



Facultat de Psicologia, Ciències
de l'Educació i de l'Esport **Blanquerna**

Universitat Ramon Llull

ESTUDIO DE LA RELACIÓN ENTRE LA SATISFACCIÓN VITAL Y LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN PAREJAS JÓVENES

Mar Alberich Casado

Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport Blanquerna

Universitat Ramon Llull

Trabajo de fin de grado-Grado en Psicología

Tutor: Manel Noguera

Año académico 2017-2018

Resumen

El presente estudio investiga la relación entre la Satisfacción Vital y la Dependencia Emocional en parejas jóvenes no casadas. La Satisfacción Vital es un constructo psicológico que refleja el bienestar subjetivo del individuo (Prado, Rojas-Barahona, & Marín, 2009). La Dependencia Emocional está formada por cuatro factores: Evitar estar solo/a, Necesidad de agradar, Necesidad de exclusividad y Relación asimétrica (Urbiola, Estévez & Iraurgi, 2014). Los participantes que han conformado la muestra tienen entre 20 y 30 años, siendo la edad promedio 22,75. En cuanto al género, el 72,2% de la muestra son mujeres, mientras que los hombres suponen el 27,8%. El instrumento utilizado para la medición de la Dependencia Emocional ha sido el cuestionario Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes- DEN de los autores Urbiola, Estévez e Iraurgi (2014). En cuanto a la Satisfacción Vital, ha sido medida mediante una afirmación subjetiva, ordenada en escala Likert. Para el análisis de los datos, se ha utilizado el programa estadístico SPSS, siendo la Correlación de Spearman, T-Student, U-Mann, CHI-Cuadrado y Correlación de Pearson las pruebas estadísticas utilizadas. No se han encontrado resultados significativos en la correlación entre Satisfacción Vital y Dependencia Emocional, aunque sí entre Evitar estar solo/a y Género, y Tiempo con la pareja y Dependencia Emocional. No se ha podido corroborar que menores niveles de Satisfacción Vital conlleven mayor Dependencia Emocional, y ello podría ser debido a que la Dependencia Emocional es una característica intrínseca de la persona.

Palabras clave: Dependencia Emocional; Satisfacción Vital; Parejas jóvenes; Noviazgo.

Abstract

This study carries out a research into the relation between Life Satisfaction and Emotional Dependence in non-married young couples. Life Satisfaction is a psychological construct that shows individual subjective well-being (Prado, Rojas-Barahona, & Marín, 2009). Emotional Dependence is based on four factors: Avoid loneliness, Feel oneself attractive, Need for exclusivity and Asymmetric relationship (Urbiola, Estévez & Iraurgi, 2014). People taking part on the research are aged between 20 and 30, being the average 22,75. About the gender, women represent 72,2%, while men the remaining 27,8%. Emotional Dependence has been measured with *Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes-DEN* questionnaire by Urbiola, Estévez and Iraurgi (2014). Life

Satisfaction has been measured through a subjective affirmation, ordered according to Likert scale. Data have been analysed with SPSS Statistics Program, using Spearman Correlation, T-Student, U-Mann, Chi square and Pearson Correlation statistical tests. No significant correlation has been found between Life Satisfaction and Emotional Dependence. However, significant results have appeared between Avoid loneliness-Gender, and Relationship length-Emotional Dependence. It has not been proved that lower Life Satisfaction levels implies higher Emotional Dependence. It could be due to the fact that Emotional Dependence is an intrinsic characteristic of a person.

Key words: Emotional Dependence; Life Satisfaction; Young couples; Couple relationship.

Introducción

El objeto de estudio de esta investigación es la relación entre la dependencia emocional y la satisfacción vital. Por ello, se define qué es la dependencia emocional, haciendo una revisión de la bibliografía de los últimos veinte años aproximadamente, junto con los distintos factores que la componen. A continuación, siguiendo la misma metodología de revisión bibliográfica, se define el constructo de satisfacción vital y sus componentes. Por último, se presentan las relaciones estudiadas entre ambos constructos con el objetivo de conocer hasta qué punto ha llegado el conocimiento científico en la actualidad, para así encontrar el hueco que esta investigación pretende llenar.

En el año 2002, Alonso-Arbiol, Sháver & Yárnoz, ya afirmaban que, en los últimos 20 años, el interés por el estudio de la dependencia emocional se ha incrementado debido a su importancia en la dinámica de las relaciones interpersonales y en el bienestar personal. La dependencia emocional se concibe como una sobredependencia en una relación interpersonal, afectando a la visión de uno mismo (self) y a la de los otros (Sierra, J. C., J., Schultz, C., Elgin, T. R. & Mendez, C. M.,2004). En esta línea, Castelló (2005) define la dependencia emocional como la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones; más que una adicción a una pareja en concreto, las personas dependientes emocionales tienen tendencia a efectuar este tipo de relaciones, tendencia configurada por una serie de rasgos desadaptativos de la personalidad. Este mismo autor, siendo el experto español que mayor

