



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES DE UN
PROGRAMA SOCIAL, AYACUCHO 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR

SOTO RODRIGUEZ, SANDRA NANCY

ORCID:0009-0000-8027-2767

ASESOR

VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE

ORCID:0000-0003-0878-6397

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0255-121-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **10:40** horas del día **26** de **Noviembre** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Presidente
VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA Miembro
ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA Miembro
Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES DE UN PROGRAMA SOCIAL, AYACUCHO 2024**

Presentada Por :
(3123142024) **SOTO RODRIGUEZ SANDRA NANCY**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Presidente

VELASQUEZ TEMOCHE SUSANA CAROLINA
Miembro

ALVAREZ SILVA VERONICA ADELA
Miembro

Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES DE UN PROGRAMA SOCIAL, AYACUCHO 2024 Del (de la) estudiante SOTO RODRIGUEZ SANDRA NANCY, asesorado por VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 4% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 13 de Enero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A ti mujer creativa, que eres capaz de dar vida a historias que aún no se han contado, tu mano que conecta el corazón con la creatividad y moldea sueños en forma y color, transforma lo cotidiano en extraordinario, cada paso que das es un reflejo de tu pasión y valentía para explorar nuevas ideas y romper barreras, tu imaginación es un regalo que enriquece el mundo. Nunca dejes de soñar ni de crear, porque lo que haces no solo refleja tu esencia, sino que también toca el corazón de los demás. Sigue dejando huellas con tu destreza, convirtiendo la vida en una hermosa obra maestra, con la capacidad de sanar, inspirar, proteger, conectar, crear y amar.

Con admiración y cariño.

La esencia de tu origen.

Índice general

Dedicatoria	IV
Índice general	V
Lista de tablas	VII
Resumen	VIII
Abstract	IX
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	4
2.1. Antecedentes	4
2.2. Bases teóricas	5
2.3. Hipótesis.....	9
III. METODOLOGÍA	10
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	10
3.2. Población y muestra.....	10
3.3. Variables. Definición y operacionalización	11
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información	11
3.5. Método de análisis de datos	12
3.6. Aspectos éticos	12
IV. RESULTADOS	13
V. DISCUSIÓN	15
VI. CONCLUSIONES	17
VII. RECOMENDACIONES	18
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	19
Anexo 01. Matriz de Consistencia	23
Anexo 02. Instrumento de recolección de información	25
Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento	29
Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado	32
Anexo 05. Documento de aprobación de la institución para la recolección de.....	34

información.....	34
Anexo 06. Evidencias de ejecución	35

Lista de tablas

Tabla 1 <i>Matriz de definición y operacionalización de variables</i>	11
Tabla 2 <i>Relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024</i>	13
Tabla 3 <i>Niveles de bienestar psicológico en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024</i>	13
Tabla 4 <i>Niveles de dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024</i>	14
Tabla 5 <i>Matriz de consistencia</i>	23

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo relacionar el bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. El método usado fue observacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel de investigación fue relacional y el diseño de investigación fue no experimental. El universo estuvo constituido por todas las madres adultas, el marco considerado como población estuvo compuesta por madres inscritas en un programa social de Ayacucho, en lo que concierne al tipo de muestra fue no probabilístico por conveniencia, la muestra estuvo conformada por un total de $n=120$ colaboradoras bajo ciertos criterios de inclusión y de exclusión. La técnica que se utilizó para la evaluación de las variables fue la psicometría, que consiste en la administración de instrumentos debidamente elaborados para cuantificar ciertos constructos de acuerdo con la ficha técnica que posee. Los instrumentos usados fueron la Escala de Bienestar Psicológico elaborado por Ryff en 1995 y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño elaborado en el 2006. Se obtuvo como resultado siendo P valor = al α de $.001 < \alpha$ de 0.05 se concluye que existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

Palabras clave: bienestar psicológico, dependencia emocional, madres

Abstract

The present study aimed to relate psychological well-being and emotional dependence in women of a social program, Ayacucho 2024. The method used was observational, prospective, transversal and analytical. The research level was relational, and the research design it was non-experimental. The universe was made up of all adult mothers, the framework considered as a population was composed of mothers enrolled in a social program of Ayacucho, regarding the type of sample it was non-probabilistic for convenience, the sample was made up of a total of n=120 collaborators under certain inclusion and exclusion criteria. The technique that was used for the evaluation of the variables was psychometrics, which consists of the administration of properly developed instruments to quantify certain constructs and according to the technical data sheet that it has. The instruments used were the Psychological Well-Being Scale developed by Ryff in 1995 and the Emotional Dependence Questionnaire (EDC) developed by Lemos and Londoño in 2006. It was obtained as a result with P value = α of $.001 < \alpha$ of 0.05 It is concluded that there is a relationship between psychological well-being and emotional dependence in women in a social program, Ayacucho 2024.

Keywords: psychological well-being, emotional dependence, mothers

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El bienestar psicológico a nivel mundial se refiere al estado de salud mental y emocional de las personas en diferentes partes del mundo. Incluye aspectos como la felicidad, satisfacción con la vida, autoestima, confianza salud mental, interpersonales positivas, ausencia de trastornos como depresión, ansiedad, el estrés; está asociada a la resiliencia y capacidad para enfrentar desafíos. En este sentido, el bienestar psicológico es fundamental para la calidad de vida y el desarrollo humano. Por otro lado, cabe precisar que los problemas de dependencia emocional esta vinculadas al bienestar psicológico, pues la dependencia emocional en mujeres es un tema complejo que abarca diversas culturas y contextos. Sin embargo, hay algunos patrones y estadísticas que destacan:

Cabe señalar que a escala internacional se perciben una serie de adversidades relacionadas al bienestar psicológico y sus múltiples factores que lo componen; tal es el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) que indica numerosas alteraciones anímicas cuyas sintomatologías se muestran en la adolescencia y es más significativa en la adultez joven cuyo rango de edad es de 25 a 45 años; en este periodo salen a relucir o brotan signos y síntomas de ansiedad, conductas depresivas, trastornos anímicos, preocupación excesiva por el futuro, dificultades para tomar decisiones, estrés, falta de autonomía y problemas para relacionarse con otros sujetos; todo esto evidencia deterioros en su bienestar psicológico y físico.

