

GRADO EN PSICOLOGÍA

Trabajo Fin de Grado

**Impacto de la autoestima, resiliencia y uso de redes sociales
sobre una medida de dependencia emocional en relaciones de
pareja**

Presentado por: Cristina María Ramón Schiaffino

Curso: 5º

Director/es: Javier Fenollar Cortés

Convocatoria: Ordinaria

Resumen

Esta investigación aborda la relación entre la dependencia emocional en las parejas y tres variables, estas son, el uso de redes sociales, la resiliencia y la autoestima. De este modo, el estudio se centra en comprender cómo estos elementos afectan la salud emocional en las relaciones de pareja. Así pues, se utilizó un enfoque cuantitativo para llevar a cabo el estudio. Los participantes completaron cuestionarios diseñados para evaluar su uso de redes sociales, su nivel de resiliencia, así como, su autoestima. Estos cuestionarios proporcionaron datos detallados para realizar posteriormente un análisis en profundidad. Los resultados revelaron que las personas que pasan más tiempo en redes sociales tienden a mostrar una mayor dependencia emocional. Por otro lado, aquellos participantes con niveles más altos de autoestima muestran niveles más reducidos de dependencia emocional. Esto sugiere que una autopercepción positiva es esencial para mantener una relación equilibrada. Además, el estudio se ha observado que no hay diferencias significativas en la dependencia emocional entre personas homosexuales y heterosexuales, indicando que estas dinámicas son universales. Estos hallazgos subrayan la importancia de fomentar la resiliencia y la autoestima para reducir la dependencia emocional en las relaciones de pareja. El estudio sugiere que las intervenciones en salud mental, centradas en mejorar la autoestima y la resiliencia, podrían ser efectivas para promover relaciones más saludables y equilibradas.

Palabras clave: dependencia emocional, redes sociales, autoestima, resiliencia, relación de pareja

Abstract

This research addresses the relationship between emotional dependence in couples and three variables, namely, the use of social networks, resilience and self-esteem. Thus, the study focuses on understanding how these elements affect emotional health in couple relationships. Thus, a quantitative approach was used to conduct the study. Participants completed questionnaires designed to assess their use of social networks, their level of resilience, as well as, their self-esteem. These questionnaires provided detailed data for further in-depth analysis. The results revealed that people who spend more time on social networks tend to show greater emotional dependence. On the other hand, those participants with higher levels of self-esteem show lower levels of emotional dependence. This suggests that a positive self-perception is essential for maintaining a balanced relationship. Furthermore, the study found that there are no significant differences in emotional dependence between homosexual and heterosexual individuals, indicating that these dynamics are universal. These findings underscore the importance of fostering resilience and self-esteem in reducing emotional dependence in relationships. The study suggests that mental health interventions focused on improving self-esteem and resilience may be effective in promoting healthier and more balanced relationships.

Keywords: emotional dependence, social networks, self-esteem, resilience, romantic relationship

ÍNDICE GENERAL

1. Introducción	1
2. Método	8
2.1. Diseño del estudio	8
2.2. Muestra	8
2.3. Instrumentos de medida	9
2.4. Procedimiento	10
2.5. Análisis de datos	11
3. Resultados	12
4. Discusión	13
4.1. Limitaciones y futuras líneas de investigación	15
4.2. Implicaciones teóricas y prácticas de la investigación	16
5. Referencias	17
6. Anexos	20
6.1. Anexo I. Comité de Ética	20

1. Introducción

La naturaleza humana incluye una innegable necesidad de conexión social, así como una búsqueda continua de pertenencia, lo cual radica en lo más profundo de nuestra evolución, en la supervivencia (Myers, 2005). Dicha necesidad impulsa a los individuos a entablar vínculos afectivos caracterizados por la durabilidad y fortaleza, puesto que estos influirán en el desarrollo emocional y de personalidad (Bowlby, 1951; como se citó en Urbiola y Estévez, 2015; Estévez et al., 2017). No obstante, la necesidad de pertenencia tiene doble cara, puesto que aparte de establecer lazos saludables, en ocasiones también puede conllevar a situaciones conflictivas (Myers, 2005).

En la actualidad, estas relaciones se ven influenciadas por los cambios psicosociales, lo cual puede producir desafíos a nivel emocional y conflictos en las interacciones interpersonales y, por ende, en la pareja (Villa Moral et al., 2018). Así pues, la dinámica y expresión del amor se ve afectada por estos cambios sociales, favoreciendo el desarrollo de desregulaciones emocionales (Greenberg y Goldman, 2008; Nussbaum, 2008; como se citó en Villa Moral et al., 2018). Asimismo, el cambio producido en las relaciones de pareja tiene un efecto significativo en el bienestar de las personas, tanto a nivel físico y psicológico como social, siendo que la pareja representa una fuente relevante de satisfacción psicosocial (Gómez, Ortiz y Gómez-López, 2011; Valle y Moral, 2018; como se citó en Villa Moral et al., 2018). De este modo, si una persona establece una dependencia saludable, por lo general, existirá confianza en los demás, seguridad personal y ausencia de miedo a la soledad y al abandono. Sin embargo, en caso de que se trate de una relación inadecuada, puede desembocar en dependencia hacia el resto (Estévez et al., 2017), esto es, patrones de vinculación disfuncionales (Rodríguez, 2013; Villa Moral et al., 2018).

El concepto de dependencia emocional ha sido definido e investigado ampliamente, siendo Jorge Castelló el autor español que ha llevado a cabo la revisión más exhaustiva sobre esta temática. Según este autor, la dependencia emocional se caracteriza por un conjunto persistente de necesidades emocionales no satisfechas que impulsan a la persona a buscar de manera desadaptativa la satisfacción de estas a través de otras personas y, en consecuencia, se produce la búsqueda exasperada de relaciones de pareja. En la misma línea, este autor expone que la dependencia emocional de la pareja conlleva un vínculo afectivo constante y excesivo con la otra parte de la relación, resultando esto disfuncional. Además, señala la asociación entre este vínculo con niveles bajos de autoestima, así como con la existencia de carencias efectivas. Dicha dependencia suele manifestarse conjuntamente con una perspectiva de la realidad sesgada, vacío interior y dificultades para tolerar la soledad. Por otro lado, la relación de pareja se torna un aspecto primordial y prioritario por encima del resto de aspectos de la vida de la persona en cuestión (Castelló, 2005).