revisión ha realizado sobre esta tema (Rodríguez, 2013), caracteriza este estilo de relaciones como de sumisión, entendiéndola como un medio para preservar la relación, e idealización de otra persona; el círculo vicioso que se genera en esa relación consiste en que la posición dominante y ególatra del compañero se incrementa, mientras que la autoestima del dependiente emocional decrece, ocasionando como consecuencia un incremento de su necesidad excesiva del otro. Por su parte, Bornstein (2006) afirma que el estudio de la dependencia emocional es muy importante en el ámbito de la pareja porque un alto nivel de dependencia emocional en personas maltratadas por su pareja podría hacer más difícil la ruptura de estas relaciones insanas. Más recientemente, Guzman (2010) define la dependencia emocional como los comportamientos de la persona que afectan directamente a sus relaciones interpersonales, buscando con éstos obtener atención o mantener la cercanía, respondiendo con una mayor probabilidad de perdón ante una transgresión. La excesiva dependencia puede actuar como un factor que incremente la tolerancia hacia el abuso por parte del otro miembro de la pareja (Hendy, Eggen, Gustitus, McCleod & Ng, 2003). Alonso-Arbiol et al. (2002), posteriormente también Amor&Echeburúa (2010), postulan que la dependencia emocional configura un estilo de apego caracterizado por gran ansiedad, junto con fuerte deseo de intimidad con los otros. Castelló (2005) define a los dependientes emocionales como personas con baja autoestima, miedo e intolerancia a la soledad y estado de ánimo negativo y comorbilidades frecuentes; en cambio, sus parejas, las personas a las que consideran interesantes, suelen ser dominantes, ególatras, narcisistas y que se consideran en un plano superior a los demás. En esta línea, Jaller Jaramillo& Lemos Hoyos (2009) ponen de manifiesto que en la década de los 90 ya se afirmó que los comportamientos propios de los dependientes emocionales se orientan a mantener la cercanía interpersonal, como consecuencia de creencias y pensamientos erróneos acerca de la visión de sí mismos, la relación con los otros y el valor que otorga el sujeto a la amistad, la cercanía, la afiliación, la soledad, la separación, la intimidad y la interdependencia; así pues, señalan que estas creencias y pensamientos desadaptativos tienen origen en las experiencias disfuncionales vividas repetidamente durante la infancia y que son estables, duraderos y significativamente disfuncionales, por su carácter resistente al cambio. Existen investigaciones que defienden que personas con baja formación académica y, por lo tanto, menores probabilidades de empleo, son más propensos a establecer relaciones emocionales de dependencia (Muscarì, 2004). Por su parte, González-Ortega, Echeburúa

& De Corral (2008) afirman que la depresión y la dependencia emocional son los factores de mayor riesgo ante situaciones de violencia en la pareja, puesto que estas personas se encuentran indefensas y vulnerables a las agresiones.

A continuación, se exponen los factores que constituyen la dependencia emocional según el estudio de diversos autores. Jaller Jaramillo & Lemos Hoyos (2009), hacen referencia a la investigación de Young (1999) definiendo la dependencia emocional como un patrón configurado por aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales, que lleva a concebir la vida sólo dentro de una relación afectiva, en la cual el otro es considerado como la fuente de satisfacción de necesidades emocionales que no fueron satisfechas durante las primeras experiencias afectivas. En esta línea de estudio, Lemos&Lordoño (2006) afirman que los factores constituyentes de la dependencia emocional son: Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión límite y Búsqueda de atención. Por su parte, Urbiola, Estévez & Iraurgi (2014) señalan cuatro dimensiones de la dependencia emocional: Evitar estar solo/a, Necesidad de exclusividad, Necesidad de agradar y Relación asimétrica. A continuación, se presenta esta información esquemáticamente mediante la siguiente figura.

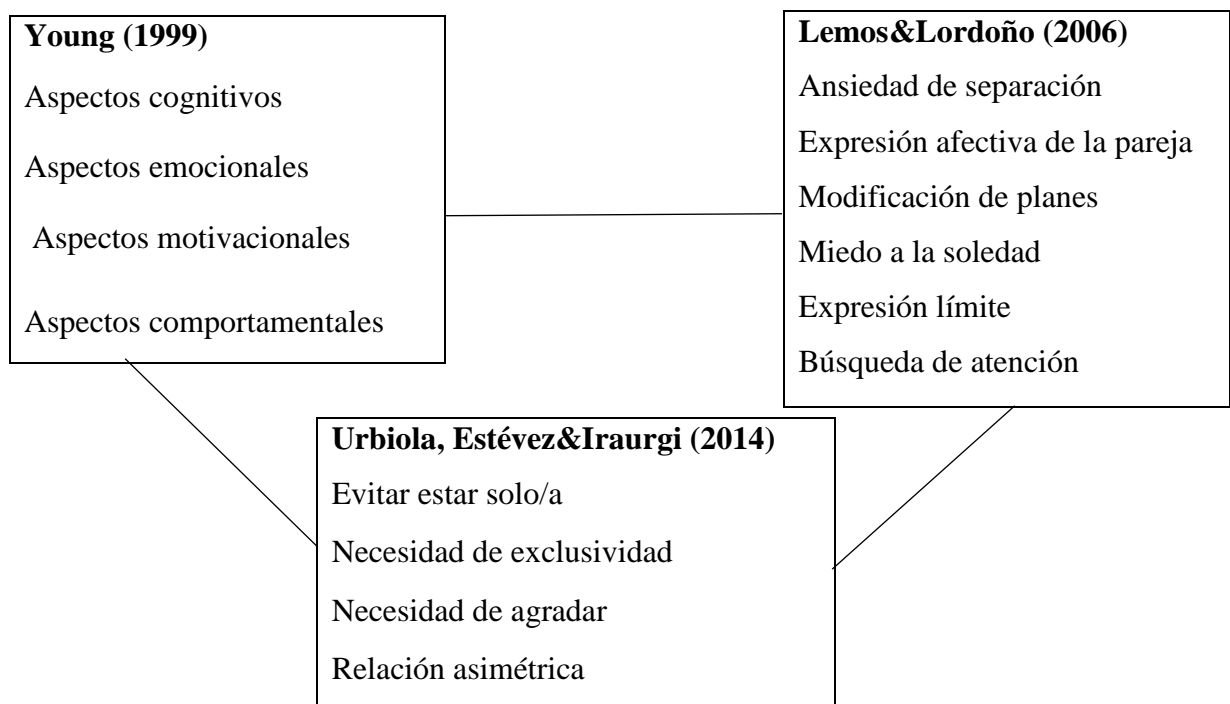


Figura 1. Factores constituyentes de la dependencia emocional.

