

Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional

Mariantonia Lemos Hoyos*

Universidad CES, Medellín

Nora H. Londoño Arredondo y Jhoana A. Zapata Echavarría

Universidad de San Buenaventura, Medellín

Resumen

Objetivo: Establecer las distorsiones cognitivas que mejor discriminan las personas que presentan dependencia emocional. Método: La muestra estuvo conformada por 116 participantes, 59 mujeres (50.9%) y 57 hombres (49.1%), con una edad media de 30.84 años (D.S = 9.150; rango 18 - 55), personas laboralmente activas pertenecientes al área Metropolitana de la ciudad de Medellín – Colombia. Se utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA). Se analizaron las diferencias significativas de las distorsiones cognitivas con pruebas no paramétricas para dos muestras independientes: Grupo 1: personas sin dependencia emocional (SDE); y Grupo 2: personas con dependencia emocional (CDE). Posteriormente se realizó un análisis discriminante con aquellas variables que fueron significativas. Resultados: Dos variables fueron significativas en la función discriminante: la distorsión cognitiva Deberías = 0,889; y la Falacia de control = 0,836. Discusión: Las personas dependientes emocionalmente justifican sus necesidades afectivas de acuerdo con los *deberías* relacionados con el amor romántico, y generan un procesamiento de información con predominio de *control*, que les garantiza acceder rápidamente a su pareja.

Palabras clave: Pensamiento automático, Deberías, Falacia de Control, Necesidad afectiva, Amor romántico, Procesamiento de información, Pareja.

* La correspondencia relacionada con este artículo debe ser enviada a Mariantonia Lemos Hoyos, Facultad de Psicología, Universidad CES, Medellín, Calle 10 A. No. 22 - 04, AA 054591, Medellín, Correo electrónico: mlemos@ces.edu.co

Abstract

Objective: To establish the cognitive distortions that better discriminate people with emotional dependency. **Method:** The sample was conformed by 116 participants, 59 women (50,9%) and 57 men (49,1%), with an average age of 30,84 years (D.S = 9.150; rank 18 - 55), people who work, pertaining to the Metropolitan area of the city of Medellín - Colombia. The Questionnaire of Emotional Dependency (CDE - by its abbreviations in Spanish) and the Inventory of Automatic Thoughts (IPA - by its abbreviations in Spanish) were used. We analyzed the significant differences of the cognitive distortions with nonparametric tests for two independent samples. Group 1: people without emotional dependency; Group 2: people with emotional dependency. It was made a discriminant analysis with those variables that were significant. **Results:** Two variables were significant in the discriminant function: the distortion Making should statements = 0,889; and Fallacy of control = 0,836. **Discussion:** The dependent emotionally people justify their affective needs in agreement with the *Making should statements* related to romantic love, and generate an information processing with predominance of *control*, that guarantees them to access quickly to their couple.

Keywords: Automatic Thought, Making should statements, Fallacy of control, Emotional need, Romantic love, Information processing, Couple.

La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja (Castelló, 2000). La excesiva confianza emocional hacia otra persona, la falta de confianza en sí mismo y la falta de autonomía han sido analizados por diferentes investigadores bajo el constructo de dependencia emocional (Hirschfeld, Klerman, Gough, Barrett, Korchin & Chodoff, 1977). La ansiedad de separación y el miedo a la soledad, han sido identificados como las principales amenazas percibidas que desatan estrategias interpersonales de control para mantener a la pareja a su lado: expresión afectiva, modificación de planes, búsqueda de atención y expresión emocionales impulsivas (Lemos & Londoño, 2006).

La dependencia emocional está asociada con episodios de depresión mayor ante las pérdidas (muerte de un cónyuge o familiar, separación o divorcio, enfermedad o abandono del hogar de algún cónyuge) y con la mala calidad de la relación conyugal. La probabilidad de aparición de un trastorno depresivo mayor se estableció entre 10 y 25 veces más alta que en la población normal (Cano, 2006). Esta asociación también había

sido señalada por Sanathara, Gardner, Prescott y Kendler (2003), en un estudio realizado con 7174 participantes. Aplicaron la prueba *Interpersonal Dependence Inventory* para determinar la dependencia interpersonal, y el SCID para evaluar la depresión mayor, y encontraron una fuerte asociación entre las dos problemáticas. En las mujeres se presentó un mayor nivel de dependencia interpersonal y en los hombres se reportó una mayor asociación entre dependencia interpersonal y depresión mayor a lo largo de la vida.

