Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Psicología
Escuela Profesional de Psicología

Estrategias de regulación y dependencia emocional en estudiantes de una universidad pública de Lima

TESIS

Para optar el Título Profesional de Psicólogo

AUTOR

Bruno Jair VILCA CARBONEL

ASESOR

Mg. Luis Miguel ESCURRA MAYAUTE

Lima, Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Vilca, B. (2025). *Estrategias de regulación y dependencia emocional en estudiantes de una universidad pública de Lima*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Escuela Profesional de Psicología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Bruno Jair Vilca Carbonel
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	70046514
URL de ORCID	
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Luis Miguel Escurra Mayaute
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	08034362
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-3015-9659
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Ana Esther Delgado Vásquez
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07364955
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Abel Cuzcano Zapata
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06037280
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Juan Carlos Escudero Nolasco
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	41432934
Datos de investigación	

Línea de investigación	B.5.2.1. Promoción y prevención de la salud mental
Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	No aplica
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Cercado de Lima Latitud: -12.05351 Longitud: -77.08721
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2022-2025
URL de disciplinas OCDE	Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, **DECANA DE AMÉRICA)**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Profesional de Psicología
Calle Germán Amézaga N° 375, Lima (Ciudad Universitaria)
Central Telefónica 6197000, anexo 3213, fax 3209

ACTA

Siendo las 14:00 horas del día 06 de noviembre del 2025, en el Mini Auditorio del Pabellón de la Facultad de Psicología, bajo la presidencia de la **Dra. Ana Esther Delgado Vásquez,** se reunieron los catedráticos integrantes del Jurado que suscriben la presente Acta, así como el postulante al Título Profesional de Psicólogo, el Bachiller **VILCA CARBONEL BRUNO JAIR**. A invitación de la Presidenta, el postulante procedió a exponer y sustentar su trabajo de tesis titulado **"ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA".** Concluida la sustentación, respondió satisfactoriamente a las preguntas formuladas por los miembros del Jurado.

Al concluir el acto de sustentación, la Presidenta del Jurado invitó al postulante y a los asistentes a retirarse del recinto para dar inicio a la deliberación evaluativa. A su término, cada miembro del Jurado entregó a la presidenta, en sobre cerrado, sus respectivas calificaciones, habiendo obtenido el postulante al Título Profesional de Psicólogo el promedio de:

17 (DIECISIETE) APROBADO CON MENCIÓN HONROSA

Seguidamente, la Presidenta del Jurado invitó al postulante y a los asistentes a ingresar al salón de grados, con el propósito de comunicarles el resultado obtenido en el presente proceso.

El Jurado dispuso que se extendiera la presente acta como constancia de titulación por la modalidad de Presentación y Sustentación de Tesis.

DRA. ANA ESTHER DELGADO VÁSQUEZ
PRESIDENTA

MG. LUIS MIGUEL ESCERRA MAYAUTE
ASESOR

MG. ABEL CUZCANO ZAPATA
MIEMBRO

MG. JUAN CARLOS ESCUDERO NOLASCO
MIEMBRO

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, **Luis Miguel Escurra Mayaute**, en mi condición de asesor acreditado con el Dictamen de la EPP N°000100-2025-EPPSI-FPSI/UNMSM de la tesis, cuyo título es **"ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA**", presentado por el bachiller **BRUNO JAIR VILCA CARBONEL** para optar el **Título Profesional de Psicólogo.**

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el 18.0 % de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del **Título Profesional de Psicólogo.**

UNMSM
Firmado digitalmente por ESCURRA MAYAUTE Luis Miguel FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 09.10.2025 10:11:15 -05:00

Lima, 9 de octubre del 2025

Firma del Asesor: _____

Nombres y Apellidos del asesor: Luis Miguel Escurra Mayaute

DNI: 08034362

* Según corresponda: bachiller, magister, doctor; título de segunda especialidad.

La vigencia del presente certificado corresponde a un periodo de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mi familia.

A mis hermanos, Álvaro y Marco, porque cada logro que obtengo es para ellos y los aprecio más que a nadie.

A mis padres, por haber estado presente en los momentos importantes y darme lo necesario para salir adelante.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco profundamente al Mg. Luis Miguel Escurra Mayaute, quien me guio con dedicación y compromiso a lo largo de esta etapa como mi asesor principal.

No hubiese sido posible culminar este proyecto sin su apoyo constante, su paciencia y sus valiosas orientaciones académicas.

Gracias a mis padres, Marco y Mirian, por ser mi impulso en cada momento de esfuerzo, duda y superación.

Inmensamente agradezco también a mis hermanos, Álvaro y Marco, quienes siempre han sido mi motivo para salir adelante y ser cada día mejor académica y personalmente.

Esta investigación es el reflejo del esfuerzo colectivo de quienes creyeron en mí y me impulsaron a seguir adelante.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO I	10
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	10
1.1. Formulación del problema	10
1.2. Objetivos	13
1.2.1. Objetivo general	13
1.2.2. Objetivos específicos	13
1.3. Justificación	13
1.4. Limitaciones de la investigación	14
CAPÍTULO II	15
MARCO TEÓRICO	15
2.1. Investigaciones antecedentes	15
2.1.1. Antecedentes internacionales	15
2.1.2. Antecedentes nacionales	19
2.2. Bases teóricas	23
2.2.1. Regulación emocional	23
2.2.2. Dependencia emocional	29
2.2.3. Definición de términos básicos	35
2.3. Hipótesis	35
2.3.1. Hipótesis general	35
2.3.2. Hipótesis específicas	35

2.4. Definición de variables 36

2.4.1. Variables correlacionadas 36

2.4.2. Variables controladas 36

CAPÍTULO III 37

MÉTODO 37

3.1. Tipo y diseño de investigación 37

3.2. Población y muestra de estudio 38

3.3. Instrumentos de medición y recolección de datos 39

3.3.1. Emotion Regulation Questionnaire de Gross y John adaptado por Gargurevich y Matos (ERQP) 39

3.3.2. Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE) 41

3.4. Procedimientos de recolección de datos 43

3.5. Técnicas de procesamiento estadístico 44

CAPÍTULO IV 46

RESULTADOS 46

4.1. Análisis psicométrico de los instrumentos 47

4.1.1. Análisis del ERQP 47

4.1.2. Análisis del IDE 48

4.2. Análisis descriptivo 49

4.3. Análisis inferencial de las hipótesis 50

CAPÍTULO V 53

DISCUSIÓN 53

5.1. Análisis y discusión de resultados 53

5.2. Conclusiones 56

5.3. Recomendaciones 57

REFERENCIAS 59

ANEXOS 63

Anexo A: Consentimiento informado 63

Anexo B: Constancia de viabilidad ética del proyecto de investigación 64

Anexo C: Validez de contenido del Inventario de Dependencia Emocional 65

Anexo D: Análisis psicométrico del ERQP 69

Anexo E: Análisis psicométrico del IDE 71

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	*Composición de la muestra de estudio*	49
Tabla 2	*Análisis descriptivo y de normalidad de las variables estudiadas en la muestra total*	50
Tabla 3	*Correlación del factor supresión emocional y dependencia emocional en los estudiantes de la muestra*	51
Tabla 4	*Correlación del factor reevaluación cognitiva y dependencia emocional en los participantes*	51
Tabla 5	*Evaluación de jueces expertos según claridad*	65
Tabla 6	*Evaluación de jueces expertos según coherencia*	66
Tabla 7	*Evaluación de jueces expertos según relevancia*	67
Tabla 8	*Evidencias de validez basadas en la estructura interna, medidas de ajuste del análisis factorial confirmatorio de las escalas que conforman el ERQP*	69
Tabla 9	*Confiabilidad por consistencia interna de las escalas y el total del ERQP*	70
Tabla 10	*Evidencias de validez basadas en contenido según índice V de Aiken de los ítems que conforman el IDE*	71
Tabla 11	*Confiabilidad por consistencia interna de la escala total del IDE*	72

ÍNDICE DE FIGURAS

		Pág.
Figura 1	*Modelo de autorregulación de la emoción*	26
Figura 2	*Modelo de vinculación afectiva*	31
Figura 3	*Esquema de diseño correlacional*	38

RESUMEN

En el presente estudio se tuvo como objetivo investigar la relación entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional. Para ello, se trabajó con una muestra de 107 estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública matriculados en el semestre 2022-I en diferentes facultades y distintos ciclos, elegidos mediante un muestreo no probabilístico intencional. Se administraron dos instrumentos: el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa (2012), y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP) de Gross y John, adaptado por Gargurevich y Matos (2010) en una muestra de estudiantes universitarios de dos universidades privadas de Lima. Los resultados evidencian que existe una correlación estadísticamente significativa entre la escala total del IDE y el factor de supresión emocional del ERQP, mientras que no se halló una correlación estadísticamente significativa con la reevaluación cognitiva. En consecuencia, se concluye que las estrategias de regulación emocional en conjunto no se correlacionan significativamente con la dependencia emocional.

Palabras clave: Regulación emocional, dependencia emocional, estudiantes universitarios, supresión emocional, reevaluación cognitiva.

ABSTRACT

The objective of the present study was to investigate the relationship between emotional regulation strategies and emotional dependence. To do this, was worked with a sample of 107 students from the Faculty of Psychology at a public university enrolled in the 2022-I semester in different faculties and different cycles, chosen through intentional non-probability sampling. Two instruments were administered: The Emotional Dependence Inventory (IDE) by Aiquipa (2012), and the Emotional Regulation Questionnaire (ERQP) by Gross and John, adapted by Gargurevich and Matos (2010) in a sample of university students from two private universities in Lima. The results show a statistically significant correlation between the total IDE scale and the emotional suppression factor of the ERQP, while no statistically significant correlation was found with cognitive reappraisal. Consequently, it is concluded that emotion regulation strategies as a whole do not significantly correlate with emotional dependence.

Keywords: Emotional regulation, emotional dependence, college students, emotional suppression, cognitive reappraisal.

INTRODUCCIÓN

Las emociones desempeñan un papel fundamental en la vida de las personas, ya que influyen en la manera en que se perciben los eventos, se toman decisiones y se establecen relaciones interpersonales. En el contexto universitario, los estudiantes se enfrentan a una serie de desafíos académicos, personales y sociales que pueden generar altos niveles de estrés y demandar una adecuada gestión emocional (Gross y John, 2003). Sin embargo, no todos los individuos poseen las mismas herramientas para regular sus emociones, lo que puede derivar en dificultades que afecten su bienestar y su desempeño en diferentes áreas de la vida.

La regulación emocional se define como el proceso mediante el cual una persona supervisa, evalúa y modifica sus reacciones emocionales con el fin de alcanzar objetivos personales y adaptarse a las demandas del entorno (Gross, 2015). Entre las estrategias más estudiadas se encuentran la reevaluación cognitiva, que implica reinterpretar una situación para cambiar su impacto emocional, y la supresión emocional, que consiste en inhibir la expresión de emociones. Investigaciones previas han demostrado que la reevaluación se asocia con resultados psicológicos más adaptativos, mientras que la supresión suele relacionarse con efectos negativos, como mayor estrés y menor bienestar (Gross y John, 2003; Yan et al., 2022).

Por otro lado, la dependencia emocional se caracteriza por la necesidad intensa y desproporcionada de afecto, atención y aprobación por parte de la pareja, así como por el miedo a la soledad y la dificultad para mantener relaciones equilibradas (Aiquipa, 2012). Este fenómeno puede llevar a la persona a experimentar conductas de sumisión, sacrificio excesivo y dificultad para tomar decisiones de manera autónoma, afectando su desarrollo emocional y social. Estudios recientes han mostrado que la dependencia emocional se relaciona con baja autoestima, ansiedad y problemas en la regulación emocional, especialmente en poblaciones jóvenes (Etxaburu et al., 2024; Lévano et al., 2023).