La satisfacción vital es un constructo psicológico que refleja el bienestar subjetivo del individuo; éste puede ser entendido como los juicios cognitivos que realiza una persona sobre su satisfacción con la vida, así como las evaluaciones afectivas sobre el humor y las emociones (Prado, Rojas-Barahona, & Marín, 2009). Siguiendo esta línea de estudio, encontramos que los autores Castillo-Carniglia, Albala, Dangour & Uauy (2012) manifiestan que la satisfacción vital se ha investigado como un indicador de bienestar psicológico; así pues, resaltan que es importante entender el concepto de satisfacción vital no sólo como la realización de logros en el pasado, sino también como estados psíquicos presentes (como entusiasmo o tono emocional) que forman parte de un concepto más amplio de bienestar psicológico. Por su parte, García (2000) afirma que el bienestar psicológico incluye la congruencia entre los objetivos deseados y alcanzados en la vida, un buen estado de ánimo y un nivel afectivo óptimo. Liberalesso (2002) defiende que el sentido de bienestar psicológico no resulta de la simple suma de las habilidades, de las posibilidades objetivas del ambiente físico y social o de las creencias y opiniones sobre las competencias y oportunidades. Esta misma autora manifiesta que el bienestar subjetivo es una evaluación compleja de todo lo anterior, la cual toma en cuenta valores y expectativas personales y sociales, así como condiciones orgánicas y psicológicas presentes. Los autores Besio, Peralta, Antezana-Saguez & Robledo (2013), destacan el estudio de Padrós, Martínez, Gutiérrez-Hernández & Medina (2010), en el que exponen que el bienestar subjetivo incluye dos componentes claramente diferenciados y que han seguido líneas de investigación paralelas: por un lado, los juicios cognitivos sobre satisfacción con la vida y, por otro, las evaluaciones afectivas sobre el humor y las emociones, equivalentes a la felicidad subjetiva. En relación al primero, García (2000) define el componente cognitivo haciendo alusión al constructo de satisfacción vital, el cual se define como la valoración positiva que la persona hace de su vida en general, o de aspectos particulares de ésta, tales como: familia, estudios, trabajo, salud, amigos y tiempo libre. Por otro lado, Besio et al. (2013) hacen alusión al componente emocional como felicidad subjetiva, correspondiendo a la preponderancia de los sentimientos o afectos positivos sobre los negativos, donde el afecto positivo puede ser evaluado a través de emociones específicas como gozo, afecto y orgullo, en tanto que el afecto negativo puede ser medido por medio de emociones o sentimientos tales como vergüenza, culpa, tristeza, ira o ansiedad. Estos mismos autores afirman que es más probable que perciba su vida satisfactoriamente una persona que tenga experiencias emocionales positivas.

Morales & Sánchez-López (2002) amplían tal definición concluyendo, tras su estudio sobre la relación entre los estilos de personalidad y la satisfacción vital, que la personalidad juega un papel modulador en la autopercepción del bienestar psicológico en las diferentes áreas vitales; en este sentido, la satisfacción no sólo está relacionada con los aspectos conductuales de la personalidad y las relaciones interpersonales, sino con los aspectos motivacionales y los estilos de cognición.

A continuación se exponen algunos estudios que ponen de manifiesto la relación entre los constructos objetos primordiales de interés para esta investigación: la dependencia emocional y la satisfacción vital. A su vez, también se exponen aquellos aspectos en común que se han observado, a pesar de que no hayan sido encontrados investigados conjuntamente hasta el momento actual, tales como la importancia de la personalidad.

Proctor, Linley & Maltby (2009) plantean que es muy importante analizar los factores relacionados con la satisfacción con la vida en los jóvenes, ya que la revisión de investigaciones respecto a este tema muestra que la percepción de satisfacción con la vida en los jóvenes tiene implicaciones importantes para su funcionamiento psicológico, social y educacional. La insatisfacción con la vida se asocia a una baja autoestima (Moreno, Estévez, Murgui, & Musitu, 2009), característica típica de los dependientes emocionales (Castelló, 2005; Amor & Echeburúa, 2010). Castelló, en su indiscutible gran trabajo en esta área, hace referencia a varios estudios que ponen de manifiesto que mujeres maltratadas por sus parejas, las cuales muestran dependencia emocional hacia éstas, tienen baja autoestima y satisfacción vital pobre. Encontramos relación con la afirmación de Sirvent & Villa (2002) sobre que la dependencia emocional está estrechamente ligada con los acontecimientos vitales, con la definición, ya descrita anteriormente, de García (2000) sobre la satisfacción vital, en la que señala su componente cognitivo como la valoración positiva que la persona hace de su vida en general, o de aspectos particulares de ésta, tales como: familia, estudios, trabajo, salud, amigos y tiempo libre. Así pues, ciertos autores relacionan la insatisfacción en referencia a estos factores con la dependencia emocional (Anderson, 2003; Amor et al. 2010). Volviendo a referenciar el amplio trabajo realizado por Castelló, este autor afirma que los dependientes emocionales muestran una serie de rasgos desadaptativos de la personalidad. A su vez, los autores Morales & Sánchez-López (2002) defienden la idea de que la personalidad afecta a la

percepción de la satisfacción vital. Para concluir cuán importante es la relación entre dependencia emocional y satisfacción vital, son de gran relevancia los datos obtenidos en la investigación de los autores Kemer, Çetinkaya & Bulgan (2016), donde se expone que la satisfacción en las relaciones de pareja puede ser explicada significativamente por la dependencia emocional que haya en ésta, siendo esta variable la más significativa de su estudio, por delante de las percepciones del rechazo interpersonal, las expectativas irrealistas en relación a la pareja y una mala percepción interpersonal.

