



Universidad Abierta Interamericana

Facultad de Psicología y Relaciones Humanas

Licenciatura en Psicología

TESIS DE GRADO

*“DEPENDENCIA EMOCIONAL, DISTORSIÓN COGNITIVA Y NECESIDAD
DE CIERRE COGNITIVO EN RELACIONES DE PAREJA”*

Tutor

Jaume, Luís

Cotutor:

Ferrero, Florencia

Autor:

Pismenney, Sol Selena

Legajo: P1-7287

2022

Agradecimientos

En primer lugar, agradecer a mis padres, Nora y Gabriel, por depositar su plena confianza y apoyo en mí, tanto para mi crecimiento profesional como personal, quienes se alegran por mis logros como si fueran los propios.

A mi hermana, Lara, por su compañía incondicional en mi vida y en este recorrido, quién sin dudar me ayudó en cada dificultad.

Mi pareja, Agustín, por ser mi principal motivador y espectador en cada paso.

A mis compañeras, principalmente a Candela, por ser mi sostén durante este largo recorrido, brindándome anécdotas, cariño y aliento. Compañera y amiga que esta institución me regaló y llevaré siempre en mi corazón.

Por último, a mis tutores Luís y Florencia, por brindarme su ayuda en la formación de esta investigación; mi más sincero agradecimiento a Manuel, quién con su paciencia, amabilidad y disponibilidad me ayudó desde un primer momento a ponerle orden a mi caos de ideas, haciendo de este proceso algo mucho más ameno.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar las relaciones existentes entre la Dependencia Emocional, las Distorsiones Cognitivas y la Necesidad de cierre cognitivo en sujeto que se encontraran en una relación de pareja.

Para alcanzar los objetivos propuestos, se realizó un estudio bajo una metodología cuantitativa, de tipo correlacional y de corte transversal. La muestra constó de 365 sujetos adultos de entre 18 y 65 años, a los cuales se les administró: Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) (Lemos Hoyos y Londoño Arredondo, 2006); Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) (Ruiz y Luján, 1991) y el Test de Necesidad de Cierre Cognitivo (Webster y Kruglanski (1994).

Los resultados hallados demostraron una correlación estadísticamente significativa entre las variables Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo.

En cuanto a las dimensiones se encontró que las más frecuentes fueron en Dependencia emocional: Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja y modificación de planes; en Distorsiones cognitivas: Deberías, Falacia de cambio, Filtraje, Visión catastrófica, Falacia de justicia y Falacia de razón y, en Necesidad de cierre cognitivo: Tendencia a la permanencia.

En cuanto a la información sociodemográfica, se hallaron diferencias entre el género y las Distorsiones Cognitivas y Necesidad de cierre cognitivo, obteniendo puntuaciones más elevadas los hombres. Por su parte, la edad se relaciona con la Dependencia emocional y Distorsión Cognitiva de manera inversa y de manera directa con

la Necesidad de cierre cognitivo. En lo que respecta a la convivencia, se encontró que los sujetos que no conviven con sus parejas presentan mayor dependencia emocional y distorsiones cognitivas, por el contrario, aquellos sujetos que conviven poseen mayor necesidad de cierre cognitivo. Finalmente, en lo que respecta a los años de relación y presencia de hijos se hallaron diferencias significativas con la Necesidad de cierre cognitivo.

Palabras clave: Dependencia emocional, Distorsiones cognitivas, Necesidad de cierre cognitivo, Relaciones de pareja.

Abstract

The objective of this research was to analyze the relationships between Emotional Dependence, Cognitive Distortions and the Need for cognitive closure in subjects who were in a relationship.

To achieve the proposed objectives, a study was carried out under a quantitative, correlational and cross-sectional methodology. The sample consisted of 365 adult subjects between 18 and 65 years of age, who were administered: Emotional Dependence Questionnaire (CDE) (Lemos Hoyos and Londoño Arredondo, 2006); Automatic Thought Inventory (IPA) (Ruiz and Luján, 1991) and the Need for Cognitive Closure Test (Webster and Kruglanski (1994).

The results found showed a statistically significant correlation between the variables Emotional dependency, Cognitive distortion and Need for cognitive closure.

Regarding the dimensions, it was found that the most frequent were in Emotional dependency: Separation anxiety, Affective expression of the couple and modification of plans; in Cognitive distortions: You should, Fallacy of change, Filtering, Catastrophic vision, Fallacy of justice and Fallacy of reason and, in Need for cognitive closure: Tendency to permanence.

Regarding sociodemographic information, differences were found between gender and Cognitive Distortions and Need for Cognitive Closure, with men obtaining higher scores. For its part, age is related to Emotional Dependence and Cognitive Distortion inversely and directly with the Need for cognitive closure. Regarding coexistence, it was found that subjects who do not live with their partners have greater emotional dependence

and cognitive distortions, on the contrary, those subjects who live together have a greater need for cognitive closure. Finally, regarding the years of relationship and presence of children, significant differences were found with the Need for cognitive closure.

Keywords: Emotional dependency, Cognitive distortions, Need for cognitive closure, Relationships.

ÍNDICE GENERAL

Agradecimientos.....	2
Resumen.....	3
Abstract.....	5
Índice general.....	7
Índice de tablas.....	9
Capítulo I.....	10
1. Planteamiento del Problema.....	11
1.1 Introducción.....	11
1.2 Pregunta de investigación.....	12
1.3 Justificación.....	14
<i>1.3.1 Teórica.....</i>	<i>14</i>
<i>1.3.2 Práctica.....</i>	<i>14</i>
1.4 Objetivos.....	15
<i>1.4.1 Objetivo general.....</i>	<i>15</i>
<i>1.4.2 Objetivos específicos.....</i>	<i>15</i>
1.5 Hipótesis.....	15
<i>1.5.1 Hipótesis general.....</i>	<i>15</i>
<i>1.5.2 Hipótesis específicas.....</i>	<i>16</i>
Capítulo II.....	17
2. Marco teórico y conceptual.....	18
2.1 Dependencia emocional.....	18
2.2 Distorsiones cognitivas.....	22

2.3 Necesidad de cierre cognitivo.....	26
2.4 Relaciones de parejas.....	29
2.5 Antecedentes.....	31
Capítulo III.....	38
3. Metodología.....	39
3.1 Diseño de investigación.....	39
3.2 Muestra.....	39
3.3 Instrumentos.....	40
3.4 Procedimiento.....	45
3.5 Análisis.....	45
Capítulo IV.....	46
4. Resultados.....	47
4.1 Descripción de las variables.....	47
<i>4.1.1 Descripción de la variable Dependencia</i>	
<i>emocional.....</i>	47
<i>4.1.2 Descripción de la variable Distorsión</i>	
<i>cognitiva.....</i>	47
<i>4.1.3 Descripción de la variable Necesidad de cierre</i>	
<i>cognitivo.....</i>	48
4.2 Cruce de variables.....	48
<i>4.2.1 Análisis de normalidad.....</i>	48

4.2.2 <i>Análisis de correlación entre las variables Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo</i>	49
4.3 <i>Análisis de variables sociodemográficas</i>	50
4.3.1 <i>Análisis de la Dependencia emocional en función de variables sociodemográficas</i>	50
4.3.2 <i>Análisis de la Distorsión cognitiva en función de variables sociodemográficas</i>	51
4.3.3 <i>Análisis de la Necesidad de cierre cognitivo en función de variables sociodemográficas</i>	52
4.4 <i>Análisis de correlación entre dimensiones de variables</i>	53
4.4.1 <i>Análisis de correlación entre dimensiones de Dependencia emocional y Distorsión cognitiva</i>	53
4.4.2 <i>Análisis de correlación entre dimensiones de Necesidad de cierre cognitivo y Dependencia emocional</i>	54
Capítulo V	55
5. <i>Conclusión y discusión</i>	56
Capítulo VI	66
6. <i>Referencias bibliográficas</i>	67
Anexo	73

Índice de tablas

Tabla 1. Análisis de los valores promedio en Dependencia Emocional.....	47
Tabla 2. Análisis de los valores promedio en Distorsión Cognitiva	47
Tabla 3. Análisis de los valores promedio en Necesidad de cierre cognitivo	48
Tabla 4. Prueba de normalidad.....	48
Tabla 5. Análisis de relación entre las variables	49
Tabla 6. Análisis de Dependencia Emocional según variables sociodemográficas	50
Tabla 7. Análisis de Distorsión Cognitiva según variables sociodemográficas	51
Tabla 8. Análisis de Necesidad de cierre cognitivo según variables sociodemográficas.....	52
Tabla 9. Relación entre Dependencia Emocional y Distorsión Cognitiva	53
Tabla 10. Relación entre Necesidad de cierre cognitivo y Dependencia Emocional	54

Capítulo I

1. Planteamiento del problema

1.1 Introducción

Un tema muy común en nuestra actualidad son las Relaciones de Parejas, estudiados desde la perspectiva de la relación que existe entre ésta y el apego parental, siendo la última el factor principal para el establecimiento de una relación segura con la pareja, ya que está estrechamente ligada a la confianza y la comunicación (Penágonos et al., 2006).