Referente a la variable dependencia emocional en el ámbito internacional Euroinnova Business School (2021) sostiene que la dependencia emocional en mujeres presenta una autoestima pobre y un autoconcepto negativo, por otro lado, la auto exigencia en las interrelaciones interpersonales, suponen acontecimientos claves para el principio del desarrollo de sintomatología ansiosa y depresiva. Las emociones que despiertan estas situaciones son de gran magnitud y tienen la posibilidad de ir a partir del rechazo o la negación hasta el desamparo. Así mismo, No solo existe la dependencia emocional en adolescentes con su noviazgo; además se puede exponer de otras modalidades diferentes, como dependencia familiar, dependencia en las amistades, entre otros.

En el Perú, uno de los problemas que desencadena la dependencia emocional en mujeres son los altos índices de violencia, tal es el caso que el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2022) precisa que en periodo anual se efectuaron 154202 denuncias relacionadas a la violencia familiar, siendo de esta manera un dato preocupante

frente a otros índices en todo Latinoamérica. En dicho informe las denuncias en una población adulta fueron de 90 864 casos, de esta cifra el 96.3% corresponde a féminas que fueron víctimas de violencia tanto física, psicológica y sexual.

En este caso, el reporte elaborado por el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM) evidencian que el 52.2 % de peruanos en Lima Metropolitana, padece de sintomatologías de estrés en sus distintos niveles, a consecuencia de dificultades económicas, laborales y en el hogar provocadas por la pandemia. Frente a este suceso de emergencia sanitaria cada segmento de la población padeció sucesos difíciles y cambios en sus actividades cotidianas; todo esto tuvo como efectos deterioros en su estado emocional. Pues el tiempo extenso de cuarentena, el temor de contagio y muerte originó síntomas de ansiedad, depresión, estrés y entre otros problemas generando deterioros en el bienestar psicológico de la población (Radio Programas del Perú [RPP], 2022).

En el ámbito nacional, en lo que concierne a los rasgos de dependencia a nivel emocional López y Roldán (2020) refiere que los más jóvenes pueden tener problemas emocionales y que exista cierta dependencia emocional. Esta dependencia puede presentar otro tipo de comportamientos también nocivos para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables, como pueden ser los celos o el control. Cuando un adolescente o adulto joven siente dependencia emocional puede sentirse vulnerable y su comportamiento puede causarle incluso problemas de desarrollo.

En la región de Ayacucho, de acuerdo con reportes del diario Correo, Salas (2019) detalla que solo el 8% de la población ayacuchana recibe atenciones en el área de salud mental, es decir no cuentan con profesionales especializados y suficientes para atender a zonas alejadas porque el sistema de referencia es bastante limitado. Hay zonas, provincias y distritos que no tienen acceso. Cabe precisar que el bienestar psicológico se encuentra en deterioro ya que es una población de extrema pobreza, con altos índices de violencia política.

El proyecto se llevó a cabo con madres de un programa social del departamento de Ayacucho; en dicho programa se identificaron obstáculos relacionados al bienestar psicológico como problemas para establecer interacciones con otros sujetos, intolerancia a eventos difíciles, falta de interés, temores frecuentes, dificultades para concentrarse, preocupaciones constantes, problemas estomacales y otros; que influyen en su bienestar psicológico y en la familia. Respecto a las dificultades relacionadas a la dependencia emocional que se pudo evidenciar en las madres tenemos, miedo a la soledad,

preocupación excesiva por ser aceptado, angustia prolongada por estar con otras personas, dificultades para decidir por sí mismos, búsqueda constante y preocupante de la aprobación de terceras personas y signos de baja autoestima.

Por todo lo expuesto, se planteó la siguiente interrogante ¿existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024?

El estudio tiene un fundamento teórico en el aporte a la línea de investigación prevención y cuidados de la salud mental de la Escuela Profesional de Psicología de la ULADECH, enfocándose en el bienestar psicológico y la dependencia emocional. Es fundamental señalar que este trabajo contribuye a la investigación en el campo de la prevención y cuidados de la salud mental, por lo tanto contribuye de manera significativa, del mismo modo resulta importante organizar el contenido relacionado a la información de bienestar psicológico y dependencia emocional en áreas de zonas rurales del país, es esencial enriquecer para la información sobre un determinado grupo específico de la población para promover la mejora del bienestar y por ende el desarrollo óptimo de sus capacidades. En consecuencia, pretende añadir con el objetivo de enriquecer las nuevas perspectivas al cuerpo de la ciencia y proporcionar a investigadores futuros una descripción minuciosa de estas dos variables, con un enfoque particular en el contexto de Ayacucho. Desde este sentido metodológico, proporciona detalles de carácter relacionales, que pueden ser determinante para establecer nuevas hipótesis en investigaciones futuras. Desde un enfoque práctico, busca impactar en la toma de decisiones por parte de las autoridades competentes, con el objetivo de mejorar el bienestar psicológico y reducir los niveles de dependencia emocional.

Y para abordar la pregunta se formuló el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional de mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

A continuación, se establecen los siguientes objetivos específicos:

Describir el nivel de bienestar psicológico en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

Describir el nivel de dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

En relación con los estudios internacionales que se asemejan al presente estudio podemos considerar a: Chango y Gavilanes (2023) en Ecuador se llevó a cabo un estudio con la finalidad de vincular la dependencia emocional y su relación con el bienestar psicológico en personal militar. El procedimiento fue cuantitativa, no experimental y correlacional. Se analizó a 206 militares utilizando el Cuestionario de Dependencia emocional (CDE) y el Cuestionario de Bienestar psicológico de Ryff. Los resultados muestran prevalencia de normalidad (43,2%) y dependencia leve (40,3%); además niveles de bienestar psicológico moderado (55,8%) y bajo (43,2%). Finalmente, tampoco se encontró relación significativa entre la dependencia emocional y el bienestar psicológico ($Rho = ,390 > 0.50$).