Por otra parte, Villa Moral y Sirvent (2008) definen la dependencia emocional como una forma de dependencia sentimental que tiene lugar entre dos personas, no adictas, caracterizada por una constante búsqueda de satisfacción de demandas afectivas insatisfechas mediante las vinculaciones interpersonales.

La dependencia emocional implica aspectos de diversa índole, en concreto, involucra elementos cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales, los cuales están dirigidos hacia una concentración excesiva por satisfacer las necesidades del otro. De ahí que, estas personas posean concepciones equivocadas del amor y, por tanto, también de las relaciones de pareja (Hirschfield et al., 1977; Schaeffer 1998; Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006; como se citó en Cuetos, 2017; Villa Moral et al., 2018). Por añadidura, Skvortsova y Shumskiy (2014), citados en Urbiola et al., (2016), exponen que las personas dependientes son incapaces de imaginarse la vida sin su pareja. Del mismo modo, Izquierdo y Gómez-Acosta (2013), citados en Urbiola et al., (2016), añaden que estos individuos interpretan un papel subordinado respecto a su pareja con el objetivo de evitar a toda costa que se ponga fin a la relación.

Por consiguiente, algunas de las características que presentan las personas que padecen dependencia emocional son un estilo posesivo relacional, sufriendo como consecuencia un desgaste afectivo significativo, una dificultad para desvanecer vínculos y un anhelo insaciable de amor (Villa Moral y Sirvent, 2008). Respecto al contexto social, muestran alteraciones a la hora de llevar a cabo interacciones comportamentales y emocionales con los demás (Momeñe et al., 2022).

En otro orden de cosas, la sociedad contemporánea se ha visto impactada por constantes cambios producidos a gran velocidad, siendo el más notable el avance de las tecnologías de la información y comunicación (Espinar et al., 2015). La aparición de nuevas tecnologías, como Internet y las redes sociales, ha transformado la sociedad y las relaciones interpersonales, puesto que facilitan la creación y mantenimiento de estas, pero a su vez entrañan riesgos que previamente eran inexistentes (Piquer et al., 2017; Vázquez y Pastor, 2018). En línea con el contexto del creciente uso de internet y las redes sociales, 4.760 millones en todo el mundo usan estas plataformas, lo cual significa que el 94.9% de la población que utilizan Internet son usuarios de las redes sociales (Giménez, 2023). Además, según el Instituto Nacional de Estadística de España (INE) en 2023 el 95.3% de la población había utilizado internet en los últimos tres meses (Instituto Nacional de Estadística de España, 2023).

Así pues, se observa el uso de las redes sociales como variable a relacionar con la dependencia emocional. La persona que experimenta dependencia emocional tiene la necesidad constante de mantener el contacto con el objeto de la dependencia, lo cual resulta más accesible gracias a las nuevas tecnologías (Montag et al, 2021; Panova y Carbonell, 2018; como se citó en Carballo, 2021). Esto puede desembocar en adicciones conductuales, relativas a

comportamientos repetitivos que generan pérdida de control y afectan al funcionamiento de diversas áreas de la vida, como puede ser el abuso de las redes sociales (Echeburúa, 2012; Grant et al., 2006; como se citó en Estévez et al., 2017).

Por consiguiente, en la literatura varios investigadores han estudiado la relación entre estas variables. Comenzando, Espinar et al. (2015) realizaron un estudio con 100 estudiantes de la Universidad de Córdoba, cuyas edades oscilaban entre 19 y 32 años. Estos autores afirmaron que existía una relación consistente entre ambas, tanto a nivel personal como la percepción de la pareja, puesto que evidenciaron que el aumento del uso de redes sociales como *Tuenti* y *YouTube*, estaba vinculado a una mayor dependencia emocional.

Por añadidura, Estévez et al. (2017) corroboraron esta conexión en el estudio que realizaron con una muestra de 535 jóvenes universitarios de la Comunidad de Madrid. En este encontraron una conexión entre la dependencia emocional y el abuso de Internet y el móvil. Estos hallazgos se respaldan con los resultados de Carballo (2021), quien también identificó en su estudio con 196 participantes, una correlación positiva entre dependencia emocional y el uso problemático de dispositivos y de Internet.

Varias líneas de investigación relacionan la dependencia emocional con la autoestima. Según Dyer (2019), citado en Denegri et al. (2022), esta variable es definida como la valoración que uno mismo posee acerca de su valía en el mundo, incluyendo tanto la valoración interna como la percepción de cómo el resto nos valora. La autoestima no solo influye en los aspectos de la vida personal, sino también en las relaciones familiares, sociales y laborales, así como tiene un impacto en la confianza hacia los demás. Esta se relaciona intrínsecamente con la dependencia emocional, en especial cuando se trata de niveles bajos de autoestima. Así pues, la baja autoestima, caracterizada por el autorechazo y el miedo a la soledad, sientan las bases para la dependencia emocional. Las personas con baja autoestima se caracterizan por buscar validación externa y el amor del que carecen internamente, generando así dependencia emocional, puesto que su sensación de seguridad se deriva de la atención de otros. Asimismo, la búsqueda de saciar el vacío interno a través de los demás puede resultar en una incapacidad para establecer límites en las relaciones (Castelló, 2005).

Diversos estudios han examinado la relación entre la dependencia emocional y la autoestima. Por un lado, Urbiola et al. (2016) hallaron una conexión significativa entre la dependencia emocional y la autoestima, destacando que a medida que aumentaba la dependencia emocional, la autoestima tendía a disminuir. Estos resultados coincidían con investigaciones anteriores que indicaban que, a menor autoestima, mayor era la necesidad de buscar apoyo en los demás (Wei et al., 2005; citados en Urbiola et al., 2016).

Por otro lado, se observa la investigación llevada a cabo por Marín en 2019, con una muestra de 172 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes a un Centro Preuniversitario de Lima, cuyas edades oscilaron entre 17 a 35 años. Los resultados evidenciaron que los estudiantes que presentaban una autoestima elevada no mostraban dependencia emocional. En consecuencia, la autora señaló que cuando una persona se siente validada y confianza, por lo general, es más independiente y no requiere la aprobación del resto. En concordancia, Denegri et al. (2022) evidenciaron en su estudio que a medida que aumentaba la autoestima, la dependencia emocional disminuía, subrayando así la necesidad de desarrollar estrategias para fortalecer la autoestima.