Es indiscutible la estrecha relación entre dependencia emocional y satisfacción vital pero existen ciertas dudas que el conocimiento científico aún no ha resuelto respecto al orden de tales constructos: ¿La insatisfacción vital conlleva dependencia emocional, o es el hecho de encontrarse dependiente emocionalmente lo que conlleva sentirse insatisfecho con la vida? A esta pregunta pretende dar respuesta esta investigación, con la hipótesis de que comenzar una relación de pareja cuando no se está satisfecho con la vida podrá conllevar sufrir más dependencia emocional, a diferencia de si se ha iniciado la relación en una etapa de alta satisfacción vital. Concretamente, esta investigación va a centrarse en sujetos jóvenes, puesto que es una etapa de la vida en que las relaciones románticas están empezando y donde se aprenden pautas de interacción que probablemente se extenderán a la vida adulta. Son muchos los estudios, tal como se ha descrito anteriormente, que manifiestan que la dependencia emocional supone un alto factor de riesgo para sufrir maltrato en la relación de pareja, así como permanecer en ésta. Actualmente nos encontramos ante una alarmante tasa de prevalencia de conductas violentas en las relaciones de parejas juveniles, lo que conlleva graves consecuencias en la salud física y mental de las víctimas. González-Ortega, Echeburúa & De Corral (2008) postulan que en las parejas jóvenes la violencia suele ser psicológica, plantearse de forma sutil y ser menos grave que en las parejas adultas. Así pues, al no haber en estos casos violencia física, las víctimas pueden restar importancia a estas conductas y no percibir las como el inicio de una escalada de la violencia. Por ello, la violencia, más o menos sutil, en las parejas jóvenes puede ser un precursor de una violencia mucho más grave en las relaciones posteriores de la vida adulta. A la hora de definir numéricamente qué edades comprende la etapa juventud, nos encontramos con que las referencias numéricas se modifican con las transformaciones sociales. En este sentido, Alaminos (2008) referencia la relación entre emancipación, ocupación y juventud, poniendo de manifiesto que hay

un elevado número de jóvenes que se emancipan a los 20 años (aunque muchos de ellos con trabajo precario) y, por otro lado, muchas personas de 30 años aún no han tenido la oportunidad de emanciparse. En esta línea de pensamiento, considerando que la edad adulta se relaciona con la emancipación, se alargaría el concepto de juventud hasta los 30 años aproximadamente. Así pues, esta investigación agrupará bajo el concepto de jóvenes a las personas de entre 20 y 30 años.

Finalmente, se expone el objetivo principal e hipótesis del presente estudio.

Objetivo principal: investigar si existe una correlación entre el nivel de satisfacción vital antes de iniciar una relación de pareja y el posterior nivel de dependencia emocional en la relación.

Hipótesis: existe una correlación entre los constructos dependencia emocional y satisfacción vital. Cuando hay menor nivel de satisfacción vital, mayor es el nivel de dependencia emocional y, cuando hay mayor nivel de satisfacción vital, menor es el nivel de dependencia emocional.

Método

Participantes: La muestra está formada por un total de 151 personas de ambos sexos, con edades comprendidas entre 20 y 30 años, siendo la edad promedia 22,75. Los tres criterios de inclusión de la muestra han sido: estar entre esas edades, haber tenido al menos una relación de pareja (no necesariamente tenerla en la actualidad) y no estar casado. A continuación se presenta una tabla con las variables sociodemográficas de la muestra detalladas. En ella se puede observar una importante predominancia de las mujeres, representando el 72,2% de la muestra. En referencia a la edad, existe una gran concentración entre 20 y 22, representando el 63,1%. También cabe destacar que se encuentran presentes 8 nacionalidades, siendo la predominante la española. En relación al nivel de estudios, la mayoría, concretamente el 70,2%, tiene un nivel de estudios equivalente a grado universitario.

Tabla 1.

Variables sociodemográficas de la muestra

Género	N	Porcentaje
Mujer	109	72,2%
Hombre	42	27,8%
Edad	N	Porcentaje
20-22	94	63,1%
23-26	35	23,5%
27-30	20	13,5%
País	N	Porcentaje
España	106	70,1%
Portugal	33	21,8%
Brasil	6	3,9%
Argentina	1	0,7%
Bolivia	1	0,7%
Noruega	1	0,7%
Costa Rica	1	0,7%
Italia	1	0,7%
Nivel de estudios	N	Porcentaje
Sin estudios/ESO	14	9,5%
FP Grado Medio/ Superior/Bachillerato	20	13,2%
Grado Universitario	106	70,2%
Máster Universitario/Doctorado	11	8,3%
Ocupación	N	Porcentaje
Estudio	69	45,7%
Trabajo y estudio	54	35,8%
Trabajo	22	14,6%
Ninguna de las anteriores	6	4%

En la siguiente tabla se presentan las variables referentes a las relaciones de pareja de la muestra. Cabe destacar que gran parte de la muestra, el 65,5%, actualmente tiene pareja. En referencia al tiempo con la actual/última pareja, también se puede observar una gran concentración de la muestra en la respuesta de 1 año-3 años, concentrado ésta el 48,7% de respuestas de entre las 6 opciones. Donde se observa más claramente una mayoría es en la variable que se refiere a vivir con la pareja, representando la respuesta “no” el 89,3%.

Tabla 2.

Variables referentes a las relaciones de pareja de los sujetos de la muestra

	N	Porcentaje
¿Actualmente tienes pareja?		
Sí	99	65,6%
No	52	34,4%
Nº de parejas	N	Porcentaje
1	36	24,2%
2	50	33,6%
3	41	27,5%
4/+4	22	14,8%
Tiempo con la actual/última pareja	N	Porcentaje
1 mes-6 meses	18	12%
6 meses-1 año	16	10,7%
1 año-3 años	73	48,7%
3 años-6 años	37	24,7%
+6 años	6	4%
¿Vives con tu pareja?	N	Porcentaje
Sí	16	10,7%
No	133	89,3%

Instrumento: para la medición del nivel de dependencia emocional en la pareja, ha sido utilizado el cuestionario Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes- DEN de los autores Urbiola, Estévez e Iraurgi (2014). Este instrumento consta de 12 ítems, cada uno de ellos una situación, en los que los sujetos evalúan sobre una escala tipo Likert de seis opciones con qué frecuencia les suceden tales situaciones (0=nunca; 5=siempre). El cuestionario está compuesto por cuatro factores: Evitar estar solo/a, que mide el miedo a la ruptura y a las acciones que realiza la persona para evitar sentirse solo/a; Necesidad de exclusividad, evalúa la relación de exclusividad que establece la persona dependiente con su pareja; Necesidad de agradar, incluye ítems relacionados con los deseos y necesidades de la pareja olvidando los propios con el objetivo de agradar; y Relación asimétrica, que valora la utilización de la pareja para rellenar un vacío emocional y la confusión de amor a la pareja con necesidad de la pareja.