Por otro lado, muchos se han centrado en investigar cómo es que se entablan estas relaciones, sin embargo, en Argentina son escasos los estudios que profundizan en el funcionamiento cognitivo de los seres humanos que se encuentran en una relación de pareja y la influencia que esto tiene en el funcionamiento de dichas relaciones. De acuerdo con una investigación realizada por Cavalero (2008), hablar de estos vínculos afectivos conduce, generalmente, a pensar en el amor romántico como la necesidad de cuidado, confianza, presencia de sentimiento de bienestar, apoyo y tolerancia mutua, siendo considerados como un “amor saludable”. Sin embargo, también señalan que, fuera de los límites saludables mencionados, los vínculos afectivos se pueden establecer de manera inadecuada y pueden volverse patológicos y vulnerables, siendo una de las razones fundamentales por lo que esto sucede, la Dependencia Emocional, ya que la misma se determina como un problema de vinculación en las relaciones (Aiquipa Tello, 2015).

Como seres humanos estamos compuestos por una estructura cognitiva tan compleja como el Pensamiento, capaz de procesar la información que proviene del exterior con el fin de generar respuestas adaptativas e influir sobre el comportamiento humano (Obst Camerini, 2008). Siendo así, que toda nuestra vida, constantemente, está influenciada en mayor o menor medida, por estos esquemas de pensamiento (Beck, 1963), sin embargo, el

inadecuado procesamiento de la información, denominada como distorsión cognitiva, juega un papel fundamental en el riesgo de la felicidad de la pareja, ya que genera el mantenimiento de problemáticas (Lemos Hoyos, 2007).

Siguiendo con esta línea, un aspecto que consideramos relevante destacar es que solemos buscar respuestas definitivas ante un problema o conflicto, no dejando lugar a la incertidumbre o la ambivalencia, dado que así, nos evitaríamos la confusión (Horcajo et al., 2011). A este proceso psicológico se lo denomina necesidad de cierre cognitivo y se encuentra reforzada por los beneficios que se perciben al encontrar el cierre, como la búsqueda de preservar un orden en nuestra vida y que ésta esté bastante estructurada (Marc, 2012).

Si bien es cierto que la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas ya han sido variables expuestas a diversas investigaciones y se ha verificado que hay una relación entre ambas (De la Villa Moral Jiménez y González Sáez, 2019), aún los estudios que integren la necesidad de cierre cognitivo como un factor influyente en las relaciones de parejas son escasos, particularmente, en nuestro idioma. Es por este motivo que este proyecto de investigación contribuye a explorar una posible relación entre las variables en Argentina, lugar en el cual estos estudios escasean. Asimismo, los resultados podrían propiciarnos información acerca de la influencia de las variables sociodemográficas como el sexo, la edad, la presencia o no de hijos, convivencia o no de la pareja o la cantidad de años de relación sobre las distintas variables a investigar.

1.2 Pregunta de investigación

¿Existe una relación entre la Dependencia Emocional, las Distorsiones Cognitivas y la Necesidad de Cierre Cognitiva en las relaciones de pareja?

1.3 Justificación

1.3.1 Teórica

Los resultados del presente estudio lograrán una mayor comprensión y conocimiento acerca de las variables en el ámbito local. Así mismo, este estudio permitirá dilucidar en qué medida los factores de orden demográfico, como la edad, género o cantidad de tiempo que la pareja lleva junta, podrían ser influyentes en la problemática, constituyendo así un aporte para la clarificación de funcionalidad o disfuncionalidad de la pareja a lo largo del tiempo, prevención de la problemática, mejora en la estabilidad emocional y una mejor calidad de vida a largo plazo.

Los resultados brindarán aportes que posibilitan la comprensión tanto de características de personalidad como del funcionamiento cognitivo con el fin de obtener una mayor comprensión de posibles patologías severas derivadas de esta combinación de variables.

1.3.2 Práctica

Los resultados de este estudio poseen relevancia sobre todo en esta área dado que el procesamiento de la información es muy importante ya que es a partir de esta que se elabora una respuesta ante un hecho en particular, en este sentido, la dependencia emocional si no se encuentra dentro de los límites adecuados sino que, por el contrario, se expresa de manera excesiva se vuelve un factor de riesgo para el sujeto, pudiendo desencadenar otras patologías asociadas, como depresión, ansiedad, entre otras.

Se espera que estos resultados sirvan como herramienta y amplíen el conocimiento sobre esta área con el objetivo de poder prevenir el desencadenamiento de patologías derivadas de esta problemática.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Evaluar la relación entre la Dependencia emocional, las Distorsiones cognitivas y la Necesidad de cierre cognitivo en personas que se encuentran en una relación de pareja.

1.4.2 Objetivos específicos

- Determinar qué creencias o distorsiones cognitivas son más preponderantes en los sujetos de la muestra.
- Determinar qué dimensiones de dependencia emocional son más preponderantes en los sujetos de la muestra.
- Determinar qué niveles de necesidad de cierre cognitivo son más preponderantes en los sujetos de la muestra.
- Evaluar la relación de la necesidad de cierre cognitivo, las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional respecto a variables sociodemográficas como la edad, sexo, años de pareja, convivencia o no convivencia y la presencia o no de hijos.

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

H1: Se encontrará una correlación positiva y significativa entre la dependencia emocional, las distorsiones cognitivas y la necesidad de cierre cognitivo en sujetos que se encuentran en una relación de pareja.

1.5.2 Hipótesis específicas

H2: Las personas con dependencia emocional que presentan mayor “Ansiedad de separación” y “Expresión afectiva de la pareja” presentan mayores puntuaciones en distorsión cognitiva.

H3: Los sujetos que presentan mayor Necesidad de cierre cognitivo en la escala “Tendencia a la permanencia” tenderán a poseer mayores niveles de Dependencia emocional.

H4: Las distorsiones cognitivas más preponderantes en los sujetos de la muestra son: Filtraje, Visión catastrófica, Falacia de cambio y Deberías.

H5: Los hombres presentan mayor Distorsiones cognitivas y Necesidad de cierre que las mujeres. En cuanto a la Dependencia Emocional no se espera encontrar diferencias.

H6: Existe una relación inversa entre la variable sociodemográfica Edad y la Dependencia emocional.

H7: No se encontrará relación significativa entre las variables sociodemográficas Años de pareja, Convivencia, Presencia de hijos y los constructos Dependencia Emocional, Distorsión Cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo.

Capítulo II

2. Marco teórico y conceptual

2.1 Dependencia emocional

La vida de una persona está determinada por las relaciones que pueda generar y mantener con otros sujetos ya que la llevan a integrarse a la sociedad (Berger y Luckman, 2004).

Dentro de estas relaciones, las de pareja, generalmente, se vuelven las más significativas y fundamentales, ya que brindan soporte al individuo a niveles sociales y, sobretodo, afectivos (Becerril Ruiz, 2001). Una vez que estas relaciones se encuentran, en ella se depositan las máximas expectativas y deseos, volviéndose la comunicación y la comprensión aspectos esenciales para que triunfen y, consecuentemente, lleven a un desarrollo favorable de la persona (Pérez, 2011).

Sirvent (2004) describe la dependencia emocional como un “comportamiento desadaptativo contingente a una interrelación afectivo-dependiente” (p. 152), de modo que intentan compensar su necesidad o deseo de afecto creando un apego patológico (Moral y Sirvent, 2008).

Por lo tanto, cuando hablamos de dependencia emocional, nos estamos refiriendo a la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones, es decir, es la exageración de aquello que en un “amor normal” es propio de las relaciones de pareja, tal es el caso de: sentimientos de querer estar con el otro, sentir su apoyo, sentirse querido y valorado, etc. (Castelló, 2005). Si bien todas las relaciones implican una cierta necesidad, la dependencia emocional, es aquella distancia que existe entre el querer y el necesitar del otro (Castelló, 2005).

Cuando nos referimos a la dependencia emocional, estamos refiriéndonos a aquellas relaciones en las que una de las partes busca seguridad personal y satisfacción por medio de la otra, lo cual trae aparejados aspectos de la cognición, motivación, emoción y de los comportamientos ya que lo que se pone en juego son falsas creencias sobre el amor, las relaciones de pareja e incluso, sobre uno mismo (Castelló, 2005). Estas creencias llevan a que estos sujetos solo puedan pensar que una vida solo puede ser posible dentro de una relación, sin importar si ésta les genera dolor, insatisfacción o inseguridad (Lemos y Londoño, 2006).

De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, la dependencia emocional es considerada como un trastorno de personalidad, el mismo se encuentra ligado al nivel de autoconcepto que la persona tenga sobre sí misma. Es así como, el perfil del sujeto dependiente se verá proyectado por emociones sanas como la ira, tristeza y sorpresa, sin embargo, el recibir respuestas negativas en la afectividad estas emociones podrían convertirse en insanas, tales como la ansiedad o la depresión (5th ed.; DSM-5; American Psychiatric Association, 2013).

Algunos autores incluyen a la dependencia emocional como un trastorno que se encuentra dentro de la categoría de adicciones que no se encuentran relacionadas con sustancias (Castelló, 2000). Siguiendo esta línea, De la Villa y Sirvent (2009) proponen que los comportamientos de estos sujetos se definen como adictivos a las relaciones interpersonales, siendo una actitud dependiente cuando se relacionan con el sujeto del cual dependen.

El perfil de una persona con dependencia emocional se describe como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas, las cuales se intentan tapar desadaptativamente con otras personas (Castelló, 2000).

