                          | -4,199 <sup>b</sup>   |
| Sig. asintótica(bilateral) | ,000  |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

Fuente. Elaboración propia

En la tabla 3 demuestra que la aplicación del programa reduce significativamente la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023 por que el Sig. Bilateral = 0.000 < 0.05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna de la investigación.

### Hipótesis específicas

Ho: La aplicación del programa no reduce significativamente las dimensiones de dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.

Ha: La aplicación del programa reduce significativamente las dimensiones de dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.

**Tabla 4**

Comparación del postest y pretest de las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes

| Estadísticos de prueba <sup>a</sup>                          |                     |
|--|---------------------|
| D1: miedo a la soledad y/o abandono. postest – pretest       |                     |
| Z  | -4,203 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D2: ansiedad por la separación. postest – pretest            |                     |
| Z  | -4,125 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D3: expresiones límites. postest – pretest                   |                     |
| Z  | -4,099 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D4: búsqueda de aceptación y atención. postest – pretest     |                     |
| Z  | -4,266 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D5: percepción de su autoestima. postest – pretest           |                     |
| Z  | -4,086 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D6: percepción de su autoeficacia. postest – pretest         |                     |
| Z  | -4,133 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D7: apego a la seguridad o protección. postest – pretest     |                     |
| Z  | -4,110 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |
| D8: abandono de planes propios para satisfacer los planes de |                     |
| Z  | -4,115 <sup>b</sup> |
| Sig. asintótica(bilateral)                                   | ,000                |

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 4 se demuestra que la aplicación del programa reduce significativamente en las dimensiones de la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023 por que el Sig. Bilateral = 0.000 < 0.05 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna de la investigación.

#### IV. DISCUSIÓN

En los resultados encontrados con respecto al objetivo general se logró determinar el efecto significativo de la aplicación del programa para reducir la dependencia emocional. El análisis estadístico reveló un  $p\_value$  de 0.000, que es notablemente inferior al nivel de significancia establecido de 0.05. Esta evidencia robusta nos llevó a rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa, confirmando así la efectividad del programa implementado en el contexto de nuestra investigación. Específicamente, este programa demostró reducir de manera significativa la dependencia emocional en jóvenes de 12 a 17 años que fueron víctimas de violencia doméstica en la ciudad de San Miguel, Cajamarca, durante el año 2023. Este resultado es similar a otros estudios que han demostrado la importancia fundamental de las actividades enfocadas en el desarrollo emocional y el fortalecimiento de los vínculos familiares como componentes clave en la intervención con jóvenes expuestos a violencia doméstica que provocan dependencia emocional, como lo indican Villanueva y Ríos (2021) quien en su estudio, indican que existen aún lagunas significativas en nuestro entendimiento de cómo implementar estas intervenciones de manera óptima.

Estos autores enfatizan que una intervención de alta calidad debe incorporar componentes esenciales como la evaluación continua, el seguimiento familiar integral y la terapia individualizada del niño o adolescente. La efectividad demostrada por nuestro programa resalta la importancia de diseñar intervenciones holísticas que aborden múltiples aspectos de la vida del joven. Esto implica no solo el trabajo directo con el adolescente, sino también la participación activa de la familia y la consideración del contexto social más amplio. El hogar, como señalan Beraún y Poma (2020), se erige como un espacio fundamental donde pueden ocurrir y consolidarse cambios psicológicos, emocionales y conductuales positivos, reforzando la necesidad de involucrar activamente a las familias en el proceso de intervención.

Respecto a los resultados obtenidos para el objetivo específico 1, se logró encontrar la media del pretest y posttest de la variable dependencia emocional, siendo estas 167.61 y 57.39 respectivamente. Esta marcada disminución en la puntuación media sugiere una reducción significativa en los niveles de dependencia emocional tras la intervención. Asimismo, se calcularon las medias de cada una de

las dimensiones de la variable dependencia emocional, lo que permitió un análisis más detallado de los cambios específicos en cada aspecto de esta condición. En esta línea, Mamani y Mamani (2023) obtuvieron resultados similares relativos a la dependencia emocional en su estudio, reforzando la validez de nuestros hallazgos. Sus conclusiones respaldan la efectividad de las intervenciones dirigidas a reducir la dependencia emocional.

De manera análoga, Donoso et al. (2021) señalan en su investigación resultados concordantes, destacando la importancia de abordar esta problemática de manera integral. La consistencia entre estos estudios y nuestros resultados fortalece la base de evidencia sobre la posibilidad de mitigar la dependencia emocional mediante intervenciones adecuadas, subrayando la relevancia de continuar investigando en este campo para desarrollar estrategias de tratamiento más efectivas. Es importante destacar que la reducción observada en la media de dependencia emocional de 167.61 a 57.39 representa una disminución del 65.76%, lo cual es un cambio sustancial. Este porcentaje de mejora sugiere no solo una eficacia estadística, sino también una relevancia clínica significativa.

Además, el análisis de las dimensiones individuales de la dependencia emocional permite identificar áreas específicas donde la intervención tuvo mayor impacto, lo que puede ser crucial para refinar y mejorar futuros programas de tratamiento. La concordancia con los estudios de Mamani y Mamani (2023) y Donoso et al. (2021) no solo valida nuestros hallazgos, sino que también contribuye a la construcción de un cuerpo de conocimiento más robusto en el campo de la psicología clínica y la intervención en dependencia emocional. Esta convergencia de resultados entre diferentes investigaciones sugiere que se está en el camino correcto hacia el desarrollo de intervenciones más eficaces y estandarizadas para abordar este problema psicológico complejo.

Finalmente, con respecto al objetivo específico 2, se tuvo un valor P (0.000) es menor que el valor (0.05) en cada una de las dimensiones de la variable dependencia emocional, indicando que este programa redujo significativamente las dimensiones de la dependencia emocional de adolescentes de 12 a 17 años que fueron víctimas de violencia familiar en 2023 en San Miguel, Cajamarca. Este resultado es similar comparado con Lescano y Salazar (2020), los cuales mostraron correlación positiva entre los siguientes parámetros de la víctima: dependencia psicológica, depresión y ansiedad, con una correlación de 0,58 ( $p= 0,000 < 0,05$ ). =

0,000 < 0,05), entre dependencia emocional y ansiedad. Además de Castro (2022), quien informó en su estudio que el 73% tenía altos niveles de búsqueda de atención, el 54% tenía altos niveles de inhibición destacada y el 43% tenía altos niveles de regulación de las emociones. El nivel de control en el apartado miedo a la soledad fue bajo, 68%. Además, existe una relación significativa entre la violencia doméstica y el nivel de dependencia psicológica.

Por otro lado, Beraún y Poma (2020) demostraron en su estudio que las actitudes sociales son un factor en la persistencia de la violencia en forma de abuso físico y emocional. Esta situación lo debilitó, lo humilló y lo llevó a relaciones abusivas con mujeres de las que dependía en gran medida emocionalmente. Las mujeres emocionalmente dominadas tienen 13 veces más eventos de sufrir violencia doméstica que las mujeres no emocionalmente dependientes. En la definición de dependencia emocional se propone una base teórica sobre su origen en la infancia en el contexto de la falta de amor y atención de los menores. Los padres y hermanos son las personas más importantes. Como resultado, intentan tratar con personas arrogantes, egocéntricas y dominantes, por lo que los adultos emocionalmente dependientes a veces desempeñan un papel débil e intentan complacer a los demás a cualquier precio para mantener las relaciones y evitar el rechazo.