Este instrumento ha sido usado para la medición de la dependencia emocional en otras investigaciones, siendo algunas de ellas las siguientes: *Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de jóvenes y adolescentes* (Urbiola&Estévez,2015), *Dependencia emocional y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes* (Estévez, Urbiola, Iruarrizaga, Onaindia & Jauregui,

2017), *Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género* (Urbiola, Estévez, Iruarrizaga, Jauregui, 2017).

En cuanto a la medida de la satisfacción vital, se introdujo en el formulario una pregunta en la cual se pedía que definiesen su nivel de satisfacción vital antes de comenzar su última relación de pareja (continúe existiendo ésta en el presente o no). Interesa conocer su satisfacción subjetiva, por ello la pregunta se ha formulado de la siguiente manera: “¿Cómo definirías tu satisfacción vital cuando decidiste comenzar con tu pareja?”, acompañada de la siguiente explicación: “Intenta recordar cómo estabas justo antes de comenzar la relación. Cómo puntuarías de una forma muy general cómo te iba la vida en aquel momento.” Los sujetos evalúan tal satisfacción con una escala tipo Likert de seis opciones (0=Muy mala; 1=Mala; 2=Regular tirando a mala; 3=Regular tirando a buena; 4=Buena; 5=Muy buena;)

En el inicio del cuestionario se incluyeron 5 variables sociodemográficas (género, edad, país, nivel de estudios y ocupación) y 4 variables referentes a las relaciones de pareja (si actualmente se tiene pareja, número de parejas, tiempo con la actual/última pareja y si se vive con la pareja, o vivió con su última pareja).

En el anexo 1 se puede consultar el instrumento utilizado para esta investigación con todos sus ítems e información.

Procedimiento: en la fase de obtención de datos, para conformar la muestra se creó un Formulario de Google que incluía el cuestionario y todas las variables anteriormente descritas, y se difundió Online a través de diversas redes sociales, tales como Facebook o Instagram. De este modo, pudo llegar el cuestionario a las personas que constituyeron la muestra.

En la fase de análisis, una vez obtenida la muestra, y las consecuentes respuestas, se recogió la información en formato Excel para posteriormente realizar el análisis estadístico con el programa SPSS. Se han utilizado pruebas de normalidad y pruebas estadísticas, siendo Kolmogorov y Shapiro las pruebas de normalidad, y Correlación de Spearman, T-Student, U-Mann, CHI-Cuadrado y Correlación de Pearson las pruebas estadísticas. A continuación se detallan en la tabla las operaciones realizadas.

Tabla 3.

Operaciones realizadas mediante el programa estadístico SPSS.

Variable independiente	Variable dependiente	Prueba de normalidad	Prueba estadística
Satisfacción vital	Dependencia Emocional	No es necesaria	r Spearman
Satisfacción vital	Evitar estar solo/a	No es necesaria	r Spearman
Satisfacción vital	Necesidad de agradar	No es necesaria	r Spearman
Satisfacción vital	Relación asimétrica	No es necesaria	r Spearman
Satisfacción vital	Necesidad de exclusividad	No es necesaria	r Spearman
Género	Dependencia Emocional	Kolmogorov/Shapiro	T-Student
Género	Evitar estar solo/a	Kolmogorov/Shapiro	U-Mann
Género	Necesidad de agradar	Kolmogorov/Shapiro	U-Mann
Género	Relación asimétrica	Kolmogorov/Shapiro	U-Mann
Género	Necesidad de exclusividad	Kolmogorov/Shapiro	U-Mann
Género	Satisfacción vital	No es necesaria	CHI-Cuadrado
Vivir con la pareja	Evitar estar solo/a	Kolmogorov/Shapiro	U-Mann
Nº de parejas	Evitar estar solo/a	No es necesaria	r Spearman
¿Tienes pareja?	Dependencia Emocional	Kolmogorov	T-Student
Edad	Dependencia Emocional	No es necesaria	r Pearson
Edad	Satisfacción vital	No es necesaria	r Spearman
Tiempo con la pareja	Necesidad de agradar	No es necesaria	r Spearman
Tiempo con la pareja	Necesidad de exclusividad	No es necesaria	r Spearman
Tiempo con la pareja	Relación asimétrica	No es necesaria	r Spearman
Tiempo con la pareja	Dependencia Emocional	No es necesaria	r Spearman
Ocupación	Satisfacción vital	No es necesaria	CHI-Cuadrado
Nivel de estudios	Satisfacción vital	No es necesaria	r Spearman

La participación en el estudio ha sido voluntaria, confidencial y anónima. Todos los participantes fueron informados de la total voluntariedad de contestar, así como de la absoluta confidencialidad y anonimato con que iban a ser tratadas sus respuestas. De este modo, se ha obtenido el consentimiento informado de los participantes para que sus respuestas sean de uso exclusivo para el objetivo del presente estudio.

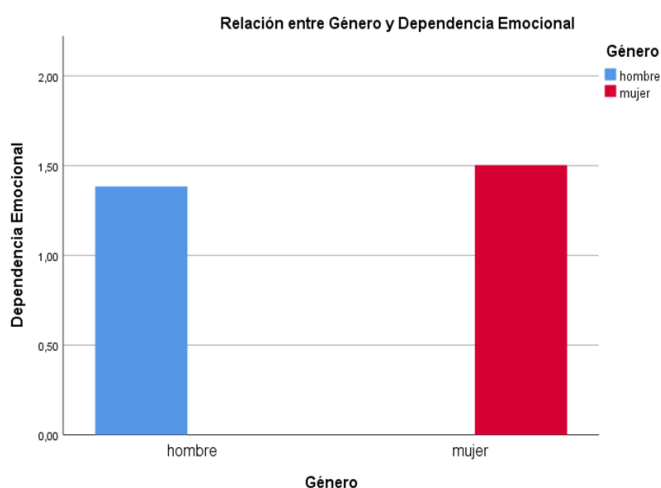
Resultados

La finalidad prioritaria de este estudio ha sido resolver la hipótesis planteada, si existe correlación entre Satisfacción vital y Dependencia Emocional. Para ello se ha administrado la prueba estadística Correlación de Spearman. A continuación se presentan detalladamente los resultados.