Algunas características distintivas de estos sujetos tienen que ver con la posesividad en las relaciones, en las cuales sufren un intenso desgaste afectivo, así como también se ven incapacitados para romper ataduras, una voracidad de amor, cariño y una preocupación excesiva para generar agrado a la persona de la cual dependen. A su vez, manifiestan sentimientos negativos como la culpa, abandono, inescapabilidad emocional, etc. (Sirvent y Moral, 2007).

Según señalan autores como Moral y Sirvent (2008), los dependientes emocionales suelen tener parejas desde la adolescencia y si es posible intentan estar siempre con alguien, además, señalan que una de las consecuencias que trae esto consigo es que viven las rupturas de manera catastrófica, e intentan renovar la relación a como dé lugar por más desastrosa que haya sido o bien, buscan rápidamente a otra persona que cubra su necesidad extrema de estar acompañados. De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (2013) las personas que cubren esta necesidad tienen un perfil caracterizado por miedo a ser abandonados y tener que cuidar de sí mismos, así como también, presentan preocupación por tomar decisiones y responsabilidades en cualquier ámbito importante de sus vidas llevando a buscar el apoyo y aceptación de los demás incluso hasta el punto de hacer cosas que a ellos mismos le desagradan. Debido a esta personalidad sumisa y de apego exagerado es que cuando concluyen una relación buscan con urgencia otra relación para que los cuiden y apoyen.

Entre las principales características que identifican el perfil clínico y psicosocial de los dependientes emocionales se destaca la subordinación a su pareja, pérdida de su propia identidad, posesividad, escasas habilidades sociales, apego excesivo, poca autonomía, reafirmación constante del amor hacia el sujeto del que se depende y la utilización de las relaciones para llenar el vacío emocional, esto trae como consecuencia insatisfacción constante y la aparición de sentimientos de soledad y abandono (Pradas y Perles, 2012). De este modo, las personas que dependen emocionalmente desean la presencia continua de su pareja y su atención exclusiva, presentando temor ante las infidelidades y a que su pareja rompa la relación. Este miedo pone en marcha conductas de vigilancia y control hacia sus parejas, empleando así, tácticas para mantener la unión a toda costa (Jauregui y Estévez, 2017).

Una vez propuesta la definición de dependencia emocional, considero importante reparar en las dimensiones que permiten medir la dependencia emocional, las mismas fueron desarrolladas por Lemos Hoyos y Londoño Arredondo (2006) mediante un cuestionario. El mismo se ha utilizado en esta investigación para medir esta variable.

- a. *Ansiedad de separación:* Indica la expresión emocional de temor que presenta el sujeto ante la posibilidad de abandono o separación de la pareja y, en consecuencia, quedarse solo.
- b. *Expresión afectiva:* El sujeto siente la necesidad de demandarle a su pareja constantes expresiones afectivas con el fin de disminuir la sensación de inseguridad.
- c. *Modificación de planes:* Expresa el cambio de planes, comportamientos y actividades que realiza la persona con dependencia para lograr pasar el mayor

tiempo posible con su pareja, dejando en segundo plano sus intereses personales.

- d. *Miedo a la soledad:* Detalla el miedo que le genera a la persona el quedarse solo y no estar en pareja, sintiendo así que no es querido ni amado.
- e. *Expresión límite:* Frente a la ruptura de la relación el sujeto se enfrenta a una situación catastrófica de pérdida y soledad que se desemboca en acciones impulsivas de autoagresión para evitar la disolución de la relación.
- f. *Búsqueda de atención:* El sujeto busca tener la atención activa de su pareja, tratando de ser el centro de su vida y asegurar la permanencia de la relación.

Según Lemos (2012), los sujetos emocionalmente dependientes presentan un perfil con un procesamiento de la información peculiar y con un gran número de distorsiones cognitivas, por ello a continuación, expresaremos de qué se tratan las distorsiones cognitivas.

2.2 Distorsiones cognitivas

De acuerdo con la psicología, el pensamiento es una facultad cognitiva propia del ser humano a través de la cual se crean y fomentan las cogniciones (Obst Camerini, 2008).

Las cogniciones son un factor primario en la naturaleza humana, los humanos se relacionan y responden a los demás a través de los modos en que perciben, interpretan y evalúan a sí mismos, el mundo y el futuro (Ellis, 1957). Por lo tanto, no son los sucesos del mundo externo lo que va a determinar el accionar de una persona sino los diálogos internos que le surgen de acuerdo con los esquemas mentales que originan las creencias sobre el acontecimiento mismo. Estos diálogos han sido denominados por Aarón Beck (1976) como

“*pensamientos automáticos*”, los cuales cumplen la función de mediar entre el estímulo y la respuesta.

Según Beck (1963), el hombre organiza su experiencia a través de esquemas cognitivos (lentes con los que se mira el mundo). Estos esquemas son modelos internos desarrollados a partir de experiencias anteriores, por los cuales se percibe, codifica y se interpretan los hechos del mundo (Bados y García, 2010). Son adaptativos y pueden mantenerse inactivos y aparecer en una situación estresante, dominando la percepción y manteniendo el estado emocional (Bados y García, 2010).

En síntesis, las distorsiones cognitivas, se caracterizan por una desviación sistemática del pensamiento al procesar la información obtenida del exterior (Beck, 1963). Los patrones del pensamiento disfuncional interactúan en el sujeto, constituyéndose como gestores de una respuesta desadaptativa del entorno (Cabezas, 2006).

Existen tres aspectos dentro de la cognición humana en la que Beck (1963) y su teoría hicieron hincapié; en primer lugar, los pensamientos automáticos comprenden las creencias de la persona acerca del mundo, es decir, el sujeto comienza a crear una creencia específica de sí mismo y de su entorno. Con ello, el sujeto es capaz de relacionarse con su mundo, tomando en cuenta que el nivel de adaptabilidad al entorno depende en gran medida de las creencias ya establecidas. Finalmente, al establecerse las creencias del individuo sobre el mundo y el grado de relación con él, se conciben las distorsiones cognitivas.

Beck (1963), cree que la forma en que las personas se sienten está relacionada con la forma en que interpretan y piensan una situación. En otras palabras, una situación no es decisiva en los sentimientos que surjan de dicha situación, al contrario, es la emoción

mediada por la percepción que la persona tiene de una situación lo que determinan el accionar. Las percepciones que la persona tenga sobre sí misma, su mundo y el futuro afectarán directamente sus sentimientos y comportamientos.

En cuanto a las relaciones de pareja, las expectativas no realistas o mitos sobre las relaciones y la pareja surgen de experiencias personales, ya sea por modelos familiares y/o sociales o por relaciones anteriores (Beck, 1963). Cavero (2008) considera que la decepción tras la etapa idealizada del enamoramiento es la causa de la activación de las distorsiones cognitivas, dado que se dan de acuerdo con la activación de los esquemas, formados en las experiencias tempranas, los cuales determinarán cómo se percibirán los sucesos de la vida (Beck, 1963).

Por lo tanto, de acuerdo con investigaciones realizadas por Lemos Hoyos y Londoño Arredondo (2007) el error se radica en los pensamientos concretos que surgen y dañan las interacciones con la pareja. Todas aquellas creencias que se mantienen de modo absolutista ponen en riesgo la felicidad de la pareja ya que implican un grado de lejanía de la realidad, por lo tanto, es improbable que lo que se espera de la pareja se encuentre o las peticiones y deseos sean satisfechos.

A continuación, se describirán los diferentes tipos de distorsión cognitiva que ha planteado Beck (1995), el padre de la terapia cognitiva. Si bien, muchos autores han hablado y desarrollado la teoría sobre las distorsiones cognitivas, nos centramos en especificar las de Beck ya que son la base de nuestra investigación:

- a. *Filtraje o abstracción selectiva:* Seleccionar un solo aspecto de una situación para dar una interpretación a toda la experiencia, usualmente negativos.

- b. *Pensamiento polarizado*: Los sucesos se valoran de manera extrema, sin contar con aspectos intermedios, es decir, las cosas son “buenas o malas”.
- c. *Sobre-generalización*: Predisposición a extraer una conclusión general de un hecho en particular sin base suficiente para ser considerado así.
- d. *Interpretación de pensamientos*: Presuponer o adivinar intenciones, actitudes o pensamientos de otros sin fundamento.
- e. *Visión catastrófica*: Imaginar o especular el peor resultado posible de un acontecimiento o suceso.
- f. *Personalización*: Tendencia a relacionar los acontecimientos del entorno con uno mismo, sin tener datos o fundamentos suficientes.
- g. *Falacia de control*: Tendencia a percibirse como responsables de todo lo que ocurre o, por el contrario, creer que no se tiene ningún control sobre los acontecimientos.
- h. *Falacia de justicia*: Tendencia a sentir como injusto aquellas cosas que no coinciden con los propios deseos o necesidades.
- i. *Falacia de cambio*: Creencia de que el cambio tiene que venir por parte de los demás primero, ya que de allí depende su bienestar, en lugar de responsabilizarse por sí mismo.
- j. *Razonamiento emocional*: Tendencia a creer que lo que la persona siente es real y cierto necesariamente. Las emociones son tomadas como un hecho objetivo y no que derivan de una interpretación personal de los hechos.
- k. *Etiquetas globales*: Tendencia a una visión del mundo y de los demás estereotipada e inflexible bajo la etiqueta del verbo “ser”.