## V. CONCLUSIONES

### Primera (Objetivo general)

Se logró determinar el efecto de la aplicación del Programa para reducir la Dependencia Emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023, obteniendo un Z de -4.147 y un 0.000 ( $p < 0.05$ ).

### Segunda (Objetivo específico 1)

Se logró identificar la media del pretest y postest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023, obteniéndose la media del pretest y postest de la variable dependencia emocional, siendo estas 167.61 y 57.39 respectivamente; así como también se identificaron las medias de las dimensiones de la dependencia emocional como se puede ver en la Tabla 2.

### Tercera (Objetivo específico 2)

Se logró determinar el efecto de la aplicación del Programa para reducir las dimensiones de la Dependencia Emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023. Encontró un valor P (0.000) es menor que el valor (0.05) en cada una de las dimensiones de la variable dependencia emocional.

## **VI. RECOMENDACIONES**

### Primera

Para el director de la institución educativa, se recomienda implementar el programa de reducción de dependencia emocional de manera integral en su plan anual escolar. Esto debe hacerse para crear un ambiente de apoyo continuo y prevención. Además, puede lograrlo designando horas específicas para el programa, capacitando al personal y asegurando la disponibilidad de recursos necesarios para su ejecución efectiva.

### Segunda

Para los profesores de la institución educativa, se sugiere que se capaciten en la detección temprana de signos de dependencia emocional y violencia familiar. Esto es fundamental para identificar y apoyar a los estudiantes en riesgo. Pueden implementar esta recomendación participando en talleres especializados y aplicando lo aprendido en sus interacciones diarias con los estudiantes, creando un espacio seguro para el diálogo y la intervención oportuna.

### Tercera

Para los futuros investigadores del tema, se aconseja explorar los efectos a largo plazo del programa de reducción de dependencia emocional mediante estudios longitudinales. Esto es importante para evaluar la eficacia sostenida del programa y su impacto en la vida adulta de los participantes. Pueden llevar a cabo esta recomendación diseñando estudios de seguimiento que abarquen varios años, utilizando métodos mixtos de investigación para capturar datos cuantitativos y cualitativos sobre el desarrollo emocional y social de los participantes.

## REFERENCIAS

- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 133-145.
- Altamirano, L. y Castro, R. (2013). *Cuestionario de Violencia Familiar (VIFA)*. [Diapositivas PowerPoint]. <https://slideplayer.es/slide/18014001/>
- Ancana Acuña, M., & Sánchez Apaza, M. (2024). Dependencia emocional y violencia de pareja en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública de Santiago De Surco. [Tesis de licenciatura, Universidad Marcelino Champagnat]. <https://repositorio.umch.edu.pe/handle/20.500.14231/3708>
- Anicama, J. (2014). Evaluación de la dependencia emocional: La Escala ACCA. Memorias del VI Congreso Internacional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú.
- Anicama, J. (2018). La evaluación de la dependencia emocional: La escala ACCA en estudiantes universitarios. *Acta psicológica peruana*, 1(1), 83-106. <http://201.234.119.250/index.php/ACPP/article/view/47>
- Anicama, J., Caballero, G., Aguirre, M., & Cirilo, I. (2013). Construcción y propiedades psicométricas de una escala de dependencia emocional en universitarios de Lima. Informe Final de Investigación FAPS. *Universidad Nacional Federico Villarreal*.
- Beraún, H. R., & Poma, E. P. (2020). La dependencia emocional como factor de riesgo en la violencia familiar, un problema de salud pública. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 2(4), e226-e226. <https://doi.org/10.37711/rpcs.2020.2.4.226>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y Tratamiento*. Alianza Editorial.
- Castillo Saavedra, E. F., Bernardo Trujillo, J. V., & Medina Reyes, M. A. (2018). Violencia de género y autoestima de mujeres del centro poblado Huanja-

- Huaraz, 2017. *Horizonte Médico (Lima)*, 18(2), 47-52.  
<http://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2018.v18n2.08>
- Castro Chirinos, P. (2022). *Violencia familiar y dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego].  
<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/9322>
- Donoso, V., Garzón, M., Costales, A., & Arguello, E. (2021). Dependencia emocional transgeneracional: Mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la Sierra del Ecuador. *Revista de ciencias sociales (Ve)*, XXVII((3), 299-316.  
<https://doi.org/10.31876/rcs>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL Interamericana Editores.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación (Sexta)*. McGRAW-HILL.
- Hilario Ramos, G.E; Izquierdo Muñoz, J.V; Ríos Cataño, C. (2020). Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas. Una aproximación descriptiva a la revisión de literatura. *Desafíos*, 11(2), 165-170.  
<https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.211>
- Kárpava, A., & Martínez, N. (2018). Violencia intra/extra-familiar en personas mayores. *Publicaciones*, 48(2), 47-71.  
<http://doi.org/10.30827/publicaciones.v48i2.8333>
- Kumar, R. (2019). *Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners*, (5.<sup>a</sup> ed.). SAGE Publications Ltd.
- Laca Arocena, F., & Mejía Ceballos, J.C. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22 (1), 66-75. <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>

- Lescano López, G., & Salazar Roldan, V. (2020). Dependencia emocional, depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia. *Delectus*, 3 (3), 1–13. <https://doi.org/10.36996/delectus.v3i3.81>
- Mamani-Chanine, A. V., & Mamani-Benito, O. (2023). Autorregulación emocional y deseabilidad social como predictores de la dependencia emocional en mujeres denunciantes de violencia familiar. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2023.02.007>
- Medina, M., Rojas, R., & Bustamante, W. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú.
- Medina-Ávila, V., & Mecalco-López, R. (2021). Symbolic violence and gender inequality in radio advertising in Mexico. *Mediterranean Journal of Communication*, 12(2), 97-113. <https://doi.org/10.14198/MEDCOM.18843>
- Medina-Gamero, A., & Regalado-Chamorro, M. (2021). Pandemic, confinement and gender violence: A dangerous trinomial. *Atencion Primaria*, 53(10), 102151-102151. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102151>
- Mejía Vásquez, R. M., & Neira García, M. (2021). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia por su pareja en la comunidad de Huaycán. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1010>
- Molina Rico, J. E., & Moreno Méndez, J. H. (2015). Percepción de la experiencia de violencia doméstica en mujeres víctimas de maltrato de pareja. *Universitas Psychologica*, 14(3), 997-1008. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-3.pevd>
- Momeñe, J., Estévez, A., Etxaburu, N., Pérez-García, A. M., & Maguregi, A. (2022). Emotional Dependence on the aggressor partner and its relationship to social anxiety, fear of negative evaluation and dysfunctional perfectionism. *Psicología conductual*, 30(1), 51-68. <https://doi.org/10.51668/bp.8322103n>
- Moral, M. V. y Pietro, P. (2022). Emotional Dependence and Partner Cyber Abuse Through Social Networks in Spanish University Students. *Revista*

*Iberoamericana de Psicología y Salud*, 13(1), 15-27.  
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2022.01.051>

Nava-Navarro, V., Onofre-Rodríguez, D., & Báez-Hernández, F. (2017). Autoestima, violencia de pareja y conducta sexual en mujeres indígenas. *Enfermería universitaria*, 14(3), 162-169. <https://doi.org/10.1016/j.reu.2017.05.002>

Organización de las Naciones Unidas. (2020). *Victims of domestic violence trapped during the pandemic*.