La dependencia emocional también se ha asociado con los intentos de suicidio. De acuerdo con el estudio de Bornstein y O'Neill (2000), quienes tomaron 152 pacientes psiquiátricos (91 mujeres y 61 hombres) y aplicaron el Inventario de dependencia interpersonal (IDI) y la escala de Dependencia Oral de Roschach (ROD), se encontró que la dependencia se asociaba con altas puntuaciones del índice de suicidio en mujeres y hombres, de forma independiente de las medidas de depresión.

Desde este punto, se hace necesario adelantar investigaciones orientadas a identificar el perfil distintivo de la dependencia emocional, donde las distorsiones cognitivas juegan un papel importante en el mantenimiento de la problemática. Las distorsiones cognitivas son descritas como un conjunto de procedimientos por el cual el sistema opera y manipula la información (Beck, 1996). De esta manera los procesos cognitivos logran guiar el procesamiento de la información hacia, entre y desde los esquemas con la finalidad de generar los productos o eventos cognitivos. Se ha identificado que los esquemas nucleares de las personas se relacionan directamente con el procesamiento de la información, dado que aportan las ideas centrales de sí mismos y de los demás. Los procesos cognitivos no actúan en forma independiente, sino que operan a través de los esquemas, al servicio de los intereses, necesidades y propósitos de las personas. Por lo tanto, el reconocimiento de las distorsiones cognitivas contribuye a la comprensión del mantenimiento de los esquemas de dependencia emocional, y a la manera como se generan los productos o eventos cognitivos que reflejan el patrón interpersonal disfuncional hacia la pareja.

Método

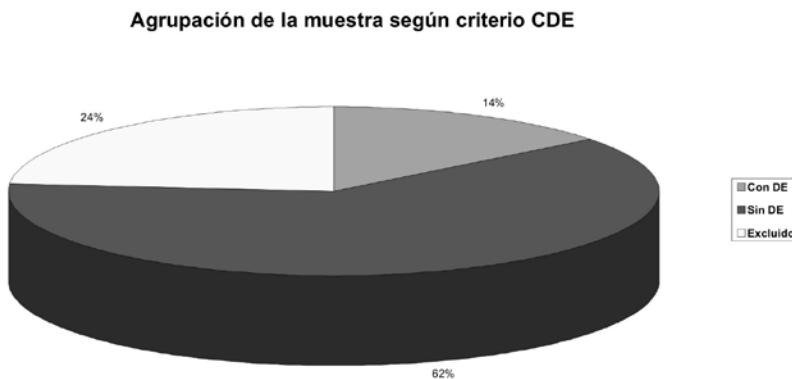
Diseño

Estudio analítico de corte o transversal (*cross-sectional study*), de casos y controles. Se realizó la medición simultánea de Dependencia emocional y de Distorsiones cognitivas, las cuales se consideran asociadas.

Muestra

La población estuvo conformada por adultos laboralmente activos del área Metropolitana de Medellín – Colombia, con un mínimo de escolaridad de noveno grado. Se trabajó con un muestreo no aleatorio, de tipo intencional. El tamaño preliminar de la muestra seleccionada para el presente estudio fue de 152 personas adultas. El Grupo 1 se conformó con los participantes que puntuaron por debajo de la media ($x = 60$), equivalente a 94 (62%) personas, y el Grupo 2 con los participantes que puntuaron por encima de la media más una desviación estándar ($x + DS = 60.42 + 20.01 = 80.43$), equivalente a 22 (14%) personas. Buscando una mejor precisión en la categorización de los grupos, las personas que puntuaron entre la media y la primera desviación estándar, no se tuvieron en cuenta para este análisis, equivalente a 36 (24%) personas. El tamaño definitivo de la muestra fue de 116 participantes (Véase Gráfica 1).

Gráfica 1. Agrupación de la muestra según criterio CDE



Variables

Variables demográficas: a los participantes se les indagó por el sexo, la edad, el estrato socioeconómico, el estado civil, la presencia o no de pareja actual y el tiempo de relación con la misma.

Variable criterio: la variable criterio fue la dependencia emocional, entendida ésta como la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. No obstante, su carácter crónico no se basa en la sucesión de dichas relaciones sino en la personalidad de estos sujetos, es decir, el dependiente emocional lo es también cuando no tiene pareja aunque esto no sea lo más habitual porque su patología provoca que busque otra desesperadamente (Castelló, 2000).