Seguidamente, otra de las variables que se van a estudiar en relación a la dependencia es la resiliencia. Este concepto ha ganado importancia durante las últimas décadas, en concreto, en los años ochenta fue definida como la capacidad de los individuos para hacer frente a circunstancias extremadamente estresantes, en las cuales se ve mermada la funcionalidad de la persona, así como es considerada como la habilidad para abordar las dificultades y lograr extraer un aprendizaje de lo experimentado (Montes et al. 2016; como se citó en Tello y Céspedes, 2023). Por otro lado, Hernández et al. (2020) exponen que la resiliencia ha de ser considerada como una habilidad propia de la adaptación ante situaciones de elevado riesgo para la persona, desarrollada con la vivencia de experiencias y aprendizajes adquiridos a lo largo del tiempo. Además, se reconoce como un factor esencial para la salud mental, debido a que las personas que hayan desarrollado esta habilidad tendrán mayor facilidad para hacer frente a las dificultades presentes en los ámbitos que envuelven la vida, como el ámbito familiar, personal, social y laboral (Cejudo et al., 2016; Estrada y Mamani, 2020; Libera et al., 2021; citados en Tello y Céspedes, 2023).

Diversos estudios relacionan la dependencia emocional y la resiliencia. Por un lado, Momeñe y Estévez (2019) realizaron un estudio relativo a la resiliencia, dependencia emocional y abuso psicológico con una muestra de 299 personas, siendo 237 son mujeres y 62 hombres. Asimismo, la edad de la muestra oscilaba entre los 18 y 64 años. Estos autores llegaron a la conclusión de que existían niveles más altos de resiliencia en aquellos individuos que no manifestaban dependencia emocional, mientras que niveles reducidos de resiliencia tenían lugar en personas que padecían dependencia emocional. De este modo, señalaron que a medida que aumentaba la capacidad resiliente en los sujetos, disminuía los niveles de dependencia emocional. En la misma línea, se observa el estudio realizado por Tello y Céspedes (2023), los cuales investigaron acerca de esta relación en estudiantes universitarios de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Técnica de Ambato (Ecuador), con una muestra de 154 estudiantes (76 hombres y 78 mujeres). Los resultados que obtuvieron determinaron que existía una correlación inversamente proporcional entre la dependencia emocional y la resiliencia.

En último lugar, se observa la variable de orientación sexual. Este término ha sido definido por la Asociación Americana de Psicología (APA), como una atracción emocional, romántica,

sexual o afectiva hacia otros, distinta de la conducta sexual, ya que está relacionada con los sentimientos y la autopercepción de uno mismo. Esta atracción puede o no ser expresada en las conductas individuales (APA, 2017; citada en Lampert, 2017). A diferencia del concepto de género, que está influenciado por factores sociales, la orientación sexual puede estar influenciada tanto por factores sociales como genéticos (Negro, 2010).

Por consiguiente, se trata de un concepto complejo y sus manifestaciones pueden variar con el tiempo y entre diferentes culturas. Asimismo, según el Consejo de Derechos Humanos de la Organización de Naciones Unidas Derechos Humanos (2013) existen tres categorías principales de orientación sexual: la heterosexualidad, que consiste en sentir atracción por personas del género opuesto; la homosexualidad, que se caracteriza por la atracción hacia personas del mismo género; y la bisexualidad, que implica sentir atracción tanto por personas del mismo género como por personas del género opuesto.

De este modo, Castelló (2005) en sus aportaciones hacía referencia a parejas heterosexuales, no obstante, el mismo autor señaló que todo lo comentado se podría trasladar a parejas homosexuales, señalando así la ausencia de diferencias básicas. Asimismo, indicó que las personas homosexuales no están exentas de experimentar dependencia emocional y, al igual que otros individuos, pueden ser susceptibles a sentir una necesidad extrema hacia su pareja. Asimismo, Island y Letellier (1991), citados en Rodríguez et al. (2019), fueron pioneros al abordar la dependencia en relaciones entre parejas del mismo sexo, destacando que los hombres homosexuales mostraban una fuerte dependencia hacia sus parejas, acompañada de un miedo al abandono y una represión emocional.

Es pertinente destacar la existencia de otras categorías de orientación sexual, que, si bien no son menos relevantes, no serán abordadas en el presente estudio. En virtud de las particularidades de la investigación y con miras a facilitar el análisis de datos, se procederá a clasificar a los participantes en dos grupos principales: heterosexuales y no heterosexuales. Dentro de este último grupo se incluirán aquellos individuos que hayan seleccionado la opción de homosexuales, bisexuales u otra orientación sexual.

Respecto a los estudios, se observa la investigación llevada a cabo por Pérez y Peralta en 2019, con una muestra de 37 sujetos heterosexuales y 15 participantes de una comunidad LGBTQ+ de la ciudad de Trujillo, Perú. Los hallazgos del estudio revelaron que no se encontraron diferencias significativas en cuanto a la dependencia emocional y sus aspectos tanto en la muestra heterosexual como en los participantes de la comunidad LGBTQ+.

Por otro lado, Urbiola et al. (2019) realizaron un estudio con una muestra de 550 jóvenes españoles, de los cuales 498 eran heterosexuales y 52 homosexuales, con edades comprendidas entre los 18 y los 29 años. Esta investigación examinó las disparidades en la

dependencia emocional en relación con la orientación sexual, y sus resultados indicaron que no existían diferencias significativas entre ambos tipos.

En contraposición, en un estudio realizado por Rodríguez et al. en 2019, se examinó una muestra de 776 participantes, entre los cuales había 93 individuos homosexuales (12%), 595 heterosexuales (76.7%) y 88 bisexuales (11.3%). Los resultados de esta investigación revelaron que las personas homosexuales mostraron niveles más altos de dependencia emocional en comparación con los participantes heterosexuales y bisexuales. Es importante destacar que existe una escasez de investigación sobre las diferencias en la dependencia emocional en relación con la orientación sexual.

En cuanto a los objetivos del estudio, el objetivo general consiste en analizar la dependencia emocional con relación a la influencia del uso de redes sociales, de la resiliencia, así como de la autoestima en el contexto de la pareja.

Para alcanzar el objetivo general, es esencial cumplir con una serie de objetivos específicos dirigidos hacia esa meta. Los objetivos específicos se muestran a continuación:

- 1) Explorar las posibles relaciones entre la dependencia emocional y el uso de redes sociales, resiliencia y autoestima en el contexto de pareja.
- 2) Analizar la contribución predictiva de la resiliencia, el uso de redes sociales y la autoestima en la dependencia emocional en el contexto de pareja.
- 3) Comparar los niveles de dependencia emocional entre personas homosexuales y heterosexuales para determinar si existe una diferencia significativa en el índice de dependencia emocional entre estos grupos.