En la etapa universitaria, estos factores adquieren especial relevancia debido a que los estudiantes se encuentran en un periodo de transición hacia la adultez, en el que deben asumir nuevas responsabilidades académicas, sociales y afectivas. La falta de habilidades para gestionar emociones puede incrementar la probabilidad de desarrollar dependencia emocional, lo cual impacta negativamente en su bienestar y en sus relaciones interpersonales (Salazar y Rojas, 2022). Además, en el Perú existen pocos estudios que exploren de manera conjunta la regulación emocional y la dependencia emocional, lo que limita la comprensión de cómo estas variables interactúan en contextos educativos.

Finalmente, esta tesis se estructura en cinco capítulos. El Capítulo I presenta el planteamiento del problema, la justificación, los objetivos e hipótesis de la investigación. El Capítulo II desarrolla el marco teórico, abordando los antecedentes y las bases conceptuales relacionadas con las variables de estudio. El Capítulo III describe la metodología empleada, incluyendo el diseño, la población, la muestra, los instrumentos y el procedimiento utilizado. En el Capítulo IV se exponen los resultados obtenidos y su respectivo análisis. Por último, el Capítulo V contiene la discusión de hallazgos, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Formulación del problema

La regulación emocional es la capacidad o estrategia orientada a manejar (aumentar, disminuir, mantener o suprimir) un estado afectivo existente en el individuo de forma apropiada, y es utilizada para autogenerarse emociones positivas (Bisquerra, 2018).

El estudio realizado por Momeñe et al. (2017) concluyó que una inadecuada regulación de las emociones vendría a ser un predictor de dependencia emocional. Por su lado, Fresneda (2015) indica que la regulación emocional se ve comprometida y limitada cuando el individuo presenta dependencia emocional. Esto evidencia una relación directa entre ambas variables, donde una deficiente gestión emocional puede potenciar la dependencia en relaciones afectivas.

La dependencia emocional, por su parte, se entiende como una exageración de las conductas que se manifiestan en ciertas relaciones de pareja, donde se presentan

comportamientos de sumisión, intensos sentimientos de miedo al abandono, ideaciones obsesivas relacionadas a la pareja, entre otros, que conllevarían a la necesidad afectiva excesiva de la persona hacia su pareja (Castelló, 2005).

En el Perú, el 40 % de las mujeres vivencia dependencia emocional, lo cual podría conducir a que se cometan suicidios por miedo a la ruptura o por el temor a la soledad (Instituto Nacional de Salud Mental [INSM], 2013, como se citó en Roque, 2019). Esto indica que la dependencia emocional en las relaciones de pareja en el país debería considerarse como un potencial riesgo para la salud mental.

Existen múltiples motivos por los cuales es de suma importancia estudiar la relación entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional en la presente muestra, que abarcan aspectos académicos, psicológicos y sociales. Uno de ellos es la salud mental; la dependencia emocional puede acarrear problemas como ansiedad, depresión y baja autoestima, mientras que una adecuada regulación de las emociones es clave para la salud mental. Entender esta relación sería vital para desarrollar intervenciones que promuevan una mejor salud mental en estudiantes (Hunt y Eisenberg, 2010).

Otro aspecto a tomar en cuenta es el rendimiento académico; una inadecuada regulación de las emociones y la dependencia emocional podrían influir negativamente en el rendimiento académico, generando distracciones, falta de concentración o problemas para gestionar el tiempo. Entender esta relación podría generar información valiosa para asegurar el éxito académico (Pekrun et al., 2002).

Las relaciones interpersonales de los estudiantes también pueden verse afectadas por la dependencia emocional; la vida universitaria se ve marcada por la formación de múltiples vínculos interpersonales, tanto románticos como amistosos, y la presencia de dependencia emocional puede influir negativamente en estas relaciones, generando conflictos, rupturas

y aislamiento social (Davis y Kraus, 1997). Una mejor comprensión de la relación entre la dependencia emocional y las estrategias de regulación emocional puede apoyar a los estudiantes a generar relaciones más saludables y equilibradas.

El desarrollo personal es otro aspecto para considerar; la capacidad para regular las emociones es fundamental para el autoconocimiento y el crecimiento personal, por lo que estudiar esta relación puede proporcionar a los estudiantes herramientas para manejar mejor sus emociones y fomentar su desarrollo personal durante esta etapa formativa (Gross, 2002).

La prevención de conductas de riesgo es también un motivo fundamental, pues la dependencia emocional y la mala regulación de las emociones pueden conllevar a conductas de riesgo como el abuso de sustancias, decisiones impulsivas y comportamientos autodestructivos, entre otras (Tice et al., 2001). Comprender la relación entre estos factores puede ayudar a diseñar programas preventivos y de intervención temprana para reducir la incidencia de tales conductas en la población estudiantil.

Por lo mencionado anteriormente, la necesidad de analizar la relación entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional, y la preocupación que generan los datos estadísticos citados, el presente trabajo de investigación busca dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿Se relacionan las estrategias de regulación emocional con la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo general

Analizar la relación entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.

1.2.2. Objetivos específicos

a) Identificar el nivel de uso de las estrategias de regulación emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.
b) Establecer el nivel de dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.
c) Determinar la relación entre el factor supresión emocional y la dependencia emocional.
d) Determinar la relación entre el factor reevaluación cognitiva y la dependencia emocional.

1.3 Justificación

El presente estudio investiga la relación entre dos variables ampliamente exploradas de manera individual, pero cuya interacción es poco estudiada en el contexto nacional, como evidencia la escasez de investigaciones al respecto.

De la misma forma, estos constructos son de suma importancia para la interacción del ser humano con su entorno social, razón por la cual son muy estudiados en la actualidad, y motivo por el cual en esta investigación se busca indagar más a fondo sobre la relación existente o no entre ambos en una población universitaria.

Siguiendo con lo mencionado, esta investigación beneficiará a la comunidad de estudiantes de Psicología, brindando más información sobre las características de esta, además de aportar datos estadísticos a los interesados en investigar sobre dependencia y regulación de emociones.

Finalmente, los aportes, resultados y toda la información recogida en este trabajo servirán como referencia para posteriores investigaciones relacionadas al presente tema.

1.4. Limitaciones de la investigación

Debido al contexto de la pandemia por COVID-19, el cual implica un distanciamiento social en la sociedad, el presente trabajo de investigación se vio limitado a seguir con los protocolos establecidos, los cuales imposibilitaron una interacción directa con la muestra y la aplicación de instrumentos de manera presencial.

A su vez, otra limitación se relaciona con la disposición de la población a participar en la investigación y completar los instrumentos de medición, ya que, al tratarse de estudiantes universitarios, estos suelen estar inmersos en múltiples actividades académicas. Por otro lado, la investigación presenta una capacidad limitada de generalización, por lo que los resultados obtenidos solo serían aplicables a la muestra considerada.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Investigaciones antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Momeñe et al. (2017) en su investigación acerca del rol predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional, analizan la relación entre sus variables, y evalúan las diferencias según el sexo. Con una muestra de 303 personas españolas (232 mujeres y 71 varones) con edades en el rango de 18 y 75 años, y usando los instrumentos de medición Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes, la Escala de Abuso Psicológico Sutil y Manifiesto a las Mujeres y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional, concluyeron que las tres variables presentadas se correlacionan entre sí, que las mujeres presentan mayor dificultad en la regulación emocional a comparación de los

varones, y que el abuso psicológico y las dificultades en la regulación emocional serían factores predictores de dependencia emocional.

De la misma forma, Iruarrizaga et al. (2019) en otro estudio realizado en población española, investigaron las dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia, buscó establecer la relación entre sus variables: dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos y dependencia emocional. Este estudio tuvo como muestra a 1519 adolescentes escolarizados (820 varones y 699 mujeres) con edades comprendidas entre 14 y 18 años. En esta investigación se emplearon los siguientes instrumentos: el MULTICAGE CAD 4, la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional, el Cuestionario de Esquemas, forma reducida, y la Escala de Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes. Los hallazgos confirmaron la existencia de una correlación positiva entre las dificultades para regular emociones y la dependencia emocional, asimismo, se reportaron diferencias por sexo en la manifestación de estas variables, indicando que las mujeres presentan puntajes significativamente más altos que los hombres en dependencia emocional en el noviazgo, además de obtener medidas mayores medidas mayores que los hombres en dificultades regulación emocional.

En esta misma línea, un estudio realizado en Colombia por Valencia (2019) indagó sobre la regulación emocional y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en el municipio de Rionegro-Antioquia, Colombia. En este caso, se aplicaron el Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de inteligencia emocional en su dimensión regulación emocional, y el Cuestionario de Dependencia Emocional

(CDE), a una muestra de 50 mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que habían sido notificadas a las comisarías de familia del Municipio de Rionegro-Antioquia durante el año 2017, y se concluyó que existe una correlación negativa y estadísticamente significativa entre las variables regulación y dependencia emocional. Adicional a ello, la regulación emocional se correlaciona significativa y negativamente con las siguientes dimensiones de la dependencia emocional: ansiedad de separación, modificación de planes, expresión límite y búsqueda de atención; también se correlaciona de manera negativa y significativa con la dimensión miedo a la soledad, y positivamente a nivel moderado con la dimensión expresión de afecto.

Momeñe et al. (2021) en España investigó sobre el consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes, y tuvo como objetivo examinar la relación y el papel predictivo de la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional sobre el consumo de sustancias el último mes, además de buscar diferencias según el sexo y edad en todas las variables mencionadas. La muestra estuvo compuesta por 1533 adolescentes escolarizados (826 varones y 707 mujeres) con edades comprendidas entre 13 y 22 años, y los instrumentos aplicados fueron el ESTUDES para el consumo de sustancias, la Escala de Dependencia Emocional en el Noviazgo de Jóvenes y Adolescentes, la escala de Dificultades en la Regulación Emocional y el instrumento Modelos de Relación Individuales. Los resultados mostraron que tanto el apego evitativo como la supresión emocional (estrategia de regulación emocional), actuaron como variables mediadoras, explicando directa o indirectamente la dependencia emocional. Esto evidencia una relación significativa entre la regulación emocional y la dependencia emocional en el modelo propuesto. A su vez, se obtuvo

una relación positiva entre la dependencia emocional y el consumo de sustancias, y las personas consumidoras de sustancias manifestaron relaciones positivas con las dificultades en la regulación emocional.

Yan et al. (2022), en un estudio experimental realizado en China, analizaron el efecto de dos estrategias de regulación emocional, la reevaluación cognitiva y la supresión emocional, sobre la emoción de tristeza y la capacidad de reconocimiento de escenas tristes. La muestra estuvo conformada por 48 adultos jóvenes, quienes fueron expuestos a imágenes emocionalmente negativas mientras se registraban respuestas neurofisiológicas mediante potenciales relacionados con eventos (ERP). Para la medición de las estrategias de regulación emocional se empleó el Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), y se utilizaron estímulos visuales controlados para evaluar la respuesta emocional. Los resultados mostraron que ambas estrategias lograron disminuir la activación emocional, pero la reevaluación cognitiva fue más eficaz que la supresión emocional para reducir la experiencia subjetiva de tristeza. Asimismo, se halló que la supresión emocional afectó negativamente la precisión en el reconocimiento de escenas tristes, mientras que la reevaluación favoreció un procesamiento emocional más adaptativo, evidenciando que estas estrategias tienen efectos distintos sobre la regulación emocional y el procesamiento afectivo.