Organización Mundial de la Salud. (8 de marzo de 2021). *Violencia contra la mujer*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

Orozco, K. J.(2020). Women victims of domestic violence in northern Colombia. *Journal of Social Sciences*, XXVII(2), 56-68. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i2.32422>

Patsi Humérez, L. V., & Requena Gonzales, S. (2020). Relación entre los esquemas desadaptativos con la dependencia emocional en mujeres en situación de violencia de pareja. *Revista de Investigación Psicológica*, (23), 9-34.

Ponce-Díaz, C. R., Aiquipa Tello, J. J., & Arboccó de los Heros, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Propósitos y representaciones*, 7(SPE), e351-351. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351>

Pradas, E., & Perles, F. (2017). Resolution of relationship conflicts in adolescents, sexism and emotional dependence. *International journal of psychology*, 14(1), 45-60. <https://raco.cat/index.php/Quade>

Quizhpi, K. A., & Vintimilla, M. J. (2023). Dependencia emocional en víctimas de violencia de género y su repercusión en la autoestima. *RECIAMUC*, 7(1), 931-941. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.\(1\).enero.2023.931-941](https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(1).enero.2023.931-941)

Seijo, C. A., Arrieta, N. S., Figueroa, N. A., y Herazo, C. A. (2021). Violencia de género fundamentado en el derecho procesal venezolano. *Revista*

Venezolana de Gerencia, 26(E-6), 106-123.  
<https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e6.7>

Sierra, J. C., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista malestar e subjetividade*, 3(1), 10-59.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>

Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017) Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y estrés*, 23(1), 6-11.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>

Urbiola, I., Estévez, A., Jauregui, P., Perez-Hoyos, M., Arredondo, N. H. L., & Momeñe, J. (2019). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos: estudio comparativo entre España y Colombia en relaciones de noviazgo. *Ansiedad y estrés*, 25(2), 97-104.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.10.001>

Villanueva, C. y Ríos, A. (2021). Intervenciones para mejorar la salud psicológica y los procesos cognitivos, emocionales y comportamentales en niños y adolescentes víctimas de conflicto armado: Una revisión sistemática. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26 (2), 155-170.  
<https://doi.org/10.5944/rppc.26747>

Villegas, M. J., & Sánchez, N. (2013). Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciando de maltrato de pareja. *Textos & Sentidos*, (7).  
<https://revistas.ucp.edu.co/index.php/textosysentidos/article/view/510/515>

### Anexo 1. Tabla de operacionalización de variables

| Variable Dependiente  | Dimensiones           | Subdimensiones   | Ítems | Instrumento                              | Escala Valorativa  | Rangos   |
|---|-----------------------|--|-------|--|--|--|
| <b>Dependencia Emocional en adolescentes víctimas de violencia familiar</b> | Violencia familiar    | Violencia física   | 1-22  | Cuestionario de Violencia Familiar CVIFA | <b>Escala ordinal:</b><br>Nunca (0)<br>A veces (1)<br>Casi siempre 2)<br>Siempre (3) | Violencia baja (0-20)<br>Violencia media (21-40)<br>Violencia alta (41-60)                               |
|   |                       | Violencia psicológica  | 23-46 |  |  |  |
|   | Dependencia emocional | Miedo a la sociedad o abandono                                     | 1-4   | Escala de Dependencia Emocional: ACCA    | Sí (1)<br><br>No (0)   | Muy estable (1-3)<br>Estable emocional (4-8)<br>Tendencia a dependencia (9-19)<br>Dependiente (20 a más) |
|   |                       | Ansiedad por la separación   | 11-13 |  |  |  |
|   |                       | Expresiones límites  | 6-10  |  |  |  |
|   |                       | Búsqueda de aceptación y atención                                  | 15-17 |  |  |  |
|   |                       | Percepción de su autoestima  | 18-21 |  |  |  |
|   |                       | Percepción de su autoeficacia                                      | 27-31 |  |  |  |
|   |                       | Apego a la seguridad o protección                                  | 23-26 |  |  |  |
|   |                       | Abandono de planes propios para satisfacer los planes de los demás | 36-41 |  |  |  |

| Variable Independiente  | Módulos según dimensiones  | N° de Sesión | Nombre de la actividad/sesión | Métodos   | Materiales  |
|---|--|--------------|-------------------------------|---|---|
| Programa “ <b>Depende de ti</b> ” para reducir la dependencia emocional | I: Miedo a la soledad o abandono   | Sesión 1:    | Dependencia emocional.        | 1. Lectura comentada<br>2. FODA: fortalezas, Oportunidades, debilidades, Amenazas.<br>3. Lluvia de ideas<br>4. Foro<br>5. El role playing | Encuesta<br>Papelotes<br>Proyector<br>video<br>Lápices<br>Hoja impresa con encuesta<br>Hojas impresas con casos |
|   |  | Sesión 2:    | Cabeza la piloto soy yo.      |   |   |
|   | II: Expresiones limite   | Sesión 3:    | Autorespeto                   |   |   |
|   |  | Sesión 4:    | Autocontrol                   |   |   |
|   | III: Ansiedad por la separación  | Sesión 5:    | Línea de vida                 |   |   |
|   |  | Sesión 6:    | Controlando mi ansiedad       |   |   |
|   | IV: Búsqueda de aceptación y atención                                      | Sesión 7:    | Mi autoestima                 |   |   |
|   |  | Sesión 8:    | Mi autoconcepto               |   |   |
|   | V: Percepción de su autoestima   | Sesión 9:    | Los pilares de la autoestima  |   |   |
|   |  | Sesión 10:   | Mejorando mi autoestima       |   |   |
|   | VI: Apego a la seguridad o protección                                      | Sesión 11:   | El desapego                   |   |   |
|   |  | Sesión 12:   | Relaciones saludables         |   |   |
|   | VII: Percepción de su autoeficacia   | Sesión 13:   | Entrenamiento asertivo        |   |   |
|   |  | Sesión 14:   | Mi libertad                   |   |   |
|   | VIII: Idealización de la pareja  | Sesión 15:   | Ideas irracionales            |   |   |
|   |  | Sesión 16:   | Amor saludable                |   |   |
|   | IX: Abandono de los planes propios para satisfacer los planes de los demás | Sesión 17:   | Fomento mi autonomía          |   |   |
|   |  | Sesión 18:   | Mi proyecto de vida           |   |   |

