



Universidad
Norbert Wiener

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Tesis

Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una
asociación de El Agustino, Lima 2025

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Cisneros Alarcón, Nelly Isabel

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9422-7035>

Asesora: Dra. Camacho Silva, Santa Obdulia

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5794-0736>

Lima – Perú

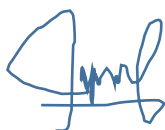
2026

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, NELLY ISABEL CISNEROS ALARCON egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Programa Académico de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima – 2025” Asesorado por el docente: Camacho Silva, Santa Obdulia DNI: 07071577 ORCID: 0000-0002-5794-0736. tiene un índice de similitud de (18) (DIECIOCHO) % con código 14912:518429760 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.

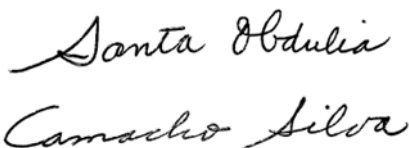


.....
Firma de autor 1

Nombres y apellidos del Egresado
NELLY ISABEL CISNEROS ALARCON
DNI: 41748455

.....
Firma de autor 2

Nombres y apellidos del Egresado
DNI:



Firma

Nombres y apellidos del Asesor
Dra. Camacho Silva, Santa Obdulia
DNI: 07071577

Lima, 01 de junio del 2026

Dedicatoria

A Dios, por darme la vida, ser mi sustento en cada momento y concederme la sabiduría y la fortaleza necesarias para alcanzar esta meta. A mis padres, por su esfuerzo incansable, por brindarme su amor incondicional y por enseñarme valores y principios que han guiado mi camino, motivándome siempre a perseverar y no rendirme. También dedico este trabajo a mis hermanos, con quienes he superado diversas adversidades y cuya valentía y coraje han sido fuente constante de inspiración. A mi esposo, quien me ha acompañado con amor y aliento a lo largo de mi carrera, y cuyo apoyo ha hecho posible que este día se convierta en realidad. Finalmente, a mis hijos, por ser mi mayor alegría y por darme la fuerza necesaria para continuar creciendo y cumpliendo mis sueños.

Agradecimiento

A Dios, cuyo amor y guía han iluminado cada paso de mi vida y han hecho posible la culminación de este trabajo. Expreso mi gratitud a mis padres, quienes con dedicación, esfuerzo y apoyo incondicional han sido pilares fundamentales en mi formación personal y profesional. A mis hermanos, por acompañarme en los momentos difíciles y celebrar conmigo cada logro. A mi esposo, por su paciencia, comprensión y respaldo constante, que han sido esenciales para avanzar con firmeza. A mis hijos, por ser mi inspiración diaria y recordarme el valor de cada esfuerzo. Extiendo también mi agradecimiento a mi asesora y a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron con sus conocimientos, tiempo o palabras de ánimo para que este proyecto se hiciera realidad.

Índice general

Aprobación de jurado.....	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento.....	v
Índice general	vi
Índice de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	x
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	11
1.1. Planteamiento del problema.....	11
1.2. Formulación del problema	13
1.2.1. Problema general	13
1.2.2. Problemas específicos.....	13
1.3. Objetivo general y específicos	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos	14
1.4. Justificación de la investigación.....	15
1.4.1. Teórica	15
1.4.2. Metodológica.....	15
1.4.3. Práctica.....	16
1.5. Limitaciones de la investigación	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes de la investigación	17
2.2. Bases teóricas	23
2.3. Formulación de hipótesis	30
2.3.1. Hipótesis general	30
2.3.2. Hipótesis específicas.....	30
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	32
3.1. Método de investigación.....	32
3.2. Enfoque investigativo	32
3.3. Tipo de investigación.....	32
3.4. Diseño de la investigación	33
3.5. Población, muestra y muestreo.....	33
3.6. Variables y operacionalización	35
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
3.8. Procesamiento y análisis de datos	39

3.9. Aspectos éticos	41
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	42
4.1. Resultados	42
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	42
4.1.2. Prueba de hipótesis	45
4.1.3. Discusión de resultados	49
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	56
5.1. Conclusiones	56
5.2. Recomendaciones	57
REFERENCIAS	59
ANEXOS.....	64
Anexo 1. Matriz de consistencia	64
Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables	67
Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos.....	69
Anexo 4. Consentimiento informado	73

Índice de tablas

Tabla 1. Distribución de datos sociodemográficos	42
Tabla 2. Distribución de estado sentimental.....	42
Tabla 3. Distribución de nivel de resiliencia	43
Tabla 4. Distribución de nivel de dimensiones de resiliencia	43
Tabla 5. Distribución de nivel de dependencia emocional.....	44
Tabla 6. Distribución de nivel de dimensiones de la dependencia emocional	44
Tabla 7. Prueba de normalidad	45
Tabla 8. Relación entre resiliencia y la dependencia emocional vida	46
Tabla 9. Relación entre perseverancia en la resiliencia y la dependencia emocional....	46
Tabla 10. Relación entre ecuanimidad en la resiliencia y la dependencia emocional ...	47
Tabla 11. Relación entre autoconfianza en la resiliencia y la dependencia emocional .	47
Tabla 12. Relación entre sentirse bien solo y la dependencia emocional	48
Tabla 13. Relación entre satisfacción personal y la dependencia emocional.....	49

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino, Lima, durante el año 2025. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de corte transversal y nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 132 mujeres, seleccionadas mediante muestreo censal. Para la recolección de datos se emplearon la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y el Inventario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño, ambos instrumentos con adecuados índices de validez y confiabilidad. Los resultados evidenciaron una relación negativa y estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional ($r = -0.414$; $p < 0.01$), lo que indica que mayores niveles de resiliencia se asocian con menores niveles de dependencia afectiva. Se concluye que la resiliencia constituye un factor protector frente a la dependencia emocional en mujeres adultas del contexto comunitario evaluado.

Palabras clave: Resiliencia; Dependencia emocional; Mujeres adultas; Salud mental; Bienestar psicológico.

Abstract

The objective of this study was to determine the relationship between resilience and emotional dependence in women aged 30 to 50 belonging to an association in the Agustino district of Lima during the year 2025. The research was conducted using a quantitative approach, with a non-experimental, cross-sectional, correlational design. The sample consisted of 132 women, selected through census sampling. Data collection was carried out using the Wagnild and Young Resilience Scale and the Lemos and Londoño Emotional Dependency Inventory, both instruments with adequate validity and reliability indices. The results showed a negative and statistically significant relationship between resilience and emotional dependence ($r = -0.414$; $p < 0.01$), indicating that higher levels of resilience are associated with lower levels of emotional dependence. It is concluded that resilience is a protective factor against emotional dependence in adult women in the community context evaluated.

Keywords: Resilience; Emotional dependence; Adult women; Mental health; Psychological well-being.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Su prevalencia de la dependencia emocional en la población general se sitúa entre el 11% y el 23%, lo cual indica que no se trata de un fenómeno exclusivamente clínico, sino de una condición presente también en contextos cotidianos. Asimismo, se ha documentado su asociación con problemas psicológicos complejos, como ideación suicida, dificultades en la regulación emocional y uso problemático de sustancias. La evidencia también ha señalado su relación con dinámicas disfuncionales en las relaciones de pareja, como la violencia íntima (Merlyn et al., 2024; Valle & Moral, 2017).

En el contexto africano, un estudio realizado en Kenia reveló que el 68 % de los participantes reportó haber experimentado dependencia emocional en sus relaciones de pareja, lo cual se correlacionó significativamente con situaciones de violencia doméstica, particularmente con casos de homicidio conyugal (Onyango & Maroko, 2022). Este hallazgo subraya la relación directa entre la dependencia afectiva y la exposición a contextos de riesgo extremo en relaciones íntimas. De manera similar, en Túnez se observó que el 38,3 % de las mujeres víctimas de violencia de pareja presentaban niveles elevados de dependencia emocional hacia sus cónyuges, lo que evidencia su alta prevalencia en poblaciones vulnerables y su potencial influencia en la perpetuación de vínculos disfuncionales (Macía et al., 2023).

En Europa, la dependencia emocional ha sido examinada en distintos grupos poblacionales y contextos socioculturales. Investigaciones han señalado que mujeres provenientes de sociedades colectivistas, al migrar a países europeos, pueden manifestar mayores niveles de dependencia afectiva debido a normas culturales orientadas a la armonía relacional y al rol cuidador, lo cual dificulta su adaptación y bienestar psicológico (Klein et al., 2024).

Por otro lado, en el contexto asiático, se ha documentado que pacientes que interactúan activamente en comunidades de salud en línea desarrollan formas de dependencia emocional hacia sus proveedores médicos, particularmente cuando el acompañamiento comunicacional resulta eficaz (Huertas-Domingo et al., 2025).

Complementando, en una muestra de mujeres latinoamericanas de entre 40 y 50 años que convivían en unión libre, se observó que el 8,7 % presentaba un nivel alto de dependencia

emocional, el mismo porcentaje con nivel moderado y un 26,0 % con un nivel considerado significativo (Herrera & Alcívar, 2024). Asimismo, informes han advertido que más del 50% de las mujeres en América Latina han experimentado algún tipo de violencia por parte de sus parejas a lo largo de su vida (Chuñe et al., 2024). Este dato, aunque no evalúa directamente la dependencia emocional, permite contextualizar la frecuencia con que se presentan vínculos afectivos disfuncionales en la región, dentro de los cuales la dependencia puede actuar como un factor de vulnerabilidad que perpetúa dinámicas de sometimiento o resignación afectiva.

En el contexto peruano, estudios recientes han evidenciado una presencia notable de dependencia emocional, particularmente entre mujeres adultas. Por ejemplo, en una investigación realizada en el país se identificó que el 73,1% de las participantes del sexo femenino manifestó dependencia emocional, de las cuales un 41,9% presentó un nivel elevado de este patrón afectivo (Galindo & Zarate, 2023).

En este contexto, la resiliencia se introduce como una variable psicológica protectora frente a la dependencia emocional, dado que permite afrontar situaciones adversas mediante recursos de adaptación positiva, fortalecimiento del autoconcepto y regulación emocional (Mouatsou & Koutra, 2023). Su presencia podría contrarrestar los efectos disfuncionales de la dependencia afectiva, caracterizada por vínculos de subordinación emocional, necesidad excesiva de aprobación y baja autonomía interpersonal.

En el estudio de la dependencia, las problemáticas que afectan a las mujeres han sido tradicionalmente abordadas en relación con las de los varones, con una marcada orientación hacia poblaciones clínicas o hacia grupos específicos como adolescentes y adultas jóvenes (Pavarin & Biolcati, 2015). Sin embargo, la etapa comprendida entre los 30 y 50 años se distingue por la consolidación de una posición social estable y la asunción simultánea de múltiples roles, entre ellos, la actividad laboral, la maternidad, la corresponsabilidad en el hogar y el sostenimiento de vínculos afectivos significativos.

A esta dinámica se suman los cambios sociales recientes que han favorecido una mayor participación femenina en espacios públicos, laborales y recreativos, lo que ha repercutido en sus patrones de interacción, hábitos de consumo y, en algunos casos, en la manifestación de conductas asociadas a formas de dependencia o comportamiento adictivo (Lütolf, 2025).

Por otro lado, la dependencia emocional se manifiesta como una necesidad afectiva

intensa hacia otra persona, comúnmente la pareja, y ha sido relacionada con patrones adictivos no asociados a sustancias, así como con síntomas psicológicos desadaptativos. Asimismo, se ha identificado que este tipo de dependencia comparte mecanismos neurobiológicos con otras adicciones, incluyendo la activación del sistema de recompensa cerebral, la presencia de síntomas de abstinencia y la pérdida de control, lo cual puede afectar significativamente la funcionalidad personal y social. Además, se ha documentado su asociación con conductas impulsivas y estados emocionales negativos como ansiedad, depresión, somatización y hostilidad (Macía et al., 2023; Perrotta, 2021).

Sin embargo, la relación entre ambos constructos ha sido escasamente abordada en mujeres adultas de mediana edad en el contexto peruano, a pesar de que este grupo suele asumir múltiples roles sociales y afectivos que pueden incidir en su salud emocional.

Esta ausencia de estudios representa una brecha de conocimiento, particularmente en contextos urbanos donde las exigencias personales, familiares y laborales son simultáneas. Ante ello, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025, con el fin de generar evidencia empírica que contribuya a la comprensión de los factores que afectan el bienestar emocional femenino y sustente el diseño de estrategias de intervención orientadas a fortalecer la autonomía afectiva y los recursos personales en este grupo poblacional.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025?

1.3. Objetivo general y específicos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- Determinar la relación entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Desde el punto de vista teórico, la presente investigación buscó aportar al conocimiento sobre los factores que influyeron en la salud emocional de mujeres adultas, mediante el análisis de la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia. La dependencia emocional se sustentó en la teoría del apego de Bowlby, la cual planteó que los vínculos afectivos establecidos en la infancia condicionaban los patrones relacionales en la adultez, especialmente en personas con apego inseguro, quienes desarrollaban una necesidad excesiva de aprobación, temor al abandono y dificultades para establecer autonomía emocional. Asimismo, la resiliencia se fundamentó en la teoría del afrontamiento y la adaptación positiva, particularmente desde el enfoque propuesto por Wagnild y Young, quienes la conceptualizaron como una capacidad multidimensional conformada por la autoconfianza, la perseverancia, el sentido de vida, el equilibrio y la aceptación. La integración de ambos enfoques permitió examinar de qué manera la resiliencia pudo modular la intensidad o expresión de la dependencia emocional, dando lugar a perfiles diferenciados en mujeres adultas expuestas a demandas afectivas y sociales simultáneas. Además, los hallazgos obtenidos posibilitaron contrastar y complementar teorías previas, considerando las condiciones particulares de mujeres de mediana edad en un contexto urbano del Perú, donde convergieron exigencias laborales, familiares y relacionales que influyeron en la configuración de su experiencia emocional.