Variables de análisis: distorsiones cognitivas, entendidas como errores en

el procesamiento de la información derivados de los esquemas cognitivos o supuestos personales (Beck, 1995). Se evaluaron las siguientes distorsiones cognitivas:

- **Abstracción selectiva:** selección en forma de túnel, de un solo aspecto de una situación.
- **Pensamiento polarizado:** valoración de los acontecimientos en forma extrema sin tener en cuenta aspectos intermedios.
- **Sobregeneralización:** sacar de un hecho general una conclusión particular sin base suficiente, si ocurre algo malo en una ocasión, se esperará que ocurra una y otra vez.
- **Interpretación de pensamiento:** se refiere a la tendencia a interpretar sin base alguna los sentimientos e intenciones de los demás.
- **Visión catastrófica:** adelantar acontecimientos de modo catastrófico para los intereses personales.
- **Personalización:** hábito de relacionar, sin base suficiente, los hechos del entorno con uno mismo.
- **Falacia de control:** las personas con esta distorsión suelen creerse responsables de todo lo que ocurre a su alrededor o bien en el otro extremo se ven impotentes y sin que tengan ningún control sobre los acontecimientos de su vida.
- **Falacia de justicia:** consiste en la costumbre de valorar como injusto todo aquello que no coincide con nuestros deseos y necesidades.
- **Falacia de cambio:** son los otros quienes han de cambiar primero su conducta, ya que creen que depende solo de aquellos.
- **Razonamiento emocional:** consiste en creer que lo que la persona siente emocionalmente es cierto necesariamente.
- **Etiquetas globales:** consiste en generalizar una o dos cualidades de un juicio negativo global.
- **Culpabilidad:** consiste en atribuir la responsabilidad de los acontecimientos a uno mismo o a los demás, sin base suficiente y sin tener en cuenta otros factores que contribuyen al desarrollo de los acontecimientos.
- **Deberías:** consiste en el hábito de mantener reglas rígidas y exigentes sobre como tienen que suceder las cosas. Cualquier desviación de esas reglas o normas se considera insoportable y conlleva a una alteración emocional extrema.
- **Tener razón:** consiste en la tendencia a probar de manera frecuente, ante un desacuerdo con otra persona, que el punto de vista de uno es el correcto.
- **Falacia de recompensa divina:** consiste en la tendencia a no buscar solución a problemas y dificultades actuales suponiendo que la situación mejorara mágicamente en el futuro.

Instrumentos

Cuestionario de dependencia emocional CDE (Lemos & Londoño, 2006): cuestionario de autorreporte que evalúa dependencia emocional, basado en los componentes del perfil cognitivo. Consta de 23 ítems, con opciones de respuesta de 1 a 6:

- *Completamente falso de mí hasta Me describe perfectamente.* Para la medición de la dependencia se centra en seis aspectos: ansiedad de separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención. El coeficiente de confiabilidad de la prueba es de 0.93 (Tabla 1 y Anexo 1)

Tabla 1. Ítems por factores y estadísticos descriptivos del cuestionario de dependencia emocional

Factores	Ítems que lo conforman	Alfa de Cronbach	X (DE)
Ansiedad de separación	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	0.871	18.98 (7.667)
Expresión afectiva de la pareja	5, 11, 12, 14	0.835	12.87 (4.778)
Modificación de planes	16, 21, 22, 23	0.751	10.54 (4.199)
Miedo a la soledad	1, 18, 19	0.798	7.38 (3.858)
Expresión límite	9, 10, 20	0.617	4.58 (2.289)
Búsqueda de atención	3, 4	0.776	6.06 (2.627)
Escala Total	0.93		

Inventario de Pensamientos Automáticos IPA (Ruiz & Lujan, 1991): este inventario evalúa las siguientes distorsiones cognitivas: abstracción selectiva, pensamiento polarizado, sobregeneralización, interpretación de pensamiento, visión catastrófica, personalización, falacia de control, falacia de justicia, falacia de cambio, razonamiento emocional, etiquetas globales, culpabilidad, deberías, tener razón y falacia de recompensa divina. Presenta una escala de calificación tipo likert de 0 a 3 con las siguientes valoraciones: *Nunca pienso eso* (0); *Algunas veces lo pienso* (1); *Bastantes veces lo pienso* (2) y *Con mucha frecuencia lo pienso* (3). Una puntuación de dos o más para cada pensamiento automático suele indicar que le está afectando actualmente a la persona, de manera importante, ese tema. Una puntuación de seis o más en el total de cada distorsión puede ser

indicativa de que tiene cierta tendencia a incomodarse por determinada forma de interpretar los hechos de la vida.