## Anexo 2. Matriz de consistencia

| Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel, Cajamarca 2023  |  |   |   |
|---|--|---|---|
| PROBLEMAS   | OBJETIVOS  | HIPÓTESIS   | VARIABLES - DIMENSIONES   |
| <p><b>Problema General:</b><br/>¿Cómo el Programa reduce la Dependencia Emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023?</p> <p><b>Problemas específicos:</b><br/>1) ¿Cómo se distribuye las medias del pretest y postest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023?<br/>2) ¿Cómo el programa reduce con las dimensiones de la dependencia emocional los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023?</p> | <p><b>Objetivo general:</b><br/>Determinar el efecto de aplicación del programa para reducir la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b><br/>1) Identificar las medias del pretest y postest de la variable dependencia emocional y las dimensiones de dependencia emocional de los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023.<br/>2) Determinar el efecto de aplicación del programa para reducir las dimensiones de la dependencia emocional en los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023.</p> | <p><b>Hipótesis general:</b><br/>El programa reduce de manera significativa la dependencia emocional en adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia familiar en San Miguel, Cajamarca 2023.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b><br/>1) El programa reduce de manera significativa las dimensiones de la dependencia emocional en los adolescentes de 12 a 17 años víctimas de violencia física en San Miguel, Cajamarca 2023.</p> | <p><b>Variable Dependiente:</b><br/>Dependencia Emocional en adolescentes víctimas de violencia familiar</p> <p><b>Variable Independiente:</b><br/>Programa “Depende de ti”</p> |
| Tipo y diseño de investigación  | Población, muestra y muestreo  | Técnicas e instrumentos   | Procesamiento de datos:   |
| <p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo<br/><b>Tipo:</b> Aplicada<br/><b>Diseño:</b> Experimental</p>   | <p><b>Población:</b> Adolescentes de 12 a 17 años de una Institución Educativa de San Miguel, Cajamarca, 2023 <b>p = 160</b><br/><b>Muestra:</b> Está conformada por <b>n = 112</b><br/><b>Muestreo:</b> Probabilístico.</p>   | <p><b>Técnica:</b> Encuesta<br/><b>Instrumentos:</b> 2 cuestionarios<br/>Cuestionario de Violencia Familiar (CVIFA)<br/>Escala de Dependencia Emocional (ACCA)</p>  | <p>Estadística inferencial</p>  |

### Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos.

#### Cuestionario de violencia familiar

Estimado/a estudiante:

En este cuestionario se formula un conjunto de afirmaciones, te pedimos contestes con total honestidad a cada una de ellas, también precisar que no existe respuesta buena, ni tampoco mala. Muchas gracias por tu apoyo.

| Nro | Ítems  | Nunca | A veces | Casi siempre | Siempre |
|-----|--|-------|---------|--------------|---------|
| 1   | Si te portas mal tus padres te dan de bofetadas.   |       |         |              |         |
| 2   | Si desobedeces tus padres te dan de bofetadas.   |       |         |              |         |
| 3   | Cuando incumples tus tareas tus padres te golpean con una correa o látigo.                             |       |         |              |         |
| 4   | Cuando incumples tus tareas tus hermanos te golpean con las manos y pies.                              |       |         |              |         |
| 5   | Cuando incumples tus tareas tus hermanos te golpean con una correa o látigo.                           |       |         |              |         |
| 6   | Si te portas mal tus padres te dan correazos.  |       |         |              |         |
| 7   | Si desobedeces a tus padres te dan correazos.  |       |         |              |         |
| 8   | Cuando incumples tus tareas tus padres te dejan moretones.   |       |         |              |         |
| 9   | Cuando incumples tus tareas tus hermanos te dejan moretones.   |       |         |              |         |
| 10  | Cuando tus padres te castigan, los moretones en su mayoría son en las piernas.                         |       |         |              |         |
| 11  | Cuando tus padres te castigan, los moretones en su mayoría son en los brazos                           |       |         |              |         |
| 12  | Cuando tus padres te castigan, los moretones en su mayoría son en el pecho                             |       |         |              |         |
| 13  | Cuando tus padres te castigan, los moretones en su mayoría son en la espalda                           |       |         |              |         |
| 14  | Los golpes te han ocasionado chichones   |       |         |              |         |
| 15  | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo tuvo como consecuencia heridas en los brazos. |       |         |              |         |

|    |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|
| 16 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo tuvo como consecuencia heridas en las piernas |  |  |  |  |
| 17 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo tuvo como consecuencia heridas en el pecho    |  |  |  |  |
| 18 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo tuvo como consecuencia heridas en la espalda  |  |  |  |  |
| 19 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo ocasionó quemaduras en las piernas            |  |  |  |  |
| 20 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo ocasionó quemaduras en el pecho               |  |  |  |  |
| 21 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo ocasionó quemaduras en la espalda             |  |  |  |  |
| 22 | Alguna vez por incumplir las órdenes o tareas el castigo ocasionó quemaduras en la cabeza              |  |  |  |  |
| 23 | Tu padre utiliza palabras soeces o groserías para dirigirse a ti                                       |  |  |  |  |
| 24 | Tu padre te ha ridiculizado o burlado delante de tus amigos o familiares                               |  |  |  |  |
| 25 | Tu madre te ha ridiculizado o burlado delante de tus amigos o familiares                               |  |  |  |  |
| 26 | Tu madre te ha humillado en público  |  |  |  |  |
| 27 | Tu padre te ha dicho que no sirves para nada   |  |  |  |  |
| 28 | Tu madre te ha dicho que no sirves para nada   |  |  |  |  |
| 29 | Ante una inquietud, tu padre dice ¿eres tonto o qué?   |  |  |  |  |
| 30 | Ante una inquietud, tu madre dice ¿eres tonto o qué?   |  |  |  |  |
| 31 | Tu madre critica tu vida   |  |  |  |  |
| 32 | Cuando quieres dialogar con tu padre te dice que te retires  |  |  |  |  |
| 33 | Cuando no puedes hacer algo y pides ayuda a tu padre, le dice que puedes hacerlo tú mismo              |  |  |  |  |

|    |   |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|
| 34 | Cuando no puedes hacer algo y pides ayuda a tu madre, te dice que puedes hacerlo tú mismo |  |  |  |  |
| 35 | Tus padres te amenazan cuando no cumples tus tareas.                                      |  |  |  |  |
| 36 | En tu familia los hijos no pueden opinar o sugerir  |  |  |  |  |
| 37 | En tu familia no existe confianza para hablar con tu padre                                |  |  |  |  |
| 38 | No vas a fiestas por evitar los gritos de tu padre  |  |  |  |  |
| 39 | No vas a fiestas por evitar los gritos de tu madre  |  |  |  |  |
| 40 | Es común que tu madre grite cuando requiera algo de ti                                    |  |  |  |  |
| 41 | Sientes que estas atrapado en casa por las responsabilidades que te asignan tus padres    |  |  |  |  |
| 42 | Sientes que no puedes participar en las actividades sociales como lo hacen tus amigos     |  |  |  |  |
| 43 | Sientes que no eres un buen hijo/a, así dice tu papá                                      |  |  |  |  |
| 44 | Sientes que no eres un buen hijo/a, así dice tu mamá                                      |  |  |  |  |
| 45 | Has perdido contacto con tus amigos(as) para evitar que tu padre se moleste               |  |  |  |  |
| 46 | Has perdido contacto con tus amigos(as) para evitar que tu madre se moleste               |  |  |  |  |