Etxaburu et al. (2024), en una investigación realizada en España, estudiaron la relación entre esquemas disfuncionales tempranos, dificultades en regulación emocional y dependencia emocional. La muestra estuvo compuesta por 711 jóvenes con edades entre 18 y 30 años. Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos: el Young Schema Questionnaire Short Form para evaluar los esquemas disfuncionales, la Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) para

medir las dificultades en regulación emocional y el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) para evaluar la dependencia emocional. Los análisis correlacionales y de mediación revelaron que las dificultades en regulación emocional correlacionan positivamente con la dependencia emocional, y que la regulación emocional actúa como un mediador significativo entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional. En particular, se identificó que esquemas como el abandono, la subyugación y la inhibición emocional influyen indirectamente en la dependencia emocional a través de problemas en la regulación emocional, destacando la importancia de intervenir en estas estrategias para prevenir relaciones afectivas desadaptativas.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Aiquipa (2015) estudió la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, con el fin de determinar la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja. La muestra estuvo conformada por dos grupos de mujeres, 25 mujeres víctimas de violencia de pareja y 26 mujeres que no fueron víctimas de violencia de pareja. Para ello, se utilizó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa (2012) y la Ficha de Tamizaje de la Violencia Basada en Género. Se reportó que existe relación estadísticamente significativa entre estas variables, ya que se encontraron diferencias entre ambos grupos y el valor del coeficiente de relación entre las variables fue significativo.

A su vez, Rubini (2016) estudió las diferencias entre los tipos de ansiedad y las estrategias de regulación emocional de acuerdo con el pabellón de trabajo del personal de enfermería de un hospital psiquiátrico. Para ello, usó una muestra compuesta por 12 enfermeras y 16 técnicas de un pabellón (pabellón 1), y 6

enfermeras y 14 técnicas de otro pabellón (pabellón 2), aplicando el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado y el Cuestionario de Autorregulación Emocional adaptado para el Perú. En los resultados se encontró que existen diferencias significativas entre pabellones en la estrategia de reevaluación cognitiva, evidenciando que el personal del pabellón 2 presentó un mayor uso de la reevaluación cognitiva en comparación con el personal del pabellón 1. Además, se halló una relación directa entre la ansiedad rasgo y la supresión emocional en el pabellón 1, mientras que en el pabellón 2 se identificó una relación directa entre la ansiedad rasgo y la reevaluación cognitiva.

Anicama et al. (2018) realizaron un estudio sobre las variables dependencia emocional y satisfacción familiar en estudiantes de una universidad privada de Lima, cuyo objetivo fue determinar la relación entre estas mismas y comparar dichas variables en base al género, edad y año de estudios. Para la medición de la dependencia emocional se utilizó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa (2012) y para la satisfacción familiar se empleó la Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos (ESFA). Se reportó una correlación baja pero significativa entre la dependencia emocional y la satisfacción familiar, además de encontrar diferencias estadísticamente significativas en la dependencia emocional según el género y año de estudios.

Respecto a la regulación emocional, Fuentes (2019) estudió el estrés laboral y regulación emocional en profesionales de la salud mental, usando una muestra conformada por 25 médicos, 40 enfermeros y 45 técnicos en enfermería. Dicha investigación tuvo como objetivo examinar la relación entre el estrés laboral y las estrategias de regulación emocional en estos profesionales, para lo cual se hizo uso

del Inventario de Estrés para Profesionales de la Salud adaptado al español y el Cuestionario de Regulación Emocional adaptado al Perú. Se encontró que la estrategia de reevaluación se relaciona significativamente con el estrés ocupacional. Asimismo, al analizar los resultados según el sexo de los participantes, se identificaron diferencias importantes: en el grupo de mujeres, el estrés laboral se correlacionó positivamente con la estrategia de supresión emocional, mientras que en el grupo de varones la correlación significativa se dio entre el estrés laboral y la estrategia de reevaluación cognitiva.

Evaluando ambas variables, Cosar (2021) realizó un estudio en la dependencia emocional y regulación cognitiva emocional en parejas de Lima Metropolitana, en el cual se buscó indagar si existe una relación entre la dependencia y la regulación cognitiva emocional. Se usó como muestra a 150 parejas con edades de 18 a 60 años. Se les aplicó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y el Cuestionario de Regulación Cognitiva Emocional (CERQ), encontrándose correlaciones significativas entre varias dimensiones de ambas variables, como miedo a la ruptura e intolerancia a la soledad con autosacrificio y culpa, con tamaños de efecto moderado. Asimismo, se hallaron diferencias estadísticamente significativas en función del tipo de relación de pareja, observándose que quienes mantenían relaciones de convivencia o matrimonio obtuvieron puntajes más altos en la dimensión prioridad a la pareja, mientras que aquellos en relaciones de noviazgo presentaron mayor uso de estrategias de toma de conciencia en la regulación cognitiva emocional.

Salazar y Rojas (2022) investigaron la relación entre estrategias de regulación emocional y bienestar psicológico en trabajadores de una empresa privada de Lima.

La muestra estuvo compuesta por 180 colaboradores, con edades entre 21 y 45 años, de ambos sexos. Para la medición de la regulación emocional se empleó el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) adaptado al Perú, y para evaluar el bienestar psicológico se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP-R). Los resultados indicaron que la reevaluación cognitiva se correlacionó positivamente con el bienestar psicológico, mientras que la supresión emocional mostró una correlación negativa, evidenciando que un mayor uso de supresión se asocia con menores niveles de bienestar. Además, se encontraron diferencias por género, donde las mujeres reportaron un uso más frecuente de la reevaluación cognitiva, mientras que los hombres mostraron puntajes más altos en supresión emocional. Estos resultados resaltan la relevancia de la regulación emocional en la salud psicológica de los trabajadores.

Lévano et al. (2023) realizaron un estudio con el objetivo de analizar la relación entre la dependencia emocional y la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 358 estudiantes (56% mujeres y 44% varones) con edades comprendidas entre 18 y 27 años. Para la medición de la dependencia emocional se utilizó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), mientras que para evaluar la satisfacción con la vida se aplicó la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados mostraron una correlación negativa y significativa entre ambas variables, indicando que, a mayores niveles de dependencia emocional, menor es la satisfacción con la vida. Asimismo, se identificaron diferencias estadísticamente significativas según el sexo, evidenciando que las mujeres presentaron puntajes más altos en dependencia emocional que los varones. Estos hallazgos sugieren la importancia de abordar la dependencia emocional en contextos universitarios para promover el bienestar

integral.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Regulación emocional

2.2.1.1. Definición conceptual

Proceso mediante el cual los individuos modulan sus emociones para cumplir distintos objetivos, como alcanzar metas, adaptarse a su entorno, y así buscar su estabilidad tanto individual como social (Gross, 1998, como se citó en Gómez y Calleja, 2017).

En los últimos años, este constructo se ha convertido en materia de estudio para una gran cantidad de investigaciones, debido a la relación que mantiene con el desempeño en diversos aspectos de la vida diaria, como el académico o laboral, y la salud y bienestar psicológico.

2.2.1.2. Emoción

Fenómeno que se compone por cuatro factores: 1) Sentimiento: subjetivo, da significado a la emoción, 2) Activación del cuerpo: Hormonal, regula el cuerpo para la acción, 3) Propósito: Motivacional y 4) Expresión social: Aspecto comunicacional de la emoción (Reeve, 2005, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010).

Estas emociones salen a flote siempre que se asocien a una situación significativa para el individuo, y la magnitud de la experiencia emocional dependerá del grado de asociación del sujeto con dicha situación (Gross y Thompson, 2007, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010).

A su vez, las emociones guían las acciones de un individuo, como cuando se quiere interpretar las conductas de las personas allegadas, o se debe tomar decisiones, por ejemplo. Sin embargo, estas pueden ser inadecuadas para un contexto en específico, llegando a ser una molestia en determinadas circunstancias. Es por esto que, en diversas ocasiones, las personas intentamos influir en nuestras emociones, como los afectos negativos, por ejemplo (Gross y Thompson, 2007, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010)

2.2.1.3. Modelos teóricos

A continuación, se presentan algunos modelos teóricos pertinentes para el presente estudio, sin embargo, para materia de investigación, se hizo uso del modelo de autorregulación de la emoción.

A. Modelo procesual de regulación emocional

En este modelo, desarrollado por Gross en 1999, se sostiene que la regulación emocional se estudia considerando la estrategia que se genera dentro del proceso generacional de la emoción, proceso que se divide en cuatro fases, situación, atención, interpretación y respuesta, donde intervienen las estrategias de regulación centrada en los antecedentes de la emoción y centradas en la respuesta emocional (Hervás y Moral, 2017, como se citó en Ruesta, 2020).

En la primera etapa se evidencia que cada persona es capaz de moldear la situación en la que se encuentra según la emoción que ésta le genere; luego, en la etapa de atención, el sujeto, con el objetivo de regular su

posible respuesta emocional, se enfoca en distintos aspectos de la situación. Durante la etapa de interpretación, el sujeto puede realizar juicios de valor sobre lo que está contemplando y las consecuencias de su posible respuesta emocional y, finalmente, en la etapa de respuesta, el sujeto actúa frente a la emoción que vivencia, luego de haber realizado las tres fases anteriores (Hervás y Moral, 2017, como se citó en Ruesta, 2020).

B. Modelo de autorregulación de la emoción

A partir de los cuatro pasos descritos anteriormente, Gross y John (2003, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010) plantearon que la regulación emocional podría darse en las diversas partes de este proceso, interviniendo así dos elementos que desarrollaremos a continuación, reevaluación cognitiva y la supresión.

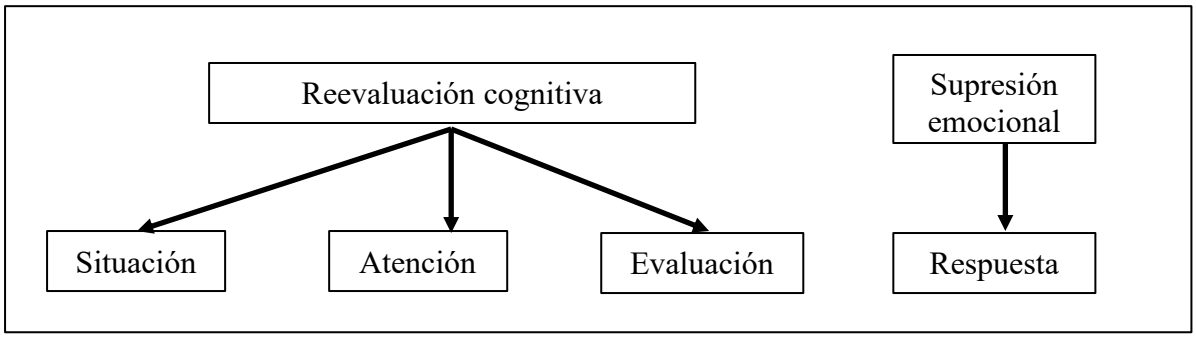
La reevaluación cognitiva comprende un grupo de estrategias que buscan modificar el proceso de surgimiento de las emociones, con el objetivo de cambiar su impacto en la persona. Estas estrategias actúan antes de que las emociones se expresen conductualmente, es decir, intervienen en fases previas a que surjan respuestas emocionales observables. En contraste, la supresión emocional interviene en una etapa posterior del proceso, ya que regula la manifestación de las emociones una vez que estas han sido generadas. Esta estrategia no modifica la emoción en sí misma, sino que restringe su expresión conductual (Gross y John, 2003, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010).

Entonces, se tiene dos grandes estrategias que regulan las emociones

durante los cuatro momentos del proceso de surgimiento emocional: 1) La modificación de la situación, para evitar una experiencia emocional negativa, 2) modificación de la atención, que consiste en enfocar la atención en alguna actividad que cambie el presente estado emocional, 3) modificación de la evaluación, donde se cambia la interpretación del momento y, 4) supresión de la expresividad para modular la respuesta emocional (Ver figura 1) (Gross y John, 2003, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010).

Figura 1

Modelo de Autorregulación de la emoción



Según lo descrito por Gross y John (2003, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010), el uso de estrategias de regulación emocional conlleva diversas consecuencias. La estrategia de supresión emocional, por ejemplo, se ha vinculado con un incremento en la activación fisiológica y con efectos adversos sobre la memoria. Asimismo, se ha asociado de forma positiva con emociones negativas y síntomas depresivos, y de manera negativa con variables como el optimismo, el bienestar psicológico y el apoyo social. En contraste, la reevaluación cognitiva ha mostrado un efecto protector frente al estrés y se ha relacionado

positivamente con indicadores de bienestar como el afecto positivo, el optimismo, la vitalidad, el sentido de propósito y el desarrollo personal, mientras que presenta una asociación negativa con el afecto negativo y la depresión. Es bajo este modelo que Gross y John elaboran el ERQ, para que más adelante Gargurevich y Matos (2010) elaboren su adaptación al contexto peruano, motivo por el cual la presente investigación también se sirve de los fundamentos de este modelo para ser estructurada.