Procedimiento

El trabajo de campo se realizó en una sesión de evaluación, en la que se presentó y aprobó el consentimiento informado, y se aplicaron los cuestionarios. Para el procesamiento de los datos se construyó la base de datos en hoja de cálculo de Microsoft Excel 4.0 y se exportó al programa estadístico SPSS 15.0.

Para el análisis estadístico: se llevaron a cabo dos procedimientos:

- 1) ***Comparación de medias:*** se utilizó la prueba estadística no paramétrica U de Mann Whitney y se buscaron los valores *p* para identificar la existencia o no de diferencias significativas de los grupos con relación a las variables de análisis. Para todos los análisis realizados se supuso un nivel de significancia del 5% ($\alpha = 0.05$). Como regla de decisión se tomó en cuenta:
 - Si el valor de $p < \alpha$ se considera región de rechazo, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula.
 - Si el valor de $p > \alpha$ se considera región de aceptación, por lo tanto no se rechaza la hipótesis nula.
- 2) ***Análisis discriminante:*** se realizó este análisis con las variables que mostraron diferencias significativas entre los grupos.

Resultados

Análisis descriptivo de la muestra

La muestra definitiva estuvo conformada por 116 participantes, de los cuales 59 eran mujeres (50.9%) y 57 hombres (49.1%). Con respecto a la edad se obtuvo una media de 30.84 años (D.S = 9.150). La edad mínima fue de 18 años y la máxima de 55. La mayor parte de los sujetos evaluados eran solteros (58.6%), seguido de los casados (34.5%). El estrato socioeconómico más común fue el medio (67.2%), seguido del estrato bajo (24.1%) y los restantes en el estrato alto (8.6%).

Teniendo presente que la investigación se centró en un elemento importante dentro de las relaciones de pareja, se consideró conveniente preguntar si existía alguna relación en el momento y el tiempo de relación. La presencia de pareja permite identificar si los sujetos tienen en el momento un compromiso emocional o una relación de pareja con otra persona. En la distribución se encontró que el 36.2% de la muestra no tenía relación de pareja, pero que en promedio, las personas evaluadas habían permanecido con su pareja 51.39 meses (D.S = 75.720). En este punto se encontraron

diferencias significativas en los grupos Con dependencia emocional (media 73.45; desviación 88.012) y Sin dependencia emocional (media 46.22; desviación 72.101) (Tabla 2).

Tabla 2. Estadísticas descriptivas de variables sociodemográficas de una muestra de 116 adultos laboralmente activos del área Metropolitana de Medellín

Variables sociodemográficas		Casos y controles		Total n (%)
		Sin dependencia n (%)	Con dependencia n (%)	
Sexo	Femenino	51 (54.3)	8 (36.4)	59 (50.9)
	Masculino	43 (45.7)	14 (63.6)	57 (49.1)
Grupos de Edad	Adulto joven	38 (40.4)	9 (40.9)	47 (40.5)
	Adulto medio	39 (41.5)	11 (50.0%)	50 (43.1)
	Adulto mayor	17 (18.1)	2 (9.1)	19 (16.4)
Estado civil	Soltero	59 (62.8)	9 (40.9)	68 (58.6)
	Casado o unión libre	28 (29.8)	12 (54.5)	40 (34.5)
	Separado	7 (7.4)	0 (0.0)	7 (6.0)
	Viudo	0 (0.0)	1 (4.5)	1 (0.9)
Estrato	Bajo	22 (23.4)	6 (27.3)	28 (24.1)
	Medio	63 (67.0)	15 (68.2)	78 (67.2)
	Alto	9 (9.6)	1 (4.5)	10 (8.6)
Presencia de pareja	No	38 (40.4)	4 (18.2)	42 (36.2)
	Sí	56 (59.6)	18 (81.8)	74 (63.8)
Edad		30.76 (9.088)	31.23 (9.616)	30.84 (9.150)
Tiempo en meses de relación		46.22 (72.101)	73.45 (88.012)	51.39 (75.720)

Nota: n: Frecuencia

Análisis de comparación entre los grupos

Se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann Whitney dado que en la prueba de normalidad de las variables no se encontró una distribución normal en ambos grupos. Al realizar este análisis se encontraron diferencias significativas en todos los procesos, excepto en la personalización, etiquetas globales y culpabilidad (véase Tabla 3).