- l. Culpabilidad:* Tendencia a culpabilizar a los otros de los problemas propios o, por el contrario, culparse a sí mismo de los problemas ajenos, sin tomar en cuenta otros factores influyentes.
- m. Deberías:* Tendencia a seguir y mantener reglas rígidas y exigentes sobre cómo tienen que ser y suceder las cosas, por el contrario, los desvíos se tornan intolerables.
- n. Falacia de razón:* Disposición a querer demostrar que el punto de vista propio es el adecuado y el de los demás no. No toleran equivocarse.
- o. Falacia de recompensa divina:* Se espera que los problemas se solucionen solos en el futuro, mágicamente, sin tener que buscar una solución al problema.

Estas distorsiones cognitivas fueron adaptadas por Ruíz y Luján (1991) para desarrollar el Inventario de Pensamientos Automáticos [IPA] que utilizaremos para esta investigación. Sin embargo, dado que cada una de las distorsiones cuentan con su propio Alfa de Cronbach, se recurrió a la acotación del instrumento, tomando sólo aquellas distorsiones que se consideran tenderán a estar más influenciadas por las demás variables propuestas en el estudio. Por ello, las distorsiones cognitivas que se tendrán en cuenta son: *Filtraje o Abstracción selectiva, Interpretación de los pensamientos, Visión catastrófica, Falacia de justicia, Falacia de cambio, Pensamiento polarizado, Deberías y Falacia de razón.*

2.3 Necesidad de cierre cognitivo

Webster y Kruglanski (1994) se pueden mencionar como los pioneros en dar cuenta de esta variable, los cuales hacen referencia a esta necesidad de cierre cognitivo para explicar los comportamientos de los sujetos.

Para poder comprender los comportamientos es necesario determinar de dónde surge, con relación a esto, a medida que nos vamos relacionando con nuestro entorno, vamos formando conocimientos que se impregnan en nosotros y en cada suceso nuevo vamos adaptando nuestro comportamiento en base a estos conocimientos previos. El hecho de ser sujetos que pertenecen a distintos grupos y a una cultura hace que nuestros comportamientos estén fundamentalmente guiados y autorregulados adaptativamente por aquellas normas y conceptos que parten de esto, es decir, en base a nuestros juicios (Kruglanski, 1996). Un mecanismo que permite que esta autorregulación suceda tiene que ver con una variable motivacional denominada necesidad de cierre cognitivo (de aquí en adelante NCC) (Kruglanski, 2004).

La NCC tiene que ver, específicamente, con el deseo que tienen los sujetos de dar una respuesta firme a un conflicto y no dejar lugar a la confusión ni a la ambigüedad (Webster y Kruglanski, 1994). Se ha determinado que las manipulaciones del contexto, tales como: ruidos, fatiga, estar bajo el efecto de sustancias, entre otros, pueden ser factores que incrementen o eleven la necesidad de cierre cognitivo, es decir, que la existencia de algunos factores ambientales puede llevar a que conservar el cierre resulte demasiado costoso; por ende, se requerirá un mayor procesamiento de información (Pacheco, 2013). Según Kruglanski (1996) “se vería afectado el procesamiento de la información en el camino hacia un juicio, y la tendencia a “apoderarse y congelar” el juicio que proporciona información” (p. 31).

Siguiendo con esta línea, se supone que la NCC oscila en un continuo que va desde una magnitud motivacional baja, a una alta. Entendiendo por esto que, uno puede desear un

cierre cognitivo fuerte, levemente o evitar directamente que el cierre suceda (Kruglanski, 1996).

Se considera que la NCC tiene un rol fundamental en el ámbito intrapersonal, interpersonal y grupal de los sujetos, esto es así porque, como mencionamos, esta necesidad de cierre está estrechamente relacionada con la construcción del conocimiento (Kruglanski, 1994).

La NCC ha sido estudiada en relación con diferentes fenómenos que demuestran que esta variable tiene efectos psicológicos tanto individuales como grupales (Kruglanski y Freund, 1983; Jaume et al., 2015; Jaume y Roca, 2020; Recart et al., 2021; Rottenbacher de Rojas, 2012). Sin embargo, aún no se hallan estudios que puedan relacionar la NCC con la dependencia emocional o con las distorsiones cognitivas. Sin embargo, en cuanto a las relaciones de parejas, Weber (1998) realizó un estudio enfocado en las rupturas de pareja en el cuál señala que los sujetos que se encuentran atravesando una separación presentan una necesidad de cierre que refleja la necesidad de contar con información acerca de lo sucedido y a la construcción de un significado para evitar la confusión y así, mantener la autoestima.

Los primeros en construir un constructo que permita medir esta variable fueron Webster y Kruglanski (1994) la cual pretendía explicar aquellos aspectos motivacionales que llevan al sujeto a la toma de decisiones y, a su vez, explicar las propiedades cognitivas que se ponen en juego en esta toma de decisión. Posteriormente, Pierro y Kruglanski (2005) desarrollaron el Test Revisado de NCC (TR-NCC) la cual nos aporta una versión reducida de la primera y permite evaluar dos dimensiones de la NCC, lo cual nos da la posibilidad de obtener una mayor precisión de los datos.

Teniendo en cuenta esta versión final, para el presente trabajo de investigación se tuvo en cuenta la Adaptación al castellano del Test de Necesidad de Cierre Cognitivo (NCC) propuesto por Horcajo et al., (2011).

Finalmente, para una mayor comprensión es necesario señalar que, como mencionamos anteriormente, esta variable permite medir dos tendencias de la NCC diferentes pero que, a su vez, se complementan:

- a. *Tendencia de urgencia (Seizing)*
- b. *Tendencia de permanencia (Freezing).*

La primera, la Tendencia de urgencia, está referida a la búsqueda de una respuesta inmediata frente a un conflicto o incertidumbre y, la segunda, la Tendencia de permanencia, refleja el deseo de mantener o congelar el cierre cognitivo, de esta manera se preserva el cierre y se evita considerar información nueva que sea capaz de cuestionar el cierre cognitivo elaborado.

2.4 Relaciones de parejas

Podemos mencionar que algunas de las razones que motivaron la elección de esta muestra en la investigación es que cuando hablamos de una relación de pareja, estamos hablando de una experiencia universal y, probablemente, una de las experiencias más satisfactorias en las que se ve envuelto el ser humano. Por ello resulta pertinente realizar una descripción y significación de a qué nos referimos cuando hablamos de estas relaciones.

Uno de los pioneros en iniciar el estudio sobre los vínculos afectivos fue John Bowlby (1969), él comenzó profundizando en las relaciones tempranas y la necesidad de

establecer la proximidad entre bebés y sus cuidadores como modo de protección y cuidado. Sin embargo, estos estudios se extrapolaron a la edad adulta, donde autores como Hazan y Shaver (1987) investigaron el apego aplicado al amor de pareja sosteniendo que estos vínculos se moldean de acuerdo con representaciones mentales que tienen su origen en aquellas relaciones que el niño ha logrado crear con sus cuidadores primarios. Al igual que como sucede con los infantes, la gran mayoría de las personas adultas buscan establecer un vínculo afectivo con el objetivo de buscar protección, cuidado y aliviar el temor de estar solos, teniendo la necesidad de compartir su vida con alguien más (Becerril, 2001).

Las relaciones sociales que la persona pueda generar y mantener a lo largo de su vida son fundamentales para lograr la integración a la sociedad, siendo las relaciones de pareja fundamentales para el desarrollo y soporte a nivel afectivo y social de la persona (Becerril, 2001). Sin embargo, resulta arduo el poder dar una definición específica sobre qué es una relación de pareja ya que es un tipo de interacción complejo que involucra aspectos tales como psicológicos, biológicos, sociales, así como también, su concepto dependerá de la influencia del contexto social y cultural en la que nos queramos basar, dado que se trata de un sistema cambiante y que con los años su definición o percepción se ha ido modificando de modo que hay una amplia diversidad de parejas actualmente (Esteinou, 2009).

Siguiendo con esta línea, Arés Muzio (2000) planteó que las relaciones de pareja y la concepción de la familia se van modificando y evolucionando con el tiempo de acuerdo a los valores y roles más funcionales y liberadores.

En la actualidad, se considera a las relaciones de pareja como un sistema con sus propias características y normas, pendientes a las posibilidades del momento y su consolidación depende de la construcción de proyectos de parejas, cualesquiera sean. Para

poder alcanzar este proyecto es necesario que dentro de la pareja haya un intercambio de afecto, valoración recíproca, comunicación y comprensión que den sustento a este amor y al equilibrio necesario entre lo que se da y lo que se recibe para alcanzar la estabilidad dentro de la pareja (Espinal, et al., 2006).

Para este trabajo de investigación consideramos a las relaciones de pareja como un enlace entre dos personas en las cuales media entre ellas un vínculo sentimental de amor, afecto, interés y el acuerdo para compartir un periodo de tiempo y construcción de proyectos en común, independientemente de la orientación sexual de los participantes, de la estructura y tiempo de formalización.