Los resultados de la hipótesis principal indican que no se puede corroborar la hipótesis, por lo tanto tendrá que ser considerada hipótesis nula, puesto que los resultados no son suficiente significativos para considerar que estamos ante una correlación.

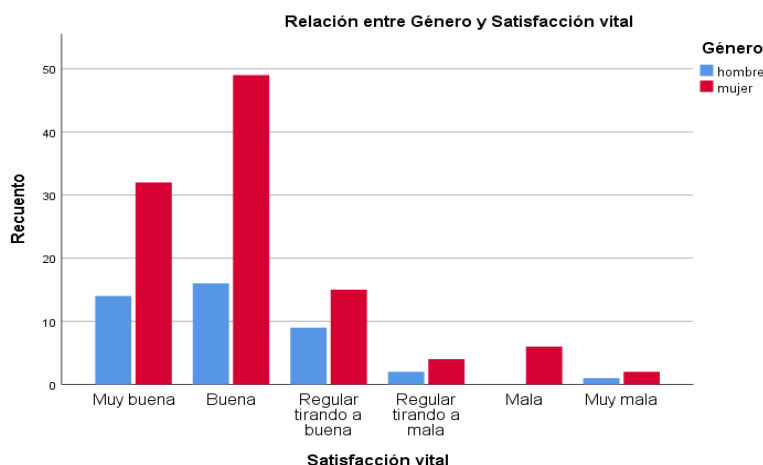
Se han explorado las relaciones entre los dos constructos primordiales de esta investigación, la Dependencia Emocional y la Satisfacción vital, con el género. Los resultados obtenidos a través del estadístico T-Student no han sido significativos, y son mínimas las diferencias observadas. Ambos grupos presentan la misma media, siendo ésta 1,48 (las respuestas se puntúan entre 0 y 5, en orden de menor a mayor Dependencia Emocional). Solamente se encuentran pequeñas diferencias en la desviación estándar, siendo 0,94 en el grupo de las mujeres y 0,89 en el grupo de los hombres. A continuación se exponen tales resultados gráficamente.

Gráfico 1. *Relación entre Género y Dependencia Emocional.*



En la exploración sobre la relación entre Género y Satisfacción vital, a través de la prueba estadística CHI-Cuadrado, tampoco se han obtenido resultados significativos. Las diferencias son mínimas, en el caso de las mujeres la media es de 2,1 y en el caso de los hombres de 2 (las respuestas han sido transformadas numéricamente otorgando el valor 1 a “Muy buena” y el valor 6 a “Muy mala”). A continuación se exponen tales resultados gráficamente.

Gráfico 2. *Relación entre Género y Satisfacción vital.*



También se ha investigado la relación entre los constructos primordiales y la edad. En este caso tampoco se han obtenido resultados significativos. En el caso de la Dependencia Emocional, se ha utilizado la prueba estadística Correlación de Pearson, obteniendo como valor de la correlación 0,176. Este resultado no puede ser considerado significativo pero sí muestra una tendencia de correlación positiva: a mayor edad, mayor Dependencia Emocional. En el caso de la Satisfacción vital, el estadístico utilizado ha sido la Correlación de Spearman, obteniendo un coeficiente de -0,23, resultado que tampoco puede ser considerado significativo pero que muestra una tendencia de correlación negativa: a mayor edad, menor satisfacción vital.

Se ha estudiado la relación entre Satisfacción vital y los distintos factores que componen el constructo de Dependencia Emocional: Evitar estar solo/a, Necesidad de exclusividad, Relación asimétrica y Necesidad de agradar. Mediante la prueba estadística Correlación de Spearman podemos afirmar que no se obtienen resultados significativos.

En relación a las diferencias entre Género respecto a los factores que forman el constructo de Dependencia Emocional, se han obtenido resultados significativos en el factor Evitar estar solo/a. La prueba estadística utilizada ha sido U-Mann y el valor de $p=0,011$. Han mostrado resultados más elevados los hombres, siendo su media 1,5, mientras que la media de las mujeres 1,189. En la tabla que se encuentra a continuación se presentan tales resultados.

Tabla 4.

Relación entre Género y los factores del constructo Dependencia Emocional.

Factor	Prueba utilizada	Resultados
Evitar estar solo/a	U-Mann	$p < \alpha$
Necesidad de agradar	U-Mann	$p > \alpha$
Relación asimétrica	U-Mann	$p > \alpha$
Necesidad de exclusividad	U-Mann	$p > \alpha$

*valor de $\alpha=0,05$

También se han encontrado resultados significativos, a través de una Correlación de Spearman, en el estudio de la relación entre Tiempo con la pareja y Dependencia Emocional, siendo el valor de $p=0,02$, y el coeficiente de correlación $=0,339$, mostrando una correlación positiva.

Discusión

La hipótesis principal de la investigación ha resultado ser nula. No podemos afirmar según este estudio que existan relaciones de correlación entre las variables Satisfacción vital y Dependencia Emocional.