C. Modelo modal de regulación emocional

Gross y Thompson (2007, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010) mencionan que la regulación emocional incluye cinco procesos cognitivos y conductuales, producto de la percepción de un evento generador de emociones, que fomentan la existencia de estrategias para la regulación de emociones.

En el primer proceso, denominado selección de situación, se busca tomar acciones para culminar o no una situación, donde están presentes emociones esperadas o inesperadas. Luego, en el proceso de modificación de la situación, el sujeto busca actuar directamente en la situación o cambiar su impacto. Acto seguido, en el despliegue de atención, la persona se ve en la necesidad de generar estrategias para desligarse de la situación que no ha podido cambiar. Luego de ello, se presenta el cambio cognoscitivo, donde intervienen estas estrategias para cambiar la valoración de una situación específica. Finalmente, se da la modulación de respuesta, en el cual la persona busca cumplir un papel activo en sus respuestas fisiológicas, experiencias o conductas (Sánchez

y Díaz-Loving, 2009, como se citó en Ruesta, 2020).

D. Modelo de proceso extendido de la regulación de emociones

En el presente modelo, Gross (2015, como se citó en Ruesta, 2020) menciona que la generación de emociones y su regulación tienen como inicio un sistema de valoración, que consiste en ciclos acoplados de percepción, valoración y acción del mundo interno o externo, por lo cual, se interpreta la regulación emocional como la interacción entre estos sistemas de valoración.

En un primer nivel, se tiene como objetivo generar un sistema de valoración de las emociones, para luego, en un segundo nivel, darse la regulación emocional, evaluando el sistema como positivo o negativo, y activando así las estrategias para la modificación del sistema de valoración en el primer nivel.

2.2.1.4. Características de la regulación emocional.

Gross (2014, como se citó en Meza, 2019) menciona que existen tres características principales de la regulación emocional: 1) Todos los seres humanos son capaces de evaluar, disminuir e incrementar tanto emociones positivas como negativas, intentando disminuir la intensidad de las negativas, para evitar conductas de riesgo y que puedan afectar la calidad de vida. 2) Los procesos para la regulación emocional pueden tener una efectividad variable dependiendo de las necesidades contextuales de la persona. 3) La actividad regulatoria puede iniciar de manera deliberada y luego ocurrir sin reflexión consciente. Luego de intentar adquirir habilidades de regulación emocional, esta puede convertirse en un hábito automático y no consumir demasiados recursos cognitivos.

2.2.1.5. Estrategias de regulación emocional

Gross y John (2003, como se citó en González et al, 2006) se centran y describen estrategias de regulación emocional clasificadas según el momento en el cual se ponen en funcionamiento. Es así, que desarrollan dos tipos de estrategias, una que se sitúa antes de la emoción (donde se daría una reevaluación cognitiva y una nueva interpretación sobre la situación), y otra dirigida a la respuesta emocional (donde se manejan emociones ya existentes).

La escala de regulación emocional que proponen incluye estas dos dimensiones, la reevaluación cognitiva, donde se realiza un cambio que modifique el impacto emocional, y la supresión emocional, que busca intervenir sobre la conducta de expresión emocional.

Al medir el uso de estas dos estrategias y encontrar por cuál de las dos se inclina un individuo, encontrándose también cual etapa del proceso de autorregulación de emociones es la que con más frecuencia se busca modificar. Se debe tener en cuenta también que la supresión emocional es aquella que se aplica frente a la respuesta emocional, mientras que la reevaluación se aplica en la situación, atención o evaluación.

2.2.2. Dependencia emocional

2.2.2.1. Definición conceptual

Como ya se ha mencionado, la dependencia emocional se puede definir como la exageración patológica de aquellas conductas y actitudes que se presentan en el contexto de las relaciones interpersonales sobre todo en las

relaciones de pareja, donde la persona busca de manera desesperada colmar una serie de demandas afectivas insatisfechas, mediante el establecimiento de vínculos estrechos y desequilibrados (Castelló, 2005).

2.2.2.2. Teorías de la dependencia emocional.

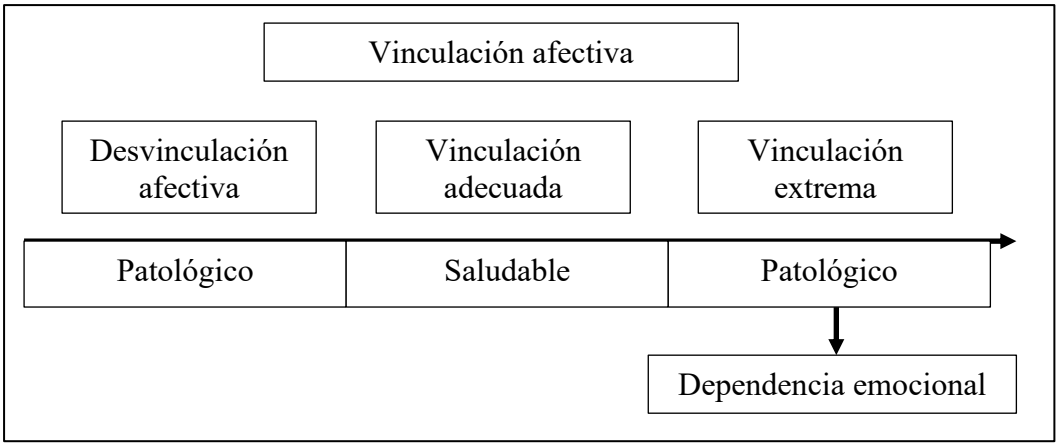
Ahora bien, se detallarán algunos modelos teóricos que explican la dependencia emocional, siendo la teoría de la vinculación afectiva de Castelló (2005) la que se usará para fines de estudio en esta investigación.

A. Teoría de la vinculación afectiva de Castelló.

Para Castelló (2005) la dependencia emocional es la necesidad excesiva extrema de una persona hacia su pareja y, como se había mencionado, presenta comportamientos de sumisión, sentimientos intensos contra el abandono, y pensamientos obsesivos hacia su pareja. Indica que la vinculación afectiva es unión de un individuo con otras personas, y la necesidad de formar vínculos con ellas. Esta vinculación puede darse en tres grados dentro de un hipotético continuo; como resultado, habrá personas poco vinculadas, bastante vinculadas y demasiado vinculadas con los demás (ver figura 2).

Figura 2

Modelo de vinculación afectiva



Menciona además que existen 2 componentes dentro de la unión afectiva, la aportación emocional y el afecto. El primero es aquel que se efectúa hacia el otro con una actitud positiva de compartir los miedos y preocupaciones personales, con empatía y amor. El segundo es el afecto, el cual se recibe de la otra persona, y que corresponde a actitudes positivas dirigidas hacia uno. Conforme al autor, en una vinculación sana ambos componentes cuentan con una importancia similar; sin embargo, el desequilibrio ocurre cuando se tiene una vinculación extrema, donde uno de los componentes tiene más importancia que el otro, señalando además que, en el caso de la dependencia emocional, el que predomina es el afecto.

Señala también que, en una relación de pareja, es natural tener sentimientos y pensamientos positivos hacia el otro, sin embargo, cuando estos son intensos y exagerados, se trataría de dependencia emocional, por lo que, la diferencia entre un amor “normal” y la dependencia emocional, sería de carácter cuantitativo.

Además, menciona que los dependientes emocionales buscan estar siempre con alguien, pero que este acompañante, en la mayoría de casos, tiene un perfil caracterizado por soberbia, egocentrismo, sentido del humor, ingeniosidad, con pretensión de ser diferentes o especiales, y de personalidad dominante.

Entonces, dadas las características del dependiente emocional y las de su pareja, la relación se vuelve desequilibrada, adoptando el dependiente así, una postura de sumisión, mientras que su pareja, una postura dominante.

Dadas sus características y fundamentos, la presente investigación tomó como referencia los conocimientos aportados por esta teoría, así como Aiquipa (2012), quien se basó también en la presente teoría al elaborar el inventario de dependencia emocional.

B. Teoría de Sánchez.

Para Sánchez (2010, como se citó en Mallma, 2014) la dependencia emocional es un trastorno de la personalidad, donde el dependiente tiene la creencia de no tener valor, y busca seguridad en factores externos a él, desconfiando de sus propios recursos.

Menciona también que esta dependencia se da desde la niñez, donde el no haber recibido afecto de personas significativas, contribuye al desarrollo de una baja autoestima. Además, esta dependencia se puede intensificar durante el periodo escolar y la adolescencia. Luego, cuando llega a la adultez, reproduce situaciones en las que asume un rol sumiso, complaciendo a los demás tratando de no ser rechazado.

Además de su baja autoestima, dicho autor menciona que el dependiente tiende a la depresión. Es consciente de que debería tomar riendas sobre su vida y hacerse respetar, pero prefiere mantener la relación, lo cual le genera culpabilidad y remordimiento, por lo cual, es fácil abusar de él.

C. Teoría cognitiva conductual de Anicama.

Según Anicama (2014, como se citó en Mallma, 2014) la dependencia emocional es una clase de respuesta inadaptada del organismo desde sus cinco componentes que interactúan con el ambiente: autonómico, emocional, motor, social y cognitivo, los cuales se expresan en componentes de la dependencia emocional. En el nivel de respuesta autonómico, la dependencia emocional se expresa mediante el componente de ansiedad por la separación; en el nivel emocional, se manifiestan los componentes miedo a la soledad o abandono y apego a la seguridad o protección; en el nivel motor, se expresan los componentes expresiones límite y abandono de planes propios; en el nivel social, se expresa el componente búsqueda de aceptación y atención y; finalmente, en el nivel cognitivo, se manifiestan los componentes percepción del autoestima, percepción de autoeficacia e idealización de la pareja.

2.2.2.3. Características del dependiente emocional

Castelló (2005) divide las características de los dependientes emocionales en tres áreas (de las relaciones de pareja, de las relaciones con otras personas y de la autoestima y estado anímico), de las cuales no es necesario

que se cumplan todas para afirmar que se sufre dependencia emocional:

En el área de las relaciones de pareja, el dependiente se caracteriza por manifestar una necesidad excesiva hacia el otro, un deseo constante de acceso hacia él, además de un deseo de exclusividad en la relación, donde el dependiente se aísla de su entorno para enfocarse enteramente en su pareja. Prioriza a su pareja sobre cualquier otra cosa, y presenta idealización del objeto, donde el dependiente sobrevalora las virtudes de su pareja, ignorando sus defectos. A su vez, asume el sistema de creencias de su pareja, interiorizando sus ideas y tomándolas como suyas, además de permanecer subordinado y sumiso ante esta. Los dependientes emocionales, en relación con esta área, presentan también un miedo intenso hacia la ruptura y una historia de relaciones de pareja desequilibradas.

En cuanto al área de las relaciones con otras personas, los dependientes también presentan deseos de exclusividad, intentando buscar en otros lo que en sí mismo no encuentra, además de tener un déficit de habilidades sociales, y una necesidad extrema de agradar a los demás.

Por último, en cuanto al área de la autoestima y estado anímico, el dependiente emocional se caracteriza por presentar baja autoestima, un estado de ánimo negativo y, además de eso, autodesprecio. En esta misma línea, también manifiesta miedo e intolerancia a la soledad, por lo cual el dependiente busca tener un acceso constante hacia la pareja y busca retomar con insistencia sus relaciones.