En concordancia con estos objetivos, se formularon diversas hipótesis que establecen relaciones entre la dependencia emocional y las variables mencionadas.

Hipótesis 1: Existe una influencia entre los niveles de dependencia emocional y la frecuencia/intensidad del uso de redes sociales, indicando que, a mayor dependencia emocional, se asocia un mayor uso problemático de estas plataformas (Espinar et al., 2015; Estévez et al., 2017; Carballo, 2021).

Hipótesis 2: Los niveles de resiliencia y autoestima influyen en la intensidad de la dependencia emocional, sugiriendo que individuos con mayores niveles de resiliencia (Momeñe y Estévez, 2019; Tello y Céspedes, 2023) y autoestima (Urbiola et al., 2016; Marín, 2019; Denegri et al., 2022) tendrán menor propensión a experimentar dependencia emocional.

Hipótesis 3: Las personas homosexuales presentan un índice de dependencia emocional más alto en comparación con las personas heterosexuales (Rodríguez et al., 2019).

Tomando en cuenta la información previamente expuesta, conviene subrayar la necesidad de realizar esta investigación en base a la importancia de estos temas en la salud mental contemporánea y la sociedad en general. Así pues, la dependencia emocional puede tener una repercusión significativa en la calidad de vida de las personas, afectando a sus relaciones interpersonales y a su bienestar emocional. De este modo, comprender si la autoestima y la resiliencia pueden influir en la dependencia emocional es crucial para diseñar intervenciones efectivas y estrategias de prevención, así como fomentar que estas variables funcionen como factores protectores de cara a enfrentar y superar adversidades. Por consiguiente, en un mundo cada vez más digitalizado, donde el uso de las redes sociales es generalizado resulta importante conocer la influencia de este factor en la dependencia emocional y cómo es dicha interacción con la máxima de abordar esa problemática en futuras investigaciones.

Este estudio está directamente alineado con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 3, el cual busca garantizar una vida saludable y promover el bienestar para todos los individuos en todas las edades (Organización de las Naciones Unidas, 2024). Con esto, se estaría contribuyendo a mejorar la calidad de vida de las personas, puesto que en un contexto donde los desafíos relacionados con la salud mental están en aumento, abordar estos problemas se vuelve aún más imperativo.

2. Método

2.1. Diseño del estudio

La investigación es de naturaleza cuantitativa, lo cual facilita la objetividad al medir las variables de interés a través de la recopilación de datos numéricos. Asimismo, se trata de un diseño no experimental, puesto que la finalidad es examinar las variables tal y como se presentan para poder analizarlas, sin ser manipuladas. En concreto, es de corte transversal dado que se realiza en un punto del tiempo específico. Seguidamente, consiste en un estudio de alcance correlacional, lo que significa que la máxima es conocer la relación o grado de conexión entre dos o más variables en un conjunto de datos o contexto particular (Hernández et al., 2014). Por ende, este diseño ha facilitado la recopilación práctica de datos en consonancia con los objetivos establecidos para la investigación.

Respecto a las variables de la investigación, se considerará la dependencia emocional como variable dependiente. Las variables independientes serán la autoestima, la resiliencia y el uso de las redes sociales.

2.2. Muestra

Para el presente estudio se han establecido determinados criterios de inclusión. Primero, que los participantes fuesen mayores de edad, esto es, igual o mayores de 18 años. En segundo lugar, ser residentes en España y, por último, haber tenido o tener pareja estable en el momento de participar en la investigación. Los participantes se han seleccionado mediante un muestreo no probabilístico, a conveniencia del investigador.

La muestra inicialmente era de 300 participantes, de los cuales se eliminaron 74 teniendo en cuenta los criterios de inclusión; un sujeto por no firmar el consentimiento informado y 73 sujetos debido a que no habían tenido ni tenían pareja estable. Finalmente, la muestra fue depurada resultando en 226 sujetos.

Al comienzo del cuestionario, se registraron diversos datos sociodemográficos: sexo biológico, edad y orientación sexual. Con relación al sexo biológico, la muestra se compone de 171 mujeres y 55 hombres, representando el 75.7% y el 24.3%, respectivamente. Seguidamente, la edad de los participantes oscila entre los 18 y los 76 años, siendo la edad media de 32.2 años. En cuanto a la orientación sexual, el 82.3% corresponde a la opción de heterosexual, el 3.5% a homosexual, 13.7% con bisexual y el resto (0.44) con la alternativa de otro.

Tabla 1*Descriptivos datos sociodemográficos*

	Sexo	Orientación Agrupada	N	Media	Moda	Mediana	Desviación Estándar	Mín.	Máx.
DE	Mujer	Heterosexual	133	38.2	28.0	36.0	10.26	23.0	83.0
		No heterosexual	38	43.3	38.0	38.0	16.15	25.0	105.0
	Hombre	Heterosexual	53	43.3	38.0	42.0	10.30	24.0	74.0
		No heterosexual	2	35.0	34.0	35.0	1.41	34.0	36.0

Nota: DE hace referencia a Dependencia emocional; No heterosexual incluye el grupo de bisexuales, homosexuales y otros.

2.3. Instrumentos de medida

Respecto a los instrumentos de medida, en la investigación se han empleado cuatro instrumentos, uno por cada variable a analizar, junto a las cuestiones relativas a los aspectos sociodemográficos comentados en el apartado anterior.

En primer lugar, para la variable de dependencia emocional se ha utilizado la Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED; Camarillo et al., 2020). Esta escala consiste en un instrumento breve que evalúa el grado de dependencia emocional de pareja con población adulta española que han experimentado o están experimentando una relación estable. Esta es la primera escala diseñada específicamente para este campo (Camarillo et. al, 2020).

De este modo, la SED es una herramienta de autoinforme que posee una estructura unidimensional y consta de 22 ítems. A mayor puntuación en la escala, se observa un mayor nivel de dependencia emocional. Todos los ítems siguen esta tendencia de puntuación, excepto el número uno, que está invertido. Asimismo, las alternativas de respuesta tipo Likert que oscilan del uno al cinco (1 es "totalmente falso", 2 es "parcialmente falso", 3 es "a medias", 4 es "parcialmente verdadero" y 5 es "totalmente verdadero") (Camarillo et al., 2020). La fiabilidad total de esta escala para la muestra del estudio es de .88.