1.4.2. Metodológica

La presente investigación se sustentó en un enfoque cuantitativo, con un alcance correlacional, debido a que este permitió examinar la relación estadística entre la dependencia emocional y los niveles de resiliencia en mujeres adultas de 30 a 50 años. Esta metodología resultó pertinente para identificar posibles patrones de asociación entre variables psicológicas sin recurrir a la manipulación experimental. Para tal fin, se emplearon instrumentos estandarizados y validados, como el “Cuestionario de Dependencia Emocional” de Lemos y Londoño, el cual evaluó aspectos relacionados con la necesidad de exclusividad, el miedo a la

ruptura, la atención obsesiva y la expresión afectiva desmedida; así como la “Escala de Resiliencia” de Wagnild y Young, que permitió medir dimensiones vinculadas con la autoconfianza, la perseverancia, el equilibrio emocional y la aceptación de la vida.

1.4.3. Práctica

Los resultados obtenidos en la investigación constituyeron una base sólida para el diseño e implementación de estrategias orientadas a fortalecer la resiliencia y disminuir los niveles de dependencia emocional en mujeres adultas pertenecientes a una asociación de El Agustino, en Lima. Al identificar las dimensiones de la resiliencia asociadas con una menor dependencia emocional, fue posible proponer intervenciones psicoeducativas y comunitarias destinadas a promover el afrontamiento adaptativo frente a situaciones adversas, especialmente en contextos donde prevalecían condiciones de vulnerabilidad emocional o social. Asimismo, los hallazgos generados pudieron ser utilizados por instituciones de salud, centros comunitarios y organismos gubernamentales para elaborar programas preventivos y de acompañamiento psicológico que favorecieran el bienestar emocional y la autonomía afectiva de las mujeres en esta etapa del ciclo vital.

1.5. Limitaciones de la investigación

La presente investigación presentó limitaciones debido a que el estudio adoptó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, no fue posible establecer relaciones de causalidad entre la resiliencia y la dependencia emocional, sino únicamente identificar asociaciones existentes entre ambas variables en un momento específico. Asimismo, la delimitación de la población de estudio a mujeres pertenecientes a una sola asociación del distrito de El Agustino, restringieron la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones o contextos socioculturales. Finalmente, la recolección de datos mediante instrumentos de autorreporte pudo verse influenciada por sesgos asociados a la deseabilidad social o a la interpretación subjetiva de los ítems, lo cual constituye una limitación inherente a este tipo de estudios.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Internacionales

Moral-Jiménez y Mena-Baumann (2024) realizaron un estudio analítico con el objetivo de examinar la relación entre la dependencia emocional, los rasgos narcisistas de la pareja y el abuso psicológico en relaciones afectivas, además de explorar posibles diferencias según el sexo de los participantes. La muestra estuvo conformada por 271 personas adultas (144 mujeres y 127 varones), con edades entre 18 y 66 años ($M = 36.9$; $SD = 14.748$), seleccionadas mediante muestreo no probabilístico. Se utilizaron escalas estandarizadas para medir dependencia emocional, percepción de rasgos narcisistas en la pareja y experiencias de abuso psicológico. Los resultados mostraron que el 22,9% de los participantes presentó dependencia emocional, y quienes la manifestaban reportaron una percepción significativamente más alta de rasgos narcisistas en sus parejas ($M = 17.94$; $SD = 8.40$) en comparación con quienes no presentaban dependencia ($M = 14.55$; $SD = 7.74$), diferencia estadísticamente significativa ($p = 0.005$). Asimismo, se identificó una correlación positiva entre los rasgos narcisistas de la pareja y el abuso psicológico percibido (r [valor de correlación] = 0.325 ; $p < 0.001$), indicando que, aunque el tamaño del efecto fue bajo, la relación es consistente. Estos hallazgos concluyen en la relevancia de considerar los vínculos entre dependencia emocional, percepción de narcisismo y riesgo de abuso psicológico en la dinámica de las relaciones de pareja, sin encontrarse diferencias significativas por sexo en estas variables.

Merlyn et al. (2024) llevaron a cabo un estudio transversal con el propósito de analizar la relación entre los estilos de apego y la dependencia emocional en adultos, considerando además diferencias por edad y sexo. Participaron 1,383 personas adultas residentes en Quito, Ecuador, con edades entre 25 y 60 años ($M = 36.75$; $SD = 8.51$), de las cuales el 64.3% se identificó como mujer y el 35.7% como varón. Se aplicaron cuestionarios en línea validados para evaluar tanto los estilos de apego (seguro, evitativo, preocupado y temeroso) como la dependencia emocional. Los hallazgos evidenciaron que los estilos de apego inseguro, específicamente el apego preocupado y temeroso, se correlacionaron

significativamente con niveles más elevados de dependencia emocional ($r = 0.469$ y $r = 0.342$, respectivamente; $p < 0.01$), mientras que el apego seguro se asoció negativamente con dicha dependencia ($r = -0.112$; $p < 0.01$). Además, mediante análisis de regresión, se identificó que el apego preocupado explicó el 25 % de la varianza en la dependencia emocional, y el apego temeroso explicó un 14 %. Los autores concluyen que las personas con baja autoestima y sentimientos persistentes de no merecer afecto presentan una mayor predisposición a desarrollar vínculos de dependencia emocional.

Castillo-González et al. (2024) desarrollaron un estudio cuantitativo con enfoque analítico, cuyo propósito fue examinar la relación entre la violencia en el noviazgo y la dependencia emocional, considerando además las diferencias según el sexo en Ecuador. Se encuestó a un total de 3203, de los cuales el 35.7 % fueron varones y el 64.3 % mujeres, con edades comprendidas entre 16 y 48 años ($M = 21.50$; $SD = 2.82$), seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se aplicaron el “Cuestionario sobre Violencia en la Pareja” (CUVINO) y el “Cuestionario de Dependencia Emocional” (CDE). Los resultados revelaron que la violencia en el noviazgo es una problemática presente tanto en hombres como en mujeres, con una prevalencia general de victimización del 90.4% en varones y 88.1% en mujeres. Aunque la diferencia en la experiencia global de violencia no fue estadísticamente significativa ($\chi^2(1) = 3.810$; $p = 0.051$), sí se hallaron diferencias significativas en la intensidad y tipos específicos de violencia. En particular, las mujeres reportaron mayores niveles de violencia psicológica, sexual e instrumental ($p < 0.001$), mientras que los hombres presentaron un mayor reporte de violencia física leve. En cuanto a la dependencia emocional, los análisis mostraron que las mujeres obtuvieron puntuaciones significativamente más altas que los hombres en la escala general, lo cual fue confirmado por las proporciones observadas en los distintos factores del EDQ, tales como ansiedad por separación, miedo a la soledad y expresión afectiva de la pareja. Ante ello concluyen que quienes presentan altos niveles de dependencia emocional son más propensos a involucrarse en dinámicas relacionales marcadas por el maltrato.

Momeñe et al. (2022) llevaron a cabo un estudio correlacional con el objetivo de analizar la relación entre dependencia emocional, intolerancia a la incertidumbre,

tendencia a preocuparse, pesimismo y la permanencia en relaciones violentas, así como el papel mediador de estas variables. La muestra incluyó a 258 adultos, en su mayoría mujeres (77.1 %), con edades comprendidas entre 18 y 67 años ($M = 32.63$; $DE = 11.66$). Se utilizaron instrumentos psicométricos validados para evaluar la dependencia emocional, la violencia recibida (física y psicológica), la intolerancia a la incertidumbre, la preocupación excesiva y el pesimismo. Los análisis de correlación evidenciaron relaciones positivas y estadísticamente significativas entre la dependencia emocional y la intolerancia a la incertidumbre ($r = 0.42$), preocupación ($r = 0.39$), pesimismo ($r = 0.22$) y violencia psicológica ($r = 0.46$) y física recibida ($r = 0.36$). Además, los análisis de mediación demostraron que la tendencia a preocuparse explicó el 6.67 % de la relación entre dependencia emocional y violencia física, y el 4.54 % en el caso de la violencia psicológica. Asimismo, se identificó que la intolerancia a la incertidumbre explicó el 6.67 % de la relación entre dependencia emocional y violencia física recibida. Estos hallazgos concluyen que los factores cognitivo-afectivos son como mediadores en la relación entre dependencia emocional y experiencias de violencia.

Villa y Prieto (2021) llevaron a cabo un estudio transversal con el objetivo de analizar la relación entre la dependencia emocional y el control ejercido o sufrido por la pareja a través de redes sociales, dentro de relaciones sentimentales de jóvenes de España. La muestra estuvo conformada por 627, quienes completaron escalas estandarizadas para medir dependencia emocional, riesgo de adicción a redes sociales, y perpetración y victimización de ciberabuso. Los resultados revelaron que la dependencia emocional se asoció de manera significativa y positiva con el cibercontrol perpetrado ($\rho = 0.407$; $p < 0.001$) y con el cibercontrol victimizado ($\rho = 0.402$; $p < 0.001$), explicando el 16.6% y 16.2% de la varianza, respectivamente. También se halló una correlación menor pero significativa con la victimización por ciberagresión ($\rho = 0.310$; $p < 0.001$). Esto indica que las personas con dependencia emocional pueden desempeñar roles tanto de agresores como de víctimas en dinámicas de abuso en línea dentro de la pareja. Además, el cibercontrol perpetrado se correlacionó con el victimizado ($\rho = 0.336$; $p < 0.001$), mostrando que quienes ejercen control en línea también tienden a ser víctimas de comportamientos similares. En cuanto a diferencias por sexo, dentro del grupo

con dependencia emocional (35.9% del total), las mujeres presentaron un mayor riesgo de adicción a las TIC en comparación con los varones ($M = 2.40$ vs. $M = 2.26$; $p < 0.05$). En conjunto, estos hallazgos concluyen que la dependencia emocional es un factor en la aparición y perpetuación de patrones de ciberabuso en relaciones de pareja.

Nacionales

En una investigación desarrollada por Solano (2024) en centros de salud del distrito de Ate, Lima, se analizó la relación entre la dependencia emocional y la resiliencia en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja. El estudio fue de tipo básico, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de nivel correlacional, y contó con la participación de 103 mujeres entre 18 y 58 años. Los resultados evidenciaron una correlación negativa moderada entre la dependencia emocional global y la resiliencia total ($r = -0.443$; $p < 0.001$), lo cual sugiere que, a mayor nivel de dependencia emocional, menor es la capacidad resiliente. En cuanto a las dimensiones específicas de la resiliencia, se encontró una asociación inversa con la competencia personal ($r = -0.404$; $p < 0.001$) y con la aceptación de uno mismo y de la vida ($r = -0.452$; $p < 0.001$). Del mismo modo, se identificaron correlaciones negativas estadísticamente significativas entre las dimensiones de la dependencia emocional y la resiliencia, siendo los valores los siguientes: ansiedad de separación ($r = -0.426$; $p < 0.001$), expresión afectiva de la pareja ($r = -0.420$; $p < 0.001$), modificación de planes ($r = -0.392$; $p < 0.001$), miedo a la soledad ($r = -0.397$; $p < 0.001$), expresión límite ($r = -0.320$; $p < 0.001$) y búsqueda de atención ($r = -0.267$; $p < 0.01$). Estos hallazgos concluyen que una menor resiliencia se asocia consistentemente con mayores niveles de dependencia emocional en contextos de relaciones violentas.

En un estudio desarrollado por Paltán y Gaibor (2024) exploró la relación entre resiliencia y violencia intrafamiliar en una muestra de mujeres conductoras afiliadas a un sindicato de choferes profesionales. La investigación se sustentó en un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional no experimental. Para la recolección de datos se emplearon dos instrumentos validados como la “Escala de Resiliencia de Wagnild y Young” y el “Cuestionario de Violencia Intrafamiliar VIFJ4”. El análisis estadístico, realizado mediante la prueba de correlación de Spearman, evidenció una asociación negativa y estadísticamente significativa

entre la resiliencia y la violencia intrafamiliar ($r = -0.421$; $p < 0.001$), lo cual indica que, a menor nivel de resiliencia, mayor es la exposición a situaciones de violencia en el entorno familiar. En cuanto a los datos descriptivos, se reportó que el 76.7% de las participantes presentaban un nivel de resiliencia muy bajo, el 10.0% un nivel medio, el 8.9% bajo, y únicamente el 4.4% mostraba un nivel alto de resiliencia. Estos resultados concluyen que la escasa resiliencia puede constituirse como un factor de riesgo que perpetúe la vulnerabilidad ante dinámicas familiares adversas.

En otro estudio realizado por Romero (2023) en el distrito de Caraz, Áncash, se exploró la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja. La investigación fue de tipo básica, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, transversal y nivel correlacional. La muestra total estuvo compuesta por 275 mujeres adultas, de las cuales 131 fueron identificadas como víctimas de violencia y 144 como no víctimas. En cuanto a la variable resiliencia, se observó que en el grupo de víctimas predominó un nivel muy bajo (29.8%), seguido por niveles bajo (18.3%) y medio (26%), mientras que solo un 16.8% y 9.2% alcanzaron niveles alto y muy alto, respectivamente. En cuanto a la dependencia emocional, se evidenció una distribución con predominancia de niveles significativo (29.8%) y normal o bajo (29%), seguidos por niveles moderado (27.5%) y alto (13.7%). Los análisis correlacionales mostraron que, entre las participantes víctimas de violencia, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre resiliencia y dependencia emocional ($r = -0.098$; $p = 0.265$), lo que sugiere que en contextos de violencia persistente, los recursos resilientes pueden no ser suficientes para contrarrestar la dependencia afectiva. Por el contrario, en las mujeres no víctimas de violencia, la relación fue más pronunciada ($r = -0.139$; $p = 0.097$), aunque también sin alcanzar significancia estadística. Estos resultados permiten inferir que, si bien existe una tendencia a que niveles más altos de resiliencia se asocien con menor dependencia emocional, dicha asociación podría verse atenuada por la presencia de experiencias violentas o por otros factores contextuales y personales no controlados en el estudio.