2.2.3. Definición de términos básicos

a) Regulación: Es la capacidad para adaptarse en una determinada situación en términos cognitivos, emocionales y de acciones de acuerdo a un conjunto de reglas.
b) Regulación emocional: Indica la capacidad para influir en nuestras emociones, con el fin de modificarlas y adaptarse a un determinado contexto.
c) Dependencia: Es la necesidad compulsiva de una persona hacia un estímulo que le pueda generar una sensación de bienestar o protección.
d) Dependencia emocional: Se entiende por la necesidad compulsiva y patológica emocional que presenta una persona respecto a otra.
e) Estrategias: Es el conjunto de acciones o reglas que buscan alcanzar un objetivo en específico.
f) Estrategias de regulación emocional: Es el conjunto de acciones encaminadas a influir sobre las propias emociones para poder modificarlas con un fin en específico.

2.3. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

H_1: Existe una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.

2.3.2. Hipótesis específicas

$H_{1.1}$: Existe una relación estadísticamente significativa entre el factor supresión emocional y la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.

$H_{1.2}$: Existe una relación estadísticamente significativa entre el factor reevaluación cognitiva y la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.

2.4. Definición de variables

2.4.1. Variables correlacionadas

a) Estrategias de regulación emocional: Serán medidas por el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP) adaptado por Gargurevich y Matos (2010).

b) Dependencia emocional: Se medirá usando el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa (2012).

2.4.2. Variables controladas

a) Estudiantes universitarios: Estudiantes matriculados de una universidad pública en el año académico 2022.

b) Facultad: Se eligió exclusivamente a los estudiantes de la facultad de Psicología.

c) Edad: Solo se incluyeron participantes que tenían 18 años o más.

CAPÍTULO III

MÉTODO

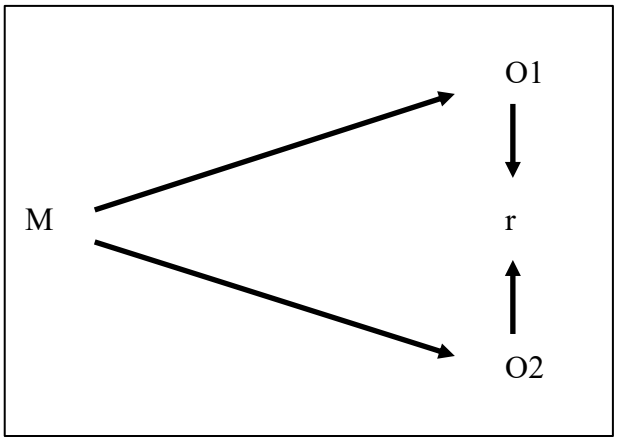
3.1. Tipo y diseño de investigación

El presente estudio consistió en una investigación de tipo correlacional, ya que buscó medir el nivel de relación existente entre dos o más variables, lo cual se ajusta a la definición brindada por Hernández y Mendoza (2018) acerca de los estudios correlacionales. En cuanto al nivel de investigación, este fue descriptivo, ya que se buscó precisión a la hora de asociar variables, por lo que se intenta minimizar sesgos y destacar el grado de fiabilidad de la investigación (Selltiz et al., 1976).

Respecto al diseño de investigación, para Hernández y Mendoza (2018) este es de tipo no experimental, ya que no se manipuló activamente ninguna de las dos variables presentadas. Además, Sánchez y Reyes (2021) mencionan que el diseño del presente estudio es de carácter correlacional, ya que se buscó relacionar dos variables en las que no existe causalidad. En la siguiente figura, se muestra el esquema del diseño correlacional y como, mediante la muestra, se busca relacionar ambas variables (ver Figura 3).

Figura 3

Esquema de diseño correlacional



Donde:

M: Muestra de estudiantes de la Facultad de Psicología

O1: Observación de la variable estrategias de regulación emocional

O2: Observación de la variable dependencia emocional

r: Relación

3.2. Población y muestra de estudio

La población de estudio en el presente está definida como todos los estudiantes de la Facultad de Psicología, mayores de edad de ambos sexos de una universidad pública matriculados en el año 2022.

En cuanto al muestreo, para obtener la muestra de investigación se aplicó un muestreo no probabilístico de tipo intencional, ya que se seleccionó casos característicos de la

población, de manera que en la muestra se presenten solo esta clase de casos (Otzen y Manterola, 2017), y se asumieron los siguientes criterios de inclusión en la selección de la muestra: Ser estudiante de Psicología de una universidad pública, estar matriculado en el presente ciclo 2022-I, haber tenido o tener una relación de pareja actualmente y ser mayor de 18 años; por otro lado, como criterios de exclusión, se tendrían que excluir a los sujetos que no estén matriculados en el semestre en la Facultad de Psicología y aquellos que no sean mayores de 18 años.

La presente muestra está compuesta por 107 casos de estudiantes de la Facultad de Psicología una universidad pública de Lima, con edades igual o mayores a 18 años y matriculados en el ciclo 2022-I. Se encontró 61 casos del sexo femenino y 46 del sexo masculino; se obtuvieron 44 casos de participantes con pareja y 63 casos sin pareja.

3.3. Instrumentos de medición y recolección de datos

3.3.1. Emotion Regulation Questionnaire de Gross y John adaptado por Gargurevich y Matos (ERQP)

a. Ficha Técnica

Nombre: Emotion Regulation Questionnaire

Autores: James J. Gross y Oliver P. John (Adaptación a Perú por Gargurevich y Matos)

Administración: Individual

Duración: De 15 a 20 minutos

Ámbito de aplicación: Adultos

Año de elaboración: 2003, adaptado al contexto peruano el 2010

b. Descripción

Evaluar la tendencia a usar las estrategias de regulación emocional de reevaluación cognitiva o supresión emocional.

Factores:

1. Reevaluación cognitiva: Consiste en modelar mentalmente una situación antes de que ocurra y considerar sus consecuencias.
2. Supresión emocional: Influir en una respuesta emocional una vez que ya ha iniciado.

Interpretaciones: La prueba presenta una escala Likert de siete niveles (1: *totalmente en desacuerdo* a 7: *Totalmente de acuerdo*). Los puntajes elevados en la RC muestran una presencia significativa de la misma, al igual que en la SE.

c. Evidencias de validez:

Se aportaron informaciones basadas en las relaciones con otras variables, de forma que se analizó la validez convergente y divergente; se evaluaron las correlaciones de las subescalas del ERQP y el SPANAS. Los resultados obtenidos por Gargurevich y Matos (2010) mostraron una correlación positiva y estadísticamente significativa entre las subescalas de reevaluación cognitiva y la de afecto positivo ($r = .14$, $p < .05$), así como entre las subescalas de supresión emocional y la de afecto negativo ($r = .32$, $p < .001$).

d. Estimación de la confiabilidad

Se calcularon los coeficientes de consistencia interna alfa de Cronbach para la subescala de reevaluación cognitiva fue de .72, mientras que para la subescala de supresión emocional fue de .74 (Gargurevich y Matos, 2010), por lo que el instrumento permite obtener puntajes confiables en la muestra estudiada.

Estudios realizados con la prueba: Mamani (2022) en su estudio sobre la influencia del apego sobre la regulación emocional en pacientes oncológicos adultos del servicio de quimioterapia ambulatoria del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, hizo uso del ERQP, apoyándose en dicho instrumento para la recaudación de sus datos. Sanchez y Velasquez (2022) en su estudio sobre la regulación emocional y síndrome de burnout académico en universitarios de ciencias de la salud en tiempos de pandemia por Covid 19, usaron también el ERQP, obteniendo correlaciones estadísticamente significativas. Por último, Advíncula (2018) también usó el ERQP en su estudio sobre la regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios, obteniendo también resultados estadísticamente significativos.

3.3.2. Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (IDE)

a. Ficha Técnica

Nombre: Inventario de Dependencia Emocional

Autor: Jesús Joel Aiquipa Tello

Administración: Individual o colectiva

Duración: De 20 a 25 minutos

Ámbito de aplicación: Adultos

Año de elaboración: 2012

b. Descripción

El inventario mide la dependencia emocional mediante sus 7 factores

Factores:

1. Miedo a la ruptura: Pánico frente la idea de que la relación se culmine.

2. Miedo e intolerancia a la soledad: Sentimientos desagradables que el individuo manifiesta cuando no está en pareja.
3. Prioridad de la pareja: Inclinación a mantener en primer lugar de importancia a su pareja, por encima de hijos, familia, etc.
4. Necesidad de acceso a la pareja: Deseos excesivos de tener siempre presente a su pareja.
5. Deseos de exclusividad: Inclinación del individuo a dedicarse principalmente a su pareja, desligándose progresivamente de su grupo social.
6. Subordinación y sumisión: Sobreestimación de los intereses y pensamientos de la pareja, así como sentimientos de inferioridad por parte del dependiente.
7. Deseos de control y dominio: Interés por captar el control de la relación de pareja.

c. Evidencias de validez

Aiquipa (2012) desarrolló un análisis factorial exploratorio (AFE), aplicándose a la matriz de correlaciones el índice de adecuación de la muestra de Kaiser-Meyer-Olkin, que alcanzó un valor adecuado de .96 y en el test de Esfericidad de Barlett, fue significativo ($X2 = 10969.743$; $p < .0001$), indicando la presencia de correlaciones significativas y sugiriendo continuar con el análisis factorial. Así, se extrajeron siete factores con autovalores mayores a 1 y que explican el 58.25% de la varianza de los datos originales, lo que sugiere que se trata de un constructo multidimensional.

d. Estimación de la confiabilidad

Se obtuvo a través de los coeficientes de consistencia interna, el alfa de Cronbach, que alcanzó un valor elevado (alfa=.965), y el método de la división por mitades, que alcanzó un coeficiente de correlación "r" de Pearson corregida mediante la fórmula Spearman-Brown de .91 (Aiquipa, 2012), lo cual permite concluir que la muestra de estudio presenta puntuaciones confiables.

Estudios realizados con la prueba: Atoche y Cavero (2023) en su análisis psicométrico del inventario de dependencia emocional (IDE) en jóvenes de la ciudad de Piura, obtuvieron un 100% de acuerdos en claridad y relevancia de los ítems de la prueba, bajo el criterio por jueces. Álvarez y Vittery (2021), en su estudio sobre la dependencia emocional y violencia de pareja en mujeres de un mercado del distrito de Florencia de Mora en Trujillo, obtuvieron valores favorables a sus hipótesis haciendo uso del inventario de dependencia emocional (IDE). Por último, Cipriano (2017) en su investigación sobre esquemas desadaptativos tempranos y dependencia emocional en estudiantes de 5to año de secundaria en instituciones educativas públicas de Nuevo Chimbote, también obtuvo valores que avalaron su investigación haciendo uso del IDE.

3.4. Procedimiento de recolección de datos

Inicialmente, se gestionaron las autorizaciones correspondientes para el uso de los instrumentos empleados, las cuales fueron otorgadas por sus autores mediante comunicación vía correo electrónico. Debido al contexto de pandemia por el COVID-19, se aplicaron ambas pruebas a la muestra de manera virtual mediante un formulario de Google Forms. Para ello, se inició los formularios con un apartado dedicado al consentimiento informado, para luego pasar a desarrollar las pruebas de estrategias de regulación emocional y de dependencia emocional previamente digitalizadas en el

formulario. Se ingresó a clases virtuales de diversas carreras y ciclos, solicitando un espacio de tiempo previamente a cada docente encargado para poder aplicar el formulario. Para asegurar el cumplimiento de los principios éticos en el presente estudio, se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, garantizando la confidencialidad, anonimato y voluntariedad de su participación.