En segundo lugar, se observa la escala denominada MULTICAGE-TIC (Pedrero et al., 2018) para la variable de redes sociales. Se trata de un cuestionario compuesto por 20 ítems distribuidos en cinco subescalas, que tratan problemas vinculados con el uso de Internet, teléfonos móviles, videojuegos, aplicaciones de mensajería instantánea, así como las redes sociales. Cada subescala incluye cuatro preguntas que exploran aspectos como el tiempo

dedicado, la influencia en relaciones personales, la dificultad para abstenerse y la capacidad para interrumpir el uso (Pedrero et al., 2018).

Sin embargo, en este estudio se ha empleado únicamente la subescala que evalúa el uso de redes sociales, la cual consta de cuatro ítems con cuatro opciones de respuesta tipo Likert. Aunque originalmente el tipo de respuesta era dicotómico, esta modificación se realizó para adecuarla mejor a los objetivos de la investigación. Las alternativas de respuesta son las siguientes: 1 es "totalmente en desacuerdo"; 2 es "ligeramente en desacuerdo"; 3 es "ligeramente de acuerdo" y 4 es "totalmente de acuerdo" (Pedrero et al., 2018). La fiabilidad total de esta escala para la muestra del estudio es de .79.

En cuanto a la variable de autoestima, se ha utilizado la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR; Atienza et al., 2000) para analizarla. Este cuestionario comprende una escala de diez ítems, de los cuales cinco están formulados en términos positivos y cinco en términos negativos. De este modo, la mayoría de autores han preferido utilizar la escala con formato tipo Likert de cuatro opciones de respuesta: 1 es "muy en desacuerdo"; 2 es "en desacuerdo"; 3 es "de acuerdo"; 4 es "muy de acuerdo" (Atienza et al., 2000). Así pues, la escala EAR es fiable, puesto que el Alfa de Cronbach en este estudio es de .87.

En último lugar, para la variable de resiliencia se ha empleado la Escala Breve de Afrontamiento Resiliente (BRCS; Limonero et al., 2012), adaptada al español por Limonero et al. (2010). Esta escala evalúa la frecuencia de las estrategias de afrontamiento utilizadas y está compuesta por cuatro ítems. Además, se trata de una escala tipo Likert con cinco alternativas de respuesta: 1 es "totalmente en desacuerdo"; 2 es "en desacuerdo"; 3 es "neutro"; 4 es "de acuerdo" y 5 es "totalmente de acuerdo" (Limonero et al., 2012). Así pues, la BRCS muestra una fiabilidad de .68 para la muestra del estudio.

2.4. Procedimiento

En esta investigación se ha utilizado un cuestionario compuesto por diversas secciones. Comenzando, con la sección de datos sociodemográficos comentados anteriormente y, donde se incluía la pregunta relativa a haber tenido o tener pareja estable, la cual era determinante para poder continuar con el cuestionario. Seguidamente, el cuestionario contenía los instrumentos mencionados para medir las variables del estudio.

Por consiguiente, el cuestionario se implementó de forma online a través de la plataforma *Google Forms* y se difundió mediante diversos medios digitales, incluyendo redes sociales como *Instagram* y *WhatsApp*. Se estimó que el tiempo necesario para completarlo era de aproximadamente cinco minutos.

Antes de participar en el cuestionario, se proporcionó un consentimiento informado a todos los participantes para asegurar que comprendieran y aceptaran conscientemente su participación en la investigación. La participación fue completamente voluntaria y anónima. De este modo, aquellos que no aceptaron el consentimiento informado no tuvieron acceso a la encuesta.

Es importante destacar que, debido a la participación de sujetos humanos en la investigación, se obtuvo la aprobación del Comité de Ética antes de iniciar el procedimiento. En concreto, el código CI es 2024-636 (Anexo I). Por último, el periodo de recopilación de datos se llevó a cabo desde el miércoles 27 de marzo de 2024 hasta el martes 16 de abril del mismo año, estableciendo así un intervalo de tiempo específico para la obtención de información. Posteriormente, se procedió al análisis de los datos recopilados.

2.5. Análisis de datos

En este apartado, se describirán los métodos empleados para examinar los datos obtenidos en la investigación. Antes de comenzar, cabe destacar que para realizar los respectivos análisis se ha utilizado el programa estadístico Jamovi (The jamovi project, 2024). Inicialmente, se llevaron a cabo análisis de fiabilidad utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach de las escalas empleadas en el estudio.

En relación a la primera hipótesis, dada su naturaleza específica, se ha realizado un análisis de regresión lineal. El fin principal es investigar cómo la variable independiente relacionada con el uso de las redes sociales puede predecir la variable dependiente de dependencia emocional. En cuanto a la segunda hipótesis, se ha llevado a cabo una regresión lineal múltiple, para examinar cómo las variables independientes, en este caso, la autoestima y la resiliencia pueden predecir la dependencia emocional, que actúa como variable dependiente.

En último lugar, se observa la hipótesis número tres, para la cual se han examinado las variables mediante una comparación de medias. Así pues, para verificar la normalidad de las variables, se ha llevado a cabo el análisis de Kolmogorov-Smirnov, dado que el tamaño de la muestra superaba los 50 sujetos. En este caso, el resultado es significativo, puesto que el valor es inferior a .05, lo cual indica que no sigue una distribución normal. En consecuencia, se ha optado por emplear la prueba U de Mann-Whitney para investigar las diferencias en una variable continua entre dos grupos.

3. Resultados

Respecto a los resultados de la investigación, se contrastan la primera hipótesis, la cual señala que los niveles de dependencia emocional ejercen una influencia en la frecuencia e intensidad del uso de redes sociales, indicando que, a mayor dependencia emocional, se asocia un mayor uso problemático de estas plataformas. De este modo, como se ha comentado, se ha llevado a cabo una regresión lineal para estudiar la predicción del uso de las redes sociales sobre la dependencia emocional.

Así pues, la ecuación de regresión fue significativa $F(1, 224) = 11.0, p < .001$. El valor del de la R^2 corregida fue de .0425, lo que indica que el 4.25% del cambio de la VD puede ser explicado por el modelo que contiene la VI. Asimismo, la ecuación de la regresión fue $.77 + 33.4$, donde la puntuación de la VD aumenta en .77 puntos por cada punto de la VD.