Estos resultados podrían ser debidos a que, tal como afirma el autor Castelló (2005), la dependencia emocional se caracteriza por una tendencia configurada por una serie de rasgos desadaptativos de la personalidad. Siguiendo esta línea de pensamiento, la dependencia emocional se entiende como una característica intrínseca de la persona, y podría ser que la persona valore su satisfacción vital como muy buena, pero que aun así estableciese relaciones dependientes porque es su manera de relacionarse. Los autores Alonso-Arbiol, Sháver & Yárnoz (2002), y posteriormente también Amor&Echeburúa (2010), postulan que la dependencia emocional caracteriza un estilo de apego. Esta línea de estudio también mantiene relaciones con los resultados obtenidos en esta investigación, puesto que el apego, según describe su gran investigador, Bowlby (1986), se concibe como una tendencia de los seres humanos a establecer vínculos afectivos sólidos con personas determinadas a través de la vida y que permite al sujeto conseguir o mantener proximidad con otra persona (Garrido,2006). Por lo tanto, el apego es intrínseco

a la persona y no se vería influenciado por atravesar una etapa de mayor o menor satisfacción vital. Para acabar de concluir las posibles razones por las que se ha tenido que rechazar la hipótesis de esta investigación, cabe destacar que Jaller Jaramillo & Lemos Hoyos (2009) manifiestan que los pensamientos y creencias desadaptativos de las personas dependientes emocionales tienen origen en las experiencias disfuncionales vividas repetidamente durante la infancia y que son estables, duraderos y significativamente disfuncionales, por su carácter resistente al cambio.

A pesar de los resultados obtenidos, muchos estudios ponen de manifiesto la relación entre dependencia emocional y satisfacción vital. Ello hace pensar que, probablemente, las personas que tienden a establecer relaciones dependientes pueden sentirse insatisfechas por todo lo que ello conlleva, pero posteriormente a iniciar las relaciones.

Los resultados significativos se han encontrado en la relación entre Género y Evitar estar solo/a, y Tiempo con la pareja y Dependencia Emocional. En el primer caso, son los hombres quienes puntúan más alto en Evitar estar solo/a. Podríamos considerar que ello se debe a que, generalmente, las mujeres tienen más facilidad para buscar ayuda y apoyo emocional, sea en la pareja o en otras personas. Por ello, se podría hipotetizar que los hombres evitan más estar solos, porque suelen necesitar a su pareja para recibir tal apoyo emocional. En el segundo caso, se observa una correlación positiva: a mayor tiempo con la pareja, mayor Dependencia Emocional. Siguiendo la línea de pensamiento anteriormente descrita, entendiendo que la Dependencia Emocional es una característica intrínseca de la persona, no es de extrañar que ésta vaya creciendo a medida que va avanzando la relación de pareja, puesto que se van asentando tales patrones relacionales.

Al llevar a cabo esta investigación se han dado ciertas limitaciones, como grandes diferencias en la distribución de hombres y mujeres, siendo mucho más elevado el número de mujeres que han formado parte de la muestra. También encontramos una escasa distribución en relación a variables sociodemográficas como la edad, encontrándose el 68,1% de la muestra entre 20 y 22 años, y en relación al nivel de estudios, siendo el grado universitario el nivel del 70,2% de la muestra. Por todo ello, y también teniendo en cuenta que la muestra ha sido significativa pero no muy elevada, sería conveniente, para líneas futuras de investigación, ampliar la muestra, pudiendo tener una distribución más equitativa de las variables.

Para concluir el presente estudio, también resulta interesante proponer una investigación futura en la cual pueda tener más peso el país de procedencia, puesto que la distribución en este caso ha sido muy escasa, siendo el 70,1% de la muestra originaria de España, y con una representación muy pequeña de los otros países. Por lo tanto, no se ha podido llevar a cabo ninguna exploración en relación a esta variable. Resultaría de gran interés llevar a cabo una investigación donde se comparase la dependencia emocional y la satisfacción vital entre personas de distintos países, para poder ver cómo los factores culturales y antropológicos influyen tales constructos.

Referencias

- Alaminos, A. (2008). La juventud y sus límites operativos. *Obets*, (2), 5–23. Retrieved from https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/9027/1/OBETS_02_01.pdf
- Alonso–Arbiol, I., Shaver, P. R., & Yáñez, S. (2002). Insecure Attachment, Gender Roles, and Interpersonal Dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9(4), 479–490. doi:10.1111/1475-6811.00030
- Amor, P., & Echeburúa, E. (2010). Claves Psicosociales para la Permanencia de la Víctima en una Relación de Maltrato Psychosocial Keys for the Permanence of the Victim in an Abusive Relationship. *Clínica Contemporánea*, 1(February 2015), 97–104. <https://doi.org/10.5093/cc2010v1n2a3>
- Anderson, D. (2003). The Impact of Subsequent Violence of Returning to an Abusive Partner. *Journal of Comparative Family Studies*, 34 (1), 93-112. Retrieved from: <http://jstor.org/stable/41603864>
- Besio, C., Peralta, & Antezana-Saguez, Robledo, S. (2013). Relación entre Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital, Felicidad Subjetiva y Resiliencia en funcionarios de Educación Especial. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 39(2), 355–366. doi:10.4067/S0718-07052013000200022
- Bornstein, R. (2006). The complex relationship between dependency and domestic violence: Converging psychological factors and social forces. *American Psychologist*, 61 (6), 595-606. Retrieved from: <http://psycnet.apa.org/buy/2006-11202-003>

- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial
- Castillo-Carniglia, Á., Albala, C., Dangour, A. D., & Uauy, R. (2012). Factores asociados a satisfacción vital en una cohorte de adultos mayores de Santiago, Chile. *Gaceta Sanitaria*, 26(5), 414–420. doi:10.1016/j.gaceta.2011.11.021
- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., & Jauregui, P. (2017). Emotional Dependency in Dating Relationships and Psychological Consequences of Internet and Mobile Abuse. *Anales de Psicología*, 33(2), 260–268. doi:10.6018/analesps.33.2.255111
- García, M. Á. (2002). El bienestar subjetivo, 2002, 6, 18–39. *Escritos de Psicología*, 6, 18–39. Retrieved from: http://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/el_bienestar_subjetivo.pdf
- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38 (3), 493–507. Retrieved from: <http://www.redalyc.org/html/805/80538304/>
- González-Ortega, I., Echeburúa, E., & De Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: Una revisión. *Psicología Conductual*, 16(2), 207–225. Retrieved from: <https://www.uv.mx/cendhiu/files/2012/09/Variablespsic.manoella.pdf>
- Guzmán, M. (2010). El Perdón en Relaciones Cercanas: Conceptualización desde una Perspectiva Psicológica e Implicancias para la Práctica Clínica. *Psyche (Santiago)*, 19(1), 19–30. doi:10.4067/S0718-22282010000100002
- Hendy, H. M., Eggen, D., Gustitus, C., McLeod, K. C. & Ng, P. (2003), Decision to Leave Scale: Perceived Reasons to Stay In or Leave Violent Relationships. *Psychology of Women Quarterly*, 27, 162–173. doi:10.1111/1471-6402.00096
- Jaller Jaramillo, C., & Lemos Hoyos, M. (2009). Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 77–83. Retrieved from