También Játiva y Villamil (2022) en Ecuador se llevó a cabo un estudio que considero finalmente determinar la relación entre violencia en el noviazgo y bienestar psicológico como predictores de la salud mental. El método fue cuantitativo, de tipo transversal y no observacional o experimental. Se evaluó a 1293 participantes a través del Test de funcionamiento familiar FF-SIL y la Escala de habilidades sociales de Gismero. Se utilizaron tres Pruebas distintas (GHQ, Cuvino y Bieps-A) para recopilar y medir los datos de las variables. Los resultados indicaron una prevalencia de salud mental normal en más del 96% de los encuestados, pero los indicadores de bienestar psicológico revelaron preocupaciones significativas, con más de un tercio de los participantes mostrando niveles bajos en aspectos clave como aceptación-control, autonomía y vínculos. El análisis correlacional reveló una relación significativa entre las variables, aunque esta influencia fue baja.

A nivel nacional se cuentan con los estudios previos en lo sucesivo: Rojas y Sánchez (2022) investigaron sobre la dependencia emocional, violencia de pareja y bienestar psicológico, cuya finalidad se basó en relacionar los dos aspectos. La técnica empleada fue cuantitativo, descriptivo y correlacional. Se examinó a 306 jóvenes, el método utilizado fue los Cuestionarios de dependencia emocional, construido por Lemos y Londoño (2006), también se consideró el Cuestionario violencia de pareja (CUVINO) y la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A). Los resultados indicaron una correlación inversa entre las variables dependencia emocional y bienestar psicológico ($f=-.49$). Al igual que violencia de pareja y bienestar psicológico ($f=-.53$). A vez, dependencia emocional y

violencia de pareja presentan una relación directa ($f=.66$). En relación con los niveles, se observó un nivel bajo para dependencia emocional (75.8%) y violencia de pareja (72.5%), además de una tendencia alta en bienestar psicológico (88.2%).

Salas y Quispe (2022) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de establecer la conexión entre violencia psicológica y dependencia emocional. El proceso utilizado fue básico, a través de un diseño no experimental. La prueba fue en 152 sujetos, los instrumentos utilizados fueron el Psychological Dating Violence Questionnaire, PDV- Q y Emotional Dependence Inventory. Los resultados comprueban la relación entre la violencia psicológica y la dependencia emocional ($p=0.0001$). El nivel de violencia psicológica es de nivel medio con 49.34% y alto 34.87%, mientras el nivel de dependencia emocional es de nivel moderado con 57.2%.

En Ayacucho, Perlacios y Reynaga (2022) investigaron sobre la correlación de la violencia de género y bienestar psicológico en féminas. La metodología fue básica, no experimental, transversal y cuantitativa. La muestra estuvo compuesta por 98 colaboradoras. Para recoger la información se usó el Cuestionario de violencia de género (CADRI) y la Escala de bienestar psicológico (BIEPS-J). Se halló que si existe correlación significativa e inversa.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Bienestar psicológico

2.2.1.1. Definición. El concepto de bienestar es una denominación compleja y cambiante que integra componentes subjetivos, psicológicos y sociales; como también conductas de satisfacción relacionadas a la salud física y emocional. De acuerdo con la postura del modelo multidimensional cuya representante es Carol Riff este concepto se utiliza en distintos contextos e individuos con la finalidad de conocer el ímpetu que poseen las personas para incrementar su potencial, perfección, propósitos, calidad de vida, autonomía y aquellos aspectos que están vinculados a su satisfacción personal. De esta forma el bienestar surge de una auto evaluación de múltiples componentes y es percibido por cada sujeto en particular (García et al., 2020).

De acuerdo con Casullo y Castro (2000) proporcionan una conceptualización del bienestar psicológico que se centra en la evaluación subjetiva de un individuo sobre sus objetivos y logros en la vida, enfatizando un punto de vista fundamentalmente personal. En este aspecto, desde la postura de Ryff subraya la importancia de este tipo de bienestar en

relación con la actualización de las capacidades humanas, así como su asociación con quienes obtienen sentido de la vida, se esfuerzan por alcanzar sus objetivos y cultivan fuertes conexiones interpersonales. En la descripción de este concepto son fundamentales elementos como la aceptación íntegra de uno mismo, la capacidad para tomar decisiones y la adaptabilidad que facilite a la realización de los propios objetivos (Gamarra et al., 2020).

2.2.1.2 Modelos de la variable bienestar psicológico.

- Entre los fundamentos teóricos del bienestar psicológico tenemos al modelo multidimensional: tiene como representante y fundadora a la psicóloga Carol Ryff, en 1989 quien propone estudiar, profundizar sobre lo que es el bienestar psicológico y aspectos positivos de los sujetos, por medio de seis elementos entre ellas la auto aceptación, la finalidad de vida, la autonomía, relaciones afectivas y el sentimiento de autorrealización (Orozco et al., 2020). Por otro lado; la corriente filosófica hedonista denomina al bienestar como un conjunto de sensaciones placenteras o de gozo que contribuyen y generan calidad de vida.
- Por su parte, los fundamentos teóricos de Deci y Ryan denominada de autodeterminación apoyan sus estudios en el supuesto de que el bienestar es consecuencia del equilibrio emocional o psicológico y de la suma de sucesos placenteros experimentados. Es decir, el adecuado bienestar se da en base a distintos factores entre ellas las necesidades saciadas, el reconocimiento de otros sujetos, el sentimiento de ser competitivo y la autonomía (Nogueira et al., 2023).

2.2.1.3. Componentes del bienestar psicológico. Desde la postura del modelo propuesto por Riff tenemos:

- La autoaceptación, es concebida como el estado consciente y aceptable, que tiene el sujeto sobre sus aspectos positivos y negativos. Es reconocer y aceptar que se tienen virtudes y defectos a lo largo de su proceso madurativo y en el presente. Esta cualidad implica sentimientos de aprecio hacia su persona y autocomprensión de sus habilidades y defectos (Moreta et al., 2021).

- Las relaciones positivas, es la facultad que tienen los individuos para establecer vínculos adecuados y fructíferos en cualquier ámbito de su vida regulando e influyendo en sus interacciones y en las conductas de otras personas (Narvárez et al., 2021).

- La autonomía, es la cualidad que poseen los sujetos para progresar y avanzar en la toma de decisiones que parten de su propia libertad e individualidad. Este

componente consiste en desarrollar independencia para controlar conductas y decisiones a pesar de influencias externas que opinan lo contrario (Salas y Avendaño, 2021).

- El dominio del entorno, es la capacidad para originar, escoger, regular y condicionar situaciones donde se involucran sujetos para un determinado fin; también es aquella cualidad cuyo propósito radica en satisfacer las necesidades personales influyendo de manera idónea en distintos contextos (Guerrero y Villacres, 2021).