3.5. Técnicas de procesamiento estadístico

Para el procesamiento y análisis de los datos, se inició con la evaluación psicométrica de los instrumentos. En primer lugar, se analizó la validez de contenido del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) mediante juicio de expertos (N = 5), para este análisis se empleó el coeficiente V de Aiken, el cual permite estimar la pertinencia de los ítems a partir de la valoración de jueces expertos (Aiken, 1980). Posteriormente, se indagó la estructura factorial de las escalas del Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP) mediante un análisis factorial confirmatorio (AFC), con el objetivo de verificar si era viable mantener todos los ítems en los análisis posteriores. Este procedimiento se llevó a cabo utilizando el software Jamovi versión 2.3 (The jamovi Project, 2022). Se evaluaron los índices de ajuste del modelo, considerando como criterios adecuados valores de CFI y TLI ≥ 0.90, SRMR < 0.08 y RMSEA ≤ 0.08 con su respectivo intervalo de confianza al 90% (Kline, 2023). También se analizaron los criterios de información AIC y BIC, los cuales permiten determinar la parsimonia del modelo y seleccionar la estructura más eficiente sin comprometer el ajuste. Este análisis permitió confirmar las relaciones entre las variables observadas y latentes, así como el ajuste del modelo propuesto a los datos empíricos (Santana et al., 2019). Finalmente, se calcularon los índices de confiabilidad de todas las escalas mediante los coeficientes α de Cronbach y ω de McDonald, con el fin de estimar la consistencia interna de los instrumentos

(Hernández y Mendoza, 2018). Luego, se procedió con el análisis descriptivo de la muestra, describiendo las características sociodemográficas de los participantes, tales como ciclo de estudios, sexo y situación sentimental (con o sin pareja). Posteriormente, se evaluó la normalidad de la distribución de los datos a través de la prueba de Shapiro-Wilk, con el objetivo de identificar si la muestra presentaba una distribución normal o no normal. Finalmente, para el análisis inferencial y contraste de hipótesis, se examinó la relación entre las escalas de ambos instrumentos mediante el coeficiente de correlación de Spearman, debido a que la distribución de los datos resultó ser no paramétrica según la prueba de bondad de Shapiro-Wilk.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de la aplicación de los instrumentos psicométricos a la muestra de estudio. En primer lugar, se expone un resumen del análisis psicométrico realizado a ambos instrumentos utilizados (IDE y ERQP), con el propósito de asegurar la validez y confiabilidad de las mediciones. Posteriormente, se describe la composición de la muestra, considerando las principales variables sociodemográficas. Luego, se presenta el análisis de normalidad de las variables estudiadas, con el fin de determinar la distribución de los datos y seleccionar las pruebas estadísticas adecuadas. Finalmente, se muestran los resultados correspondientes al análisis inferencial.

4.1. Análisis psicométrico de los instrumentos

En este apartado, se analizan por separado las características psicométricas de cada uno de los instrumentos utilizados en la presente investigación, revisando su confiabilidad por consistencia interna por escalas y de forma total.

4.1.1. Análisis del ERQP

En cuanto al análisis psicométrico del Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP), se evaluaron dos modelos mediante análisis factorial confirmatorio (AFC), con el propósito de determinar la estructura más adecuada para la población de estudio (Tabla 8, Anexo D). Se consideraron los índices de ajuste CFI, TLI, SRMR y RMSEA, así como los criterios de información AIC y BIC para valorar la parsimonia del modelo. Ambos modelos mostraron valores adecuados y similares en los índices de ajuste, sin diferencias significativas en SRMR y RMSEA. Sin embargo, el Modelo 2, que excluye el ítem 8, presentó valores más bajos en AIC y BIC, lo que indica una estructura más simple y eficiente sin comprometer la calidad del ajuste. En función de estos resultados, y siguiendo la recomendación de Gargurevich y Matos (2010), se optó por emplear el Modelo 2 para los análisis posteriores.

En cuanto a la confiabilidad por consistencia interna del Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP), ambos factores presentaron valores adecuados en los coeficientes α de Cronbach y ω de McDonald. La escala de reevaluación cognitiva, calculada excluyendo el ítem 8 como sugieren Gargurevich y Matos (2010), obtuvo un valor de .81 en ambos coeficientes, lo cual se considera indicativo de buena confiabilidad (Devellis y Thorpe, 2012). Por su parte, la escala de supresión emocional también mostró una alta consistencia interna, con α de Cronbach y ω de

McDonald de .83. Estos resultados evidencian que los ítems de ambas escalas miden de manera consistente sus respectivos constructos, generando puntuaciones confiables para la muestra estudiada (Tabla 9, Anexo D).

4.1.2. Análisis del IDE

En relación con la validez de contenido del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), se utilizó el coeficiente V de Aiken (Tabla 10, Anexo E), considerando los criterios de claridad, coherencia y relevancia. Los valores obtenidos oscilaron entre .87 y 1.00, siendo todos superiores al punto de corte mínimo aceptable de .70, establecido por Merino y Livia (2009). En promedio, la claridad obtuvo un V = .996, la coherencia V = .999 y la relevancia V = .997, lo que indica una adecuada validez de contenido de los ítems.

En cuanto a la confiabilidad por consistencia interna del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), se calcularon los coeficientes α de Cronbach y ω de McDonald para cada dimensión y para la escala total (Tabla 11, Anexo E). En general, ambos coeficientes presentaron valores similares y superiores a .80, lo que indica una alta confiabilidad en la mayoría de las escalas (Devellis y Thorpe, 2012). La única excepción fue la dimensión Subordinación y Sumisión, la cual obtuvo valores moderados de confiabilidad (α=.73; ω=.74), concordando con los resultados reportados previamente por Aiquipa (2012). Para la escala total del IDE se obtuvo una consistencia interna excelente, con α y ω de .97.

4.2. Análisis descriptivo

En esta sección se presentará la distribución de las variables controladas en la muestra del estudio. Se analizarán las categorías de sexo, el año y ciclo académico de los participantes, así como el estado de pareja (si tienen pareja o no) en el momento de realizar la prueba.

Tabla 1

Composición de la muestra de estudio

Sexo		f	%
	Mujer	61	57.01
	Hombre	46	42.99
Año de estudios	Ciclo		
3er año	III (a)	1	0.93
	V	47	43.93
4to año	VI	1	0.93
	VII	28	26.17
5to año	IX	12	11.21
	X	2	1.87
6to año	XI	15	14.03
	XII	1	0.93
Pareja			
	Sí	44	41.12
	No	63	58.88

Nota: n = 107; a) el tercer ciclo se consideró como parte del tercer año, debido a que solo se encontró un caso.

En la tabla 1 se observa que, con respecto al sexo, la mayor cantidad corresponde a las de mujeres (57.01%), seguido de los participantes los varones (42.99%). Respecto al ciclo al que pertenecen, se evidencia que, los participantes mayormente se encuentran en el quinto ciclo de estudios con el 43.93% de la muestra total; por otro lado, se nota que los ciclos de menor participación en el estudio fueron los del tercero, sexto y séptimo ciclo, con solo una participación en cada uno de ellos. La menor cantidad de participantes se observa entre los que formaban parte del tercero, sexto y duodécimo ciclo.

Además, se encontró que, la mayoría de los sujetos manifiesta no tener pareja actualmente, con el 58.88% de la muestra total, mientras que los estudiantes con pareja representan el 41.12% de la misma.

Tabla 2

Análisis descriptivo y de normalidad de las variables estudiadas en la muestra total

					Shapiro-Wilk	
	Media	Mediana	Moda	DE	W	p
ERQP						
Supresión emocional	3.47	3.75	4.25	1.4	.97	.011
Reevaluación cognitiva	4.54	4.8	5	1.19	.96	.001
IDE						
Total IDE	1.89	1.76	1	.64	.94	< .001

En la Tabla 2 se observa que tanto los dos factores del ERQP como la escala total del IDE presentan valores p menores o iguales $p \leq .05$ (Hernández y Mendoza, 2018), lo que sugiere que dichas escalas presentan distribuciones que no se aproximan a la distribución normal, por lo que se tienen que utilizar estadísticos no paramétricos, razón por la cual se decidió usar el coeficiente de Spearman para los análisis correlacionales (Siegel y Castellan, 1995), debido a que este mismo no requiere de la normalidad y linealidad de sus datos, midiendo la asociación entre dos variables según rangos, siendo más robusto ante datos no normales y valores atípicos, generando una evaluación más fiable frente a este tipo de datos.

4.3. Análisis inferencial de las hipótesis

A continuación, se presentan los resultados obtenidos al correlacionar los datos de ambos instrumentos, con el fin de observar la existencia de esta entre los factores del ERQP y la escala total del IDE.

En la tabla 3 se presentan los resultados de la correlación entre la dependencia emocional y la escala de supresión emocional del ERQP. Se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre ambas variables (p = .01) (Hernández y Mendoza, 2018), con un tamaño de efecto de $r^2 = .06$, el cual supera el mínimo recomendado ($r^2 \geq .04$) establecido por Ferguson (2009). Este resultado indica que, aunque la asociación es pequeña, tiene relevancia tanto estadística como práctica, lo que sugiere que, a mayor supresión emocional, mayores son los niveles de dependencia emocional en los estudiantes evaluados

Tabla 3

Correlación del factor supresión emocional y dependencia emocional en los estudiantes de la muestra

	Dependencia emocional	r^2
Supresión emocional	.24**	.06

Nota: n = 107, **p ≤ .01

La tabla 4 muestra los resultados de la correlación entre la dependencia emocional y la escala de reevaluación cognitiva del ERQP. En este caso, no se halló una correlación estadísticamente significativa (p = .929), lo que indica que esta estrategia de regulación emocional no se relaciona de manera relevante con los niveles de dependencia emocional de la muestra analizada. Estos hallazgos refuerzan la idea de que la reevaluación cognitiva, al ser una estrategia adaptativa, no incrementa los patrones de dependencia emocional en la población estudiada.

Tabla 4

Correlación del factor reevaluación cognitiva y dependencia emocional

	Dependencia emocional	r^2
Reevaluación cognitiva	-.01	.0001

Nota: n = 107, *p ≤ .05

De los resultados alcanzados en las hipótesis específicas se deduce que no se valida la hipótesis general que plantea la existencia de una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de regulación emocional y la dependencia emocional en estudiantes de la Facultad de Psicología de una universidad pública de Lima.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1. Análisis y discusión de resultados

En principio, se realizó la evaluación de los instrumentos utilizados, lo que permitió confirmar que presentan propiedades psicométricas adecuadas para su aplicación en la población analizada. En primer lugar, respecto al Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP), se realizó un análisis factorial confirmatorio con el objetivo de determinar la estructura más adecuada para la muestra. Se compararon dos modelos: el primero con los 10 ítems originales y el segundo excluyendo el ítem 8, siguiendo la propuesta de Gargurevich y Matos (2010). Los resultados mostraron que ambos modelos presentaban índices de ajuste aceptables; sin embargo, los criterios de información AIC y BIC fueron considerablemente más bajos en el modelo que excluyó el ítem 8, lo cual sugiere que este modelo es más parsimonioso y eficiente (Tabla 8, Anexo D). Esto evidencia que la exclusión del ítem 8 no afecta el ajuste general y permite una estructura más sencilla y funcional para la interpretación. En cuanto a la confiabilidad del ERQP, los resultados indicaron valores muy buenos de consistencia interna: α de Cronbach y ω de McDonald fueron .81 para la escala de reevaluación cognitiva y .83 para la escala de supresión emocional, valores superiores a los reportados en estudios previos como el de Gargurevich y Matos (2010). De acuerdo con Devellis y Thorpe (2012), valores

comprendidos entre .80 y .90 son considerados muy buenos, lo que confirma la adecuada confiabilidad de este instrumento (Tabla 9, Anexo D).

Por otro lado, el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) fue evaluado en su validez de contenido mediante el coeficiente V de Aiken, considerando los criterios de claridad, coherencia y relevancia. Los resultados oscilaron entre .87 y 1.00, todos por encima del punto de corte mínimo de .70 establecido por Merino y Livia (2009), evidenciando que los ítems presentan una adecuada pertinencia y representatividad para medir la dependencia emocional (Tabla 10, Anexo E). Respecto a la confiabilidad, el IDE alcanzó un valor total de α de Cronbach de .97 y ω de McDonald de .97, ambos considerados excelentes según los criterios de Devellis y Thorpe (2012). Estos hallazgos respaldan que el IDE es un instrumento sólido y confiable para medir la dependencia emocional en la población estudiada.