TABLA 3. Matriz de la estructura discriminante de distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional.

Distorsiones cognitivas	Sin Dependencia Emocional			Con Dependencia Emocional			U de Mann - Whitney	p
	X	Mediana	D.E.	X	Mediana	D.E.		
Filtraje	1,820	2,000	1,444	3,230	3,000	2,389	665,500	0,008*
Pensamiento polarizado	1,421	0,000	0,749	1,410	0,000	2,197	781,500	0,029*
Sobregeneralización	0,780	0,000	1,184	1,950	2,340	1,950	733,000	0,020*
Interpretación del pensamiento	1,340	1,000	1,787	2,590	2,500	2,175	672,500	0,008*
Visión catastrófica	1,590	1,000	1,394	2,770	2,500	1,998	634,500	0,004*
Personalización	0,850	1,000	1,087	1,360	1,000	1,497	810,000	0,091
Falacia de control	0,930	1,000	0,986	2,320	2,000	1,673	507,500	0,000*
Falacia de justicia	1,260	1,000	1,398	2,950	3,000	2,968	713,000	0,018*
Razonamiento emocional	0,890	1,000	0,978	2,230	2,000	1,926	587,000	0,001*
Falacia de cambio	1,430	1,000	1,403	3,360	3,500	2,216	505,000	0,000*
Etiquetas globales	0,980	1,000	1,303	1,590	1,000	2,130	938,000	0,470
Culpabilidad	1,120	1,000	1,125	2,140	1,500	2,167	798,000	0,084
Deberías	2,260	2,000	1,502	4,500	5,000	2,521	500,500	0,000*
Falacia de razón	2,460	2,000	1,955	3,820	3,000	2,085	616,000	0,003*
Falacia de recompensa divina	3,980	3,000	2,319	5,820	5,500	2,481	598,000	0,002*

Análisis discriminante

Las funciones discriminantes canónicas no tipificadas evaluadas en las medias de los grupos fueron de $-0,276$ para el Grupo 1, y de $1,179$ para el Grupo 2.

El orden por tamaños de las correlaciones con la función puede verse en la Tabla 4. Del procedimiento por pasos, las dos distorsiones cognitivas significativas fueron: Deberías ($0,889$) y Falacia de control ($0,836$) (Tabla 4).

TABLA 4. Matriz de la estructura discriminante de distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional

Matriz de estructura

	Función
	1
Deberías	,889
Falacia de control	,836
Falacia de cambio ^a	,633
Falacia de justicia ^a	,612
Sobregeneralización ^a	,545
Falacia de razón ^a	,526
Razonamiento emocional ^a	,526
Filtraje ^a	,510
Interpretación del pensamiento ^a	,506
Pensamiento polarizado ^a	,485
Visión catastrófica ^a	,440
Falacia de recompensa divina ^a	,428

Correlaciones intra-grupo combinadas entre las variables discriminantes y las funciones discriminantes canónicas tipificadas
Variables ordenadas por el tamaño de la correlación con la función.

^a. Esta variable no se emplea en el análisis.

Discusión

Se encontraron diferencias significativas en el procesamiento de información en las personas con dependencia emocional, con mayor número de distorsiones cognitivas. De las 15 distorsiones cognitivas evaluadas, 12 presentaron diferencias significativas entre los dos grupos de comparación, con mayores puntuaciones de las medias en las personas con dependencia emocional: Filtraje, Pensamiento polarizado, Sobregeneralización, Interpretación del pensamiento, Visión catastrófica, Falacia de control, Falacia de justicia, Razonamiento emocional, Falacia de cambio, Deberías, Falacia de razón y Falacia de recompensa divina. De todas estas distorsiones cognitivas que refuerzan los esquemas de dependencia emocional, dos mostraron un mayor poder discriminantes: los deberías y la falacia de control.