- El crecimiento personal, es aquella cualidad para aprender e incrementar virtudes, conocimientos y destrezas personales para desenvolverse de manera idónea en el contexto en el que se convive (González, 2021).

- El propósito en la vida, es aquella capacidad que consiste en encontrar las razones que guían las actividades, metas, propósitos y motivaciones cotidianas de las personas. Este propósito surge de un autoanálisis de las acciones de todo lo vivido y de la situación en el que se encuentra con el fin trazar metas que dan sentido y direccionan las acciones del individuo (Guerrero y Villacres, 2021).

2.2.2. Dependencia emocional

2.2.2.1. Definición. Según Lemos y Londoño (2006) se define como dependencia emocional a un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. Este patrón de necesidades incluye creencias acerca de la visión de sí mismo y de la relación con otros, tales como creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia. Además, creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación. Son manifestaciones también los comportamientos interpersonales orientados a mantener la cercanía interpersonal como pedir o dar ayuda y consejos.

De acuerdo con Castello (2005) refiere que la dependencia engloba esferas afectivas tales como se genera en la necesidad de estar con una pareja, y generar relaciones asimétricas, donde buscan optar por un rol pasivo quien tolera y asume la presión y exigencia como normal y el activo o controlador aquel que va a poner límites y a dañar de forma emocional.

2.2.2.2. Enfoques teóricos de la variable dependencia emocional.

- Este constructo denominado dependencia emocional se basa en la teoría conductual de Skinner quien en 1957 sostiene la teoría de la conducta verbal proponiéndola como una mediadora de consecuentes y enfocándose en que es una variable

dependiente, dado que su consternación tiene como base el vínculo entre el emisor, receptor y medio circundante, las mismas que colaboran en la preservación de la conducta. Esto quiere decir que, la relación que exista entre la conducta emitida por el individuo y el estímulo repercutirá en la incidencia o conservación de esa conducta. Finalmente, expone que el control de los estímulos dependerá de la forma en la que se exprese la conducta verbal del refuerzo, es decir, la cantidad y la influencia que genere en el oyente, provocando cambio en el estado emocional (Peña y Robayo, 2007).

- Desde otra perspectiva, la dependencia emocional es vista desde una concepción científico experimental basado en el modelo conductual cognitivo, donde se considera a la dependencia emocional como una clase de respuesta emitida por el organismo en sus cinco componentes de interacción con el ambiente: autonómica, emocional, motor, social y cognitivo; siendo estas que se expresan en las dimensiones de la dependencia emocional (Sánchez, 2018).

2.2.2.3 Características de la dependencia emocional. Se han considerado dos tipos de dependencia: la instrumental y la emocional.

La primera se caracteriza por falta de autonomía en la vida cotidiana, inseguridad, carencia de iniciativa, búsqueda de apoyo social, indefensión, dificultades para tomar decisiones y para asumir responsabilidades y desenvolverse con eficacia. La segunda, la dependencia emocional, se caracteriza por excesivas demandas afectivas, relaciones interpersonales estrechas y relaciones de pareja desequilibradas, donde prevalece la sumisión y la idealización de la pareja, con baja autoestima e imperiosa necesidad del otro, que lleva a comportamientos excesivos de aferramiento y alto temor a la soledad (Lemos y Londoño, 2006).

2.2.2.4 Componentes de la dependencia emocional. Lemos y Londoño (2006) refieren que la dependencia emocional distingue cinco grandes dimensiones y son las siguientes:

- La ansiedad por separación, cuyo síntoma principal es el temor o miedo porque la relación se termine o tenga problemas de ruptura, la persona está inmersa, se tiene el pensamiento que no habrá ninguno con él o ella, donde destaca muchas cualidades, los idealiza al grado de creer que es su felicidad máxima.

- La expresión afectiva, que para la persona dependiente será vital recibir muestras de afecto, donde sentirá un pequeño vacío y esto será motivo de actuar de forma de llamar la atención de la pareja.
- Modificación de planes, ya que al tener que cumplir sus deseos de su pareja la persona dependiente estará cambiando sus horarios laborales, o los planes que haya hecho con amigos y familia, posponiéndolos, por pasar más tiempo con la persona amada.
- El miedo a la soledad, al no estar con el ser amado o no tener un vínculo sentimental con alguna persona, necesitando de ella para estar estable y tener confianza en sí mismo, de manera que estar solo para el dependiente es un proceso espantoso.
- La expresión límite, que puede ser un suceso demasiado calamitoso para la persona con dependencia dado que para el sería quedarse completamente solo y sin la persona que le da razón a su existencia, empujando al dependiente a realizar actividades y conductas vehementes sin el más mínimo control de sus impulsos llegando a agredirse el mismo.
- Búsqueda de atención, que es una constante y excesiva necesidad de obtener la atención exclusiva de la pareja, queriendo ser el único punto de atención dentro de la existencia de la otra persona.

2.3. Hipótesis

Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

Hi: Existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

Respecto al estudio fue de tipo correlacional, ya que se propuso establecer si hay una probabilidad de dependencia estadística entre variables. Es importante resaltar que esto no implica una correlación de causa y efecto, sino una relación en condiciones de valores estadísticos. Además, la investigación fue de tipo observacional, ya que no se buscó modificar o influir en ninguna variable. También es transversal, puesto que la correlación de datos se realizó en un periodo de tiempo específico, asimismo es analítico por que se procesaron los datos utilizando estadística bivariada (Supo, 2014). En cuanto al diseño, se considera no experimental, ya que no hubo intervención directa en las variables por parte del investigador (Hernández y Fernández, 2018).

3.2. Población y muestra

La población considerada estuvo formada por mujeres de un programa social, Ayacucho 2024, que cumplieron pautas de inclusión y exclusión determinados por el investigador.

Criterios de Inclusión

- Madres que otorgaron el consentimiento informado.
- Adultas inscritas en dicho programa social del distrito de Ayacucho del 2024.
- Madres que no tuvieron dificultades para comprender y responder a los instrumentos.
- Usuarias que completaron el llenado total de los instrumentos administrados.