2.5 Antecedentes

En un estudio llevado a cabo por Aiquipa Tello (2015) se pretende profundizar en la posible relación entre la dependencia emocional y la violencia dentro de la pareja, para ello, se aplica un enfoque cuantitativo y se utiliza una estrategia asociativa-comparativa. Para la detección de violencia por parte de la pareja, se utilizaron los cuestionarios "Ficha de Tamizaje de la Violencia Basada en Género" y la "Ficha Multisectorial Violencia Familiar", los cuales son instrumentos técnicos normativos indicados por el Ministerio de Salud del Gobierno del Perú para registrar casos de violencia familiar (la violencia de pareja es un tipo de ellos). Asimismo, se empleó el Inventario de Dependencia Emocional – IDE (Aiquipa, 2012). Esta prueba, creada y validada en el Perú, se basa en el modelo de los rasgos de personalidad y el modelo teórico de Castelló (2005).

Los resultados obtenidos estiman que existe una relación estadísticamente significativa entre las variables en estudio, dado que las participantes que viven o han vivido violencia de pareja obtuvieron puntuaciones mucho más elevadas de dependencia

emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia. Asimismo, tres dimensiones o factores de la dependencia emocional se encuentran más relacionados con la violencia de pareja, tales son, el miedo a la ruptura, prioridad de la pareja y subordinación y sumisión. En síntesis, una mujer con dependencia emocional experimentará elevados niveles de miedo al pensar que su relación de pareja pueda terminar, por ello buscará evitar que eso se cumpla, llegando a tolerar conductas de violencia por parte de su pareja, incluyendo actitudes como la desatención, insultos, ofensas e incluso agresiones físicas.

En una investigación de estilo cuantitativo, realizada por Pérez (2011), tiene por objetivo fundamental descubrir los efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres en relación de pareja. El problema identificado es la desvalorización y dependencia emocional de mujeres maltratadas psicológica y físicamente de forma sistemática por sus parejas. En las mujeres investigadas se observó que especialmente a nivel físico se sienten poco atractivas, su autoconfianza y sentido de eficacia, a nivel de relación de pareja, se ve afectado por el continuo rechazo del objeto. Se afirma en dicho estudio que la dependencia emocional se define como necesidad extrema de carácter afectivo en las diferentes relaciones de pareja donde esta alteración afectiva y todo lo que conlleva pueda llevar a la personalidad sumisa característica de esta alteración a que estas mujeres puedan padecer agresiones físicas, psicológicos, como insultos, desprecios, dejando atrás su dignidad por la satisfacción del otro, hasta a nivel sexual, tomándolo como parte del matrimonio o para conservar la relación. La autora de este estudio recomienda aplicar terapia psicológica, a fin de crear asertividad y mecanismos de defensa para que concienticen que es una alteración afectiva y un problema social.

Por otro lado, un estudio realizado por Del Pilar Gómez Giraldo (2011) se centró en establecer los factores de riesgo cognitivos (distorsiones cognitivas) que podrían estar asociados con la insatisfacción marital. Se les administró a los sujetos el Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Luján, 1991) para medir las distorsiones cognitivas. Se encontró que las distorsiones que predicen de manera más significativa la insatisfacción marital son el filtraje, falacia de cambio, falacia de justicia y personalización. Finalmente, las correlaciones con algunos aspectos sociodemográficos como la edad de la persona, el nivel académico y el estrato socioeconómico no fueron significativas y, en cuanto a las características de la relación, vivir en unión libre y tener hijos entre 0 y 5 años afecta la satisfacción en la pareja.

Finalmente, en investigaciones que unen las variables de dependencia emocional y distorsiones cognitivas podemos mencionar el estudio realizado por De la Villa Moral Jiménez y González Sáez (2019). Se ha aplicado el Cuestionario de dependencia emocional (CDE) (Lemos y Londoño, 2006), el Inventario de pensamientos automáticos (IPA) (Ruiz y Luján, 1991) y el Cuestionario de afrontamiento COPE-28 (Morán y Manga, 2009). Los resultados arrojados por este estudio han comprobado que la mayoría de las distorsiones cognitivas son utilizadas por las personas con dependencia emocional, a excepción de la Falacia de razón. En cuanto al análisis de la dependencia emocional según el sexo se encontró que los hombres presentaban más Modificación de planes y Búsqueda de atención que las mujeres y, finalmente, no se han hallado diferencias en los niveles de dependencia emocional según los rangos de edad y el tiempo que la pareja lleve de relación.

Lemos Hoyos (2007) ha realizado un estudio con el fin de establecer las distorsiones cognitivas que mejor discriminan las personas que presentan dependencia emocional. Se

utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) (Lemos y Londoño, 2006) y el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) (Ruíz y Luján, 1991). Los resultados indicaron diferencias significativas en el procesamiento de información en las personas con dependencia emocional, con mayor número de distorsiones cognitivas. De todas estas distorsiones cognitivas que refuerzan los esquemas de dependencia emocional, dos mostraron un mayor poder discriminante: 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, así como la aceptación de múltiples comportamientos de control por parte del dependiente, para tratar de contrarrestar la sensación de vacío constante (Lemos Hoyos, 2007).

Por su parte, Urbiola y Estévez (2015) realizaron un estudio en España basado en la relación entre la Dependencia Emocional y las diferencias de acuerdo al sexo y la edad de los participantes, para así vincularlos con los esquemas desadaptativos tempranos en jóvenes que mantengan una relación de noviazgo de por lo menos un mes. Para este estudio se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional en el Noviazgo (Urbiola et al., 2014) y el Cuestionario de Esquemas (Young, 1990). Los resultados que obtuvieron demostraron puntuaciones más elevadas en el género masculino en la variable Dependencia Emocional a diferencia del género femenino y, en cuanto a la edad, se halló que los jóvenes (sujetos con edades entre 16 y 17 años) obtuvieron puntuaciones más elevadas en cuanto a la variable Dependencia Emocional.

En una investigación de tipo descriptivo correlacional llevada a cabo por Alméciga Sanabria y Sanabria Niño (2020) se estudió la Dependencia emocional y Distorsiones cognitivas en un grupo de mujeres víctimas de violencia doméstica. La muestra contó con 52 mujeres y se aplicó el Inventario de Pensamientos Automático (Ruiz y Luján, 1991) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (Lemos y Londoño, 2006). Los resultados demostraron que existe una relación entre la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas: personalización y culpabilidad, relacionándose con las dimensiones de dependencia emocional: ansiedad por separación, expresión afectiva, expresión límite y miedo a la soledad. Como conclusión, plantearon que la relación de pareja muchas veces se mantiene por un erróneo procesamiento de la información, donde se generan interpretaciones falsas sobre la realidad, justificando así los hechos.

Por su parte, Valdivia Castillo y Vargas Longhi (2017) realizaron una tesis de grado basada en la relación que existe entre las Distorsiones Cognitivas y la Dependencia Emocional en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María, Perú. La muestra estuvo conformada por 325 sujetos a quienes se les administró el Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Luján, 1991) y el Inventario de Dependencia Emocional (Aiquipa Tello, 2015). Los resultados reflejaron una relación positiva entre ambas variables, siendo a mayor Dependencia Emocional mayor índice de Distorsión Cognitiva. La relación de dichas variables con datos sociodemográficos expuso que los hombres presentan mayores niveles de Dependencia Emocional que las mujeres y, en cuanto a las Distorsiones Cognitivas no se hallaron diferencias significativas de acuerdo al sexo y la edad. Los autores afirman que la Dependencia Emocional y las Distorsiones Cognitivas se presentan en cualquier persona sin importar las variables sociodemográficas.

Otra de las investigaciones que se refieren al estudio de estas variables fue el llevado a cabo en Perú por Aliaga Quispe y Travezaño Huaman (2015), el objetivo fue verificar si existe una relación entre la Dependencia Emocional y los Pensamiento Automáticas en pacientes de género femenino con diagnóstico de depresión que residían en un hospital psiquiátrico en Lima. Se utilizó el Cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006), y el Inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Luján (1991). Los resultados obtenidos reflejaron una relación significativa y directa acerca de las variables en estudio, siendo que las Distorsiones Cognitivas que aparecieron con mayor frecuencia fueron: Filtraje, Falacia de cambio, Sobregeneralización, Deberías y Culpabilidad.

Si bien, en lo que respecta a estudios relacionados con la necesidad de cierre cognitivo, no hemos podido recopilar estudios que se relacionen directamente con nuestras variables propuestas si podemos mencionar algunos autores que investigaron esta variable y pueden brindarnos un conocimiento mayor de la misma.

Por un lado, la investigación propuesta por Jaume y Roca (2020) quienes utilizaron como instrumento la Adaptación al castellano del Test de Necesidad de Cierre Cognitivo (Horcajo, J. et al., 2011). Evalúan el perdón, los modos regulatorios y la necesidad de cierre cognitivo, encontraron que la necesidad de cierre cognitivo se correlaciona de manera negativa con la capacidad de perdonar, siendo que la transgresión es un factor clave que provoca tal incertidumbre que genera un alto nivel de necesidad de cierre cognitivo para buscar reducir dicha incertidumbre rápidamente, dejando de lado la posibilidad de perdonar.