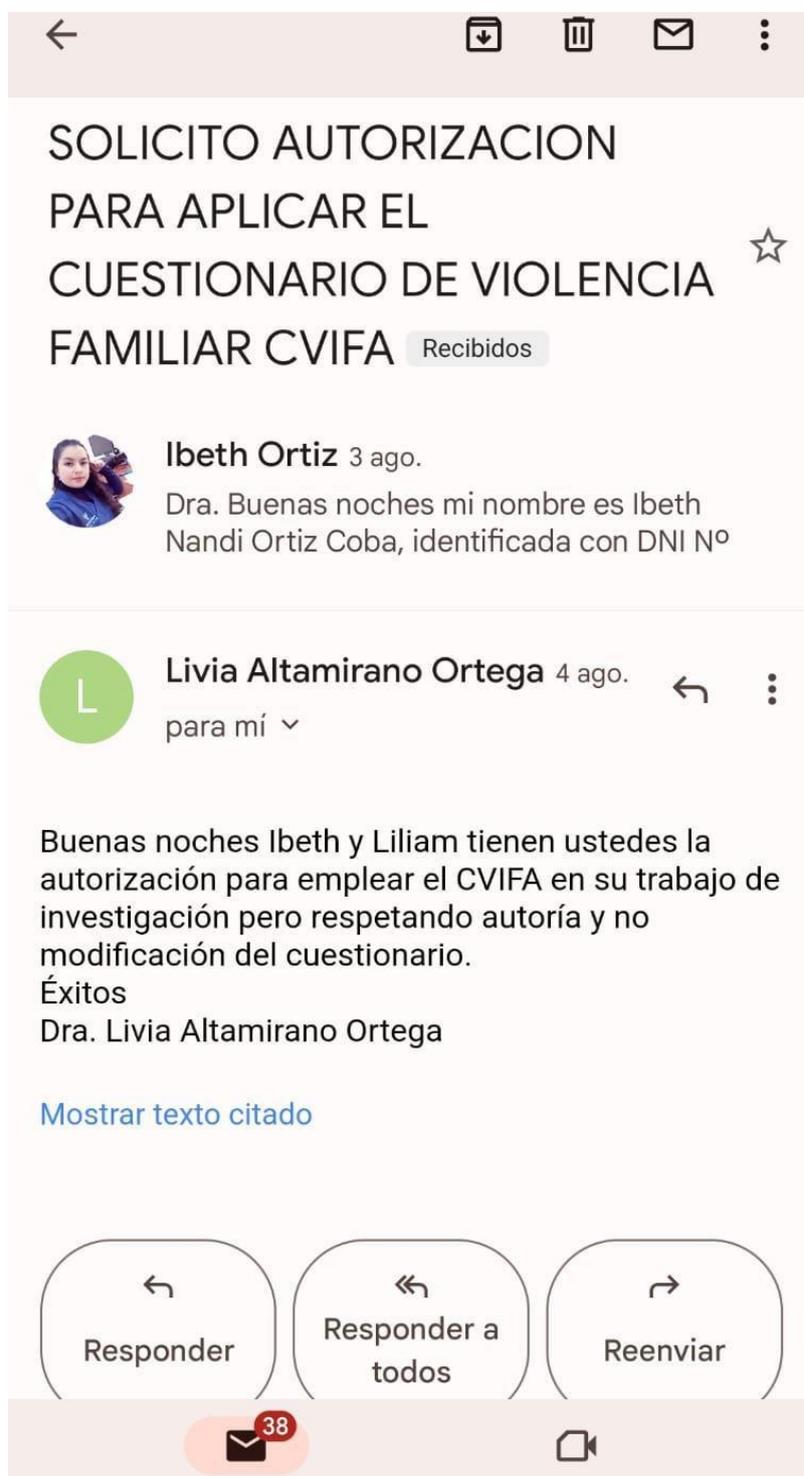
## ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

### Instrucciones:

La presente escala contiene una lista de afirmaciones relacionadas con la forma de pensar, sentir y hacer las cosas de la vida diaria, en diferentes situaciones. Lea cada frase con cuidado y señale con una "X" si está de acuerdo o no con la afirmación escrita. No hay respuestas correctas o erróneas, todas sus respuestas son válidas.

| Nº | ITEMS   | Si | No |
|----|---|----|----|
| 1  | Mi miedo se incrementa con la sola idea de perder a mi pareja   |    |    |
| 2  | Experimento un vacío intenso cuando estoy sin mi pareja.  |    |    |
| 3  | Necesito tener siempre a mi pareja conmigo  |    |    |
| 4  | Mi mayor temor es que mi pareja me abandone   |    |    |
| 5  | Estoy completamente libre de prejuicios de cualquier tipo   |    |    |
| 6  | Sin darme cuenta he arriesgado mi vida para mantener a mi lado  |    |    |
| 7  | Mi necesidad de tener a mi pareja conmigo me hizo realizar acciones contra mi vida  |    |    |
| 8  | Creo en la frase "la vida sin ti no tiene sentido"  |    |    |
| 9  | Pienso que al amor por mi pareja no tiene límites incluso el dar la vida  |    |    |
| 10 | Por evitar que mi pareja me abandone le he causado daño físico como también a otras personas                              |    |    |
| 11 | Cuando tengo que ausentarme por unos días de las actividades bajo mi responsabilidad me siento angustiado                 |    |    |
| 12 | Me preocupa la idea de no tener apoyo de nadie  |    |    |
| 13 | Me preocupa que dejen de quererme y se alejen de mí.  |    |    |
| 14 | Respondo inmediatamente los correos electrónicos que recibo.  |    |    |
| 15 | Hago todo lo posible para que los demás me presten atención.  |    |    |
| 16 | Necesito ser considerado siempre en los grupos sociales para sentirme bien  |    |    |
| 17 | Soy feliz cuando soy aceptado por los demás   |    |    |
| 18 | Si no consigo mis objetivos propuestos me deprimó con facilidad   |    |    |
| 19 | Me gusta mi carrera y permaneceré laborando en una área de la misma   |    |    |
| 20 | Tengo muchas razones para pensar que a veces no sirvo para nada   |    |    |
| 21 | Me inclino a pensar que tengo motivos más que suficientes para sentirme orgulloso(a) de mí mismo(a)                       |    |    |
| 22 | Nunca he dicho mentiras en mi vida.   |    |    |
| 23 | En general creo que, mis padres han dado lo mejor de sí mismos cuando era pequeño(a)                                      |    |    |
| 24 | Siento que no me gusta depender de los otros, sino ser autónomo.  |    |    |
| 25 | Considero que me gusta sentirme seguro y tomo las medidas que el caso requiere.   |    |    |
| 26 | Me siento ansioso cuando me comprometo emocionalmente con otra persona  |    |    |
| 27 | Me es fácil persistir en lo que me he propuesto para alcanzar mis metas propuestas.                                       |    |    |
| 28 | Me percibo competente y eficaz.   |    |    |
| 29 | Puedo ser capaz de manejar eventos inesperados.   |    |    |
| 30 | Cuando enfrento un problema siempre dispongo de alternativas para resolverlo.   |    |    |
| 31 | Me considero capaz de atraer y gustar a otra persona.   |    |    |
| 32 | Todos mis hábitos o costumbres son buenos y correctos.  |    |    |
| 33 | Quiero tanto a mi pareja, considerándola insustituible.   |    |    |
| 34 | Hago siempre lo que dice mi pareja porque asumo que es correcto.  |    |    |
| 35 | Siempre me gusta hacer lo que mi pareja demanda o pide, para complacerla.   |    |    |
| 36 | Cuando estoy ocupado(a) y mi pareja propone hacer otros planes dejo lo que estoy haciendo para unirme a los de ella (él). |    |    |
| 37 | Priorizo en primer lugar las necesidades de mi pareja antes que las mías.   |    |    |
| 38 | He renunciado a mi trabajo/estudios porque mi pareja así lo demanda para estar más tiempo cerca de ella (el).             |    |    |
| 39 | Me satisface ayudar y terminar las tareas de estudios/trabajo de mi pareja antes que las mías.                            |    |    |
| 40 | Sustituyo el tiempo que dedico a mis amigos por mi pareja.  |    |    |
| 41 | Utilizo gran parte de mi tiempo en hacer las actividades de mi pareja antes que las mías.                                 |    |    |
| 42 | Solo algunas veces he llegado tarde a una cita o a mi trabajo.  |    |    |

#### Anexo 4. Autorizaciones de aplicación de los instrumentos.





SOLICITO AUTORIZACION  
PARA PODER APLICAR LA  
ESCALA DE DEPENDENCIA  
EMOCIONAL ACCA



Recibidos



**Ibeth Ortiz** 3 ago.

Dr. Buenas noches mi nombre es Ibeth Nandi Ortiz Coba, identificada con DNI N°



**Jose Anicama** 4 ago.

para mí ▾



Buenas tardes Ibeth:

Es grato saludarte y por la presente AUTORIZO OFICIALMENTE EL USO DE LA ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL ACCA. Asimismo, les deseo muchos éxitos en el desarrollo de su trabajo y de ser posible puedan enviarme una copia de sus resultados para publicarlo en ACTA Psicológica Peruana.