Criterios de Exclusión

- Madres que no asistieron con regularidad a las reuniones del programa social.
- Usuarias que por su propia elección decidieron no formar parte del estudio de manera voluntaria.
- Adultas que, por motivos de salud o permiso no se encontraron el día de la administración de instrumentos.
- Madres que no lograron completar todas las preguntas del cuestionario.

En este contexto, se tomó como marco poblacional a un total de N=130 mujeres inscritas en dicho programa social.

Respecto al tipo de muestra, fue no probabilístico y se seleccionó por conveniencia, sin recurrir a fórmulas muestrales, abarcando toda la población de interés basadas según los criterios establecidos del investigador (Supo, 2020).

Así, la muestra fue un total de n=120 madres adultas.

3.3. Variables. Definición y operacionalización

Tabla 1

Matriz de definición y operacionalización de variables

VARIABLES DE ASOCIACIÓN	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE
Bienestar psicológico	Auto aceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal	Alto Medio Bajo	Categoría, ordinal, politómica
VARIABLE DE ASOCIACIÓN	DIMENSIONES / INDICADORES	VALORES FINALES	TIPOS DE VARIABLE
Dependencia emocional	Ansiedad de separación Expresión afectiva a la pareja Modificación de planes Miedo a la soledad Expresión límite Búsqueda de atención	Alto Medio Bajo	Categoría, ordinal, politómica

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

La técnica que se utilizó para la evaluación de las variables de asociación se utilizará la técnica psicométrica, sostiene Supo (2020) este método utiliza herramientas que han sido validados adecuadamente para medir o calcular variables psicológicas.

Las herramientas empleadas para medir las variables de interés fue la Escala de Bienestar Psicológico elaborado por Ryff en 1995 y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño elaborado en el 2006.

3.5. Método de análisis de datos

Al tratarse de un estudio de tipo relacional se empleó un proceso estadístico bivariado, que es una técnica de la estadística inferencial, para evidenciar los datos estadísticos de correlación, frecuencias y porcentajes.

El procedimiento estadístico utilizado se llevó a cabo mediante el software Microsoft Excel 2019 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ver. 25.

3.6. Aspectos éticos

En la investigación se tomó en cuenta las directrices establecidas por el Consejo Universitario de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (ULADECH, 2024), actualizado por el consejo universitario con Resolución N°0277-2024-CU-ULADECH Católica, 14 de marzo del 2024. Según los códigos de éticos se tomaron en consideración los siguientes principios:

- a. **Respeto y protección de los derechos de los investigadores:** su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
- b. **Cuidado del medio ambiente:** este principio no aplica, dadas las características del presente proyecto.
- c. **Libre de participación por propia voluntad:** estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica.
- d. **Beneficencia, no maleficencia:** Durante la investigación con hallazgos encontrados asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.
- e. **Integridad y honestidad:** que permite la objetividad imparcialidad transparencia en la difusión responsable de la investigación.
- f. **Justicia:** a través de un juicio razonable y ponderable que permite la toma de precauciones y límite de sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes.

IV. RESULTADOS

Tabla 2

Relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024

			Bienestar psicológico	Dependencia emocional
Rho de Spearman	Bienestar psicológico	Coefficiente de correlación	1	-,037
		Sig. (bilateral)		,001
		N	120	120
	Dependencia emocional	Coefficiente de correlación	-,037	1
		Sig. (bilateral)	,001	
		N	120	120

En la tabla actual, el análisis estadístico, se aplicó la prueba de Rho de Spearman, el resultado un P-valor de 0.001, que es inferior al nivel de significancia de 0,05. Esto indica que existe una correlación significativa entre las variables analizadas, lo que permite aceptar la hipótesis de investigación planteada. Por ello se determinó que si existe correlación entre bienestar psicológico y dependencia emocional.

Tabla 3

Niveles de bienestar psicológico en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024

Bienestar psicológico	f	%
Alto	16	13.3
Promedio	86	71.7
Bajo	18	15.0
Total	120	100

Del segmento estudiado la mayoría (71.7 %) presenta el nivel promedio de bienestar psicológico.

Tabla 4

Niveles de dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024

Dependencia emocional	f	%
Alto	27	22.5
Medio	67	55.8
Bajo	26	21.7
Total	120	100

De la muestra evaluada predomina el nivel medio de dependencia emocional que representa al (55.8 %).

V. DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Esta investigación se origina a partir de los diferentes desafíos relacionados al bienestar psicológico como problemas para establecer interacciones con otros sujetos, intolerancia a eventos difíciles, falta de interés, temores frecuentes, dificultades para concentrarse, preocupaciones constantes, problemas para tomar decisiones y otros que deterioran su bienestar psicológico; todo esto puede estar vinculada o relacionada a la dependencia emocional pues también se pudo evidenciar en las madres miedo a la soledad, preocupación excesiva por ser aceptada, angustia prolongada por estar con otras personas, dificultades para decidir por sí mismas, búsqueda constante y preocupante de la aprobación de terceras personas y signos de baja autoestima. Al concluir el estudio, se estableció que existe una relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en la muestra de estudio. Estos resultados poseen validez interna, ya que los datos fueron recolectados a partir de una metodología idónea bajo un muestreo no probabilístico, procurando no caer en alguna intencionalidad en la selección de las unidades de estudio; asimismo se usaron cuestionarios con validez y confiabilidad aceptable para este tipo de muestra, por lo que los resultados son fiables.

El estudio tuvo por finalidad determinar la relación que existe entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres, donde se halló por medio de la prueba estadística denominada Rho de Spearman, que al ser $P \text{ valor} = \alpha$ de $0,001 < \alpha$ de 0.05 se toma la decisión que, si existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Esto quiere decir, que el ímpetu que poseen las personas para incrementar su potencial, perfección, propósitos, calidad de vida, autonomía y aquellos aspectos que están vinculados a su satisfacción personal; está vinculada con los patrones de conductas persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. En otros términos, en datos cuantitativos se puede inferir que existen cambios en los niveles de la variable bienestar psicológico, al ser vinculado estadísticamente con los niveles o valores de la variable dependencia emocional.