Y, por otro lado, otra investigación propuesta por Moyano y Trujillo (2018) muestra cómo el extremismo aumenta en respuesta a los sentimientos de insignificancia, siendo la

necesidad de cierre cognitivo un mediador importante en esta relación. Consideran que a una mayor necesidad de cierre cognitivo se favorece el desarrollo de creencias fuertes y estereotipada, por lo tanto, aquellas ideologías de tipo extremistas resultan atractivas, dado que brindan medios para la restauración de la significación personal (liberados de sentimientos de vergüenza, humillación o incertidumbre del yo).

Capítulo III

3. Metodología

3.1 Diseño de investigación

Se realizó una investigación de tipo no experimental dado que no se manipularon las variables; donde su alcance fue correlacional puesto que las variables se consideran asociadas (Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo); y de abordaje descriptivo-comparativo donde se analizaron variables sociodemográficas.

El enfoque es cuantitativo, ya que el procedimiento de la investigación para medir las variables es estructurado, es decir, se partió de hipótesis como guía y posteriormente al análisis estadístico de los resultados. A su vez, se trata de una investigación con intervención empírica con temporalidad transversal, lo cual refiere que los datos se recabaron en un momento específico en el tiempo.

3.2 Muestra

Para este estudio se seleccionó 365 individuos de ambos sexos, con un rango etáreo de 18 a 65 años. La muestra fue seleccionada de forma no probabilística, intencional y por bola de nieve. El 50,1% fueron mujeres, mientras que el 49,9% restante fueron hombres, obteniendo una edad promedio de 29 años. En cuanto al Tiempo en pareja, el 51% se encontraba en una relación de entre 1 a 5 años, el 32,6% entre 5 a 10 años, el 11,5% de 10 a 20 años y, el 4,9% se encontraba en una relación hacía más de 20 años. Respecto a la Convivencia, el 49,6% se encontraba conviviendo con su pareja mientras que el 50,4 % no lo hacía. Finalmente, en cuanto a la presencia de Hijos, el 26,6% sí tienen hijos mientras que el porcentaje restante de 73,4% no los tienen.

Sólo se incluirán en la investigación aquellos sujetos que residen en Argentina y se encuentren en una relación marital o en concubinato en el momento actual. Mientras que

los criterios de exclusión, se eliminarán aquellos cuestionarios incompletos o que no cumplan con los datos especificados.

3.3 Instrumentos

A. Cuestionario de Datos Sociodemográficos ad-hoc

Se aplicó a los participantes un cuestionario sociodemográfico (ad-hoc) con el fin de recabar información relevante para dar cuenta que se encuentran dentro de los parámetros de inclusión para esta investigación. Incluye: sexo, edad, años que se encuentran en pareja, convivencia o no y la presencia o no de hijos.

B. Cuestionario de dependencia emocional (CDE) – Lemos y Londoño (2006).

Es un cuestionario que se implementa con el fin de medir la Dependencia Emocional. Cuenta con 23 ítems subdivididos en 6 dimensiones: 1) *Ansiedad de separación*: indica la expresión de temor de los dependientes emocionales ante un posible abandono de la pareja de estos. 2) *Expresión afectiva de la pareja*: describe la necesidad de recibir constantemente expresiones de afecto de la pareja para disminuir o desaparecer la inseguridad. 3) *Modificación de planes*: explica el cambio de planes, comportamientos y actividades que realiza la persona con dependencia para lograr pasar el mayor tiempo posible con su pareja. Ítem. 4) *Miedo a la soledad*: detalla el miedo que le genera a la persona el no estar en pareja y así sentir que nadie le quiere o ama. 5) *Expresión límite*: mide acciones impulsivas de autoagresión que evitan que la relación termine. 6) *Búsqueda de atención*: mide esfuerzos activos para obtener la atención de la pareja y asegurar su permanencia en la relación, tratando de ser el centro de su vida.

Puntajes de evaluación:

1. Ansiedad de separación: 2 – 6 – 7 – 8 – 13 – 15 – 17
2. Expresión afectiva de la pareja: 5 – 11 – 12 – 14
3. Modificación de planes: 16 – 21 – 22 – 23
4. Miedo a la soledad: 1 – 18 – 19
5. Expresión límite: 9 – 10 – 20
6. Búsqueda de atención: 3 – 4

El tipo de respuestas corresponden a una escala Likert con un rango de seis puntos siendo 1 = Completamente falso, 2 = Mayormente falso, 3 = Ligeramente más verdadero que falso, 4 = Moderadamente verdadero, 5 = Mayormente verdadero, 6 = Me describe perfectamente

Coeficiente de fiabilidad

Variables/Dimensiones	Alfa de Cronbach (α)
Expresión afectiva de la pareja	0,838
Ansiedad de separación	0,871
Modificación de planes	0,807
Miedo a la soledad	0,850
Expresión límite	0,744
Búsqueda de atención	0,471
Dependencia emocional	0,938

C. Inventario de pensamientos automáticos (IPA) – Ruiz y Luján (1991)

Es un inventario que permite analizar las Distorsiones cognitivas a lo largo de 15 dimensiones distintas. 1) *Abstracción selectiva o Filtraje*: seleccionar un solo aspecto de una situación, usualmente negativos. 2) *Pensamiento polarizado*: valorar de manera extrema las situaciones, sin contar con aspectos intermedios. 3) *Sobre-generalización*:

predisposición a extraer una conclusión de un hecho general sin base alguna. 4)

Interpretación de pensamientos: presuponer o adivinar intenciones, actitudes o pensamientos de otros sin base empírica. 5) *Visión catastrófica*: imaginar o especular el peor resultado posible de un acontecimiento. 6) *Personalización*: tendencia a relacionar los acontecimientos del entorno con uno mismo, sin tener datos o base suficiente. 7) *Falacia de control*: tendencia a percibirse como responsables de todo lo que ocurre o, por el contrario, creer que no se tiene ningún control sobre los acontecimientos. 8) *Falacia de justicia*: tendencia a sentir como injusto aquellas cosas que no coinciden con los propios deseos o necesidades. 9) *Falacia de cambio*: creencia de que el cambio tiene que venir por parte de los demás primeros en lugar de responsabilizarse por sí mismos. 10) *Razonamiento emocional*: formular argumentos basados en cómo se siente en lugar de ser objetivo. 11) *Etiquetas globales*: se trata de realizar etiquetas globales en lugar de descubrir la conducta observada objetivamente, generalmente se hacen connotaciones negativas. 12) *Culpabilidad*: tendencia a culpabilizar a los otros de los problemas ajenos o, por el contrario, culparse a sí mismo de los problemas ajenos. 13) *Deberías*: tendencia a seguir y mantener reglas rígidas y exigentes sobre como tienen que ser y suceder las cosas. 14) *Falacia de razón*: disposición a querer demostrar que el punto de vista propio es el adecuado y el de los demás no. No toleran equivocarse. 15) *Falacia de recompensa divina*: se espera que los problemas se solucionen solos en el futuro, mágicamente, sin tener que buscar una solución al problema.

Puntajes de evaluación:

1. Abstracción selectiva o Filtraje: 1 – 16 – 31
2. Pensamiento polarizado: 2 – 17 – 32

3. Sobregeneralización: 3 – 18 – 33
4. Interpretación de pensamientos: 4 – 19 – 34
5. Visión catastrófica: 5 – 20 – 35
6. Personalización: 6 – 21 – 36
7. Falacia de control: 7 – 22 – 37
8. Falacia de justicia: 8 – 23 – 38
9. Falacia de cambio: 10 – 25 – 40
10. Razonamiento emocional: 9 – 24 – 39
11. Etiquetas globales: 11 – 26 – 41
12. Culpabilidad: 12 – 27 – 42
13. Deberías: 13 – 28 – 43
14. Falacia de razón: 14 – 29 – 44
15. Falacia de recompensa divina: 15 – 30 – 45

El tipo de respuesta es Likert con un rango de 0 a 3, los cuales indican 0= Nunca pienso en eso, 1= Algunas veces lo pienso, 2= Bastantes veces lo pienso, 3= Con mucha frecuencia lo pienso

Coefficiente de fiabilidad

Variables/Dimensiones	Alfa de Cronbach (α)
Filtraje	0,750
Interpretación de pensamientos	0,675
Visión catastrófica	0,619
Falacia de justicia	0,765
Falacia de cambio	0,542
Pensamiento polarizado	0,797
Deberías	0,669

Falacia de razón	0,717
Distorsión cognitiva	0,929

D. Test de Necesidad de Cierre Cognitivo – Webster y Kruglanski (1994) (Validada en Argentina por Jaime L., Cervone N., Biblieri, J. y Quattrocchi, P. 2015)

Es un cuestionario que permite analizar la Necesidad de cierre cognitivo a lo largo de 14 ítems que conforman 2 dimensiones: 1) *Tendencia de urgencia*: tiene que ver con la predisposición a buscar una respuesta inmediata ante un conflicto, problema o situación de incertidumbre. 2) *Tendencia de permanencia*: tiene que ver con el deseo de mantener dicho cierre cognitivo y evitar el cierre, así como también a evitar tener en cuenta nueva información que pueda cuestionar el cierre cognitivo obtenido.

Puntajes de evaluación:

1. Tendencia de urgencia: 1 – 3 – 5 – 7 – 9 – 11 – 13
2. Tendencia de permanencia: 2 – 4 – 6 – 8 – 10 – 12 – 14

El tipo de respuesta es Likert con un rango de cinco puntos donde 1 expresa “completamente en desacuerdo” y 5 “completamente de acuerdo”.