Mondalgo y Pocco (2022) llevaron a cabo una investigación con el propósito de determinar la relación entre resiliencia y dependencia emocional en mujeres

víctimas de violencia familiar que acudían a denunciar a una comisaría de Andahuaylas. El estudio fue de tipo aplicativo, con enfoque cuantitativo, nivel correlacional, diseño no experimental de corte transversal y utilizó el método hipotético-deductivo. La muestra censal estuvo conformada por 81 mujeres víctimas de violencia, con edades no especificadas, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico. Los resultados indicaron una correlación alta, negativa y estadísticamente significativa entre la resiliencia global y la dependencia emocional ($r = -0.907$; $p < 0.05$), lo que evidencia que niveles bajos de resiliencia se asocian a niveles elevados de dependencia emocional. En el análisis por dimensiones, también se hallaron correlaciones altas e inversas con significancia estadística en todas las subescalas de la resiliencia: confianza en sí misma ($r = -0.841$; $p < 0.05$), ecuanimidad ($r = -0.769$; $p < 0.05$), perseverancia ($r = -0.877$; $p < 0.05$), satisfacción personal ($r = -0.806$; $p < 0.05$) y sentirse bien sola ($r = -0.749$; $p < 0.05$). En cuanto a los datos descriptivos, se identificó que el 46.9% de las participantes presentaban niveles bajos de resiliencia, mientras que el 44.4% evidenciaban niveles altos de dependencia emocional. Estos hallazgos concluyen que la resiliencia opera como un factor protector frente a la dependencia emocional en mujeres que enfrentan situaciones de violencia familiar.

En un estudio desarrollado por Alvarez (2022) en Callao, se exploró la relación entre la autoestima y la dependencia emocional en mujeres adultas. La investigación fue de tipo aplicada, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de nivel correlacional. Participaron 26 mujeres con edades entre 30 y 50 años, seleccionadas mediante muestreo censal, a quienes se aplicaron los instrumentos “Rosenberg Self-Esteem Scale” y el “Inventario de Dependencia Emocional” (IDE). Los resultados evidenciaron una correlación negativa de magnitud moderada entre la autoestima global y la dependencia emocional ($r = -0.511$; $p = 0.013$), lo que indica que niveles más altos de autoestima se asocian con menores niveles de dependencia afectiva. De manera más específica, se hallaron correlaciones diferenciadas según los niveles de autoestima: en participantes con autoestima alta, la relación con la dependencia emocional fue moderada y negativa ($r = -0.617$; $p = 0.044$); en aquellas con autoestima media, también se evidenció una relación negativa moderada ($r = -0.478$; $p = 0.024$); mientras que en mujeres con autoestima baja, la asociación fue más débil, aunque

estadísticamente significativa ($r = -0.342$; $p = 0.050$). Estos hallazgos concluyen que el fortalecimiento de la autoestima, en sus distintos niveles, podría desempeñar un papel protector frente a la dependencia emocional en mujeres adultas, particularmente en contextos comunitarios de atención psicosocial.

2.2. Bases teóricas

Resiliencia

Se entiende como un proceso adaptativo mediante el cual los individuos enfrentan y superan experiencias adversas, tales como traumas, conflictos interpersonales, enfermedades, dificultades económicas u otros eventos estresantes. De acuerdo con la “Asociación Americana de Psicología” (APA, 2020), este proceso permite que la persona responda de manera funcional a contextos desafiantes, manteniendo su estabilidad psicológica y emocional.

Etimológicamente, el término “resiliencia” proviene del latín *resiliere*, que hace referencia a la capacidad de volver al estado original tras una perturbación. En el ámbito psicológico, se ha adoptado para describir la capacidad de las personas para resistir, adaptarse y recuperarse ante situaciones adversas (Ruiz- Román et al., 2020). En este sentido, la resiliencia implica no solo soportar el impacto de la dificultad, sino también desarrollar una adaptación positiva frente a ella.

Asimismo, investigaciones recientes han resaltado que los individuos resilientes tienden a experimentar una mayor frecuencia de emociones positivas en su vida cotidiana, lo cual favorece una percepción más constructiva de las situaciones, en comparación con quienes presentan niveles bajos de resiliencia (Momeñe & Estévez, 2019).

Por otro lado, se reconoce que las personas, a lo largo de su ciclo vital, están expuestas a múltiples experiencias adversas, como pérdidas significativas, situaciones de riesgo o rupturas, que exigen respuestas adaptativas. En este contexto, aquellos sujetos que desarrollan estrategias efectivas para afrontar dichas situaciones y logran recuperarse funcionalmente son considerados psicológicamente resilientes (Cruz et al., 2020).

En concordancia con lo anterior, Carbajal (2021) señala que, para Wagnild y Young, la resiliencia es una característica de la personalidad que se adquiere a lo

largo del tiempo y que permite transformar emociones negativas en estados emocionales más adaptativos.

En contextos latinoamericanos, la resiliencia ha sido operacionalizada en cinco dimensiones interrelacionadas, las cuales explican diversas expresiones del afrontamiento psicológico positivo.

Perseverancia: Hace referencia a la capacidad del individuo para mantenerse constante en el logro de sus metas a pesar de las dificultades o fracasos. Implica esfuerzo sostenido, fortaleza de voluntad y persistencia frente a la adversidad. La persona perseverante no abandona fácilmente sus objetivos y asume los desafíos como oportunidades de superación.

Ecuanimidad: Se define como la habilidad para mantener el equilibrio emocional y la estabilidad ante situaciones de tensión, estrés o conflicto. Una persona ecuánime conserva una actitud serena y reflexiva, sin caer en reacciones impulsivas. Esta dimensión es esencial para evaluar la capacidad de autorregulación afectiva en contextos críticos.

Autoconfianza o confianza en sí mismo: Representa la percepción de eficacia personal, es decir, la creencia del individuo en su capacidad para tomar decisiones adecuadas, resolver problemas y enfrentar retos. Esta dimensión está vinculada al juicio positivo sobre las propias habilidades y a la seguridad interna para actuar con autonomía.

Sentirse bien solo (soledad positiva): Refiere a la capacidad de disfrutar de la compañía de uno mismo sin experimentar sentimientos de vacío o dependencia emocional. Implica un grado de autonomía afectiva, independencia emocional y la habilidad para encontrar bienestar sin necesidad de constante validación externa.

Satisfacción personal: Esta dimensión abarca el sentimiento general de bienestar, realización y conformidad con la vida propia. Incluye una visión positiva del pasado, aceptación de la historia personal y valoración de los logros alcanzados. La satisfacción personal favorece una actitud de gratitud y plenitud en la experiencia vital.

Teorías

Modelo Multidimensional de Resiliencia de Wagnild y Young (1993): Este modelo conceptualiza la resiliencia como una característica interna del individuo que le permite adaptarse positivamente ante circunstancias adversas. Wagnild y Young definen la resiliencia como la capacidad de una persona para mantener su estabilidad, integridad y sentido de propósito, incluso cuando enfrenta situaciones de estrés o crisis. A partir de estudios empíricos, las autoras desarrollaron una escala que evalúa esta capacidad en cinco dimensiones: perseverancia (fuerza interna para continuar frente a la dificultad), ecuanimidad (capacidad para mantener una perspectiva equilibrada ante la adversidad), autoconfianza (creencia en las propias capacidades para resolver problemas), satisfacción personal (sentimiento de plenitud con la propia vida) y sentirse bien solo (capacidad para tolerar y disfrutar de la soledad). Este enfoque permite comprender la resiliencia como un recurso personal relativamente estable que influye directamente en el afrontamiento saludable y en el bienestar psicológico.

Teoría del Desarrollo Resiliente (Masten, 2001): La teoría propuesta por Masten plantea que la resiliencia no es una cualidad extraordinaria, sino un proceso adaptativo normativo del desarrollo humano. Según esta perspectiva, la resiliencia se manifiesta cuando un individuo logra una adaptación positiva a pesar de haber experimentado situaciones de riesgo, trauma o adversidad. Masten sostiene que esta capacidad emerge de la interacción entre los recursos personales del individuo (como la inteligencia, el autocontrol o el sentido de propósito) y factores externos como el apoyo familiar, escolar o comunitario. Este modelo resalta el papel de los sistemas de protección y del entorno social en el fortalecimiento de la resiliencia, y propone que su desarrollo es posible a lo largo del ciclo vital, en función de las experiencias de vida y las oportunidades de aprendizaje.

Modelo Ecológico de la Resiliencia (Ungar, 2008): Este modelo amplía la concepción tradicional de la resiliencia, proponiendo un enfoque contextual, dinámico y culturalmente sensible. Para Ungar, la resiliencia debe entenderse como un proceso en el cual los individuos, en contextos adversos, logran acceder a los recursos necesarios para sostener su bienestar psicológico, emocional y social, mediante procesos de negociación con su entorno. En esta línea, no basta con que una persona tenga fortalezas internas, sino que también es indispensable

que el entorno facilite el acceso equitativo a servicios, redes de apoyo, oportunidades educativas y condiciones de vida dignas. La resiliencia, desde esta mirada, se construye en la interacción constante entre el sujeto y su contexto, y está determinada por factores socioculturales, económicos y comunitarios.

Dependencia emocional

Es un estado psicológico que se caracteriza por un comportamiento en la cual la persona se esfuerza demasiado por no ser abandonado, haciendo de todo para ese fin, exige mucha atención y es incapaz de tomar decisiones (Yancha y Guachamboza, 2023). Según la Organización Mundial de la Salud (MINSA), refiere acerca de la dependencia emocional provoca en el individuo buscar controlar u oprimir a la pareja, mostrando celos enfermizos, además estos patrones casi siempre están presentes en el individuo dependiente, esto porque toda su vida solo ha conocido relaciones similares en su entorno social y familiar, lo cual hace que él o ella busque de manera inconsciente relaciones con un patrón similar, ya que es el ideal estándar de relación que conoce. Esto acareara problemas que son perjudiciales para su bienestar psicológico, tanto para la persona dependiente como para la que no lo es (Cruz et al, 2020).

En este sentido Gonzales et al (2022) menciona que, la dependencia emocional se caracteriza por un patrón que implica procesos psicológicos, cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales que autorizan a los individuos admitir una relación asimétrica, centrándose extremadamente en su pareja y asumiendo una perspectiva subordinada debido a una afirmación equivocada sobre la pareja y amar. Eso hace que este problema se convierta en un patrón constante de penuria emocional, donde se intenta satisfacer a otras personas olvidándose de uno mismo (Álvarez y Vittery, 2021).

Teorías

Teoría del Apego de Bowlby (1980): La teoría del apego constituye uno de los principales marcos conceptuales para comprender la dependencia emocional en las relaciones afectivas. Según John Bowlby, los vínculos afectivos establecidos durante la infancia, particularmente con las figuras de cuidado primario, configuran patrones internos de funcionamiento que influyen el modo en que los individuos se relacionan emocionalmente en la adultez. Las personas con

apego inseguro, especialmente del tipo ansioso o ambivalente, tienden a desarrollar una necesidad excesiva de aprobación, miedo al abandono y una búsqueda constante de afecto, lo que puede derivar en conductas de dependencia emocional. En este sentido, la dependencia no se limita a una necesidad afectiva, sino que representa un patrón relacional aprendido, caracterizado por una elevada sensibilidad al rechazo y una baja autonomía emocional.

Modelo Cognitivo-Conductual de la Dependencia Emocional (Castelló, 2005): Este modelo conceptualiza la dependencia emocional como un patrón disfuncional de comportamiento afectivo, mantenido por distorsiones cognitivas y esquemas aprendidos en etapas tempranas del desarrollo. Castelló sostiene que las personas dependientes presentan creencias irracionales como “sin esa persona no valgo nada” o “si me deja, no podré continuar”, que refuerzan la necesidad compulsiva de estar con una pareja, aun cuando la relación sea perjudicial. Estas cogniciones disfuncionales están asociadas a déficits en la autoestima, escasa autorregulación emocional y dificultad para establecer límites interpersonales. El modelo enfatiza la importancia de la reestructuración cognitiva y el entrenamiento en habilidades de afrontamiento como parte del tratamiento clínico.

Enfoque Psicodinámico de la Dependencia Afectiva (Lemos y Londoño, 2006): Desde una perspectiva psicodinámica, la dependencia emocional es entendida como una manifestación de necesidades afectivas no resueltas, originadas en experiencias relacionales tempranas marcadas por carencias o vínculos ambivalentes. Lemos y Londoño describen la dependencia como un intento inconsciente de colmar vacíos afectivos a través del otro significativo, especialmente en las relaciones de pareja. Este tipo de dependencia suele caracterizarse por una idealización de la pareja, sumisión emocional, miedo extremo a la separación y conductas de control. El individuo dependiente establece relaciones basadas en la necesidad de validación y protección, más que en la reciprocidad emocional, lo cual afecta su autonomía y bienestar personal.