Estos resultados se asemejan a los estudios realizados por Chango y Gavilanes (2023), Játiva y Villamil (2022), Rojas y Sánchez (2022), Perlacios y Reynaga (2022) y Salas y Quispe (2022); ya que dichos estudios se identificó una relación estadísticamente

significativa entre las variables investigadas. La coincidencia de resultados con este estudio podría deberse al tipo de muestreo, las particularidades de las muestras evaluadas ya que son segmentos caracterizados por estar asociados a conductas violentas, también pueden ser similares por los cuestionarios empleados en el contexto vulnerable que se hallaban los sujetos de los distintos contextos estudiados.

VI. CONCLUSIONES

Si existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.

De la muestra investigada la mayoría tiene el nivel promedio de bienestar psicológico y el nivel medio de dependencia emocional.

VII. RECOMENDACIONES

Se sugiere a los gestores de los programas sociales ofrezcan capacitaciones que fomenten la independencia económica de las mujeres, lo que contribuirá a mejorar su bienestar psicológico y reforzar su autoconfianza, también implementar talleres a cargo de los profesionales de los centros de salud más cercanos, con el objetivo de enseñar a los participantes a identificar, comprender y gestionar sus emociones de manera saludable. Esta iniciativa contribuirá a promover una mayor independencia emocional y bienestar psicológico.

Es recomendable promover la creación de espacios de talleres grupales sobre relaciones interpersonales sanas para que las participantes aprendan a identificar y construir vínculos efectivos no dependientes donde las mujeres puedan compartir sus vivencias y aprender de experiencias ajenas. Estos entornos colaborativos fortalecerán el apoyo social y contribuirán a reducir la dependencia emocional.

Finalmente, estas recomendaciones están enfocadas en crear un entorno que promueva el crecimiento personal y emocional de las mujeres, fortaleciendo su bienestar psicológico y reduciendo la dependencia emocional en las madres del programa social. Es crucial informar a las autoridades locales, quienes tienen la responsabilidad de anticipar y prevenir situaciones que afecten a la población, con el objetivo de educar, concientizar y fomentar acciones preventivas con el apoyo de psicólogos, trabajadores sociales y otros profesionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Alianza Editorial. <https://www.alianzaeditorial.es/libro/alianza-ensayo/dependencia-emocional-jorge-castello-blasco-9788420647258/>
- Casullo, M., y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Perú*, 18(1), 36-68.
<https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840>
- Chango Guachi, G. E. (2023). *Dependencia emocional y su relación con el bienestar psicológico en personal militar* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato].
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/38024>
- Euroinnova Business School (2021). *La dependencia emocional en adolescentes*.
<https://www.euroinnova.pe/blog/dependencia-emocional-en-adolescentes#:~:text=La%20dependencia%20emocional%20en%20adolescentes%20p resentan%20una%20autoestima%20pobre%20y,de%20sintomatolog%C3%ADa%20a nsiosa%20y%20depresiva.>
- García-Álvarez, D., Soler, M. J., Achard-Braga, L., y Cobo-Rendón, R. (2020). Program of Positive Psychology Applied to Education on the Psychological Wellbeing of Educational Actors. *Educare*, 24(1), 370-393.
<https://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v24n1/1409-4258-ree-24-01-370.pdf>
- Guerrero, E. E. S., y Villacres, N. D. J. V. (2021). Psychological well-being and perception of quality of life in indigenous older adults of Ecuador. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(5), 1104-1117.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8016949>
- Henández, S. R., y Fernández, T. C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.
<http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales de consulta/Drogas de Abuso /Articulos/SampieriLasRutas.pdf>

- Játiva Morillo, J. R., y Villamil Chiriboga, D. V. (2024). *Violencia en el noviazgo y bienestar psicológico como predictores de la salud mental en Ecuador* [Tesis de pregrado, Universidad Internacional SEK Ecuador].
<https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5310>
- Lemos, M., y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. <http://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>
- López, G. S. L., y Roldan, V. D. R. S. (2020). Dependencia emocional, depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia. *Delectus*, 3(3), 1-13. <https://revista.inicc-peru.edu.pe/index.php/delectus/article/view/81>
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2022). *Casos de violencia atendidos en los CEM*. <https://portalestadistico.aurora.gob.pe/wp-content/uploads/2023/01/Cartilla-Estadistica-AURORA-Diciembre-2022.pdf>
- Moreta-Herrera, R., Reyes-Valenzuela, C., Villagrán, L., Gaibor-González, I., y López-Castro, J. (2021). Factorial Analysis of the Psychological Well-Being Questionnaire by Ryff in College Ecuadorian Sample. *Revista de psicología Santiago*, 30(1), 32-43. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-05812021000100032&script=sci_arttext
- Narváez, J. H., Obando-Guerrero, L. M., Hernández-Ordoñez, K. M., y Cruz-Gordon, E. K. D. L. (2021). Psychological well-being and coping strategies in dealing with COVID-19 in university students. *Universidad y salud*, 23(3), 207-216. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-71072021000300207&script=sci_arttext
- Nogueira, C., Risoto, M. A., y Meier, L. K. (2023). Evaluation of Ryff's Psychological Well-Being Scale for College Students. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 4(70), 161-173. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2023-11/RIDEP70-Art12.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. [OMS]. (2021, 17 de noviembre). *Salud mental*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Orozco, C. S., Vargas, J. D. P., Carvajal, O. I. G., y Torres, B. E. M. (2020). Psychological well-being, stress and psychosocial factors in workers of governmental institutions of Jalisco-Mexico. *Revista de Ciencias sociales*, 26(1), 25-30.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7384403>
- Peña, T. E., y Robayo, B. H. (2007). Conducta verbal de BF Skinner: 1957-2007. *Revista latinoamericana de psicología*, 39(3), 653-661.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342007000300014&script=sci_arttext
- Perlacios Ayala, A. P., y Reynaga Meneses, A. A. (2022). *Violencia de género y bienestar psicológico en mujeres de una academia preuniversitaria, Ayacucho, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/103873>
- Radio Programas del Perú. [RPP]. (2022). *Salud mental: Un problema por resolver en el Perú*. <https://rpp.pe/vital/expertos/salud-mental-un-problema-por-resolver-en-el-peru-noticia-1410353>
- Rojas Rodriguez, M. S., y Sanchez Llajaruna, E. D. R. (2022). *Dependencia emocional, violencia de pareja y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/102795>
- Salas Salamanca, D. C., y Quispe Rojas, L. M. (2022). *Violencia psicológica y dependencia emocional en los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo].
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/105084>
- Salas, C. (2019). Solo el 8% de la población ayacuchana tiene acceso a la atención en salud mental. *Diario Correo*. <https://diariocorreo.pe/edicion/ayacucho/solo-el-8-de-la-poblacion-ayacuchana-tiene-acceso-la-atencion-en-salud-mental-915916/?ref=dcr>
- Salas-Picón, W. M., & Avendaño-Prieto, B. L. (2021). Adaptation of the Ryff psychological well-being scale with a sample of survivors of the Colombian armed conflict. *Revista Criminalidad*, 63(3), 229-244.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-31082021000300229&script=sci_arttext

Sanchez, T. (2018). *Estilos de crianza y dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú].