Agradeciendo la atención a la presente,

Atentamente,

Dr. Jose Anicama Gómez  
Profesor Principal de

Psicología



## Anexo 5. Consentimiento informado.

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

San Miguel 02 de octubre del 2023

Asunto: Solicitud de Autorización para la Recolección y Uso de Datos en el Marco de una Investigación

Estimad. Lic. Alberto Vásquez Estela.  
J.DIRECTOR  
I.E.P. SAN ANDRES DE LLAPA – S.M.

Es un placer saludarle. Mi nombre es Ibeth Nandi Ortiz coba y el de mi compañera es Liliam Ramos Viacava, somos estudiantes del Programa de Titulación en Psicología de la Universidad Cesar Vallejo, ubicada en la ciudad de Trujillo. Nos ponemos en contacto con usted en calidad de estudiante investigador para solicitar formalmente su autorización para llevar a cabo una investigación en el marco de mi proceso de titulación.

El propósito de esta investigación es identificar adolescentes víctimas de violencia intrafamiliar y reducir la dependencia emocional en adolescentes víctimas de violencia. Y consideramos que su Institución Educativa San Andrés de Llapa, sería un recurso invaluable para la obtención de datos y perspectivas relevantes para este estudio.

En este sentido, nuestra solicitud incluye:

1. **Recolección y/o Uso de Datos:** Solicitamos permiso para recopilar datos relacionados con la cantidad de adolescentes víctimas de violencia familiar los cuales serán tratados de manera confidencial y utilizados únicamente para desarrollar los objetivos de la investigación.
2. **Consulta de Documentos:** Deseamos consultar documentos pertinentes, como fichas únicas de matrícula que puedan contribuir a nuestro análisis.
3. **Entrevistas a Funcionarios:** Solicitamos la posibilidad de realizar entrevistas con funcionarios de su organización que tengan conocimiento sobre posibles víctimas de violencia familiar.
4. **Toma de Fotos y/o Videos:** Si es relevante para la investigación, solicitamos la autorización para tomar fotografías y/o videos de las instalaciones o procesos específicos relacionados con nuestro estudio.

Es importante destacar que esta investigación se realizará con estricto respeto a los protocolos éticos y legales aplicables. Todos los datos serán tratados de manera anónima y confidencial, y no se divulgará ninguna información que pueda identificar a individuos o a su organización sin su consentimiento expreso.

Además, estamos dispuestos a proporcionar toda la información que requiera sobre los objetivos, metodología y beneficios de nuestra investigación. Asimismo, nos comprometemos a seguir cualquier protocolo o procedimiento que su organización considere necesario.

Agradecemos de antemano su atención y colaboración en este proceso. Su contribución será fundamental para el éxito de nuestra investigación. Por favor, no dude en ponerse en contacto conmigo a través del correo electrónico [ibeth2894@gmail.com](mailto:ibeth2894@gmail.com), si necesita información adicional o para coordinar una reunión para discutir esta solicitud en detalle.

Esperamos contar con su valiosa autorización y colaboración en este proyecto de investigación. Quedamos a su disposición para cualquier consulta o aclaración que requiera.

Nota: Se adjunta los instrumentos de investigación y el cronograma de recolección de datos.

Atentamente,



**IBETH NANDI ORTIZ COBA**  
DNI 73266100

CÓDIGO DE ESTUDIANTE 700313079

CORREO ELECTRONICO : [ibeth2894@gmail.com](mailto:ibeth2894@gmail.com)

Teléfono celular: 945112092



## Anexo 6. Administración del Programa “Depende de Ti”.

### PROGRAMA “DEPENDE DE TI” PARA REDUCIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

#### Fase 1: Sensibilización

Presentamos una entrevista realizada al D. Jorge Castelló Blasco, Psicólogo y Psicoterapeuta, autor del libro «Dependencia emocional, quien participó en la mesa «Dependencias afectivas o emocionales» que tuvo lugar dentro del marco del Encuentro Profesional sobre Dependencias Sentimentales, que se celebra en Madrid.

- *¿Cómo se definen las dependencias afectivas o emocionales?*

La dependencia emocional, es una necesidad emocional extrema que una persona siente por otra en diversas relaciones. Las características de estos individuos incluyen una tendencia a estar demasiado apegados a sus parejas, ceder ante sus parejas, idealizarlas, muy baja autoestima, intolerancia a la soledad y relaciones muy desequilibradas.

- *¿Cuándo puede diagnosticarse o afirmarse que existe una dependencia emocional?*

La adicción emocional debe ser diagnosticada por un profesional en base a las características que explicaré brevemente. En mi libro Adicción Emocional: Características y Tratamiento (Alianza Editorial, 2005) propongo algunos criterios diagnósticos provisionales, que también analizo en el informe.

- *¿Pueden entenderse las dependencias afectivas como cualquier otro trastorno relacionado con dependencias? En otras palabras, ¿podemos considerar que los mecanismos a la base de una dependencia relacionada, por ejemplo, con el alcohol operan de la misma manera en las dependencias afectivas?*

De hecho, los mecanismos de la adicción son similares a que hay una fijación absoluta en el objeto de la adicción (en este caso, la pareja), aparece el síndrome de abstinencia, o la relación se rompe, por catastrófica que sea, etc. En mi opinión, la adicción emocional es un trastorno de la personalidad porque acompaña al sujeto desde la adolescencia o la edad adulta temprana y afecta a toda su persona de forma estable y permanente. De hecho, lo más normal para las personas emocionalmente dependientes es vivir entorno a relaciones, muchas veces en pareja, pero también obsesionarse con relaciones que han terminado, fantasear con nuevas relaciones, etc. Es un trastorno de la personalidad muy relacionado con la baja autoestima y la tendencia a compensarlo con versiones idealizadas de las personas.

- *¿Qué consecuencias tiene para la persona la dependencia emocional?*

Bastante grave, porque las dificultades personales a las que me he expongo van acompañadas de que las relaciones de estas personas suelen ser muy desequilibradas, por lo que en muchos casos hay explotación, dominación e incluso abuso. A partir de esto se activa un círculo vicioso, durante el cual una

persona empeora consigo misma y busca con mayor insistencia el suministro emocional externo.

- *¿Cómo se interviene con este tipo de dificultades?*

El tratamiento debe ser principalmente psicoterapéutico, especialmente cuando se trata de cuestiones de personalidad. Los principales objetivos deben ser aumentar la autoestima, normalizar el estado emocional de una persona (si es necesario, incluso prescribir una ruptura) y encontrar el equilibrio emocional en las relaciones, especialmente entre parejas.

- *¿Cuál es el papel del psicólogo/terapeuta en estos casos?*

Al principio, se trata más de apoyo y contención, especialmente si la persona emocionalmente dependiente está en una relación patológica o, más comúnmente, si se ha producido una ruptura. Se puede introducir gradualmente un trabajo terapéutico dirigido a los objetivos antes mencionados, lo que resulta más adecuado utilizando técnicas integrales, en lugar de utilizar métodos estrictamente centrados en una determinada tendencia psicológica.