Dimensiones

- **Ansiedad de Separación:** Esta dimensión hace referencia al malestar psicológico intenso que experimenta el individuo ante la posibilidad o realidad de una separación de la pareja. Se caracteriza por pensamientos recurrentes de

abandono, angustia anticipatoria, y una necesidad constante de cercanía física y afectiva. Las personas con puntuaciones elevadas en esta dimensión suelen presentar conductas de búsqueda permanente de contacto y confirmación emocional.

- **Expresión Afectiva de la Pareja:** Evalúa la necesidad excesiva de demostraciones afectivas por parte de la pareja para mantener la estabilidad emocional del individuo. Las personas dependientes requieren con frecuencia gestos explícitos de amor, aprobación o atención, interpretando la ausencia de estas manifestaciones como señales de rechazo, lo cual incrementa su inseguridad y malestar afectivo.
- **Modificación de Planes:** Esta dimensión alude a la tendencia del individuo a subordinar sus propios proyectos, decisiones y rutinas para adaptarse a los deseos, necesidades o disponibilidad de la pareja. Refleja una pérdida de autonomía en la toma de decisiones y una alta complacencia como estrategia para evitar conflictos o rupturas, incluso en detrimento del bienestar personal.
- **Miedo a la Soledad:** Hace referencia a la aversión extrema a estar solo o sin pareja, lo que puede llevar a la permanencia en relaciones insatisfactorias o incluso dañinas. Esta dimensión refleja un vacío afectivo que se intenta compensar con la presencia del otro, generando una fuerte dependencia emocional que impide el desarrollo de la autonomía personal.
- **Expresión Límite:** Se relaciona con la manifestación de conductas emocionales extremas e impulsivas en el contexto de la relación de pareja, como llanto excesivo, explosiones de ira, amenazas o chantaje emocional. Estas conductas suelen aparecer como una forma de manejar el miedo a la pérdida y de controlar la relación, reflejando inestabilidad emocional y dificultad para autorregularse.
- **Búsqueda de Atención:** Esta dimensión evalúa la necesidad constante de ser el centro de atención de la pareja, lo cual implica comportamientos orientados a captar su interés de forma reiterativa. Las personas con alta puntuación en esta dimensión pueden recurrir a exagerar síntomas físicos o emocionales, dramatizar situaciones o generar dependencia instrumental como estrategia de vinculación.

Definiciones

Resiliencia: Es la capacidad del individuo para enfrentar, adaptarse y recuperarse exitosamente de situaciones adversas, trauma, estrés o crisis, manteniendo o restableciendo su funcionamiento psicológico óptimo (APA, 2020).

Dependencia emocional: Se define como un patrón persistente de necesidad afectiva desproporcionada hacia la pareja u otra figura significativa, caracterizado por ansiedad de separación, miedo a la soledad y conductas de subordinación emocional (Lemos & Londoño, 2006).

Violencia de pareja: Es cualquier acto de abuso físico, psicológico, sexual o económico ejercido por una persona hacia su pareja con la intención de controlar, dominar o generar daño, afectando el bienestar y la autonomía de la víctima (OMS, 2012).

Ansiedad de separación: Hace referencia al temor intenso y recurrente que experimenta una persona ante la posibilidad de perder el vínculo afectivo con su pareja, generando angustia y dependencia emocional elevada (Lemos & Londoño, 2006).

Competencia emocional: Es la habilidad del individuo para identificar, comprender y regular sus emociones de forma adaptativa, lo cual contribuye a un afrontamiento efectivo del estrés y a la promoción del bienestar psicológico (Villareal, 2022).

Autoconfianza: Es la percepción de seguridad y confianza en las propias capacidades para resolver problemas, tomar decisiones y afrontar desafíos vitales, incluso en contextos adversos (Wagnild & Young, 1993).

Miedo a la soledad: Es una dimensión de la dependencia emocional que refleja un temor intenso e irracional a estar sin compañía o sin pareja, lo cual puede llevar a mantener relaciones disfuncionales o dañinas (Lemos & Londoño, 2006).

Expresión afectiva de la pareja: Se refiere a la necesidad excesiva del individuo de recibir manifestaciones afectivas constantes de su pareja como única fuente de seguridad emocional (Lemos & Londoño, 2006).

Satisfacción personal: Es la percepción subjetiva de bienestar y realización con respecto a los logros personales, estilo de vida y relaciones sociales, siendo un

indicador clave de ajuste psicológico (Wagnild & Young, 1993).

Afrontamiento: Es el conjunto de estrategias cognitivas y conductuales utilizadas por un individuo para manejar las demandas internas o externas percibidas como desbordantes o estresantes (Lazarus & Folkman, 1984).

Bienestar psicológico: Hace referencia al equilibrio emocional y mental de una persona, manifestado en la percepción de control, autonomía, relaciones positivas y sentido de vida, elementos esenciales para la salud mental (Ryff & Singer, 1998).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Ho: No relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

- H1i: Existe relación significativa entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H1o: No relación significativa entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H2i: Existe relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H2o: No relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H3i: Existe relación significativa entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

- H3o: No relación significativa entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H4i: Existe relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H4o: No relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H5i: Existe relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.
- H5o: No relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

El método general de la presente investigación fue el método científico, entendido como un proceso sistemático, lógico y verificable orientado a la producción de conocimiento objetivo a partir de la formulación de problemas, planteamiento de hipótesis, recolección de datos y análisis de resultados (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Como método específico se empleó el método hipotético-deductivo, el cual consiste en formular hipótesis derivadas de fundamentos teóricos previos para posteriormente someterlas a contrastación empírica mediante el análisis de datos (Supo, 2012). En este sentido, la investigación partió de postulados teóricos sobre la resiliencia y la dependencia emocional, estableciendo hipótesis que fueron verificadas estadísticamente en la muestra estudiada.

3.2. Enfoque investigativo

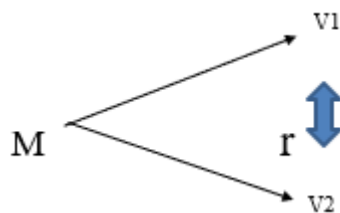
Del mismo modo, la investigación se sustentó en un enfoque cuantitativo, el cual se caracterizó por la recolección y el análisis de datos numéricos mediante procedimientos estadísticos. Este enfoque resultó pertinente para describir los fenómenos observados y evaluar las relaciones entre las variables de interés dentro de un marco verificable y objetivo. A través de este método fue posible formular y contrastar hipótesis específicas, apoyándose en técnicas sistemáticas ampliamente reconocidas por la comunidad científica (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

3.3. Tipo de investigación

La investigación fue de tipo básica, debido a que se orientó a la generación de conocimiento teórico acerca de las variables analizadas, sin perseguir una aplicación inmediata en escenarios prácticos. Los resultados obtenidos fueron interpretados en función de estudios previos, lo que permitió contrastar evidencias, reconocer tendencias y formular conclusiones acordes con los objetivos planteados por la investigación (Guevara et al., 2020).

3.4. Diseño de la investigación

El diseño metodológico correspondió a un estudio no experimental, ya que las variables no fueron manipuladas por el investigador y se analizaron tal como se manifestaron en su contexto natural. Asimismo, la investigación adoptó un corte transversal, puesto que la recolección de la información se realizó en un único momento del tiempo, permitiendo obtener una radiografía de los niveles de resiliencia y dependencia emocional presentes en las participantes durante el periodo de estudio. A la vez, el alcance fue relacional, dado que se buscó examinar la asociación existente entre ambas variables, identificando la dirección y la magnitud del vínculo sin establecer causalidad. En conjunto, estas características metodológicas permitieron describir y analizar la relación entre los niveles de resiliencia y dependencia emocional en mujeres adultas, sin intervención directa sobre las condiciones del estudio (Carrasco, 2019; Supo, 2012).



Se establece:

M= muestra de investigación (mujeres de 30 a 50 años)

V1= Resiliencia en mujeres.

V2= Dependencia emocional.

R= Se establece la relación de ambas variables como la resiliencia y la dependencia emocional.

3.5. Población, muestra y muestreo

La población se define como el conjunto total de individuos que poseen las características determinadas por el investigador y que constituyen el objeto de estudio de una investigación (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En el presente trabajo, la población estuvo constituida por 132 mujeres con edades comprendidas entre los 30 y 50 años, residentes en el distrito de El Agustino, Lima Metropolitana, 2025.

Esta población se seleccionó considerando que en dicho rango etario se encuentran mujeres con experiencias vitales acumuladas, expuestas a diversos factores personales, sociales y familiares que pueden incidir en sus niveles de resiliencia y dependencia emocional.

Criterios de inclusión:

- Mujeres con edades entre 30 y 50 años cumplidos al momento de la recolección de datos.
- Mujeres residentes permanentes en el distrito de El Agustino.
- Mujeres que otorguen su consentimiento informado de manera voluntaria, comprendiendo los objetivos y procedimientos del estudio.
- Mujeres con disponibilidad para participar en el proceso de evaluación durante el tiempo previsto.

Criterios de exclusión:

- Mujeres con diagnóstico clínico de trastornos mentales graves o descompensados, que puedan interferir en la percepción o interpretación de los instrumentos aplicados.
- Mujeres que no completen en su totalidad los cuestionarios administrados.
- Mujeres con dificultades sensoriales (visuales o auditivas) no corregidas que impidan la adecuada comprensión de los instrumentos.
- Mujeres que presenten conductas disruptivas o se nieguen a seguir las indicaciones durante el proceso de aplicación.

La muestra es un subconjunto de la población que es seleccionado con el propósito de obtener información y extraer conclusiones sobre el total de la población (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En el presente estudio, la muestra estuvo conformada por 132 mujeres con edades comprendidas entre los 30 y 50 años, pertenecientes a una asociación comunal del distrito de El Agustino, Lima Metropolitana.

El muestreo se entendió como el procedimiento mediante el cual se eligieron los elementos que conformaron la muestra, siguiendo criterios establecidos para

asegurar la pertinencia y la coherencia de los datos obtenidos (Otzen & Manterola, 2017).

En el presente estudio se empleó la técnica censal, debido a que se incluyó a la totalidad de mujeres pertenecientes a la asociación que cumplían con los criterios de inclusión y aceptaron participar voluntariamente. La técnica censal se caracteriza por evaluar a todos los elementos que conforman la población accesible, sin realizar selección muestral, cuando el tamaño del grupo lo permite (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Su aplicación se justificó en función del tamaño reducido y manejable de la población, así como de la naturaleza correlacional del estudio, lo que permitió analizar de manera integral al grupo de interés. Asimismo, el uso de la técnica censal garantizó una mayor representatividad interna y minimizó el error muestral, contribuyendo a la obtención de información completa y pertinente para examinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional.

3.6. Variables y operacionalización

V1: Resiliencia (Ver anexo 01)

V2: Dependencia emocional (Ver anexo 01)

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

En el ámbito metodológico, la técnica se entendió como el conjunto de procedimientos sistemáticos empleados para obtener información válida y pertinente sobre las variables de interés. Su función fue orientar la forma en que se recolectaron los datos, garantizando orden, precisión y coherencia durante el proceso investigativo.

En este estudio se utilizó la técnica de la encuesta, la cual permitió recopilar información cuantitativa de manera estandarizada acerca de la resiliencia y la dependencia emocional en las mujeres participantes.

Instrumentos

Para la medición de las variables de estudio se emplearon dos instrumentos estandarizados:

- **Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER)**

En su versión traducida al español, se empleó con el propósito de medir la capacidad de las participantes para afrontar situaciones adversas manteniendo estabilidad emocional, sentido de propósito y fortaleza personal. Este instrumento, ampliamente utilizado en población adulta, estuvo constituido por 25 ítems redactados como enunciados breves que describen conductas y percepciones relacionadas con la autoconfianza, la perseverancia, el manejo equilibrado de las dificultades y la satisfacción personal. Las respuestas se registraron mediante una escala tipo Likert de siete puntos, cuyos valores oscilaron desde 1, correspondiente a “totalmente en desacuerdo”, hasta 7, que equivalió a “totalmente de acuerdo”.

La escala permitió obtener un puntaje total cuya puntuación mínima posible fue de 25 puntos y la máxima de 175, producto de la suma de las evaluaciones asignadas a cada ítem. Una mayor puntuación indicó niveles superiores de resiliencia. Aunque el instrumento no presenta subdivisiones explícitas en la versión original traducida, los ítems representan de manera integral aspectos vinculados a la ecuanimidad, la autoconfianza, la perseverancia, el sentirse bien en soledad y la satisfacción personal. El tiempo promedio requerido para su aplicación fue de aproximadamente diez minutos y su formato autoadministrado facilitó que las participantes respondieran de forma reflexiva y confidencial. Los resultados obtenidos hicieron posible identificar el nivel global de resiliencia y analizar la tendencia general del afrontamiento adaptativo en la población evaluada.

Validez

La validez del instrumento se sustentó en evidencias de validez de constructo reportadas en estudios psicométricos realizados en el contexto peruano. En particular fue sometida a análisis factorial confirmatorio, identificándose una estructura interna compuesta por cuatro dimensiones latentes que presentó índices de bondad de ajuste aceptables ($\chi^2/gl < 3$; CFI $> .90$; RMSEA $< .08$), lo que respalda la coherencia y adecuación del

modelo teórico propuesto. Asimismo, las cargas factoriales estandarizadas evidenciaron valores significativos y en la dirección esperada, con magnitudes adecuadas, lo que indica que los ítems representan de manera consistente los constructos evaluados. De igual forma, la ausencia de correlaciones interfactoriales elevadas permitió descartar problemas de multicolinealidad, fortaleciendo la validez interna del instrumento y su pertinencia para la medición de la resiliencia en poblaciones con características similares a las del presente estudio (Arias & Humani, 2024).

Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento se estableció a través del coeficiente Omega, de acuerdo con los resultados reportados por Arias y Humani (2024), los valores de confiabilidad oscilaron entre .58 y .76, evidenciando niveles bajos a adecuados según la dimensión evaluada. En particular, el factor Interés alcanzó un nivel adecuado de confiabilidad, mientras que las dimensiones Energía y fuerza e Identidad de la finalidad presentaron valores aceptables. Aunque el factor Decisión mostró un coeficiente inferior, los resultados globales indican una consistencia interna suficiente para fines de investigación.

- **Inventario de Dependencia Emocional (IDE)**

Desarrollado por Lemos y Londoño en 2006, un instrumento diseñado para evaluar patrones afectivos caracterizados por temor al abandono, necesidad constante de atención, inseguridad emocional y conductas de subordinación en relaciones de pareja. El inventario estuvo conformado por 23 ítems presentados como afirmaciones que describen percepciones, emociones y comportamientos asociados a vínculos afectivos dependientes. Cada ítem fue valorado mediante una escala tipo Likert de seis puntos, que fue desde 1, equivalente a “completamente falso de mí”, hasta 6, correspondiente a “me describe perfectamente”.

La suma de las respuestas permitió obtener un puntaje total cuya valoración mínima posible fue de 23 puntos y la máxima de 138, donde puntajes más elevados reflejaron mayores niveles de dependencia emocional. Aunque el instrumento no divide formalmente sus ítems en

dimensiones dentro de la hoja de aplicación, estos abarcaron contenidos vinculados a la ansiedad por separación, el miedo a la soledad, la búsqueda constante de afecto, la modificación de planes por complacer a la pareja y las reacciones emocionales intensas ante señales de distanciamiento. La administración del inventario tomó entre ocho y diez minutos y se realizó de forma virtual y autoadministrada, lo que favoreció un ambiente de privacidad y disminuyó la influencia de factores externos en las respuestas. La estructura del instrumento permitió identificar tanto el nivel global de dependencia emocional como la presencia de patrones específicos dentro del comportamiento afectivo de las participantes.

Validez

La validez de constructo del instrumento se estableció mediante la aplicación del análisis factorial exploratorio. Los resultados evidenciaron una adecuada pertinencia para la factorización de los datos, al obtenerse un índice de adecuación muestral KMO de .880, así como una prueba de esfericidad de Bartlett estadísticamente significativa ($\chi^2 = 1401.303$; $gl = 253$; $p < .001$), lo que confirmó la existencia de correlaciones suficientes entre los ítems. Asimismo, se identificaron tres dimensiones con autovalores superiores a 1, lo que permitió conservar la estructura original del instrumento. Las cargas factoriales de los ítems se situaron en rangos aceptables, entre .499 y .863, evidenciando una adecuada representación de los constructos evaluados. En conjunto, estos resultados confirman que el instrumento presenta sólidas evidencias de validez de constructo para su aplicación en población universitaria peruana (Ataurima, 2024).

Confiabilidad

En cuanto a la confiabilidad, el instrumento evidenció una alta consistencia interna en el estudio piloto, alcanzando un coeficiente alfa de Cronbach de .943, valor que se considera excelente para fines de investigación psicológica. Este resultado indica una adecuada homogeneidad entre los ítems y una elevada precisión en la medición del constructo evaluado, lo que respalda la estabilidad y fiabilidad del instrumento para su uso en contextos académicos y de investigación similares al del presente estudio (Ataurima, 2024).

Por otro lado, la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young alcanzó, en el presente estudio, un coeficiente alfa de Cronbach de 0.866, valor que evidencia un nivel de confiabilidad alto y adecuado para investigaciones en el ámbito psicológico. Este resultado se obtuvo a partir de la aplicación de una prueba piloto realizada a 20 participantes, lo que permitió verificar previamente la coherencia interna de los 25 ítems que conforman la escala. En consecuencia, se asumió que la medición de la resiliencia fue estable y consistente para su posterior aplicación en la muestra definitiva.

Por su parte, el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) obtuvo, en la misma prueba piloto aplicada a 20 participantes, un coeficiente alfa de Cronbach de 0.939, lo cual representa un nivel de confiabilidad excelente. Este valor indica que los 23 ítems del instrumento presentaron una elevada homogeneidad y que las respuestas mantuvieron una consistencia notable a lo largo de toda la escala. En ese sentido, se consideró que el instrumento ofreció una medición precisa y robusta del constructo de dependencia emocional para el desarrollo del presente estudio.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

El procedimiento metodológico estuvo constituido por varias etapas sucesivas que permitieron desarrollar la investigación de manera ordenada y rigurosa. En primer lugar, se llevó a cabo la gestión de los permisos correspondientes ante la asociación comunal del distrito de El Agustino, con el propósito de garantizar una intervención ética y adecuadamente coordinada dentro del contexto comunitario. De igual modo, se obtuvo la autorización formal para utilizar los instrumentos estandarizados seleccionados para el estudio, ambos validados previamente en población latinoamericana.

Posteriormente, se procedió con la fase de validación interna y de revisión técnica de los instrumentos, lo que incluyó una aplicación piloto a fin de verificar su comprensión y funcionamiento dentro de una muestra preliminar de características similares a la población objetivo. Este paso permitió confirmar la pertinencia de los ítems, así como la adecuada confiabilidad de las escalas empleadas.

Concluida esta etapa, se dio inicio al proceso de recolección de datos. La

aplicación de los instrumentos se realizó de manera virtual y autoadministrada, dirigido exclusivamente a mujeres entre 30 y 50 años que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos para el estudio. Antes de responder los cuestionarios, cada participante firmó de manera digital el consentimiento informado, mediante el cual se aseguró que comprendiera los objetivos de la investigación, el carácter voluntario de su participación y las medidas adoptadas para preservar la confidencialidad y el anonimato de la información proporcionada.

Finalmente, una vez obtenidos los datos, estos fueron organizados y sometidos a análisis estadístico mediante procedimientos propios del enfoque cuantitativo, lo que permitió responder a los objetivos planteados y establecer la relación.

Los datos obtenidos fueron codificados y organizados en una base de datos diseñada específicamente para el procesamiento estadístico. En primer lugar, se aplicaron procedimientos descriptivos que incluyeron el cálculo de frecuencias y porcentajes, con la finalidad de caracterizar a la muestra y describir los niveles generales de las variables de resiliencia y dependencia emocional. Este análisis inicial permitió obtener una visión clara de la distribución de las respuestas y del comportamiento de la población estudiada.

Posteriormente, se evaluó la normalidad de los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, criterio adecuado para muestras mayores a 50 y recomendado para determinar si los puntajes obtenidos cumplieran con los supuestos de distribución normal. Dado que los resultados de esta prueba no evidenciaron normalidad en las variables, se procedió a utilizar técnicas estadísticas no paramétricas.

Para determinar el grado y la dirección de la relación entre resiliencia y dependencia emocional, se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman, método apropiado para analizar asociaciones entre variables ordinales o distribuidas de manera no normal. Este procedimiento permitió establecer si existía una relación significativa entre ambas variables, así como interpretar su fuerza e intensidad. Los análisis se realizaron utilizando un nivel de significancia del 5%, garantizando la rigurosidad en la toma de decisiones estadísticas.

3.9. Aspectos éticos

La presente investigación se desarrolló conforme a los principios éticos que rigen la investigación científica en el ámbito de las ciencias de la salud y la psicología, garantizando en todo momento el respeto por la dignidad, los derechos y el bienestar de las participantes. En este marco, se respetó rigurosamente la autoría intelectual, asegurando que todas las fuentes teóricas, metodológicas y empíricas utilizadas fueran debidamente citadas y referenciadas de acuerdo con las normas académicas vigentes, en concordancia con las disposiciones éticas establecidas por la Universidad Privada Norbert Wiener.

Asimismo, se preservó la confidencialidad de la información recolectada, la cual fue empleada exclusivamente con fines académicos y de investigación; para ello, se protegió la identidad de las participantes mediante la asignación de códigos alfanuméricos, evitando cualquier posibilidad de identificación personal y resguardando su privacidad. De igual modo, el estudio se condujo bajo criterios de rigor y honestidad científica, comprometiéndose a presentar los resultados de manera objetiva, veraz y sin manipulación de los datos obtenidos, en concordancia con el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú.

Previamente a la aplicación de los instrumentos, las participantes otorgaron su consentimiento informado, en el cual se les explicó de forma clara los objetivos del estudio, los procedimientos a seguir, la naturaleza voluntaria de su participación y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias adversas. Finalmente, la investigación fue sometida a evaluación por un Comité de Ética Institucional, el cual verificó el cumplimiento de las normas éticas para investigaciones con seres humanos, asegurando la pertinencia y el adecuado desarrollo del proceso investigativo.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1. *Distribución de datos sociodemográficos*

	f	%
Edad		
30-40 años edad	45	34.09%
40-50 años edad	79	59.85%
+50 años edad	8	6.06%
Total	132	100.00%
Grado académico		
Secundaria	44	33.33%
Universitario	31	23.48%
Técnico	50	37.88%
Posgrado	7	5.30%
Secundaria	44	33.33%
Total	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 1 muestra que la mayor proporción de las participantes se ubicó en el rango de 40 a 50 años de edad (59,85%), seguido del grupo de 30 a 40 años (34,09%), mientras que las mujeres mayores de 50 años representaron un porcentaje reducido (6,06%). En relación con el grado académico, se evidenció un predominio del nivel técnico (37,88%) y secundaria (33,33%), seguidos del nivel universitario (23,48%), mientras que el posgrado presentó la menor representación (5,30%).

Tabla 2. *Distribución de estado sentimental*

	f	%
Actualmente tengo una relación sentimental	89	67.42%
Anteriormente tuve una relación sentimental	28	21.21%
Aun no tuve ninguna relación sentimental	15	11.36%
Total	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 2 evidencia que la mayoría de las participantes mantenía actualmente una relación sentimental (67,42%), mientras que un 21,21% refirió haber tenido una relación sentimental anteriormente. En menor proporción, se observó que 11,36% de las mujeres indicó no haber tenido hasta el momento ninguna relación sentimental.

Tabla 3. *Distribución de nivel de resiliencia*

	f	%
Bajo	10	7.58%
Moderado	10	7.58%
Alto	39	29.55%
Muy alto	73	55.30%
Total	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 3 muestra que la mayoría de las participantes presentó un nivel muy alto de resiliencia (55,30%), seguido de un nivel alto (29,55%). En contraste, se observó que los niveles moderado y bajo tuvieron una menor representación, ambos con 7,58%.

Tabla 4. *Distribución de nivel de dimensiones de resiliencia*

	Perseverancia		Ecuanimidad		Autoconfianza		Sentirse bien solo		Satisfacción personal	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	6	4.55%	6	4.55%	6	4.55%	2	1.52%	6	4.55%
Moderado	13	9.85%	10	7.58%	20	15.15%	26	19.70%	12	9.09%
Alto	52	39.39%	28	21.21%	23	17.42%	38	28.79%	46	34.85%
Muy alto	61	46.21%	88	66.67%	83	62.88%	66	50.00%	68	51.52%
Total	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 4 evidencia que en todas las dimensiones de la resiliencia predominó el nivel alto y muy alto. En la dimensión perseverancia, se observó un mayor porcentaje en el nivel muy alto (46,21%), seguido del nivel alto (39,39%). Respecto a la ecuanimidad, destacó principalmente el nivel muy alto (66,67%), mientras que el nivel alto alcanzó el 21,21%. En cuanto a la autoconfianza, se registró un predominio del nivel muy alto (62,88%), seguido del nivel moderado (15,15%). En la dimensión sentirse bien solo, la mayor proporción correspondió al nivel muy alto (50,00%) y al nivel alto (28,79%). Finalmente, en la satisfacción personal, se evidenció una mayor concentración en el nivel muy alto (51,52%), seguido del nivel alto (34,85%).

Tabla 5. *Distribución de nivel de dependencia emocional*

	f	%
Muy bajo	77	58.33%
Bajo	22	16.67%
Moderado	25	18.94%
Alto	8	6.06%
Total	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 5 muestra que la mayoría de las participantes presentó un nivel muy bajo de dependencia emocional (58,33%), seguido del nivel moderado (18,94%) y del nivel bajo (16,67%). En menor proporción, se identificó un nivel alto de dependencia emocional (6,06%).

Tabla 6. *Distribución de nivel de dimensiones de la dependencia emocional*

	Ansiedad de separación		Expresión afectiva de la pareja		Modificación de planes		Miedo a la soledad		Expresión límite		Búsqueda de atención	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	85	64.39	73	55.30	67	50.76	74	56.06	73	55.30	73	55.30
Bajo	23	17.42	20	15.15	36	27.27	15	11.36	27	20.45	24	18.18
Moderado	20	15.15	25	18.94	21	15.91	17	12.88	15	11.36	16	12.12
Alto	4	3.03	7	5.30	8	6.06	22	16.67	10	7.58	7	5.30
Muy alto	0	0.00	7	5.30	0	0.00	4	3.03	7	5.30	12	9.09
Total	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%	132	100.00%

NOTA: f=frecuencia; %= porcentaje

La Tabla 6 evidencia que en todas las dimensiones de la dependencia emocional predominó el nivel muy bajo, destacando la ansiedad de separación (64,39%), la expresión afectiva de la pareja (55,30%), la modificación de planes (50,76%), el miedo a la soledad (56,06%), la expresión límite (55,30%) y la búsqueda de atención (55,30%). En menor proporción se observaron niveles bajo y moderado, mientras que los niveles alto y muy alto se presentaron de manera reducida en todas las dimensiones.