Coefficiente de fiabilidad

Variables/Dimensiones	Alfa de Cronbach (α)
Tendencia de urgencia	0,897
Tendencia de permanencia	0,754
Necesidad de cierre cognitivo	0,873

3.4 Procedimiento

Los individuos completaron los cuestionarios de manera virtual a través de la herramienta Google Forms, los mismos se realizaron de forma individual y anónima, sin recibir una compensación económica. En las consignas se detallaron los criterios de inclusión y el tiempo estimado que llevaría el responder los cuestionarios de manera completa (15 minutos aproximadamente). Si bien se les aportará información acerca de los objetivos generales del estudio no se les aportará datos más específicos para no alterar la aplicación de los instrumentos y los datos a obtener. Además, se detalló que se espera que los sujetos realicen los cuestionarios porque quieren colaborar y participar, pudiendo así tener la libertad de abandonarlo cuando así lo deseaban.

3.5 Análisis

Los datos obtenidos fueron cargados y procesados mediante el Statistical Package for Social Sciences [SPSS] versión 25.0. Se realizó un análisis descriptivo de los instrumentos empleados para obtener frecuencias y porcentajes de las respuestas. Luego, se llevó a cabo un contraste de hipótesis sobre la normalidad de las variables estudiadas mediante el análisis de Shapiro-Wilks y se aplicaron los estadísticos correspondientes a cada variable para relacionar las relaciones entre los constructos.

Capítulo IV

4. Resultados

4.1 Descripción de las variables

4.1.1 Descripción de la variable *Dependencia emocional*

Tabla 1. Análisis de los valores promedio en Dependencia emocional

Variable	Tipos	Media
Dependencia Emocional	Expresión afectiva de la pareja	11,39
	Ansiedad de separación	17,09
	Modificación de planes	8,35
	Miedo a la soledad	6,08
	Expresión límite	4,42
	Búsqueda de atención	5,42

Las dimensiones de Dependencia emocional que presentan a nivel promedio puntuaciones más elevadas de manera decreciente son: Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes.

4.1.2 Descripción de la variable *Distorsión cognitiva*

Tabla 2. Análisis de los valores promedio en Distorsión cognitiva

Variable	Tipos	Media
Distorsión Cognitiva	Filtraje	2,69
	Interpretación de pensamientos	2,07
	Visión catastrófica	2,68
	Falacia de justicia	2,62
	Falacia de cambio	2,74

Pensamiento polarizado	2,07
Deberías	3,08
Falacia de razón	2,60

Las dimensiones de Distorsiones cognitivas que presentan a nivel promedio puntuaciones más elevadas de manera decreciente son: Deberías, Falacia de cambio, Filtraje, Visión Catastrófica, Falacia de justicia, Falacia de razón.

4.1.3 Descripción de la variable Necesidad de cierre cognitivo

Tabla 3. Análisis de los valores promedio en Necesidad de cierre cognitivo

Variable	Tipos	Media
Necesidad de cierre cognitivo	Tendencia de urgencia	18,80
	Tendencia a la permanencia	27,78

La dimensión de Necesidad de cierre cognitivo que a nivel promedio presenta valores más elevados es Tendencia a la permanencia.

La dimensión de Necesidad de cierre cognitivo que presenta a nivel promedio puntuación más elevada es Tendencia a la permanencia.

4.2 Cruce de variables

4.2.1 Análisis de normalidad

Tabla 4. Prueba de normalidad

Variables/Dimensiones	Significación
Expresión afectiva de la pareja	< 0,000
Ansiedad de separación	< 0,000
Modificación de planes	< 0,000
Miedo a la soledad	< 0,000
Expresión límite	< 0,000

Búsqueda de atención	< 0,000
Dependencia emocional	< 0,000
Filtraje	< 0,000
Interpretación de pensamiento	< 0,000
Visión catastrófica	< 0,000
Falacia de justicia	< 0,000
Falacia de cambio	< 0,000
Pensamiento polarizado	< 0,000
Deberías	< 0,000
Falacia de razón	< 0,000
Distorsión cognitiva	< 0,000
Tendencia de urgencia	< 0,000
Tendencia de permanencia	< 0,017
Necesidad de cierre cognitivo	> 0,781
Prueba utilizada: Shapiro-Wilk.	

Todas las dimensiones que conforman Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo, no siguen un patrón de distribución normal. Lo mismo sucede con las escalas totales a excepción de Necesidad de cierre cognitivo que sí presenta un patrón de distribución normal.

4.2.2 Análisis de correlación entre las variables *Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo*

Tabla 5. Análisis de relación entre las variables

Variab les	C oeficiente de c orrelación	S ignificación
Dependencia Emocional y Distorsiones Cognitivas	0,694	< 0,000

Necesidad de cierre cognitivo y Dependencia Emocional	0,239	< 0,000
Distorsión Cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo	0,229	< 0,000

Los resultados expresan una asociación estadísticamente significativa directa entre las variables Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo, lo cual indica que todas las variables aumentan y disminuyen paralelamente. En cuanto a la fuerza del vínculo se indica que el vínculo entre Dependencia emocional y Distorsión cognitiva es más fuerte que el de ambas variables con la Necesidad de cierre cognitivo.

4.3 Análisis de las variables sociodemográficas

4.3.1 Análisis de la Dependencia emocional en función de variables sociodemográficas

Tabla 6. Análisis de Dependencia emocional según variables sociodemográficas

Variab sociodemográficas		Dependencia Emocional	Significación
Sexo	Femenino	193,40	> 0,060
	Masculino	172,66	
Edad		- 0,126	< 0,016
Convivencia	Conviviente	167,97	< 0,007
	No conviviente	197,78	
Años de relación		0,081	> 0,124
Presencia de hijos		0,025	> 0,627

No se hallaron diferencias significativas entre mujeres y hombres en cuanto a la variable Dependencia emocional. En cuanto a la variable sociodemográfica Edad y Dependencia emocional se encontró una relación estadísticamente significativa inversa,

siendo que, a mayor edad, menor Dependencia emocional y viceversa. Los resultados de la variable sociodemográfica Convivencia se evidencia una relación estadísticamente significativa y directa. Y finalmente, los resultados hallados en cuanto a las variables sociodemográficas de Años de relación y Presencia de hijos, no se encontró relación.

4.3.2 Análisis de la Distorsión cognitiva en función de variables sociodemográficas

Tabla 7. Análisis de Distorsión cognitiva según variables sociodemográficas

Variab		Distorsión Cognitiva	Significación
sociodemográficas			
Sexo	Femenino	170,37	< 0,022
	Masculino	195,70	
Edad		- 0,124	< 0,018
Convivencia	Conviviente	170,91	< 0,030
	No conviviente	194,89	
Años de relación		0,067	> 0,198
Presencia de hijos		- 0,022	> 0,671

Se han encontrado diferencias estadísticamente significativas entre la variable Distorsión cognitiva y el sexo, siendo que los hombres obtuvieron puntuaciones más elevadas que las mujeres. Lo mismo sucedió con la variable sociodemográfica Convivencia, donde aquellos sujetos que no se encuentran conviviendo con sus parejas han puntuado más alto. Asimismo, la variable sociodemográfica Edad también ha demostrado una relación estadísticamente significativa, pero de manera inversa, lo cual expresa que cuanto más edad se tenga, menores distorsiones cognitivas habrá. En cuanto a las variables sociodemográficas Años de relación y Presencia de hijos, no se han hallado relaciones.

4.3.3 Análisis de la Necesidad de cierre cognitivo en función de variables sociodemográficas

Tabla 8. Análisis de Necesidad de cierre cognitivo según variables sociodemográficas

Variab les sociodemográficas		Necesidad de cierre cognitivo	Significación
Sexo	Femenino	46,22	< 0,000
	Masculino	53,19	
Edad		0,203	< 0,000
Convivencia	Conviviente	51,52	< 0,008
	No conviviente	47,90	< 0,008
Años de relación	De 1 a 5 años	46,63	< 0,001
	De 5 a 10 años	51,78	< 0,001
	De 10 a 20 años	56,88	> 0,114
	20 años o más	50,83	> 0,114
Presencia de hijos	SÍ	53,11	< 0,002
	No	48,46	< 0,004

Los resultados expresan relaciones estadísticamente significativas y directas entre la Necesidad de cierre cognitivo y las variables sociodemográficas Sexo, Edad, Convivencia, parcialmente en Años de relación y Presencia de hijos.

En cuanto al Sexo, los hombres han puntuado de manera más elevada que las mujeres. Frente a la Edad, la relación indica que a medida que la edad aumenta, la necesidad de cierre cognitivo también, por ende, cuanto menor edad, habrá menos necesidad de cierre cognitivo. En cuanto a la Convivencia se expresa que aquellos sujetos que se encuentran conviviendo con sus parejas son más propensos a tener necesidad de

cierre cognitivo, en comparación a aquellos que no se encuentran conviviendo con sus parejas. Frente a los Años de relación se expresa que aquellos sujetos que se encuentran en una relación entre 5 y 10 años presentan una necesidad de cierre cognitivo mayor que aquellos sujetos que se encuentran en una relación desde hace 1 a 5 años. Mientras que los sujetos que se encuentran en una relación por más de 10 años no presentaron resultados significativos. Lo hallado en los resultados de la variable sociodemográfico Hijos, refiere que aquellos sujetos que tienen hijos poseen una necesidad de cierre cognitivo mayor frente a aquellos que no los tienen.