Los *Deberías* se consideran como una distorsión cognitiva en la medida que genera un procesamiento de la información con estándares elevados, rígidos e inflexibles de las situaciones o acerca de cómo tienen que suceder las cosas,

donde cualquier desviación de estas normas se considera insoportable, lo cual repercute en la estabilidad emocional de las personas y en la calidad de la relación con los demás. En la relación de pareja, cuando las personas tienen esta distorsión cognitiva de los *Deberías*, pueden imponer reglas y mantener supuestos de cómo deberían ser las relaciones. Esto es apoyado por Castelló (2005), quien afirmó que las personas que presentan dependencia emocional, presentan unas características específicas en el área de relaciones interpersonales en la que se establecen reglas para la exclusividad o el control de la pareja, en las cuales se exige al otro una atención constante, así como la fantasía de tener el control de la vida del otro y de sus relaciones. Así visto es natural que el dependiente emocional juzgue su relación basado en unos estándares dados desde el amor romántico, imponiendo a su pareja *Deberías* en la relación, que se manifiestan en cierto control y en demandas afectivas en ocasiones excesivas e irracionales dentro de una relación madura. Esta distorsión también puede observarse en el componente de Expresión afectiva de la pareja, el cual nombra la importancia de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad (Lemos & Londoño, 2006). En este aspecto el dependiente emocional insta una reglas claras para cubrir su necesidad y poder sentirse mucho mejor. Esta demanda puede estar originada por una necesidad insaciable de la pareja, que es lo que ha asemejado este cuadro a una dependencia a sustancias (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998).

Con respecto a la *Falacia de control*, en los dependientes emocionales se tiene que ésta se manifiesta en pensamientos como *Si otros cambiaran su actitud yo me sentiría mejor, Yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean; [...] Soy una víctima de mis circunstancias*. Estas afirmaciones llevan al dependiente emocional a asumir la responsabilidad por el cambio de comportamiento de su pareja, asumiendo una posición de *salvador* frente a ésta o de mantener una seguridad que contrarreste la originada por sus primeras relaciones afectivas en las que quizás se configuró generalmente un patrón de apego ansioso resistente, por encima de uno seguro (Norwood, 1985).

Este punto hace referencia a uno de los aspectos que se afecta en el establecimiento de una relación con un dependiente emocional y es el respeto a la individualidad del otro, ya que el aferramiento excesivo a su pareja y el creer que todo lo que hace es por el bien de la relación, da lugar a una falta de construcción personal y a una incapacidad de aceptar al otro tal y como es. Por consiguiente su pareja se termina saturando de los caprichos que debe efectuar para complacerle, y con una sensación de agobio asfixiante a causa de las continuas llamadas telefónicas, los mensajes y todos los demás comportamientos del dependiente en su búsqueda insaciable de amor y aceptación de su pareja (Castelló, 2000, 2005; Norwood, 1985; Schaeffer, 1998).

Adicionalmente se tiene que esta distorsión podría generar en los dependientes una sensación de angustia exagerada al sentir que se ha perdido el control en el momento de la ruptura, llevándolo a hacer cualquier cosa con tal de recuperar el equilibrio. Esto puede ser interpretado desde las intensas expresiones emocionales, o expresiones típicas de las personas con una estructura de personalidad límite (Lemos & Londoño, 2006).

Finalmente esta falacia también permite comprender los altibajos emocionales en el dependiente emocional, quien no logra controlar completamente la vida de su pareja, lo que le ocasiona una sensación de ansiedad constante y de desesperanza (Castelló, 2005). Cano (2006) describe que estos altibajos emocionales provocan no sólo problemas en el ámbito individual, sino alteraciones en el ámbito familiar, por lo que la depresión se convierte en una de las principales expresiones de su intensa tristeza.

Desde estas distorsiones cognitivas puede comprenderse la existencia de juegos de poder en las relaciones de los dependientes emocionales, manifestados en su necesidad de control sobre el otro para poder satisfacer sus ideales de relación (Shaeffer, 1998). Este hecho también lleva a explicar una de las acciones más particulares de este tipo de personas y es el hecho de que quienes son emocionalmente dependientes asuman la culpa de situaciones emocionalmente dolorosas dentro de las relaciones, incluso en aquellas oportunidades en que no son responsables, ya que de esta manera controlan la situación y tienen la solución en sus manos: si ellas cambian, el dolor desaparecerá (Norwood, 1985).

Conclusiones

Esta investigación permitió confirmar la hipótesis sobre la existencia de un procesamiento de información distintivo de las personas con dependencia emocional, evidenciado en este estudio, por las diferencias significativas en cuanto a las distorsiones cognitivas, siendo las más significativas los deberías y la falacia de control.