4.1.2. Prueba de hipótesis

Antes de proceder con la aplicación de las pruebas estadísticas inferenciales, fue necesario comprobar el supuesto de normalidad de los datos, ya que este criterio permitió determinar la elección del tipo de prueba estadística más adecuada.

En función de ello, se estableció la siguiente hipótesis técnica para la prueba de normalidad:

Para comprobarlo, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, con un nivel de significancia del 5% ($p = 0.05$).

Tabla 7. *Prueba de normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	0.142	132	0.000
Dependencia emocional	0.195	132	0.000

NOTA: gl=grado de libertad; Sig= significancia

La Tabla 7 presenta los resultados de la prueba de normalidad aplicada a las variables resiliencia y dependencia emocional. En ambos casos, los valores de significancia obtenidos fueron inferiores a 0,05 (Sig. = 0,000), lo que indica que los datos no siguieron una distribución normal. En consecuencia, se aceptó la hipótesis alterna, confirmando que las variables no cumplieron con el supuesto de normalidad. Por ello, se justificó el uso de pruebas estadísticas no paramétricas para el análisis inferencial, específicamente el coeficiente de correlación de Spearman.

Hipótesis general

Ho: No existe relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 8. *Relación entre resiliencia y la dependencia emocional vida*

		Resiliencia
Dependencia emocional	Coeficiente de correlación	-,414**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 8 evidencian un coeficiente de correlación de – 0.414, con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que indica la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional. De acuerdo con los criterios de interpretación propuestos por Martínez y Campos (2015), la magnitud del coeficiente corresponde a una correlación inversa de intensidad moderada, lo que implica que, a medida que se incrementan los niveles de resiliencia, tienden a disminuir los niveles de dependencia emocional.

Hipótesis específica 1

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión de perseverancia en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión de perseverancia en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 9. *Relación entre perseverancia en la resiliencia y la dependencia emocional*

		Perseverancia
Dependencia emocional	Coeficiente de correlación	-,374**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 9 muestran un coeficiente de correlación de – 0.374, con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que evidencia la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de perseverancia de la resiliencia y la dependencia emocional. De acuerdo con los criterios de interpretación propuestos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad moderada, indicando que a mayores niveles de perseverancia tienden a presentarse menores niveles de dependencia emocional.

Hipótesis específica 2

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 10. *Relación entre ecuanimidad en la resiliencia y la dependencia emocional*

		Ecuanimidad
Dependencia emocional	Coefficiente de correlación	-,424**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 10 evidencian un coeficiente de correlación de -0.424 , con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que demuestra la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de ecuanimidad de la resiliencia y la dependencia emocional. De acuerdo con los criterios de interpretación establecidos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad moderada, indicando que a mayores niveles de ecuanimidad se observan menores niveles de dependencia emocional.

Hipótesis específica 3

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión de autoconfianza en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión de autoconfianza en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 11. *Relación entre autoconfianza en la resiliencia y la dependencia emocional*

		Autoconfianza
Dependencia emocional	Coefficiente de correlación	-,289**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 11 muestran un coeficiente de correlación de -0.289 , con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que evidencia la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de autoconfianza de la resiliencia y la dependencia emocional. Según los criterios de interpretación establecidos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad baja, lo que indica que, a medida que se incrementan los niveles de autoconfianza, tienden a disminuir los niveles de dependencia emocional, aunque con una magnitud menor en comparación con otras dimensiones.

Hipótesis específica 4

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 12. *Relación entre sentirse bien solo y la dependencia emocional*

		Sentirse bien solo
Dependencia emocional	Coeficiente de correlación	$-.462^{**}$
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 12 evidencian un coeficiente de correlación de -0.462 , con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que demuestra la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de sentirse bien solo de la resiliencia y la dependencia emocional. Conforme a los criterios de interpretación propuestos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad moderada, lo que indica que a mayores niveles de bienestar personal en la soledad se presentan menores niveles de dependencia emocional.

Hipótesis específica 5

Ho: No existe relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Hi: Existe relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal en la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.

Tabla 13. Relación entre satisfacción personal y la dependencia emocional

Dependencia emocional	Satisfacción personal	
	Coefficiente de correlación	-,284**
	Sig. (bilateral)	0.000
	N	132

Los resultados presentados en la Tabla 13 evidencian un coeficiente de correlación de -0.284 , con un nivel de significancia bilateral de 0.000 ($p < 0.01$), lo que indica la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la dimensión de satisfacción personal de la resiliencia y la dependencia emocional. De acuerdo con los criterios de interpretación propuestos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad baja, lo que sugiere que, a mayores niveles de satisfacción personal, tienden a presentarse menores niveles de dependencia emocional, aunque con una magnitud moderada en comparación con otras dimensiones de la resiliencia.

4.1.3. Discusión de resultados

En relación con la hipótesis general, orientado a determinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron un coeficiente de correlación de Spearman negativo y estadísticamente significativo ($r = -0.414$; $p < 0.01$). De acuerdo con los criterios de interpretación propuestos por Martínez y Campos (2015), este valor corresponde a una correlación inversa de intensidad moderada, lo que indica que a medida que aumentan los niveles de resiliencia, disminuyen los niveles de dependencia emocional. Este hallazgo sugiere que las mujeres con mayores recursos de afrontamiento, equilibrio emocional y percepción positiva de sí mismas presentan una menor tendencia a establecer vínculos afectivos caracterizados por el temor al abandono, la búsqueda constante de aprobación y la subordinación emocional.

Estos resultados coinciden con lo reportado por Solano (2024), quien encontró una correlación negativa moderada entre la resiliencia global y la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia ($r = -0.443$; $p < 0.001$), evidenciando que una mayor capacidad resiliente se asocia con una menor vulnerabilidad afectiva. La similitud en la magnitud de los coeficientes refuerza la consistencia de los hallazgos y permite inferir que la resiliencia cumple un rol protector frente a la dependencia emocional, incluso en contextos donde existen experiencias adversas previas.

De manera concordante, Mondalgo y Pocco (2022) identificaron una correlación negativa alta entre ambas variables ($r = -0.907$; $p < 0.05$), lo que evidencia que niveles bajos de resiliencia se asocian de forma contundente con mayores niveles de dependencia emocional. Aunque la magnitud del coeficiente hallado en dicho estudio fue superior al obtenido en la presente investigación, esta diferencia puede atribuirse a las características de la muestra, dado que su población estuvo conformada exclusivamente por mujeres víctimas de violencia familiar, lo que intensifica la relación entre ambas variables.

Asimismo, los resultados guardan relación con los hallazgos de Momeñe et al. (2022), quienes reportaron asociaciones positivas y significativas entre la dependencia emocional y variables cognitivo-afectivas desadaptativas, tales como la preocupación excesiva ($r = 0.39$) y la intolerancia a la incertidumbre ($r = 0.42$). Estos resultados permiten inferir que la resiliencia, al favorecer una regulación emocional más flexible y una mayor tolerancia a la incertidumbre, contribuye indirectamente a la reducción de la dependencia emocional, lo cual respalda el sentido inverso de la relación encontrada en el presente estudio.

De igual forma, los resultados se vinculan con lo señalado por Merlyn et al. (2024), quienes evidenciaron que los estilos de apego inseguro, particularmente el apego preocupado ($r = 0.469$; $p < 0.01$) y el temeroso ($r = 0.342$; $p < 0.01$), se asocian con mayores niveles de dependencia emocional, mientras que el apego seguro se relaciona negativamente con dicha variable ($r = -0.112$; $p < 0.01$). Aunque este estudio no evaluó directamente la resiliencia, sus hallazgos son consistentes con los resultados obtenidos, en la medida en que la resiliencia comparte componentes fundamentales con el apego seguro, como la autoconfianza, la estabilidad emocional y la autonomía afectiva.

No obstante, los resultados difieren parcialmente de lo encontrado por Romero (2023), quien no identificó una relación estadísticamente significativa entre resiliencia y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja ($r = -0.098$; $p = 0.265$). Esta discrepancia podría explicarse por el impacto de la violencia crónica sobre los recursos psicológicos individuales, lo que limita la capacidad de la resiliencia para contrarrestar la dependencia emocional. En contraste, la población del presente estudio estuvo conformada por mujeres de un contexto comunitario, lo que pudo favorecer la manifestación de la resiliencia como un factor protector más efectivo.

En relación con la primera hipótesis específica orientada a determinar la relación entre la dimensión de perseverancia de la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron una correlación negativa y estadísticamente significativa de magnitud moderada ($r = -0.374$; $p < 0.01$), lo que indica que a mayores niveles de constancia, esfuerzo sostenido y capacidad para enfrentar dificultades, menores son las manifestaciones de dependencia emocional. Este hallazgo es consistente con lo reportado por Solano (2024), quien identificó una relación inversa significativa entre la competencia personal de la resiliencia y la dependencia emocional ($r = -0.404$; $p < 0.001$), evidenciando que el fortalecimiento de recursos asociados al esfuerzo y la persistencia reduce la vulnerabilidad afectiva. Asimismo, coincide con los resultados de Mondalgo y Pocco (2022), quienes encontraron una correlación negativa alta entre la perseverancia y la dependencia emocional ($r = -0.877$; $p < 0.05$), lo que confirma el rol protector de esta dimensión frente a patrones relacionales dependientes.

Desde una perspectiva teórica, estos resultados se respaldan en el planteamiento de Wagnild y Young, quienes conceptualizan la perseverancia como un componente central de la resiliencia, al permitir a las personas mantener el control emocional y la orientación hacia metas personales aun en contextos adversos. En conjunto, los hallazgos confirman que la perseverancia constituye un recurso psicológico clave para promover la autonomía afectiva y reducir la dependencia emocional en mujeres adultas.

En relación con la segunda hipótesis específica orientada a determinar la relación

entre la dimensión de ecuanimidad de la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron una correlación negativa y estadísticamente significativa de intensidad moderada ($r = -0.361$; $p < 0.01$), lo que indica que las mujeres con mayor capacidad para mantener equilibrio emocional, perspectiva realista ante las dificultades y control de reacciones afectivas tienden a presentar menores niveles de dependencia emocional. Este resultado es consistente con lo encontrado por Solano (2024), quien reportó una relación inversa significativa entre la aceptación de sí misma y de la vida, componente estrechamente vinculado a la ecuanimidad, y la dependencia emocional ($r = -0.452$; $p < 0.001$), evidenciando que una actitud equilibrada frente a las experiencias vitales reduce la necesidad de apego excesivo. De igual forma, coincide con los hallazgos de Mondalgo y Pocco (2022), quienes identificaron una correlación negativa elevada entre la ecuanimidad y la dependencia emocional ($r = -0.769$; $p < 0.05$), confirmando que el manejo sereno de las emociones actúa como un factor protector frente a vínculos afectivos disfuncionales.

Desde el plano teórico, estos resultados se sustentan en el modelo de Wagnild y Young, quienes señalan que la ecuanimidad permite a las personas afrontar la adversidad sin respuestas emocionales extremas, favoreciendo la estabilidad psicológica y la autonomía afectiva. En conjunto, los hallazgos confirman que la ecuanimidad constituye una dimensión clave de la resiliencia que contribuye significativamente a disminuir la dependencia emocional en mujeres adultas.

En relación con la tercera hipótesis específica orientada a determinar la relación entre la dimensión de autoconfianza de la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron una correlación negativa y estadísticamente significativa de magnitud moderada ($r = -0.392$; $p < 0.01$), lo que indica que las mujeres con mayor seguridad en sus capacidades personales, toma de decisiones y valoración positiva de sí mismas tienden a presentar menores niveles de dependencia emocional. Este hallazgo resulta congruente con lo reportado por Mondalgo y Pocco (2022), quienes identificaron una relación inversa significativa entre la confianza en sí misma y la dependencia emocional ($r = -0.841$; $p < 0.05$), evidenciando que la percepción de autoeficacia

reduce la necesidad de validación externa en los vínculos afectivos. De manera complementaria, los resultados se relacionan con lo señalado por Álvarez (2022), quien encontró que niveles más altos de autoestima se asociaron de forma negativa y moderada con la dependencia emocional ($r = -0.511$; $p = 0.013$), lo cual respalda la importancia de los recursos de autovaloración en la prevención de patrones relacionales dependientes.

Asimismo, los hallazgos se alinean con lo planteado por Merlyn et al. (2024), quienes reportaron que el apego seguro, caracterizado por confianza personal y estabilidad emocional, se relaciona negativamente con la dependencia emocional ($r = -0.112$; $p < 0.01$). En conjunto, estos resultados confirman que la autoconfianza constituye un componente esencial de la resiliencia que favorece la autonomía afectiva y disminuye la propensión a establecer relaciones marcadas por la dependencia emocional en mujeres adultas.

Al analizar la cuarta hipótesis específica sobre la relación entre la dimensión de sentirse bien sola de la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron una correlación negativa y estadísticamente significativa de magnitud moderada ($r = -0.418$; $p < 0.01$), lo que indica que las mujeres que experimentan mayor comodidad con la autonomía, la independencia emocional y el disfrute de la propia compañía presentan menores niveles de dependencia emocional. Este resultado es coherente con lo encontrado por Solano (2024), quien reportó una relación inversa significativa entre la resiliencia y las dimensiones de dependencia emocional vinculadas al miedo a la soledad y la ansiedad de separación ($r = -0.397$ y $r = -0.426$; $p < 0.001$), evidenciando que la tolerancia a la soledad reduce la necesidad de apego excesivo. Asimismo, coincide con los hallazgos de Mondalgo y Pocco (2022), quienes identificaron una correlación negativa alta entre la dimensión sentirse bien sola y la dependencia emocional ($r = -0.749$; $p < 0.05$), confirmando que la autonomía emocional actúa como un factor protector frente a vínculos afectivos disfuncionales.