Seguidamente, se encuentra la hipótesis número dos, esta refiere que los niveles de resiliencia y autoestima influyen en la intensidad de la dependencia emocional, sugiriendo que individuos con mayores niveles de resiliencia y autoestima tendrán menor propensión a experimentar dependencia emocional. Para abordar esta relación se ha realizado una regresión lineal múltiple, considerando las particularidades de las variables involucradas. El objetivo principal ha sido estudiar cómo las variables independientes, es decir, la autoestima y la resiliencia, predicen la dependencia emocional, que nuevamente actúa como la variable dependiente.

De este modo, la ecuación de regresión resulta significativa $F(2, 223) = 35.6, p < .001$. El valor de la R^2 corregida es de .235, lo que indica que el 23.5% del cambio de la dependencia emocional puede ser explicado por el modelo que contiene las variables independientes, tratándose de la autoestima y la resiliencia. Por consiguiente, se observa que la ecuación de la regresión para la VI de autoestima fue $-0.97 + 72.2$, donde la puntuación de la VD disminuye en -0.97 puntos por cada punto de la VD. En cuanto a las variables independientes en particular, se observa que la autoestima a diferencia de la resiliencia, sí que resulta estadísticamente significativa (Véase Tabla 1).

En último lugar, para abordar la tercera hipótesis, se han evaluado las variables mediante un análisis comparativo de las medias. En un primer momento, se observa como variable continua la dependencia emocional, siendo esta la variable dependiente, y como variable categórica la orientación sexual, en concreto, heterosexuales y no heterosexuales, incluyendo en este último grupo homosexuales, bisexuales y la categoría de otros. Asimismo, la orientación sexual actuaría como la variable independiente. Por lo tanto, con una muestra de 186 heterosexuales y 40 no heterosexuales, los resultados obtenidos muestran que $U = 3491, p = 0,541$, es decir, no existen diferencias estadísticamente significativas entre heterosexuales y no heterosexuales.

4. Discusión

Una vez presentados los resultados obtenidos, se procede a su análisis y contextualización en relación con los factores que afectan la dependencia emocional, conforme a las hipótesis planteadas previamente. A continuación, se compararán estos hallazgos con la literatura existente sobre el tema, con el objetivo principal de extraer conclusiones que aporten coherencia y relevancia al estudio realizado.

En cuanto a la primera hipótesis, esta refiere que, a mayor dependencia emocional, se asocia un mayor uso problemático de estas plataformas. De este modo, diversas investigaciones han estudiado la relación entre estas variables, comenzando con Espinar et al. (2015), los cuales encontraron una relación consistente entre la dependencia emocional y el uso problemático de redes sociales, tanto a nivel personal como en la percepción de la pareja, demostrando que el aumento del uso de plataformas estaba vinculado a una mayor dependencia emocional. De manera similar, Estévez et al. (2017) confirmaron una correlación entre la dependencia emocional y el abuso de Internet y el móvil. Estos hallazgos son respaldados por los resultados de Carballo (2021), el cual también encontró una correlación positiva entre la dependencia emocional y el uso problemático de dispositivos e Internet.

En consonancia con estos autores, los resultados obtenidos en el presente estudio han demostrado una relación significativa entre la dependencia emocional y el uso de las redes sociales, sugiriendo que el uso de las redes sociales es predictor de la dependencia emocional. Por ende, se confirma la primera hipótesis, ya que lo esperado era que el uso de las redes sociales ejerciera una influencia en la existencia y/o intensidad de la dependencia emocional.

Por consiguiente, la segunda hipótesis indica que individuos con mayores niveles de resiliencia y autoestima tendrán menor propensión a experimentar dependencia emocional. En relación con la variable de autoestima, Urbiola et al. (2016) encontraron una conexión significativa entre la dependencia emocional y la autoestima, destacando que a medida que aumentaba el nivel de dependencia emocional, la autoestima tendía a disminuir. Estos resultados coinciden con investigaciones previas que indicaban que una menor autoestima conlleva una mayor necesidad de buscar apoyo en los demás (Wei et al., 2005, citados en Urbiola et al., 2016). Asimismo, en la investigación realizada por Marín (2019), se evidenció que los estudiantes con una autoestima elevada no mostraban signos de dependencia emocional. En consonancia, con los resultados hallados por Denegri et al. (2022).

Por otro lado, en lo referente a la variable de resiliencia, Momeñe y Estévez (2019) concluyeron que, al aumentar la capacidad resiliente en los sujetos, disminuía la dependencia emocional. En la misma línea, Tello y Céspedes (2023) determinaron en su estudio que existe

una correlación inversa entre la dependencia emocional y la resiliencia, confirmando lo expuesto anteriormente.

En este caso, los hallazgos del estudio muestran la existencia de una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y la dependencia emocional, siendo esta negativa y, por ende, se trata de una relación inversa. Esto significa que, a mayor nivel de autoestima, menor nivel de dependencia emocional y viceversa. Sin embargo, en relación a la variable de resiliencia los resultados del estudio difieren con lo expuesto, ya que no muestran una relación significativa entre esta y la dependencia emocional. En consecuencia, la segunda hipótesis se confirma parcialmente, puesto que únicamente la autoestima funciona como factor protector frente a los problemas de dependencia emocional, siendo lo esperado que tanto la autoestima como la resiliencia desempeñaran ese papel.

Respecto a la tercera hipótesis, esta señala que las personas homosexuales presentan un índice de dependencia emocional más alto en comparación con las personas heterosexuales (Rodríguez et al., 2019). Así pues, Rodríguez et al. (2019), revelaron que las personas homosexuales mostraron niveles más altos de dependencia emocional en comparación con los participantes heterosexuales y bisexuales.

En contraposición, se observa la investigación de Pérez y Peralta (2019), en la cual no se encontraron diferencias significativas en cuanto a la dependencia emocional y sus aspectos tanto en la muestra heterosexual como en los participantes de la comunidad LGTBQ+. En concordancia con estos resultados, se encuentra el estudio de Urbiola et al. (2019), señalando que no existían diferencias significativas entre ambas categorías.

En base a los resultados de este estudio, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre personas heterosexuales y no heterosexuales en la muestra analizada. Por lo tanto, la tercera hipótesis queda refutada, puesto que se esperaba que las personas del grupo no heterosexual mostraran niveles más elevados de dependencia emocional en comparación con el grupo heterosexual.