Las personas dependientes emocionalmente basan sus necesidades afectivas de acuerdo con los *deberías* de estándares ideales del amor romántico, que los lleva a exigir de su pareja una atención constante, la cual generalmente no logra ser satisfecha completamente, ocasionando en ellos una sensación constante de fracaso (Castelló, 2005; Lemos & Londoño, 2006), así como la aceptación de múltiples comportamientos de control por parte del dependiente, para tratar de contrarrestar la sensación de vacío constante.

Referencias

- Arias, A., Campuzano, A., Henao, N. & Restrepo, M. (2003). Construcción, validación y tipificación del cuestionario de Dependencia Afectiva. *Informes Psicológicos*, 5: 9 -17.
- Beck, A. (1996). *Terapia cognitiva de la depresión*. 8º. Edición. España: Desclée de Brouwer.
- Beck, J. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York: The Guilford Press.
- Bornstein, R.F. Geiselman, K.J. Eisenhart, E.A. & Languirand, M.A (2002). Construct Validity of the Relationship Profile Test: Links with Attachment, Identity, Relatedness, and Affect. *Journal of Personality Assessment*, 9, 373-381.
- Bornstein, R. & O'Neill, R. (2000). Dependency and Suicidality en Psychiatric Inpatients. *Journal of Personality Assessment*, 56 (4): 463 – 73.
- Cano, A. (2006). *Depresión y matrimonio*. Recuperado el 23 de enero de 2006, del sitio Web SUR Digit@l: <http://www.diariosur.es>.
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto dependencia emocional. Recuperado el 25 de mayo de 2007, del sitio Web del Congreso Virtual de Psiquiatría, conferencia 6-CI-A: 52 pantallas: http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6_ci_a.htm.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional características y Tratamiento*. Madrid: Alianza.
- Europa Press (2004). El 20% de la población tiene problemas de dependencia, similar a los problemas de drogadicción. Recuperado el 25 de octubre de 2004, de <http://www.europapress.es/europa2004/noticias.aspx?tabID=1&ch=13>.
- Hirschfeld, R., Klerman, G., Gough, H., Barrett, J., Korchin, S. & Chodoff, P. (1977). A Measure of Interpersonal Dependency. *Journal of Personality Assessment*, 41(6), 610 – 618.
- Lemos, M. & Londoño, N. H. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana De Psicología*, 9(2), 127-140.
- Nicieza, I. (2006). *El 10% de la población sufre dependencia afectiva. La nueva España sociedad y cultura*. Recuperado el 15 de mayo de 2007, de <http://www.lne.es/secciones/noticia.jsp?pNumEjemplar=1159&pIdSeccion=46&pIdNoticia=367479>
- Norwood, R. (1985). *Las mujeres que aman demasiado*. Buenos Aires: Javier Vergara.
- Schaeffer, B. (1998). *¿Es amor o es adicción?* España: Apóstrofe.
- Sanathara, V.A., Gardner, C.O., Prescott, C.A. & Kendler, K.S. (2003). Interpersonal Dependence and Major Depression: Aetological Interrelationship and Gender Differences. *Psychological Medicine*. 33(5), 927-931.
- Teasdale, J. & Fennell, M. (1982). Immediate Effects on Depression of Cognitive Therapy Interventions. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 343 – 351.

Recibido, 13 julio /2007

Revisión recibida, 8 Agosto /2007

Aceptado, 20 Septiembre /2007

ANEXO 1
CDE
(Lemos, M. y Londoño, N.H.; 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 qué tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
Completamente falso de mí	La mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Me describe perfectamente
Me siento desamparado cuando estoy solo					1 2 3 4 5 6
Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja					1 2 3 4 5 6
Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla					1 2 3 4 5 6
Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja					1 2 3 4 5 6
Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja					1 2 3 4 5 6
Si mi pareja no llama o aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo					1 2 3 4 5 6
Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado					1 2 3 4 5 6
Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme					1 2 3 4 5 6
He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje					1 2 3 4 5 6
Soy alguien necesitado y débil					1 2 3 4 5 6
Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo					1 2 3 4 5 6
Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás					1 2 3 4 5 6
Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío					1 2 3 4 5 6
Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto					1 2 3 4 5 6
Siento temor a que mi pareja me abandone					1 2 3 4 5 6
Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella					1 2 3 4 5 6
Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo					1 2 3 4 5 6
Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo					1 2 3 4 5 6

No tolero la soledad	1 2 3 4 5 6
Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1 2 3 4 5 6
Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6
Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1 2 3 4 5 6
Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6