La muestra estuvo conformada por 107 estudiantes de la Facultad de Psicología, de los cuales 61 fueron mujeres (57.01%) y 46 hombres (42.99%) (Tabla 1). Respecto a la distribución por año de estudio, 49 estudiantes cursaban el tercer año (incluyendo un caso del tercer ciclo), 28 el cuarto año, 14 el quinto año y 16 el sexto año. En cuanto a la situación sentimental, el 58.88% (63 estudiantes) no tenía pareja al momento de la recolección de datos, mientras que el 41.12% (44 estudiantes) sí tenía pareja. Estos resultados reflejan una mayor proporción de estudiantes sin pareja, fenómeno que podría estar relacionado con las restricciones sociales y cambios en la interacción interpersonal derivados de la pandemia de COVID-19, contexto en el que se llevó a cabo la recolección de datos. En relación con los valores generales de las escalas, en el ERQP la escala de reevaluación cognitiva presentó una media de 4.54 (DE = 1.19) y la escala de supresión emocional una media de 3.47 (DE = 1.40), en una escala Likert de 7 puntos. Esto indica que los participantes reportaron un uso relativamente alto de la reevaluación cognitiva y

un nivel moderado de supresión emocional, concordando con lo encontrado por Gargurevich y Matos (2010) en investigaciones previas con población universitaria. Por otro lado, el IDE arrojó una media general de 1.89 (DE = .64) en una escala Likert de 5 puntos, lo cual refleja un nivel bajo de dependencia emocional en la muestra.

Los resultados indicaron que la supresión emocional presentó una correlación positiva y estadísticamente significativa con la dependencia emocional general, aunque con un tamaño de efecto pequeño (Tabla 3). Este hallazgo respalda la hipótesis específica $H_{1.1}$, que planteaba la existencia de una relación significativa entre la supresión emocional y la dependencia emocional. En contraste, la reevaluación cognitiva no mostró correlación significativa con la dependencia emocional general (Tabla 4), lo que lleva a no validar la hipótesis específica $H_{1.2}$. Estos resultados coinciden con lo señalado por Gross y John (2003, como se citó en Gargurevich y Matos, 2010), quienes describen la supresión emocional como una estrategia desadaptativa vinculada a efectos psicológicos negativos y dificultades en las relaciones interpersonales. Dado que solo una de las hipótesis específicas fue confirmada, no se pudo confirmar la Hipótesis General (H_1), determinando que no existe evidencia suficiente para afirmar que las estrategias de regulación emocional, en su conjunto, se relacionen significativamente con la dependencia emocional en la muestra estudiada. Asimismo, investigaciones como las de Fresneda (2015) y Momeñe et al. (2017) han reportado que una regulación emocional inadecuada se relaciona con mayores niveles de dependencia emocional, lo que respalda los hallazgos de este estudio. Por otro lado, la ausencia de relación significativa entre la reevaluación cognitiva y la dependencia emocional puede explicarse porque la reevaluación es un proceso adaptativo que permite reinterpretar experiencias emocionales, promoviendo una regulación más saludable y disminuyendo la probabilidad de desarrollar conductas dependientes.

En conjunto, estos resultados evidencian que la manera en que los estudiantes regulan sus emociones influye directamente en sus relaciones afectivas. La supresión emocional, al ser una estrategia desadaptativa, se asocia con un aumento en la dependencia emocional, mientras que la reevaluación cognitiva no ejerce un efecto significativo. Este hallazgo subraya la importancia de fomentar estrategias de regulación emocional saludables en el ámbito universitario, con el fin de prevenir patrones de dependencia emocional y promover el bienestar psicológico y social de los estudiantes.

5.2 Conclusiones

a) Dados los datos obtenidos, el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP) demostraron una alta confiabilidad en la muestra estudiada, lo que indica consistencia en las mediciones realizadas con estos instrumentos.

b) Las evidencias respaldan la validez de los instrumentos para medir los constructos propuestos en el contexto de esta investigación, confirmando su adecuación para fines de estudio. El Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQP) cuentan con estudios previos que avalan su validez y confiabilidad, además de presentar índices de validez y consistencia interna adecuados en la presente muestra.

c) Se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la supresión emocional (ERQP) y la dependencia emocional total (IDE). Este hallazgo indica que los estudiantes que tienden a utilizar la supresión emocional como estrategia de regulación emocional presentan mayores niveles de dependencia emocional, lo que respalda la hipótesis específica $H_{1.1}$.

d) No se halló una correlación estadísticamente significativa entre la reevaluación cognitiva y la dependencia emocional total. Esto sugiere que la reevaluación cognitiva,

considerada una estrategia adaptativa, no influye de manera relevante en los niveles de dependencia emocional de los estudiantes, lo que lleva a no validar la hipótesis específica $H_{1.2}$.

e) Dado que una de las hipótesis específicas no fue confirmada, la hipótesis general (H_1) tampoco se valida. Esto significa que, en la muestra evaluada, no se puede afirmar que las estrategias de regulación emocional en conjunto se relacionen significativamente con la dependencia emocional.

5.3 Recomendaciones

a) Desarrollar nuevas investigaciones aplicando los instrumentos utilizados en el estudio, ya que presentan evidencias de validez basadas en la estructura y permiten obtener puntuaciones confiables, con el fin de seguir evaluando la estabilidad y fiabilidad de los instrumentos en distintas poblaciones, además de profundizar en la comprensión de los constructos estudiados. Asimismo, la replicación en otros entornos podría proporcionar más datos para mejorar y optimizar estos instrumentos.

b) Replicar el presente estudio en otras muestras y en diversos contextos, con el fin de generalizar los hallazgos, elaborar baremos de mayor magnitud y generar una revisión más completa sobre los constructos, lo cual facilitará la identificación de posibles variaciones en los resultados según factores sociodemográficos, culturales o educativos, lo que podría enriquecer el análisis y dar lugar a intervenciones más específicas y contextualizadas.

c) Aplicar los presentes instrumentos psicométricos de manera presencial, con el fin de llevar un control sobre los datos de la muestra de estudio y observar posibles sesgos en las respuestas, además de reducir posibles efectos de distracción o influencia del

entorno digital, garantizando respuestas más precisas y aumentando la calidad de los datos recolectados.

d) Incluir otras variables en estudios posteriores, con el fin de realizar estudios más complejos y observar el comportamiento de los constructos al ser evaluados en conjunto con otras variables, para entender de manera más amplia cómo influyen los factores emocionales en diferentes áreas de la vida de los participantes.

e) Abordar los presentes constructos desde distintos enfoques teóricos, con el fin de observar posibles diferencias en los datos y resultados a obtener, para así ofrecer una visión más holística sobre los mecanismos que subyacen a la regulación emocional y su impacto en el bienestar de las personas.

f) Realizar investigaciones usando los presentes constructos, para así tener una visión más completa sobre la interacción de ambos en nuestro contexto nacional, y así analizar si los resultados obtenidos en el presente estudio se mantienen en diferentes regiones y culturas del país, y si existen factores socioculturales que puedan influir en la manera en que las personas regulan sus emociones.

REFERENCIAS

Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. http://hdl.handle.net/20.500.12404/12666

Aiken, L. R. (1980). Content validity and reliability of single items or questionnaires. Educational and Psychological Measurement, 40(4), 955–959. https://doi.org/10.1177/001316448004000419

Aiquipa, J. (2012). Diseño y validación del inventario de dependencia emocional (IDE). *Revista de investigación en psicología*, 15(1), 133-145. https://doi.org/10.15381/rinvp.v15i1.3673

Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología (PUCP)*, 33(2), 411-437. https://doi.org/10.18800/psico.201502.007

Álvarez, S., & Vittery, T. (2021). *Dependencia emocional y violencia de pareja en mujeres de un mercado del distrito de Florencia de Mora en Trujillo, 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad Cesar Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/83351

Anicama, J., Briceño, R., Villanueva, V., Pizarro, R., & Campos, N. (2018). Dependencia emocional y satisfacción familiar en estudiantes de una universidad privada de Lima. *Acta Psicológica Peruana*, 3(2), 326-352. http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/135

Atoche, Y., & Cavero, I. (2023). Análisis psicométrico del Inventario de dependencia emocional (IDE) en jóvenes de la ciudad de Piura, 2022. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad Cesar Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/116467

Bisquerra, R. (2018). *La regulación emocional*. Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar. RIEBEB. https://www.rafaelbisquerra.com/competencias-emocionales/regulacion-emocional/

Campo-Arias, A., & Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna. *Revista de salud pública*, 10, 831-839. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642008000500015&lng=en&tlng=es.

Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional, características y tratamiento*. Alianza editorial S.A.

Cipriano, D. (2017). Esquemas desadaptativos tempranos y dependencia emocional en estudiantes de 5to año de secundaria de las Instituciones Educativas Públicas de Nuevo Chimbote en el año 2016. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad Cesar Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/402

Cosar, L. (2021) Dependencia Emocional y Regulación Cognitiva Emocional en parejas de Lima Metropolitana. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC. http://hdl.handle.net/10757/655279

Davis, M., & Kraus, L. (1997). Personality and empathic accuracy. En W. Ickes (Ed.), *Empathic accuracy* (pp. 144-168). The Guilford Press.

Devellis, R. & Thorpe, C. (2012). *Scale development. Theory and applications*. SAGE.

Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrera, M., Olave, L., Iruarrizaga, I., & Estévez, A. (2024). Emotion regulation as a mediator in the relationship between early dysfunctional schemas and emotional dependence in young Spaniards. *Revista Española de Drogodependencias*, 49(2), 56-72. https://doi.org/10.54108/red.2024.49.2.56

Ferguson, C. (2009). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 532–538. https://doi.org/10.1037/a0015808

Fresneda, S. (2015). *Estudio descriptivo de los patrones que se han aprendido generacionalmente y que facilitan que una persona se involucre en relaciones afectivas dependientes*. [Monografía de licenciatura, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio Institucional de la Fundación Universitaria Los Libertadores. http://hdl.handle.net/11371/585

Fuentes, M. (2019). *Estrés laboral y regulación emocional en profesionales de salud mental*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. http://hdl.handle.net/20.500.12404/15469

García, R. (2014). *Metodología de la investigación: Ciencias Sociales*. Editorial Trillas.

Gargurevich, R., & Matos, L. (2010). Propiedades psicométricas del cuestionario de autoregulación emocional adaptado para el Perú (ERQP). *Revista de Psicología,* 12, 192-215. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/346852

Gómez, O., & Calleja, N. (2017). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. Revista mexicana de investigación en psicología, 8(1), 96-117. https://doi.org/10.32870/rmip.vi.312

González, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., & Extremera, N. (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y estrés*, 12, 155-166. https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/ucm/2006/anyes2006a12.pdf

Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291. https://doi.org/10.1017/S0048577201393198

Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación* (4ta ed.). McGraw-Hill Interamericana.

Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of adolescent health*, 46(1), 3-10. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008

Iruarrizaga, I., Estévez, A., Momeñe, J., Olave, L., Fernández-Cárdaba, L., Chávez-Vera, M. D., & Ferre-Navarrete, F. (2019). Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos, y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 76-103. https://hdl.handle.net/20.500.14352/95714

Kline, R. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling.* (5ta ed.). Guilford publications.