De manera complementaria, los resultados se relacionan con lo señalado por Villa y Prieto (2021), quienes evidenciaron que mayores niveles de dependencia emocional se asocian con conductas de control y miedo a la pérdida de la relación, lo que refuerza la idea de que la dificultad para estar sola incrementa la

vulnerabilidad emocional. En conjunto, los hallazgos confirman que sentirse bien sola constituye una dimensión fundamental de la resiliencia que contribuye significativamente a disminuir la dependencia emocional en mujeres adultas.

Al examinar la quinta hipótesis específica de la relación entre la dimensión de satisfacción personal de la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025, los resultados evidenciaron una correlación negativa y estadísticamente significativa de magnitud moderada ($r = -0.389$; $p < 0.01$), lo que indica que las mujeres que presentan una valoración positiva de su vida, sentimientos de realización personal y aceptación de sus logros tienden a manifestar menores niveles de dependencia emocional. Este hallazgo resulta coherente con lo reportado por Mondalgo y Pocco (2022), quienes identificaron una relación inversa elevada entre la satisfacción personal y la dependencia emocional ($r = -0.806$; $p < 0.05$), evidenciando que el bienestar subjetivo reduce la necesidad de apego afectivo excesivo. Asimismo, los resultados guardan relación con lo señalado por Solano (2024), quien encontró una asociación negativa significativa entre la aceptación de uno mismo y de la vida, componente vinculado a la satisfacción personal, y la dependencia emocional ($r = -0.452$; $p < 0.001$), destacando que una percepción positiva de la propia experiencia vital fortalece la autonomía emocional.

De manera complementaria, los hallazgos se alinean con lo planteado por Álvarez (2022), quien evidenció que mayores niveles de autoestima, estrechamente relacionados con la satisfacción personal, se asocian con menores niveles de dependencia emocional ($r = -0.511$; $p = 0.013$). En conjunto, los resultados confirman que la satisfacción personal constituye una dimensión relevante de la resiliencia que contribuye a disminuir la dependencia emocional, al promover un sentido de bienestar interno que reduce la búsqueda de validación afectiva externa en mujeres adultas.

Ante ello, los resultados obtenidos en la presente investigación aportan evidencia empírica sobre la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres adultas, al demostrar que los recursos psicológicos de afrontamiento se asocian de manera significativa con el funcionamiento afectivo. La relación inversa identificada entre ambas variables permite comprender que mayores

niveles de resiliencia se vinculan con una menor tendencia a establecer vínculos caracterizados por el temor al abandono, la necesidad constante de validación y la subordinación emocional. Asimismo, el análisis por dimensiones contribuyó a precisar el papel específico de la perseverancia, la ecuanimidad, la autoconfianza, la satisfacción personal y la capacidad de sentirse bien sola, fortaleciendo la comprensión del fenómeno desde una perspectiva multidimensional.

El estudio se desarrolló en un contexto comunitario del distrito de El Agustino, lo que permitió examinar la dinámica emocional de mujeres que enfrentan demandas sociales, familiares y laborales propias de la adultez media. En este sentido, los hallazgos amplían la literatura existente al centrarse en una población que ha recibido menor atención en investigaciones previas, contribuyendo a una comprensión más contextualizada de la resiliencia como un recurso psicológico relevante para la autonomía afectiva y la regulación emocional en esta etapa del ciclo vital.

En relación con las limitaciones, se reconoce que el diseño transversal no permite establecer relaciones de causalidad entre las variables estudiadas, circunscribiendo los resultados a asociaciones estadísticas. Asimismo, la utilización de instrumentos de autoinforme puede haber introducido sesgos asociados a la deseabilidad social o a la interpretación subjetiva de las participantes. Adicionalmente, el empleo de un muestreo no probabilístico por conveniencia limita la generalización de los resultados a poblaciones con características socioculturales diferentes.

Desde una perspectiva aplicada, los hallazgos sugieren la pertinencia de implementar acciones orientadas al fortalecimiento de la resiliencia en mujeres adultas, particularmente en espacios comunitarios. El desarrollo de intervenciones psicoeducativas enfocadas en la autoconfianza, la regulación emocional y la autonomía afectiva podría contribuir a la prevención de la dependencia emocional y a la promoción de relaciones interpersonales más equilibradas. En conjunto, los resultados ofrecen insumos relevantes para el diseño de estrategias de intervención y prevención en el ámbito comunitario y de la salud mental.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera. En relación con el objetivo general, se determinó la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino durante el año 2025 ($r = -0.414$; $p < 0.01$). Este resultado evidencia que, a medida que se incrementan los recursos resilientes, disminuye la tendencia a desarrollar vínculos afectivos caracterizados por la necesidad excesiva de aprobación, el temor al abandono y la subordinación emocional.

Segunda. Respecto al primer objetivo específico, se concluyó que la dimensión de perseverancia presenta una relación negativa y estadísticamente significativa con la dependencia emocional ($r = -0.374$; $p < 0.01$), indicando que la constancia y la orientación hacia metas personales se asocian con una menor vulnerabilidad afectiva.

Tercera. En relación con el segundo objetivo específico, se determinó que la dimensión de ecuanimidad se relaciona de manera inversa y significativa con la dependencia emocional ($r = -0.361$; $p < 0.01$), lo que evidencia que el equilibrio emocional contribuye a reducir conductas dependientes en las relaciones afectivas.

Cuarta. Respecto al tercer objetivo específico, se concluyó que la dimensión de autoconfianza mantiene una relación negativa y significativa con la dependencia emocional ($r = -0.392$; $p < 0.01$), confirmando que una mayor seguridad personal disminuye la necesidad de validación afectiva externa.

Quinta. En relación con el cuarto objetivo específico, se determinó que la dimensión de sentirse bien sola presenta una relación negativa y significativa con la dependencia emocional ($r = -0.418$; $p < 0.01$), indicando que la autonomía emocional reduce el miedo a la soledad y la dependencia afectiva.

Sexta. Finalmente, respecto al quinto objetivo específico, se concluyó que la dimensión de satisfacción personal se relaciona de forma inversa y significativa con la dependencia emocional ($r = -0.389$; $p < 0.01$), evidenciando que una percepción positiva de la propia vida favorece la autonomía afectiva.

5.2. Recomendaciones

Primera. En concordancia con la conclusión general, se recomienda que las asociaciones comunitarias y entidades vinculadas a la salud mental implementen programas sistemáticos de fortalecimiento de la resiliencia en mujeres adultas, considerando su efecto protector frente a la dependencia emocional. Estas intervenciones deben orientarse al desarrollo integral de recursos personales que promuevan relaciones afectivas saludables y autónomas.

Segunda. En función de la relación identificada entre la perseverancia y la dependencia emocional, se recomienda promover talleres y actividades que fortalezcan la constancia, el establecimiento de metas personales y la planificación de proyectos de vida, favoreciendo la orientación hacia logros propios y disminuyendo la subordinación afectiva.

Tercera. Dado que la ecuanimidad se asocia inversamente con la dependencia emocional, se sugiere desarrollar programas de entrenamiento en regulación emocional y manejo del estrés, que permitan a las mujeres mantener equilibrio y perspectiva objetiva frente a situaciones conflictivas en sus relaciones interpersonales.

Cuarta. Considerando la relación significativa entre autoconfianza y menor dependencia emocional, se recomienda implementar intervenciones orientadas al fortalecimiento de la autoestima, la toma de decisiones autónomas y la seguridad personal, contribuyendo a reducir la necesidad excesiva de validación externa.

Quinta. En relación con la dimensión de sentirse bien sola, se recomienda fomentar espacios psicoeducativos que promuevan la autonomía afectiva y la valoración positiva del tiempo individual, disminuyendo el miedo a la soledad y la permanencia en relaciones disfuncionales.

Sexta. Dado que la satisfacción personal se relaciona negativamente con la dependencia emocional, se sugiere incorporar actividades que impulsen la reflexión sobre logros personales, sentido de vida y bienestar subjetivo, fortaleciendo la percepción positiva de sí mismas y consolidando la independencia emocional.

Séptima. Finalmente, se recomienda que futuras investigaciones empleen diseños longitudinales o experimentales y consideren muestras probabilísticas, a fin de profundizar en el análisis de la relación entre resiliencia y dependencia emocional y

ampliar la generalización de los resultados.

REFERENCIAS

- Alvarez, L. (2022). *Autoestima y Dependencia Emocional en las Fémimas entre 30 a 50 Años de Edad, del Centro Comunal Virgen María - Callao - 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Telesup]. <https://repositorio.utelesup.edu.pe/handle/UTELESUP/2377>
- Álvarez, S. y 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 César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/83351>
- American Psychological Association. (2020). El Camino a la Resiliencia. <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>
- Arias, W. L., & Humani, J. C. (2024). Resiliencia en estudiantes universitarios de Arequipa: Análisis psicométrico de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y comparaciones en función del sexo y la edad. *Revista Psicológica Herediana*, 16(2), 47–57. <https://doi.org/10.20453/rph.v16i2.5312>
- Ataurima, F. M. (2024). *Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Villa El Salvador, 2021 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/3795>
- Carbajal, K. (2021) *Escala de resiliencia (ER-14): propiedades psicométricas y datos normativos en población adulta de Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70945/Carbajal_IKN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Carrasco, S. (2019). *Metodología de la investigación científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación* (1a ed., Vol. 1). Editorial San Marcos. <https://es.scribd.com/document/575484795/CARRASCO-DIAZ-S-Metodologia-de-La-Investigacion-Cientifica-OCR-Por-Ganz1912>
- Castillo-Gonzáles, M., Mendo-Lázaro, S., León-del-Barco, B., Terán-Andrade, E., & López-Ramos, V.-M. (2024). Dating Violence and Emotional Dependence in

- University Students. *Behavioral Sciences*, 14(3), 176.
<https://doi.org/10.3390/bs14030176>
- Chuñe, J. E., Gonzales, M. del M., Vásquez, A. C., Flores, J. E., & Irigoin Hoyos, S. (2024). Dependencia Emocional y Violencia en la Relación de pareja: Una Revisión Sistemática de la Literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 10714–10733. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12233
- Cruz, M. C., Carhuatocto Niño, A., & Díaz de Angulo, D. M. (2020). DEPENDENCIA EMOCIONAL Y RESILIENCIA EN INTERNOS DEL PENAL DE PICSÍ. *AIAN*, 11(1), 60–78. <https://doi.org/10.26495/rcp.v11i1.1338>
- Galindo, M., & Zarate, C. (2023). *Dependencia emocional y depresión en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10971>
- Guevara, G. P., Verdesoto, A. E., & Castro, N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), 163–173.
[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Herrera, E. G., & Alcívar, S. V. (2024). Dependencia Emocional y Violencia Psicológica en Mujeres en Relación de Pareja. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 3512–3525. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15105
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Vol. 1). Mc Graw Hill- Educación.
<https://doi.org/https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Huertas-Domingo, C., Losada-Baltar, A., Pillemer, K., Czaja, S. J., Jiménez-Gonzalo, L., Fernandes-Pires, J. A., & Márquez-González, M. (2025). Moderating Effect of Family Function Between Dysfunctional Thoughts and Emotional Distress in Dementia Caregivers: Kinship Differences. *Family Process*, 64(1).
<https://doi.org/10.1111/famp.70028>
- Klein, N. D., Bravo, A. J., Conway, C. C., Keough, M. T., Pilatti, A., Mezquita, L., Bravo, A. J., Conway, C. C., Henson, J. M., Hogarth, L., Ibáñez, M. I., Kaminer, D., Keough, M., Mezquita, L., Ortet, G., Pearson, M. R., Pilatti, A., Prince, M. A., Read, J. P., ...