4.1. Limitaciones y futuras líneas de investigación

En este apartado se hará referencia a las limitaciones experimentadas a lo largo del estudio, así como se plantearán futuras líneas de investigación. En primer lugar, una limitación a comentar consiste en la falta de diversidad respecto a la variable de orientación sexual presente en la muestra obtenida. A pesar del número de sujetos participantes, no ha existido una variedad significativa en esta variable. De este modo, al trabajar con la relación entre orientación sexual y dependencia emocional, hubiese sido interesante contar con una muestra más amplia de personas del colectivo LGTBIQ+. Además, la ausencia de investigaciones específicas sobre esta conexión representa una limitación adicional que restringe la profundidad de los hallazgos.

Por otro lado, el uso de *Google Forms* para llevar a cabo el cuestionario también podría considerarse una limitación debido a las posibles deficiencias en seguridad y privacidad en comparación con otras plataformas más robustas. Asimismo, el hecho de que la cumplimentación del cuestionario haya sido en línea podría haber interferido en los resultados de la investigación, introduciendo sesgos relacionados con el acceso y la familiaridad con la tecnología. Finalmente, cabe mencionar que la fiabilidad de la Escala Breve de Afrontamiento Resiliente (BRCS) para la muestra de este estudio resulta limitada.

Considerando las limitaciones identificadas en el presente estudio, se proponen las siguientes líneas de investigación futuras con el fin de superar las barreras encontradas y enriquecer la comprensión de los fenómenos estudiados. En un primer momento, sería importante ampliar el tamaño y la diversidad de la muestra, incluyendo también una mayor representación de personas del colectivo LGTBIQ+ para obtener resultados más generalizables y profundizar en las diferencias y similitudes entre diversos grupos. Además, de asegurar una representación equilibrada de mujeres y hombres para explorar cómo las variables estudiadas pueden variar según el género. Adicionalmente, se sugiere realizar investigaciones específicas centradas en la dependencia emocional dentro del colectivo LGTBIQ+, identificando factores específicos que puedan influir en este grupo junto con la autoestima y la capacidad de resiliencia que poseen.

En relación con el estudio de otras variables, otra línea de investigación significativa consistiría en explorar la satisfacción sexual y su relación con la dependencia emocional. Por otro lado, convendría incluir el estudio de los estilos de comunicación, esto es, investigar la comunicación asertiva, pasiva y agresiva, y examinar si existen diferencias significativas respecto a la dependencia emocional. Así pues, sería interesante investigar cómo estas variables interactúan y afectan la calidad de las relaciones.

4.2. Implicaciones teóricas y prácticas de la investigación

La investigación acerca de la dependencia emocional en relación con las variables de autoestima, resiliencia y el uso de las redes sociales ofrece diversas implicaciones tanto teóricas como prácticas que pueden contribuir al conocimiento académico y al desarrollo de estrategias de intervención.

Respecto al ámbito teórico, se ha observado que la dependencia emocional está inversamente relacionada con la autoestima. Este hallazgo respalda teorías previas que indican que individuos con baja autoestima son más propensos a desarrollar dependencia emocional en sus relaciones. Teóricamente, esto amplía el entendimiento sobre cómo la autoestima influye en la dinámica de las relaciones interpersonales y la formación de vínculos emocionales dependientes. Esta perspectiva teórica aporta al campo de la psicología positiva, resaltando la importancia de la autoestima como una habilidad clave para la gestión emocional y el bienestar. Además, se ha revelado que el uso intensivo de redes sociales puede exacerbar la dependencia emocional. Estos resultados pueden integrarse en teorías sobre la influencia de la tecnología en la salud mental, proporcionando un marco para entender cómo las interacciones virtuales afectan las relaciones emocionales.

Desde una perspectiva práctica, estos hallazgos tienen importantes aplicaciones. Los profesionales de la salud mental pueden diseñar intervenciones centradas en mejorar la autoestima como estrategias preventivas contra la dependencia emocional. En concreto, terapias cognitivo-conductuales podrían enfocarse en fortalecer la autovaloración y enseñar técnicas de autogestión emocional. Además, se podrían desarrollar programas de psicoeducación que incluyan módulos específicos sobre la gestión de la dependencia emocional y la construcción de relaciones saludables. Asimismo, la educación sobre el uso consciente y saludable de las redes sociales puede ser un componente clave para mitigar los efectos negativos de estas y, con ello, reducir la dependencia emocional derivada de las interacciones en línea.

Estas implicaciones están estrechamente alineadas con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible. Por un lado, al abordar la dependencia emocional y promover relaciones saludables, se contribuye directamente al objetivo de mejorar la salud mental y el bienestar emocional (ODS 3). Por otro lado, integrar la educación sobre relaciones saludables y habilidades emocionales en los sistemas educativos puede mejorar la calidad de la educación y preparar a las personas para relaciones más positivas en el futuro, lo que concuerda con el ODS 4 de Educación de Calidad. Finalmente, la investigación y las intervenciones basadas en evidencia pueden ayudar a reducir las desigualdades al proporcionar apoyo a grupos vulnerables que pueden estar en mayor riesgo de dependencia emocional, trabajando en consonancia con el ODS 10, relativo a la Reducción de las Desigualdades (Organización de las Naciones Unidas, 2024).

5. Referencias

- Atienza, F. L., Moreno, Y. y Balaguer, I. (2000). Análisis de la Dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una Muestra de Adolescentes Valencianos. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, 22, 29-42. https://www.researchgate.net/publication/308341043_Analisis_de_la_dimensionalidad_de_la_Escala_de_Autoestima_de_Rosenberg_en_una_muestra_de_adolescentes_valencianos
- Camarillo, L., Ferre F., Echeburúa, E. y Amor, P. (2020). Escala de Dependencia Emocional de la Pareja: propiedades psicométricas. *Actas Esp Psiquiatr*, 48(4):145-53. https://www.researchgate.net/profile/Partner's_Emotional_Dependency_Scale_Psychometrics/links/Partners-Emotional-Dependency-Scale-Psychometrics.pdf
- Carballo, M. (2021). Dependencia emocional y uso problemático de las nuevas tecnologías [Trabajo de Fin de Grado, Universidad Autónoma de Madrid]. https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/704777/carballo_losada_marta_tfg.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial.
- Cuetos, G. (2017). Diferencias inter-género en Dependencia Emocional en población juvenil y adolescente. *Revista Española de Drogodependencias*, 42 (2) 56-66. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-164016>
- Denegri, M. I., Chunga, T. O., Quispilay, G. E., y Ugarte, S. J. (2022). Violencia de género, dependencia emocional y su incidencia en la autoestima en madres de estudiantes. *Revista de Ciencias Sociales*, 3, Vol. XXVIII, 318-333. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8526460.pdf>
- Espinar, E., Zych, I., y Rodríguez, A. J. (2015). Ciberconducta y dependencia emocional en parejas jóvenes. *Psychology, Society y Education*, 1, Vol. 7, pp. 41-55. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/psye/article/view/539/517>
- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J. y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en el noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales de Psicología*, 2, vol. 33, 260-268. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.33.2.255111>
- Giménez, S. (2023). Redes Sociales, estado actual y tendencias. OBS Business School. <https://marketing.onlinebschool.es/Prensa/Informe%20OBS%20Tendencias%20Redes%20Sociales%202023.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial McGraw Hill. https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Hernández, J. A., Caldera, J. F., Reynoso, O. U., Caldera, I. A., y Salcedo, S. (2020). Resiliencia. Diferencias entre estudiantes universitarios y jóvenes trabajadores. *Pensamiento Psicológico*, 1, 18, 21-30. DOI: <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-1.rdeu>
- Instituto Nacional de Estadística (2023). *Población que usa Internet (en los últimos tres meses)*. https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1a_favor_de_las_mujeres