- *¿Existen factores que favorezcan y/o protejan frente a la dependencia emocional? ¿Existe tal vez un perfil de persona especialmente vulnerable a la dependencia emocional?*

Sí, suelen ser personas con baja autoestima que han vivido toda una vida de relaciones emocionalmente insatisfactorias (el término es vago y puede incluir abandono, desamor, maltrato, abuso sexual, etc.). Sin embargo, en lugar de elegir "enfrentar el mundo" como lo hacen los individuos más agresivos o antisociales, estos individuos mantienen una conexión emocional y se esfuerzan constantemente por eliminar esta carencia.

- *¿Sería una persona con una dependencia emocional dependiente de manera general en todas sus relaciones, o particularmente lo será sólo con una persona? Dicho de otra manera, ¿es la persona que sufre dependencia emocional dependiente de manera generalizada?*

El principal objeto del apego es siempre el hombre y la mujer, y ellos ocupan el primer lugar. Sin embargo, especialmente después de una ruptura o cuando el adicto está solo, también tienden a depender de amigos, buscando casi siempre relaciones "uno a uno" que indiquen necesidades emocionales profundas.<sup>1</sup>

## **Fase 2: Explicación de la DE y el programa "Depende de ti"**

La dependencia emocional es considerada como "confiar en otra persona", generalmente para una pareja, lo que representa una doble cara, una doble máscara, por un lado, expresando amor y dolor muy leales y absolutos.

Las personas dependientes tienen una gran necesidad de los demás, la capacidad de renunciar a la libertad y alterar la paz y la armonía existentes. Siempre experimentan altibajos. Diferentes estudios muestran características similares en personas que dependen de las emociones. Por ejemplo, Jorge Castello, que ha

---

<sup>1</sup> Mayor información, consultarlo <https://www.infocop.es/las-dependencias-emocionales-jorge-castello/>

investigado mucho sobre este tema, explora estas características: "extrañar a un amigo, querer estar aislado en una relación, poner a un amigo por encima de todo", los sentimientos de un amigo. Las relaciones basadas en la obediencia y la sumisión, que crean historias de parejas límite que temen el fin de la relación, que intentan complacerse mutuamente en cada situación, revelan problemas en las relaciones humanas que tienen una actitud negativa y muchas veces experimentan síntomas de miedo. Esto suele reflejarse en otras emociones, como pedirle a alguien que dé señales de estar enamorado. Si no, lo interpretan como "no me importa" y "no quiero" y preguntan. Mostrarle a alguien signos de amor. Siempre sienten que "esto es lo más importante" y quieren controlar a la otra persona (lo que puede generar un conflicto entre ambos).

Los adictos suelen tener alguien con quien compartir sus frustraciones. Sin embargo, llega un punto en el que se dan cuenta de que están contando demasiadas historias, normalmente después de enterarse se dan cuenta de que la relación no va bien, pero tienden a ignorarlo y volver a intentarlo.

En la mayoría de los casos no hay abuso al 100%, pero a menudo hay abuso psicológico obvio que puede convertirse en abuso físico, lo que reduce la autoestima de una persona y, en última instancia, afecta la autoestima.

La adicción psiquiátrica es un problema creciente hoy en día y como resultado estamos viendo casos de abuso mental, tortura y asesinato de mujeres. A medida que aumentan estas cifras alarmantes, es importante señalar que, aunque las mujeres corren un mayor riesgo, hay muchos hombres que enfrentan esta trágica condición y corren el mismo destino. Por eso, intentamos ofrecerte otro método que permitirá que la prevención, especialmente en la juventud, trabaje en la etapa de explosión hormonal, para despertar el interés de las personas del mismo sexo y verlos con una atracción nunca antes escuchada. Pensar en la posibilidad de tener pareja y enamorarse puede despertar en ellos excitación, curiosidad y miedo, que muchas veces enfrentan sin las protecciones necesarias para una relación sana. Hoy se creó el programa "Tú Piensas", de 18 episodios, creado con las ideas de Jorge Castelo Blasco, quien presentó un enfoque terapéutico completo. El modelo se beneficia del aporte de diversos hábitos mentales, que también. Basado en la Escala de Actitud Emocional de 9 puntos de ACCA.

### Fase 3: Organización de las sesiones del programa “Depende de ti”.

| MÓDULO  | SESIONES                           | METODOLOGÍA   |
|---|------------------------------------|---|
| I: Miedo a la Soledad o Abandono  | SESIÓN 1: Dependencia emocional    | <p>La metodología en cuestión fueron técnicas, métodos y procedimientos en el proceso de ejecución:</p> <p><b>a. Método</b><br/>Se emplearon diferentes métodos, según el módulo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Lectura comentada</li> <li>FODA: Fortalezas, Oportunidades, Debilidades Amenazas.</li> <li>LLUVIA DE IDEAS</li> <li>FORO</li> <li>EL ROLE PLAYING</li> </ol> <p><b>b. Técnica</b><br/>Los materiales que se necesitaron para sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Encuesta</li> <li>- Papelotes</li> <li>- Proyector</li> <li>- video</li> <li>- Lápices</li> <li>- Hoja impresa con encuesta</li> <li>- Hojas impresas con casos.</li> </ul> <p><b>c. Procedimiento</b><br/>Para sesión el tiempo duración está entre 1:20 min a 1:40 min</p> |
| II: Expresiones Limite  | SESIÓN 2: Cabeza la piloto soy yo  |   |
|   | SESIÓN 3: Autorespeto              |   |
| III: Ansiedad por la Separación   | SESIÓN 4: Autocontrol              |   |
|   | SESIÓN 5: Línea De Vida            |   |
| IV: Búsqueda de Aceptación y Atención   | SESIÓN 6: Controlando Mi Ansiedad  |   |
|   | SESIÓN 7: Mi Autoestima            |   |
| Modulo V: Percepción de su Autoestima   | SESIÓN 8: Auto concepto            |   |
|   | SESIÓN 9: Pilares de la autoestima |   |
| Modulo VI: Apego a la seguridad o protección                                      | SESIÓN 10:                         |   |
|   | SESIÓN 11: Desapego                |   |
| Módulo VII: Percepción de su Autoeficacia   | SESIÓN 12: Relaciones saludables   |   |
|   | SESIÓN 13: Entrenamiento asertivo  |   |
| Módulo VIII: Idealización de la pareja.   | SESIÓN 14: Mi libertad             |   |
|   | SESIÓN 15: Ideas irracionales      |   |
| Módulo IX: Abandono de los planes propios para satisfacer los planes de los demás | SESIÓN 16: Amor saludable          |   |
|   | SESIÓN 17: Fomento mi autonomía    |   |
|   | SESIÓN 18: Proyecto de vida        |   |

Fuente: Elaboración propia.