- Ruiz, P. (2024). Individualism, collectivism, and emotion regulation: a cross-cultural examination among young adults from seven countries. *Current Psychology*, 43(31), 26007–26018. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06226-8>
- Lütolf, M. (2025). *The Balancing Act of Working Mothers and Caring Fathers*. Springer Fachmedien Wiesbaden. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-47716-5>
- Macía, L., Jauregui, P., & Estevez, A. (2023). Emotional dependence as a predictor of emotional symptoms and substance abuse in individuals with gambling disorder: differential analysis by sex. *Public Health*, 223, 24–32. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.07.023>
- Merlyn, M.-F., Díaz-Mosquera, E., & Latorre, G. (2024). Types of attachment as predictors of emotional dependence in couples. *International Journal of ADVANCED AND APPLIED SCIENCES*, 11(8), 178–186. <https://doi.org/10.21833/ijaas.2024.08.019>
- Momeñe, J. y Estévez, A. (2019) El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 28-43. https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art2.pdf
- Momeñe, J., Estevez, A., Pérez-García, A. M., & Maguregi, A. (2022). La intolerancia a la incertidumbre, la tendencia a experimentar preocupaciones y el pesimismo como factores intervinientes en la relación entre la dependencia emocional y la violencia. *Anales de Psicología*, 38(2), 327–335. <https://doi.org/10.6018/analesps.448821>
- Mondalgo, J., & Pocco, N. (2022). *Resiliencia y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia familiar que acuden a la Comisaria de Pacucha, Andahuaylas-2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/1853>
- Moral-Jiménez, M. de la V., & Mena-Baumann, A. (2024). Emotional Dependence and Narcissism in Couple Relationships: Echo and Narcissus Syndrome. *Behavioral Sciences*, 14(12), 1190. <https://doi.org/10.3390/bs14121190>
- Mouatsou, C., & Koutra, K. (2023). Emotion regulation in relation with resilience in emerging adults: The mediating role of self-esteem. *Current Psychology*, 42(1), 734–747. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01427-x>

- Onyango, A. J., & Maroko, M. G. (2022). Influence of emotional dependency on spousal homicide among couples in Ndhiwa Sub-County, Homabay County, Kenya. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 06(11), 148–154. <https://doi.org/10.47772/IJRISS.2022.61112>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Paltán, K. N., & Gaibor, I. Á. (2024). Resiliencia y violencia intrafamiliar en mujeres. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(4), 28–37. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i4.1173>
- Pavarin, R. M., & Biolcati, R. (2015). Women between normality and dependence: a study of problematic consumption and dependence in women aged 30–50 years. *Journal of Substance Use*, 20(2), 143–150. <https://doi.org/10.3109/14659891.2013.878759>
- Perrotta, G. (2021). Affective Dependence: From Pathological Affectivity to Personality Disorders: Definitions, Clinical Contexts, Neurobiological Profiles and Clinical Treatments. *Health Sciences*, 2(2021). <https://doi.org/10.15342/hs.2020.333>
- Romero, H. J. (2023). HABILIDADES SOCIALES, RESILIENCIA Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES VICTIMAS Y NO VICTIMAS DE VIOLENCIA DE PAREJA DEL DISTRITO DE CARAZ. *WARMI*, 3(1), 67–94. <https://doi.org/10.46363/warmi.v3i1.4>
- Ruiz-Román, C., Juárez Pérez-Cea, J., & Molina Cuesta, L. (2020). Evolución y nuevas perspectivas del concepto de resiliencia: de lo individual a los contextos y relaciones socioeducativas. *Educatio Siglo XXI*, 38(2 Jul-Oct), 213–232. <https://doi.org/10.6018/educatio.432981>.
- Solano, W. (2024). *Dependencia emocional y resiliencia en víctimas de violencia contra la mujer de pareja atendidas en dos centros de salud de Ate* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/9534>
- Supo, J. (2012). *Seminarios de Investigación Científica* (1a ed., Vol. 1). Bioestadístico.
- Valle, L., & Moral, M. de la V. (2017). Dependencia emocional y estilo de apego adulto

en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 27. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>

Villa, M., & Prieto, P. (2021). Emotional Dependence and Partner Cyber Abuse through Social Networks in Spanish University Students. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 13(1), 15–27. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2022.01.051>

Yancha, P. y Guachamboza, D. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 3189-3206. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/4650/7080>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico	Técnica de recolección de Datos
¿Cuál es la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025	Objetivo general Determinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. Objetivos específicos - Determinar la relación entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. - Determinar la relación entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. - Determinar la relación entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en	Hipótesis general Hi: Existe relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. Ho: No relación significativa entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. Hipótesis específicas - H1i: Existe relación significativa entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. - H1o: No relación significativa entre la dimensión de perseverancia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a	V1: Resiliencia Dimensiones: Perseverancia Ecuanimidad Autoconfianza Sentirse bien solo Satisfacción personal V2: Dependencia emocional Dimensiones: Ansiedad de separación Expresión afectiva de la pareja Modificación de planes Miedo a la soledad Expresión límite Búsqueda de atención	Enfoque: Cuantitativo Alcance: Correlacional Diseño: No experimental, de corte transversal.	Técnica: Encuesta Instrumentos: Cuestionarios Escala de Resiliencia de Wagnild y Young Inventario de Dependencia Emocional (IDE)

	mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • Determinar la relación entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • Determinar la relación entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.	50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H2i: Existe relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H2o: No relación significativa entre la dimensión de ecuanimidad y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H3i: Existe relación significativa entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H3o: No relación significativa entre la dimensión de autoconfianza y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H4i: Existe relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.			
--	---	--	--	--	--

		• H4o: No relación significativa entre la dimensión de sentirse bien solo y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H5i: Existe relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. • H5o: No relación significativa entre la dimensión de satisfacción personal y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025.			
--	--	--	--	--	--

Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa	Instrumento
V1: Resiliencia	Capacidad psicológica que permite a la persona adaptarse positivamente frente a situaciones adversas, superar dificultades y mantener el equilibrio emocional.	Se evaluará mediante la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993), adaptada a la versión de cinco dimensiones. Consta de 25 ítems en escala tipo Likert de 5 puntos (1: totalmente en desacuerdo a 5: totalmente de acuerdo).	Perseverancia	Capacidad para mantenerse firme frente a situaciones adversas	Ordinal	25–74: Baja resiliencia 75–99: Moderada resiliencia 100–125: Alta resiliencia	Escala de Resiliencia de Wagnild y Young
			Ecuanimidad	Estabilidad emocional frente al estrés o presión			
			Autoconfianza	Seguridad personal y creencia en la propia capacidad			
			Sentirse bien solo	Aceptación y comodidad con la soledad			
			Satisfacción personal	Sentimiento de plenitud y propósito de vida			

V2: Dependencia emocional	Patrón afectivo-comportamental caracterizado por la necesidad excesiva de afecto, miedo al abandono, baja autoestima y dificultad para establecer vínculos autónomos y saludables.	Se medirá mediante el Inventario de Dependencia Emocional (Lemos y Londoño, 2006), compuesto por 22 ítems distribuidos en seis dimensiones, con escala tipo Likert de 5 puntos (1: nunca a 5: siempre).	Ansiedad de separación	Temor intenso al abandono o separación de la pareja	Ordinal	22–43: Bajo nivel de dependencia 44–65: Nivel medio 66–110: Alto nivel de dependencia	Inventario de Dependencia Emocional (IDE)
			Expresión afectiva de la pareja	Necesidad constante de demostraciones afectivas			
			Modificación de planes	Cambio de rutinas personales por priorizar a la pareja			
			Miedo a la soledad	Inseguridad o angustia ante la idea de estar sin pareja			
			Expresión límite	Reacciones emocionales extremas ante conflictos relacionales			
			Búsqueda de atención	Comportamientos dirigidos a obtener validación constante			

Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos

ESCALA DE RESILIENCIA DE AGNILD Y YOUNG (Versión traducida final)

ÍTEMES	En desacuerdo				De acuerdo			
1.- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7	
2.- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7	
3.- Dependo más de mí mismo que de otras personas.	1	2	3	4	5	6	7	
4.- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
5.- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7	
6.- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	
7.- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7	
8.- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7	
9.- Siento que puedo manejar vanas cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7	
10.- Soy decidida.	1	2	3	4	5	6	7	
11.- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7	
12.- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7	
13.- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7	
14.- Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7	
15.- Me mantengo interesado en los cosas.	1	2	3	4	5	6	7	
16.- Por lo general, encuentro algo de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7	
17.- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7	
18.- En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	1	2	3	4	5	6	7	
19.- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7	
20.- Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7	
21.- Mi vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7	
22.- No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7	
23.- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7	
24.- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7	
25.- Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7	

CDE
Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Edad:..... Sexo:..... Grado de
instrucción:.....

- Actualmente tengo una relación sentimental: SI NO
- Anteriormente tuve una relación sentimental: SI NO
- Aun no tuve ninguna relación sentimental: SI NO

Instrucciones:

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a si misma. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
Completamente falso de mí	La mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Me describe Perfectamente
1.	Me siento desamparado cuando estoy solo				1 2 3 4 5 6
2.	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja				1 2 3 4 5 6
3.	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla				1 2 3 4 5 6
4.	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja				1 2 3 4 5 6
5.	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja				1 2 3 4 5 6
6.	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo				1 2 3 4 5 6
7.	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado				1 2 3 4 5 6
8.	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme				1 2 3 4 5 6
9.	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje				1 2 3 4 5 6
10.	Soy alguien necesitado y débil				1 2 3 4 5 6
11.	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo				1 2 3 4 5 6
12.	Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás				1 2 3 4 5 6
13.	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío				1 2 3 4 5 6
14.	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto				1 2 3 4 5 6
15.	Siento temor a que mi pareja me abandone				1 2 3 4 5 6
16.	Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella				1 2 3 4 5 6
17.	Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo				1 2 3 4 5 6
18.	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo				1 2 3 4 5 6
19.	No tolero la soledad				1 2 3 4 5 6
20.	Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro				1 2 3 4 5 6
21.	Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella				1 2 3 4 5 6
22.	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja				1 2 3 4 5 6
23.	Me divierto solo cuando estoy con mi pareja				1 2 3 4 5 6

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Solicito: Permiso para la aplicación de
test, dirigido a mujeres de 30 a 50
años de la asociación Tayacaja.

SR.

AMADOR GUTERREZ ARRECE

PRESIDENTE DE ASOCIACION MERCADO TAYACAJA

Presente

Yo, Cisneros Alarcón Nelly Isabel, identificada con DNI: No 41748455, domiciliada en calle los guayabos 321, el Agustino. Bachiller en Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener UPNW, ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Deseando realizar mi tesis de investigación que tiene como título **"Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una Asociación del Agustino, Lima 2025"**, para ello es necesario realizar la aplicación de 02 test titulados "escala de resiliencia" de Wagnild y Young, y el "cuestionario de dependencia emocional" de Lemos y Londoño. las cuales serían aplicados a mujeres de la asociación que cumplan con los indicadores edad de 30 a 50 años. Por tal motivo, me dirijo a usted a fin de solicitarle la respectiva autorización; cabe indicar que dichos resultados a obtener servirán para el estudio y no contraerán gastos a la asociación.

Asimismo, es importante resaltar que la información será con fines académicos y con aporte a la comunidad educativa.

Lima, 11 de noviembre
2025



ASOCIACION MERCADO TAYACAJA
PRESIDENTE



Cisneros Alarcón Nelly Isabel

DNI:41748455

"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"



CONSTANCIA DE AUTORIZACION

Yo, Amador Gutiérrez Arrece, identificado con DNI: 07060541, presidente de la Asociación M. Tayacaja, con R.U.C. No 20422214811, ubicado calle los Higos Mz J lote 01, urbanización Tayacaja – El Agustino, Departamento de Lima.

Otorgo la AUTORIZACIÓN, a la Bachiller en Psicología, Srta. Cisneros Alarcón Nelly Isabel, identificada con DNI: 41748455, de la Facultad de Ciencia de la Salud, la Universidad Privada Norbert Wiener, programa Académico de Psicología, para que ejecute su investigación titulada **"Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una Asociación del Agustino, Lima 2025"**, dentro de la Asociación de Tayacaja y pueda utilizar la información concerniente a su proyecto de investigación.

Asimismo, autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, contribuyendo con la comunidad educativa.

Lima, 28 de noviembre del 2025


ASOCIACIÓN MERC...

PRESIDENTE

PRESIDENTE DE LA ASOCIACION

Amador Gutiérrez Arrece

DNI: 07060541

20-1-26

Anexo 4. Consentimiento informado

Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Título de proyecto de investigación: Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025

Investigadores: Nelly Isabel Cisneros Alarcón

Institución(es): Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: Resiliencia y dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años de una asociación de El Agustino, Lima 2025. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es determinar la relación entre la resiliencia y la dependencia emocional en mujeres de 30 a 50 años pertenecientes a una asociación del distrito de El Agustino, Lima. Los resultados permitirán comprender mejor los factores psicológicos asociados al bienestar emocional y podrán contribuir al diseño de estrategias psicoeducativas orientadas al fortalecimiento de la autonomía afectiva y la salud mental en contextos comunitarios.

Duración del estudio: 8 meses

Nº esperado de participantes: 132

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- *Mujeres con edades entre 30 y 50 años cumplidos al momento de la recolección de datos.*
- *Mujeres residentes permanentes en el distrito de El Agustino.*
- *Mujeres que otorguen su consentimiento informado de manera voluntaria, comprendiendo los objetivos y procedimientos del estudio.*
- *Mujeres con disponibilidad para participar en el proceso de evaluación durante el tiempo previsto.*

Criterios de exclusión:

- *Mujeres con diagnóstico clínico de trastornos mentales graves o descompensados, que puedan interferir en la percepción o interpretación de los instrumentos aplicados.*

- *Mujeres que no completen en su totalidad los cuestionarios administrados.*
- *Mujeres con dificultades sensoriales (visuales o auditivas) no corregidas que impidan la adecuada comprensión de los instrumentos.*
- *Mujeres que presenten conductas disruptivas o se nieguen a seguir las indicaciones durante el proceso de aplicación.*

Procedimientos del estudio:

Si usted decide participar en este estudio, se le solicitará completar los siguientes instrumentos:

- Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (25 ítems).
- Inventario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (23 ítems).

El tiempo estimado para completar ambos cuestionarios es de aproximadamente 20 a 25 minutos. La aplicación será de forma voluntaria y confidencial.

La entrevista/encuesta puede demorar unos 25 minutos.

Los resultados se le entregarán a usted en forma individual y se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos:

Su participación en el estudio *no* presenta riesgo alguno

Beneficios:

Usted se beneficiará del presente proyecto

Costos e incentivos: Usted **no** pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal Nelly Isabel Cisneros Alarcón con teléfono +51 960 673 568.

Así mismo, puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Dra. Angélica Karina Minaya Galarreta, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la

Universidad Norbert Wiener, Email: comité.etica@uwiener.edu.pe

DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado, y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Nombre del participante:

DNI:

Firma

18% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 16%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 16% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	2%
2	Trabajos entregados	Universidad Científica del Sur on 2024-07-19	1%
3	Internet	hdl.handle.net	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-05-17	<1%
5	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
6	Internet	repositorio.continental.edu.pe	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-09-24	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2025-05-16	<1%
9	Trabajos entregados	Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas on 2024-12-08	<1%
10	Internet	editorialalema.org	<1%
11	Internet	repositorio.upsjb.edu.pe	<1%