- The jamovi project (2024). jamovi (Version 2.5) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>
- Lampert, M. P. (2017). Evolución del concepto de género: Identidad de género y la orientación sexual. *Biblioteca del Congreso Nacional de Chile/ BCN*, 1-7. <https://Evolucion-del-concepto-de-genero-Identidad-de-genero-y-la-orientacion-sexual-1.pdf>
- Limonero, J., Tomás, J., Fernández, J., Aradilla, A. Vinyes J., Gómez, M.J, Sinclair V. G. y Wallston K. A. (2010). Adaptación española de la Brief Resilient Coping Scale: análisis preliminar. *Medicina Paliativa*, 17, 65.
- Limonero, J., Tomás, J., Fernández, J., Gómez, M^a J. y Ardilla, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de satisfacción con la vida. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, Vol. 20, N^o 1, 2012, 183-196. <https://www.researchgate.net/Estrategias-de-afrontamiento-resilientes-y-regulacion-emocional-predictores-de-satisfaccion-con-la-vida.pdf>
- Marín, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(2), 85-91. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7083955.pdf>
- Myers, D. G. (2005). *Psicología*. Editorial Médica Panamericana. <https://books.google.es/books?hl=false>
- 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., Estévez, A., Etxaburu, N., Pérez, A. M. y Maguregi, A. (2022). La dependencia emocional hacia la pareja agresora y su relación con la ansiedad social, el miedo a la evaluación negativa y el perfeccionismo disfuncional. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, Vol. 30, N^o 1, 51-68. <https://doi.org/10.51668/bp.8322103s>
- Negro, D. M. (2010). Orientación sexual, identidad y expresión de género en el Sistema Interamericano. *Agenda Internacional*, Año XVII, N^o 28, 2010, 153-175. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6302487.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas Derechos Humanos (2013). Orientación sexual e identidad de género en el derecho internacional de los derechos humanos. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6302487.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas (2024). *Objetivos de Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/#>
- Pedrero, E. J., Ruiz, J. M., Rojo, G., Llanero, M., Pedrero, J., Morales, S., y Puerta, C. (2018). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones*, Vol. 30, (n^o 1), 19-32. <https://www.researchgate.net/Tecnologias-de-la-Informacion-y-la-Comunicacion-TIC-uso-problematico-de-Internet-videojuegos-telefonos-moviles-mensajeria-instantanea-y-redes-sociales-mediante-el-MULTICAGE-TIC.pdf>

- Pérez, E. M., y Peralta, G. V. (2019). Dependencia emocional y adicción al sexo en una comunidad LGBT y heterosexuales. *Drugs and Addictive Behavior*, 4(1), 46–67. DOI: <https://doi.org/10.21501/24631779.2906>
- Piquer, B., Castro, J. y Giménez, C. (2017). Violencia de parejas jóvenes a través de internet. *Ágora de Salud*, 293-301. DOI: <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2017.4.31>
- Rodríguez, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *ReiDoCrea. Revista electrónica de investigación Docencia Creativa*. Volumen 2., 143-148. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/27754/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, J. G., Momeñe, J., Olave, L., Estévez, A. e Iruarrizaga, I. (2019). La dependencia emocional y la resolución de conflictos en heterosexuales, homosexuales y bisexuales. *Revista Española de Drogodependencias*, 44 (1) 59-75. https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art4.pdf
- Tello, P. y Céspedes, D. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 1-16. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4650/7080>
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., y Jauregui, P. (2016). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y estrés*, 23(1), 6-11. <https://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242-pdf-S1134793716300537>
- Urbiola, I., y Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, Vol. 23, Nº 3, 571-587, https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/09.Urbiola_23-3.pdf
- Urbiola, I., Estévez, A., Momeñe, J., Jauregui, P., Bilbao, M., Orbegozo, U., y Iruarrizaga, M. I. (2019). Dependencia emocional en el noviazgo: papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes. *Revista Española de Drogodependencias*, 44 (1) 13-27. <https://docta.ucm.es/bitstreams/92830963-970c-4979-af74-f2f10b53dc3d/download>
- Vázquez, N. y Pastor, Y. (2018). Uso de redes sociales y mensajería instantánea en relaciones de pareja en la juventud: Un estudio preliminar. *Health and Addictions*, Vol. 19, No.1, 87-98. DOI: <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i1.418>
- Villa Moral, M. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33 (2), 153-167. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/23705>
- Villa Moral, M., Sirvent, C., Ovejero, A., y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166. <https://www.teps.cl/index.php/teps/article/view/240/287>

6. Anexos

6.1. Anexo I. Comité de Ética



Comisión de Investigación

Villaviciosa de Odón, 3 de abril de 2024

Estimado/a investigador/a,

La Comisión de Investigación de la Escuela de Doctorado e Investigación, una vez revisada la documentación e información, remitida por el investigador responsable con fecha 02/04/2024 10:02:17, relativa al proyecto abajo indicado, autoriza su desarrollo en la Universidad Europea.

Título del proyecto: Variables influyentes en la dependencia emocional: autoestima, resiliencia y redes sociales
Tipo de proyecto: TFG
Investigador/a responsable: FENOLLAR CORTES- JAVIER

Código CI: 2024-636
Código OTRI: Sin especificar
Código Departamento: Sin especificar
Dictamen: APROBADO

Atentamente,



Fdo. Óscar García López

Director de la Escuela de Doctorado e Investigación

ci@universidadeuropea.es