Lévano, K., Ramos, A., & Villalobos, J. (2023). Dependencia emocional y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología y Ciencias Sociales*, 9(2), 45-56. https://doi.org/10.35622/rpcs.2023.09.02.45

Mallma, N. (2014). *Relaciones Intrafamiliares y Dependencia Emocional en estudiantes de Psicología de un Centro de formación superior de Lima Sur*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. https://hdl.handle.net/20.500.13067/96

Mamani, M. (2022). *Influencia del apego sobre la regulación emocional en pacientes oncológicos adultos del servicio de quimioterapia ambulatoria del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, Lima Perú 2022*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/6045

Merino, C., & Livia, J. (2009). Intervalos de confianza asimétricos para el índice V de Aiken de validación de ítems. Anales de Psicología, 25(1), 169–171. https://www.redalyc.org/pdf/167/16711594019.pdf

Meza, D. (2019). *Regulación emocional en adolescentes del colegio Príncipe de Asturias-Villa el Salvador, Lima 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. https://hdl.handle.net/20.500.11818/4220

Momeñe, J., Jáuregui, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Psicología conductual*, 25(1), 65-78. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/04.Momene_25-1.pdf

Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A., Jiménez, J., Chávez-Vera, M., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología*, 37(1), 121-132. https://dx.doi.org/10.6018/analesps.37.1.404671

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037

Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational psychologist*, 37(2), 91-105. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3702_4

Roque, J. (2019). *Dependencia emocional en parejas adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Huancayo*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. https://hdl.handle.net/20.500.14005/9793

Rubini, C. (2016). *Ansiedad y regulación emocional en personal de enfermería psiquiátrica*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital de Tesis y Trabajos de Investigación PUCP. http://hdl.handle.net/20.500.12404/7105

Ruesta, A. (2020). *Revisión teórica de la regulación emocional*. [Tesis de bachiller, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de Tesis USAT. http://hdl.handle.net/20.500.12423/3133

Salazar, P., & Rojas, M. (2022). Estrategias de regulación emocional y bienestar psicológico en trabajadores de una empresa privada de Lima. *Revista de Investigación Psicológica*, 11(1), 88-99. https://doi.org/10.18050/rip.2022.11.01.088

Sánchez, H. & Reyes, C. (2021). *Metodología y diseños en la investigación científica*. (6ta ed.). Ricardo Palma.

Sanchez, A., & Velasquez, M. (2022). *Regulación emocional y síndrome de burnout académico en universitarios de ciencias de la salud en tiempos de pandemia por Covid-19*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Académico UPC. http://hdl.handle.net/10757/660420

Santana, L., Pérez, P., & Abreu, R. (2019). La gestión de Tecnologías de la Información: análisis factorial confirmatorio. *Ingeniería Industrial*, 40(3), 272-284. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1815-59362019000300272

Selltiz, C., Jahoda, M., Deutsch, M., & Cook, S. W. (1976). *Métodos de investigación en las relaciones sociales*. (2da ed.). Ediciones RIALP S.A.

Siegel, S. & Castellan, N.J. (1995) *Estadística no paramétrica, aplicada a las ciencias de la conducta*. (4ta ed.). Editorial Trillas.

The Jamovi Project. (2022). jamovi (Version 2.3) [Software]. https://www.jamovi.org

Tice, D., Bratslavsky, E., & Baumeister, R. (2001). Emotional distress regulation takes precedence over impulse control: if you feel bad, do it!. *Journal of personality and social psychology*, 80(1), 53–67. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11195891/

Valencia, Y. (2019). *Regulación emocional y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, municipio de Rionegro-Antioquia, Colombia, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2766

Yan, C., Ding, Q., Wang, Y., Wu, M., Gao, T., & Liu, X. (2022). The effect of cognitive reappraisal and expression suppression on sadness and the recognition of sad scenes: An event-related potential study. *Frontiers in Psychology*, 13, 935007. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.935007

ANEXOS

Anexo A

Consentimiento informado

Estrategias de regulación y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana

Buen día,

El presente estudio tiene como finalidad analizar la relación entre las estrategias de regulación y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima. A continuación, se le presentará dos formularios, el primero busca medir el uso de las estrategias de regulación emocional, mientras que el segundo busco medir la dependencia emocional en los participantes.

Los datos obtenidos mediante el presente formulario serán almacenados de forma confidencial y permanecerán en el anonimato, y serán utilizados con fines netamente de investigación.

De antemano muchas gracias por su atención y apoyo.

* Indica que la pregunta es obligatoria

1. ¿Aceptas participar en la investigación? *

Marca solo un óvalo.

- ◯ Sí
- ◯ No

Anexo B

Constancia de viabilidad ética del proyecto de investigación

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
Universidad del Perú. Decana de América
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
Instituto de Investigaciones Psicológicas

COMITÉ DE ÉTICA

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

CONSTANCIA DE VIABILIDAD ÉTICA DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

N° 003-CE-FP/UNMSM-2025

Luego de la evaluación de los aspectos éticos del proyecto *"ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA"*, presentado por el estudiante de psicología VILCA CARBONEL, Bruno Jair, para optar el título de psicólogo, el Comité de Ética del Instituto de Investigaciones Psicológicas de la Facultad de Psicología - Universidad Nacional Mayor de San Marcos, concluye en que el mismo, cumple con las normativas éticas correspondientes, por lo que expide la presente **CONSTANCIA** de **CUMPLIMIENTO DE LOS ASPECTOS ÉTICOS**.

C.U., 28 de abril de 2025

UNMSM
Firmado digitalmente por DIOSES CHOCANO Alejandro Segundo FAU 20148592282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 02.05.2025 10:08:59 -05:00

Dr. Alejandro S. Dioses Chocano
Presidente del Comité de Ética
Instituto de Investigaciones Psicológicas
Facultad de Psicología - UNMSM

Anexo C

Validez de contenido del Inventario de Dependencia Emocional

Se realizó la validez de contenido por el método de criterio de jueces, contando con la participación de 5 expertos, en la tabla 5 se puede observar que todos los ítems alcanzan valores V de Aiken que permiten indicar que poseen claridad.

Tabla 5

Evaluación de jueces expertos según claridad

Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Rango	Suma	n jueces	V
1	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
2	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
3	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
4	4	4	4	4	4	3	19	5	0.93
5	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
6	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
7	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
8	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
9	4	3	4	4	4	3	19	5	0.93
10	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
11	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
12	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
13	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
14	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
15	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
16	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
17	4	3	4	4	4	3	19	5	0.93
18	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
19	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
20	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
21	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
22	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
23	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
24	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
25	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
26	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
27	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
28	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
29	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
30	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
31	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
32	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
33	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

34	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
35	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
36	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
37	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
38	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
39	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
40	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
41	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
42	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
43	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
44	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
45	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
46	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
47	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
48	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
49	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

A su vez, de acuerdo con la evaluación de los expertos, en la tabla 6 se puede observar que todos los ítems alcanzan valores V de Aiken que permiten indicar que poseen coherencia.

Tabla 6

Evaluación de jueces expertos según coherencia

Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Rango	Suma	n jueces	V
1	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
2	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
3	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
4	4	4	4	4	3	3	19	5	0.93
5	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
6	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
7	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
8	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
9	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
10	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
11	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
12	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
13	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
14	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
15	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
16	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
17	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
18	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
19	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
20	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
21	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
22	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
23	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
24	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

25	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
26	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
27	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
28	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
29	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
30	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
31	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
32	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
33	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
34	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
35	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
36	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
37	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
38	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
39	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
40	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
41	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
42	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
43	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
44	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
45	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
46	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
47	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
48	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
49	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

Finalmente, en la tabla 7 se observa también que todos los ítems alcanzan valores V de Aiken que permiten indicar que poseen coherencia, de acuerdo con la evaluación de los jueces expertos.

Tabla 7

Evaluación de jueces expertos según relevancia

ITEM	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Juez 4	Juez 5	Rango	Suma	n jueces	V
1	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
2	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
3	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
4	4	4	4	4	2	3	18	5	0.87
5	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
6	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
7	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
8	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
9	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
10	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
11	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
12	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

13	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
14	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
15	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
16	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
17	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
18	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
19	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
20	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
21	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
22	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
23	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
24	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
25	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
26	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
27	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
28	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
29	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
30	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
31	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
32	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
33	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
34	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
35	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
36	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
37	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
38	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
39	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
40	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
41	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
42	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
43	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
44	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
45	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
46	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
47	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
48	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00
49	4	4	4	4	4	3	20	5	1.00

ANEXO D

Análisis Psicométrico del ERQP

La tabla 8 presenta los índices de ajuste obtenidos en el análisis factorial confirmatorio (AFC) aplicado al Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP). Se comparan dos modelos: el Modelo 1, que incluye los 10 ítems originales distribuidos en dos factores, y el Modelo 2, que excluye el ítem 8. Se reportan los valores del índice de ajuste comparativo (CFI), el índice de Tucker-Lewis (TLI) y la raíz cuadrada media residual estandarizada (SRMR), utilizados para evaluar la adecuación del ajuste del modelo a los datos empíricos.

Tabla 8

Evidencias de validez basadas en la estructura interna, medidas de ajuste del análisis factorial confirmatorio de las escalas que conforman el ERQP

					IC 90% del RMSEA			
Modelo	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	Inferior	Superior	AIC	BIC
Modelo 1	.923	.898	.055	.095	.061	.128	3719	3802
Modelo 2	.915	.883	.053	.101	.063	.139	3416	3491

Nota: El modelo 1 incluye los dos factores con los 10 ítems, mientras que el modelo 2 se excluye uno (ítem 8). CFI: índice de ajuste comparativo, TLI: índice de Tucker-Lewis, SRMR: raíz cuadrada media residual estandarizada, RMSEA: error de aproximación, AIC: criterio de información de Akaike y BIC: criterio de información Bayesiano.

La tabla 9 muestra los resultados de la confiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y John (ERQP), calculada a partir de los coeficientes α de Cronbach y ω de McDonald. Se presentan los valores de consistencia interna para las escalas de Reevaluación Cognitiva (5 ítems, excluyendo el ítem 8) y Supresión Emocional (4 ítems), así como sus medias y desviaciones estándar en la muestra de 107 participantes.

Tabla 9

Confiabilidad por consistencia interna de las escalas y el total del ERQP

Escala	N° de ítems	Media	DE	α de Cronbach	ω de McDonald
Reevaluación cognitiva	5	4.54	1.19	.81	.81
Supresión emocional	4	3.47	1.40	.83	.83

Nota: n = 107. Para el cálculo de confiabilidad en la escala de reevaluación cognitiva, no se incluyó el ítem N° 8, de acuerdo con lo sugerido por Gargurevich y Matos (2010). α de Cronbach y ω de McDonald se emplearon como indicadores de consistencia interna. Valores iguales o superiores a .80 son considerados adecuados (Devellis y Thorpe, 2012).

ANEXO E

Análisis Psicométrico del IDE

La tabla 10 presenta los resultados del análisis de validez de contenido del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), obtenido mediante el coeficiente V de Aiken. Se muestran los valores mínimos, máximos y promedios alcanzados para los criterios de claridad, coherencia y relevancia, evaluados por cinco jueces expertos. El coeficiente V de Aiken permitió estimar la pertinencia y representatividad de los ítems de acuerdo con la valoración de los jueces.

Tabla 10

Evidencias de validez basadas en contenido según índice V de Aiken de los ítems que conforman el IDE

Criterio	V mínimo	V máximo	V promedio
Claridad	0.93	1.00	0.996
Coherencia	0.93	1.00	0.999
Relevancia	0.87	1.00	0.997

Nota: V de Aiken permite estimar la validez de contenido de los ítems a partir del juicio de expertos, considerando criterios como claridad, coherencia y relevancia. Se evaluó en conjunto con 5 jueces expertos.

La tabla 11 presenta los resultados del análisis de confiabilidad del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), evaluado mediante los coeficientes α de Cronbach y ω de McDonald. Se muestran los valores obtenidos para la escala total, compuesta por 49 ítems, junto con la media y la desviación estándar de las puntuaciones en la muestra de 107 participantes. Ambos coeficientes evidencian una alta consistencia interna del instrumento, lo que respalda su fiabilidad para la medición de la dependencia emocional en la población estudiada.

Tabla 11

Confiabilidad por consistencia interna de la escala total del IDE

Escala	N° de ítems	Media	DE	α de Cronbach	ω de McDonald
Escala total IDE	49	1.89	.64	.97	.97

Nota: N=107