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79815640008>

- Kemer, G., Çetinkaya Yıldız, E., & Bulgan, G. (2016). Emotional Dependency and Dysfunctional Relationship Beliefs as Predictors of Married Turkish Individuals' Relationship Satisfaction. *The Spanish Journal of Psychology*, 19. doi:10.1017/sjp.2016.78
- Lemos, M., & Londoño, N. H. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127–140. Retrieved from: <http://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>
- Liberalesso, A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una Psicología Positiva en América Latina. *Revista latinoamericana de Psicología*, 34, 55-74. Retrieved from: <http://www.redalyc.org/pdf/805/80534205.pdf>
- Morales, J. F. D., & Sánchez-López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales. *Psicothema*, 14(1), 100–105. Retrieved from: <http://www.redalyc.org/pdf/727/72714114.pdf>
- Moreno, D. M., Estévez, E., Murgui, S., & Musitu, G. (2009). Reputación social y violencia relacional en adolescentes: el rol de la soledad, la autoestima y la satisfacción vital. *Psicothema*, 21(4), 537–542. Retrieved from: <http://www.redalyc.org/html/727/72711895006/>
- Muscari, M. (2004). Juvenil animal abuse: Practice and policy implications for PNPs. *Journal of Pediatric Health Care*, 18, 15-21. Doi: 10.1016/S0891-5245(03)00122-6
- Prado, B. Z., Rojas-Barahona, C., & Marín, C. F. (2009). Validez y confiabilidad del índice de satisfacción vital (LSI-A) de Neugarten, Havighurst & Tobin en una muestra de adultos y adultos mayores en Chile. *Terapia Psicológica*, 27(1), 15–26. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082009000100002>

- Proctor, C. L., Linley, P. A., y Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583-630. doi: 10.1007/s10902-008-9110-9
- Rodríguez, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *ReiDoCrea Revista Electrónica de Investigación Docencia Creativa*, 2, 143-148. Retrieved from <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/27754/1/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf>
- Sierra, J. C., J., Schultz, C., Elgin, T. R. & Mendez, C. M. (2004). International journal of clinical and health psychology : IJCHP. *Journal of Family Violence*, 23(3), 557 Retrieved from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33712038008>
- Sirvent, C., & Villa, M. (2007). Sentimental or emotional dependence . La dependencia sentimental o afectiva. *Interpsiquis*, (April). Retrieved from https://www.researchgate.net/profile/Carlos_Sirvent/publication/275021582_Sentimental_or_emotional_dependence_La_dependencia_sentimental_o_afectiva/links/552e97e40cf2d495071a17b6.pdf
- Urbiola, I., Estevéz, A., & Iraurgi, I. (2014). Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes: desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad Y Estrés*, 20(2-3), 101-114. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/270048185_Dependencia_Emocional_en_el_Noviazgo_de_Jovenes_y_Adolescentes_DEN_Desarrollo_y_validacion_de_un_instrumento
- Urbiola, I., Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de jóvenes y adolescentes. *Psicología conductual*, 23 (3), 571-587. Retrieved from: <https://search.proquest.com/openview/e40a3a4f288a6552f6d84f2c771bca4f/1?pq-origsite=gscholar&cbl=966333>
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarizaga, I., Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23, 6-11. doi: 10.1016/j.anyes.2016.11.003

Anexo

Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes - DEN
Versión Matriz de la Escala

Instrucciones

A continuación se presentan unas afirmaciones que pueden ocurrirte en tus relaciones de noviazgo o esporádicas. A partir de la escala de frecuencia que se presenta a continuación, contesta, por favor, en qué grado te suceden o han sucedido cada una de las situaciones siguientes:

	0 Nunca	1 Una Vez	2 Algunas Veces	3 Muchas Veces	4 Casi Siempre	5 Siempre
1. No tener novio/a, me hace sentir a disgusto, porque no me gusta estar solo/a.						0 1 2 3 4 5
2. Hago cualquier cosa por agradar a mi novio/a.						0 1 2 3 4 5
3. Me enfado con mi novio/a cuando no soy el centro de su vida.						0 1 2 3 4 5
4. Hago muchas cosas con las que no estoy de acuerdo para estar con mi novio/a.						0 1 2 3 4 5
5. Siento que mis relaciones no son todo lo buenas que querría, pero no las acabo.						0 1 2 3 4 5
6. Dedico todo mi tiempo a estar con mi novio/a y cuando no puedo, le llamo por teléfono y le mando mensajes.						0 1 2 3 4 5
7. No tengo preferencias sobre qué hacer, con quién ir o cuando salir mientras sea con mi novio/a.						0 1 2 3 4 5
8. Cuando un novio/a me deja, pienso que no podré recuperarme nunca.						0 1 2 3 4 5
9. Hago todo lo que dice mi novio/a para no perderlo.						0 1 2 3 4 5
10. Creo que mis novios/as son mejores que yo.						0 1 2 3 4 5
11. Cuando tengo novio/a sólo quiero estar con él/ella.						0 1 2 3 4 5
12. Cuando conozco a un chico/a enseguida veo mi futuro junto a él/ella.						0 1 2 3 4 5

Declaración: “Declaro que el presente trabajo lo he realizado por mí misma, sin haber usado otras fuentes o ayudas diferentes a las indicadas. También he marcado como tales los pasajes literales, o de contenido, tomados de terceros.”