#### Fase 4: Administración del programa.

| ACTIVIDADES | SEM 1 | SEM 2 | SEM 3 | SEM 4 | SEM 5 | SEM 6 | SEM 7 | SEM 8 | SEM 9 | SEM 10 | SEM 11 |
|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| Sesión 1    | X     |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 2    | X     |       |       |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 3    |       | X     |       |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 4    |       | X     |       |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 5    |       |       | X     |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 6    |       |       | X     |       |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 7    |       |       |       | X     |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 8    |       |       |       | X     |       |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 9    |       |       |       |       | X     |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 10   |       |       |       |       | X     |       |       |       |       |        |        |
| Sesión 11   |       |       |       |       |       | X     |       |       |       |        |        |
| Sesión 12   |       |       |       |       |       | X     |       |       |       |        |        |
| Sesión 13   |       |       |       |       |       |       | X     |       |       |        |        |
| Sesión 14   |       |       |       |       |       |       | X     |       |       |        |        |
| Sesión 15   |       |       |       |       |       |       |       | X     |       |        |        |
| Sesión 16   |       |       |       |       |       |       |       |       | X     |        |        |
| Sesión 17   |       |       |       |       |       |       |       |       |       | X      |        |
| Sesión 18   |       |       |       |       |       |       |       |       |       |        | X      |

Fuente: tomado del programa “Depende de ti” por las investigadoras, 2023.

**Anexo 7. Diagnóstico en función a la violencia familiar, subdividido en dos dimensiones física y psicológicas en adolescentes de 12 a 17 años en San Miguel, Cajamarca 2023.**

**Tabla 5**

*Niveles de violencia familiar, física y psicológica*

|       | Violencia Familiar |       | Violencia Física |       | Violencia Psicológica |       |
|-------|--------------------|-------|------------------|-------|-----------------------|-------|
|       | F                  | %     | F                | %     | F                     | %     |
| Bajo  | 28                 | 25.0  | 28               | 25.0  | 28                    | 25.0  |
| Medio | 24                 | 21.4  | 41               | 36.6  | 34                    | 30.4  |
| Alto  | 60                 | 53.6  | 43               | 38.4  | 50                    | 44.6  |
| Total | 112                | 100.0 | 112              | 100.0 | 112                   | 100.0 |

Se evidencia en la Tabla 5, que el 100% de adolescentes son víctimas de violencia familiar, siendo el 53.6 % (60) con violencia familiar alto, el 21.4 % (24) con nivel de violencia medio y solo la cuarta parte, es decir el 25% (28) con un nivel bajo. No obstante, la violencia física se observa a un 38.4% con un nivel alto, el 36.6% medio y el 25% bajo, por otro lado, en cuanto a la dimensión de violencia psicológica, el 44.6% presenta un nivel alto, el 30.4% medio y el 25% bajo.

De acuerdo con estos resultados se procedió a aplicar el ACCA, para identificar si las víctimas de violencia familiar presentan la dependencia emocional en general y/o dimensiones.

**Tabla 6**

*Niveles de dependencia emocional en estudiantes víctimas de violencia familiar*

|                         | Miedo a la sociedad o abandono |      | Ansiedad por la separación |      | Expresiones límites |      | Búsqueda de aceptación y atención |      | Percepción de su autoestima |      | Percepción de su autoeficacia |      | Apego a la seguridad o protección |      | Abandono de planes propios para satisfacer los planes de los demás. |      | Dependencia Emocional (PRE-TEST) |      |
|-------------------------|--------------------------------|------|----------------------------|------|---------------------|------|-----------------------------------|------|-----------------------------|------|-------------------------------|------|-----------------------------------|------|---|------|----------------------------------|------|
|                         | F                              | %    | F                          | %    | F                   | %    | F                                 | %    | F                           | %    | F                             | %    | F                                 | %    | F   | %    | F                                | %    |
| Estable emocionalmente  | 3                              | 3%   | 0                          | 0%   | 3                   | 3%   | 7                                 | 6%   | 3                           | 3%   | 4                             | 4%   | 3                                 | 3%   | 3   | 3%   | 3                                | 3%   |
| Tendencia a Dependencia | 16                             | 14%  | 97                         | 87%  | 31                  | 28%  | 96                                | 86%  | 11                          | 10%  | 12                            | 11%  | 52                                | 46%  | 29  | 26%  | 19                               | 17%  |
| Dependiente             | 93                             | 83%  | 15                         | 13%  | 78                  | 70%  | 9                                 | 8%   | 98                          | 88%  | 96                            | 86%  | 57                                | 51%  | 80  | 71%  | 90                               | 80%  |
| <b>Total</b>            | 112                            | 100% | 112                        | 100% | 112                 | 100% | 112                               | 100% | 112                         | 100% | 112                           | 100% | 112                               | 100% | 112   | 100% | 112                              | 100% |

En la Tabla 6 se evidencia los resultados de la aplicación del ACCA a las víctimas de violencia familiar siendo el 100% (112) de los participantes, lo cual se evidencia en la tabla anterior desde un nivel (alto, medio y bajo), asumiendo que aquellos que indican un nivel tienen algún problema de violencia, motivo por el cual hemos considerado aplicarles el Programa “Depende de ti”. Es así como el resultado muestra que el 100% de los sujetos el 80% (90) están en un nivel dependiente, el 17% (19) presentan tendencia a dependencia y solo el 3% presentan un nivel estable emocionalmente.

## Prueba de Normalidad

**Tabla 7**

*Prueba de Kolmogórov-Smirnov*

|          | Kolmogórov-Smirnov |     |      |
|----------|--------------------|-----|------|
|          | Estadístico        | gl  | Sig. |
| PRE-TEST | ,717               | 112 | ,000 |
| POS-TEST | ,806               | 112 | ,000 |

Fuente: Elaboración propia

Según la tabla 7, Se evidencia el Sig. del pre-test y pos-test en 0.000, dado que ambas son menores a 0.05; en función a este resultado los datos no presentan normalidad, por lo que se asume el estadístico de Prueba de Wilcoxon.

# Reporte de Turnitin

Feedback Studio - Google Chrome  
ev.turnitin.com/app/carta/es/?s=1&o=2426345474&lang=es&ro=103&u=1088032488

feedback studio IBETH NANDI ORTIZ COBA Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel, Cajama... /100 1 de 107

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

**Programa para reducir la dependencia emocional en víctimas de violencia familiar en adolescentes de 12 a 17 años de San Miguel, Cajamarca 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**  
Licenciada en Psicología

**AUTORAS:**  
Ortiz Coba, Ibeth Nandi (arxiv.org/0009-0004-0693-4346)  
Ramos Viacava, Liliam Edith (arxiv.org/0009-0002-3171-0585)

**ASESOR:**  
Mgtr. Quintana Peña, Alberto Loharte (arxiv.org/0000-0003-4305-137X)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**  
Violencia

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**  
Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

TRUJILLO — PERÚ  
2024

**Resumen de coincidencias**

15 %

Se están viendo fuentes estándar

[Ver fuentes en inglés](#)

| #  | Fuente  | Porcentaje |
|----|---|------------|
| 1  | repositorio.ucv.edu.pe<br>Fuente de Internet        | 4 %        |
| 2  | hdl.handle.net<br>Fuente de Internet                | 4 %        |
| 3  | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | 3 %        |
| 4  | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | 1 %        |
| 5  | docs.google.com<br>Fuente de Internet               | 1 %        |
| 6  | repositorio.autonoma.e...<br>Fuente de Internet     | <1 %       |
| 7  | www.researchgate.net<br>Fuente de Internet          | <1 %       |
| 8  | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | <1 %       |
| 9  | repositorio.utelesup.ed...<br>Fuente de Internet    | <1 %       |
| 10 | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | <1 %       |
| 11 | Entregado a Universida...<br>Trabajo del estudiante | <1 %       |

Página: 1 de 32    Número de palabras: 9281    Versión solo texto del informe    Alta resolución    Activado    15:34 9/08/2024