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/559/TANIA%20SANCHEZ%20CASAICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Supo, J. (2020). *Metodología de la investigación científica*. BIOESTADÍSTICO.COM.

<https://www.amazon.com/METODOLOG%20C3%8DA-INVESTIGACI%20C3%93NCIENT%20C3%8DFICA-Ciencias-Sociales/dp/B08BWFKWLB?asin=B08BWFKWLB&revisionId=&format=4&depth=1>

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. (2024). *REGLAMENTO DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA EN LA INVESTIGACIÓN*. Resolución N°0277-2024-CU-ULADECH Católica, 14 de marzo del 2024. <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>

Anexo 01. Matriz de Consistencia

Tabla 5
Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variable(s)	Dimensiones / Indicadores	Metodología
¿Existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024?	Relacionar el bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Específicos: Describir el nivel de bienestar psicológico en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Describir el nivel de dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.	Ho: No existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. H1: Existe relación entre bienestar psicológico y dependencia emocional en mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.	Bienestar psicológico Dependencia emocional	Auto aceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal Ansiedad de separación Expresión afectiva a la pareja Modificación de planes Miedo a la soledad Expresión límite Búsqueda de atención	El estudio fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y analítico. El nivel del estudio fue relacional de diseño no experimental. El universo fueron madres adultas. La población fue constituida por N=130 madres de un programa social de Ayacucho, que cumplieron con los criterios de elección. La muestra fue de n= 120 La técnica que se utilizó fue la psicometría. Instrumentos: - Escala de Bienestar Psicológico elaborado por Ryff en 1995. -Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño elaborado en el 2006.

Anexo 02. Instrumento de recolección de información

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (EBP) DE RIFF

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una (x).

- 1. Totalmente en desacuerdo**
- 2. Poco de acuerdo**
- 3. Moderadamente de acuerdo**
- 4. Muy de acuerdo**
- 5. Bastante de acuerdo**
- 6. Totalmente de acuerdo**

	6	5	4	3	2	1
1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas.						
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.						
5. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general.						
6. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla.						
7. Reconozco que tengo defectos.						
8. Reconozco que tengo virtudes.						
9. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad.						
10. Sostengo mis decisiones hasta el final.						
11. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo.						
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo.						
13. Puedo confiar en mis amigos.						
14. Cuando cumplo una meta, me planteo otra.						
15. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí.						
16. Mis relaciones amicales son duraderas.						

17. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría.						
18. Comprendo con facilidad como la gente se siente.						
19. Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles.						
20. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.						
21. Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida.						
22. Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.						
23. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo.						
24. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona.						
25. En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo.						
26. Siento que soy víctima de las circunstancias.						
27. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen.						
28. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro.						
29. Tengo la capacidad de construir mi propio destino.						
30. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.						
31. Mis amigos pueden confiar en mí.						
32. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.						
33. Tomo acciones ante las metas que me planteo.						
34. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad.						
35. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida.						
36. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria.						
37. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento.						
38. Es importante tener amigos.						
39. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto.						

CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL (CDE)

(Lemos y Londoño, 2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. 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 piense que es correcto. Elija el puntaje del 1 al 6 que mejor lo (a) describa según la siguiente escala:

1. Completamente falso de mí 2. La mayor parte falsa de mí 3. Ligeramente más verdadero que falso 4. Moderadamente verdadero 5. La mayor parte verdadera de mí 6. Me describe perfectamente.

		1	2	3	4	5	6
1	Me siento desamparado cuando estoy solo						
2	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja						
3	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla						
4	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja						
5	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja						
6	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo						
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado						
8	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme						
9	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje						
10	Soy alguien necesitado y débil						
11	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo						
12	Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás						
13	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío						
14	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto						
15	Siento temor a que mi pareja me abandone						

16	Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella						
17	Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo						
18	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo						
19	No tolero la soledad						
20	Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro						
21	Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio solo por estar con ella						
22	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja						
23	Me divierto solo cuando estoy con mi pareja						

Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento

Escala de bienestar psicológico de Ryff

Ficha técnica

- **Nombre:** Escala de Bienestar Psicológico (EBP)
- **Autor:** Carol Ryff (1995)
- **Adaptación en Perú:** Escala de Bienestar psicológica fue adaptada por Pérez Basilio, Madelinne (2017)
- **Aplicación:** Adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala.
- **Tipo de aplicación:** Individual y colectiva.
- **Total, de ítems:** 39 ítems
- **Calificación:** En cuanto su clasificación:

Los individuos deben responder de acuerdo a su opinión personal cada alternativa presentada en la escala. Las respuestas se clasifican según las 6 alternativas dadas a los ítems correspondientes a cada dimensión.

- **Auto-aceptación:** (1,7,13,19,25,31,2,8,14)
- **Relaciones Positivas:** (20,26,32,24,30,34)
- **Autonomía:** (3,4,9,10,15,21,27,33,5,11)
- **Dominio del Entorno:** (16,22,28,39,6,12)
- **Propósito de la vida:** (17,18,23,29)
- **Crecimiento Personal:** (35,36,37,38)

- **Administración del instrumento**

La escala es de tipo ordinario y la aplicación es dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados de la escala. El evaluado tiene instrucciones básicas para responder cada afirmación correctamente y proporcione una declaración sobre el modo de como usted se comporta, siente y actúa. No hay respuesta correcta o incorrecta.

Esta prueba llega a distribuirse en 6 dimensiones, así el evaluado puede elegir entre 6 alternativas de solución para cada ítem estipulada de la Escala Likert: “Totalmente desacuerdo”, “Poco de acuerdo”, “Moderadamente de acuerdo”, “Muy de acuerdo”, “Bastante de acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”.

- **Áreas que evalúa:**

La escala evalúa las siguientes dimensiones de bienestar psicológico:

Dimensiones I Auto-aceptación: Autoevaluación positiva de cada uno de los individuos.

Dimensiones II Relaciones positivas: Preocupación del bienestar del mundo.

Dimensiones III Autonomía: Ser independiente y tener resistencia a la presión.

Dimensiones IV Dominio del Entorno: Posee un mayor control sobre el mundo.

Dimensiones V Propósito en la Vida: Que tu vida tenga un sentido de vida.

Dimensiones VI Crecimiento Personal: Autopercepción de expansión personal.

- **Puntuación:**

El puntaje de cada respuesta vale: (1=1), (2=2), (3=3), (4=4), (5=5), (6=6), sin embargo, se debe invertir el siguiente ítem: 17, 23, 15, 26, 21, el cual la puntuación sería (1=6), (2=5), (3=4), (4=3), (5=2), (6=1).

- **Aspectos psicométricos:**

Validez

La escala bienestar psicológico, ha sido adaptado y validado en nuestro país por Pérez Basilio Madelinne (2017), quien realizó un estudio de normalización de la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff. Para determinar la validez de la escala se ejecutó un estudio de correlación entre la versión española, los cuales indicaron que representa bien los elementos teóricos esenciales de cada una de las dimensiones, siendo así en el análisis factorial confirmatorio no evidencio un nivel de ajuste satisfactorio al modelo teórico planteado, por lo cual, para mejorar la propiedad psicométrica, se desarrolló una versión corta (Pérez, 2017).

Confiabilidad

El coeficiente de confiabilidad para la escala de bienestar psicológica fue de 0,84 a 0,70 (Pérez, 2017).

Baremos El autor de la adaptación realizo el estudio, con 390 trabajadores de empresa industrial, el cual está ubicada en el distrito de los olivos, sus edades oscilan entre 20 y 58 años y de ambos sexos. Como finalidad se realizó baremos generales y de género.

Cuestionario De Dependencia Emocional de Lemos y Londoño

Ficha técnica

- Nombre: Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)
- Autores: Lemos, S. y Londoño, N.
- Año: 2006
- Objetivo: Evaluar la dependencia emocional en relaciones de pareja.
- Formato: Cuestionario auto informado de 30 ítems.
- Puntuación:
 - Cada ítem se califica en una escala de 1 a 5.
 - Se calcula la media de los ítems para obtener una puntuación total de dependencia emocional.
- Rango de puntuación:
 - 30-60: Baja dependencia emocional.
 - 61-90: Dependencia emocional moderada.
 - 91-150: Alta dependencia emocional.
- Validez y confiabilidad:
 - La escala ha demostrado ser válida y confiable en diversas poblaciones.
 - Coeficiente alfa de Cronbach: 0.85.
- Aplicaciones:
 - Investigación en relaciones de pareja y dependencia emocional.
 - Evaluación en intervenciones de terapia de pareja.
 - Uso en contextos clínicos y no clínicos.
- Dimensiones evaluadas:
 - Necesidad de aprobación y afecto.
 - Miedo a la pérdida y abandono.
 - Dificultad para tomar decisiones.
 - Sentimientos de inseguridad y dependencia.
 - Dificultad para establecer límites.

Anexo 04. Formato de Consentimiento Informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Título del estudio: **Bienestar psicológico y dependencia emocional de mujeres de un programa social, Ayacucho 2024.**

Investigadora: Soto Rodriguez, Sandra Nancy

Propósito del estudio:

Con el previo saludo se le invita a participar en un trabajo de investigación titulado: Bienestar psicológico y dependencia emocional de mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El presente estudio tiene el propósito de determinar si existe correlación entre el bienestar psicológico y dependencia emocional de mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Para ello se necesita de su participación voluntaria; para ello se le administraran dos cuestionarios que usted deberá llenar en su totalidad.

Procedimientos:

Si usted acepta o decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Ser informada de todo el procedimiento de la investigación.
2. Firmar el documento de consentimiento informado
3. Llenar los instrumentos

Beneficios:

Usted podrá conocer de manera descriptiva los niveles predominantes de bienestar psicológico y dependencia emocional

También podrá asistir a un taller preventivo y promocional de estas dos variables de estudio.

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su persona o de otros participantes del estudio.



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

Derechos del participante:

Si usted decide ser participe en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico 944 946 538.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que usted ha sido tratado injustamente puede contactar con el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo de las actividades en las que participaré al ingresar al trabajo de investigación, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Nombres y Apellidos
Participante

Fecha y Hora

Nombres y Apellidos
Investigador

Fecha y Hora

Anexo 05. Documento de aprobación de la institución para la recolección de información



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

PROGRAMA DE VASO DE LECHE DE NERY GARCÍA ZÁRATE – ZONA II, AYACUCHO

Ayacucho, 11 de setiembre del 2024

Srta.

Br. Soto Rodríguez, Sandra Nancy

Tesista de la carrera de psicología de la facultad de ciencias de la salud de la UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES CHIMBOTE

Presente.

De nuestra consideración.

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y en atención al documento de solicitud de autorización y apoyo para realizar el estudio titulado: Bienestar psicológico y dependencia emocional de mujeres de un programa social, Ayacucho 2024. Hago de conocimiento que se acepta la realización de la investigación en el programa social “PROGRAMA DE VASO DE LECHE DE NERY GARCÍA ZÁRATE – ZONA II, AYACUCHO” al bachiller Soto Rodríguez, Sandra Nancy, investigadora de dicha universidad.

Sin otro particular me despido.


DNI: 48996656
PRESIDENTA ZONA II

Anexo 06. Evidencias de ejecución

Declaración jurada

Yo, Soto Rodriguez Sandra Nancy, con DNI. N° 40225188 natural de la ciudad de Ayacucho, declaro bajo juramento que la presente investigación cuenta con datos reales, recogidos por mi persona para este estudio, sometiéndome a las disposiciones legales vigentes de incurrir en falsedad de datos.

Y para que quede constancia y se generen los efectos correspondientes, firma la presente declaración en la Ciudad de Ayacucho, el día 23 de setiembre de 2024.

Firma