4.4 Análisis de correlación entre dimensiones de las variables

4.4.1 Análisis de correlación entre dimensiones de Dependencia emocional y Distorsión cognitiva

Tabla 9. Relación entre Dependencia emocional y Distorsión cognitiva

Dependencia emocional	Distorsiones Cognitivas	Significación
Expresión afectiva de la pareja	0,500	< 0,000
Ansiedad de separación	0,617	< 0,000
Modificación de planes	0,583	< 0,000
Miedo a la soledad	0,601	< 0,000
Expresión límite	0,595	< 0,000
Búsqueda de atención	0,417	< 0,000

Prueba utilizada: Rho de Spearman.

Los resultados expresan una relación estadísticamente comprobable y directa entre todas las dimensiones de Dependencia emocional y la variable Distorsión cognitiva. El vínculo entre la Distorsión cognitiva y las dimensiones de Dependencia emocional que

puntuaron más alto son: Ansiedad de separación, Miedo a la soledad, Expresión límite y Modificación de planes.

4.4.2 Análisis de correlación entre dimensiones de Necesidad de cierre cognitivo y Dependencia emocional

Tabla 10. Relación entre Necesidad de cierre cognitivo y Dependencia emocional

Necesidad de cierre cognitivo	Dependencia Emocional	Significación
Tendencia de urgencia	0,158	< 0,002
Tendencia de permanencia	0,274	< 0,000

Prueba utilizada: Rho de Spearman.

La Dependencia emocional presentó relación estadísticamente comprobables y positivas en ambos tipos de Necesidad de cierre cognitivo, puntuando de manera más elevada la Tendencia a la permanencia.

Capítulo V

5. Conclusión y discusión

La presente investigación tuvo como objetivo evaluar la relación entre la Dependencia emocional, la Distorsión cognitiva y la Necesidad de cierre cognitivo en sujetos que se encuentran en una relación de pareja, basándonos en la hipótesis de que se encontraría una relación estadísticamente significativa y positiva entre dichas variables.

Los resultados encontrados permitieron confirmar esta hipótesis. Esto coincide con las propuestas de otras investigaciones (Alméciga Sanabria y Sanabria Niño, 2020; De la Villa Moral Jiménez y González Sáez, 2019; Valdivia Castillo y Vargas Longhi, 2017; Aliaga Quispe y Travezaño Huaman, 2015) las cuales refirieron una relación existente entre la Dependencia emocional y Distorsiones cognitivas. Más aún, la Necesidad de cierre cognitivo también se ha relacionado de manera positiva con ambas variables. Esto coincide con lo planteado por Weber (1998) el cuál determinó que las personas que se encuentran en una relación de pareja tienen la necesidad de buscar información que les permita llegar a la construcción de significados para así evitar confusiones, siendo que en esta búsqueda resulte afectado el procesamiento de la información en el camino hacia un juicio, provocando así las distorsiones cognitivas reflejo de una personalidad dependiente (Kruglanski, 1996).

En cuanto a las dimensiones de Dependencia emocional predominantes en los sujetos de esta investigación, se ha encontrado que las personas tienden a presentar principalmente: Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja y Modificación de planes.

Esto coincide parcialmente con lo propuesto por Alméciga Sanabria y Sanabria Niño (2020) dado que Ansiedad de separación y Expresión afectiva de la pareja obtuvieron puntuaciones elevadas (al igual que este estudio), pero también lo hicieron Expresión límite y Miedo a la soledad. Por su parte, De la Villa Moral Jiménez y González Sáez (2019) encontró que los hombres, a comparación de la mujer, presentaban puntuaciones significativas en cuanto a Modificación de planes (lo cual coincide con esta investigación) y Búsqueda de atención.

Una de las hipótesis planteadas en la investigación refiere a que las personas que presentan Ansiedad de separación y Expresión afectiva de la pareja tendrán puntuaciones más elevadas en Distorsión cognitiva. Los resultados permitieron confirmar parcialmente esta hipótesis, dado que Ansiedad de separación fue la puntuación más elevada, seguida por Miedo a la soledad, Expresión límite y Modificación de planes.

Los resultados hallados coinciden, nuevamente, con lo postulado por Alméciga Sanabria y Sanabria Niño (2020) las cuales estudiaron la Dependencia emocional y Distorsiones cognitivas en un grupo de mujeres víctimas de violencia. Sus resultados demostraron una mayor puntuación en las dimensiones Ansiedad por separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes, Expresión límite y Miedo a la soledad. Concluyen que las relaciones de pareja que se dan bajo una dependencia emocional se mantienen debido a un procesamiento erróneo de la información que no les permite generar relaciones funcionales. Afirman que ante la posible pérdida de la pareja la ansiedad es muy elevada llegando a culparse a sí mismo por la pérdida.

En cuanto a la Expresión afectiva, el estudio mencionado, refiere que el dependiente emocional tiene la necesidad que su pareja le exprese constantemente afecto para reafirmar el amor y disminuir las sensaciones de inseguridad. Frente a las puntuaciones significativas de Expresión límite, refieren que el dependiente responsabiliza a la pareja por lo que le pueda llegar a suceder con ella si no desea continuar con la relación dado que no soportan la situación de pérdida y soledad.

Por su parte, Castelló (2005) refiere que las puntuaciones elevadas en Ansiedad de separación se deben a la búsqueda constante de proximidad con la pareja, considerándose como uno de los principales aspectos de la dependencia emocional. Coincidiendo con las puntuaciones elevadas de Modificación de planes, donde estos sujetos buscan la exclusividad de la pareja pudiendo realizar cambios sin esfuerzos con tal de mantener la proximidad con ellos. De igual manera, esta autora menciona que el Miedo a la soledad está completamente ligado con la necesidad por el otro. Londoño y Zapata (2007) confirman lo planteado y agregan que estos sujetos pueden sentir un gran vacío cuando se encuentran solos, lo que lleva a que busquen constantemente permanecer en una relación de pareja, aunque esto les genere sufrimiento.

En cuanto a las dimensiones de Distorsión cognitiva que resultaron predominantes en esta investigación fueron: Deberías, Falacia de cambio, Filtraje, Visión catastrófica, Falacia de justicia y Falacia de razón.

Esto coincide parcialmente con lo planteado por Aliaga Quispe y Travezaño Huaman (2015) ya que las dimensiones Filtraje, Falacia de cambio y Deberías han sido

también las de mayor frecuencia, sin embargo, también lo hicieron Sobregeneralización y Culpabilidad, dimensiones que para esta investigación no se han estudiado.

También estos resultados coinciden con la propuesta por parte de Del Pilar Gómez Giraldo (2011) dónde las dimensiones que aparecieron con más frecuencia fueron: Deberías, Filtraje, Falacia de cambio y Falacia de justicia y Personalización, esta última tampoco tenida en cuenta en este estudio.

Finalmente, la investigación de Lemos Hoyos (2007) señala que la Distorsión cognitiva que más frecuentan los sujetos con dependencia emocional son los Deberías y Falacia de control (este último no estudiado en esta investigación).

Una de las Hipótesis específicas planteadas en esta investigación fue que las Distorsiones cognitivas más preponderantes en los sujetos de la muestra son: Filtraje, Visión catastrófica, Falacia de cambio y Deberías. Esta hipótesis ha sido confirmada.

Sin embargo, hemos visto que en lo que respecta al estado del arte, la dimensión Visión catastrófica no ha resultado con puntajes significativos. Por lo tanto, algo que podemos mencionar es que las dimensiones de Distorsión cognitiva que trascienden a todas las investigaciones mencionadas fueron los Deberías, siguiendo con el Filtraje y la Falacia de cambio.

Esto refiere a que las personalidades dependientes basadas en una necesidad de cierre cognitivo tienen una tendencia a seguir y mantener reglas rígidas sobre cómo tienen que ser y suceder las relaciones románticas. Frente a esto, se concluye que estos sujetos toman principalmente un solo aspecto de las situaciones o evento, percibiéndolos, por lo

general, bajo un lente negativo ignorando los aspectos positivos. Esta rigidez que ponen en sus relaciones se ve influenciada por la creencia de que los demás tienen lo que a ellos les hace falta y que la vida de ellos depende de los demás dado que buscan, por medio del otro, seguridad personal y satisfacción; esto se debe a la baja autoestima e intensa necesidad de aprobación, por lo que para poder cambiar la rigidez de los pensamientos negativos y pesimistas es necesario que los demás cambien primero.

En lo que respecta a las dimensiones de Necesidad de cierre cognitivo se visualizó que los sujetos de esta investigación puntúan de manera más elevada en la Tendencia a la permanencia por sobre la Tendencia a la urgencia.

Esto se relaciona con lo propuesto anteriormente ya que la Tendencia a la permanencia refleja que estos sujetos desean preservar el cierre evitando tomar en consideración información nueva que sea capaz de cuestionarlo. Esto se comprende desde la rigidez en los pensamientos derivados de la personalidad dependiente, donde estas creencias que se intentan preservar ponen en riesgo la felicidad del sujeto y la pareja dado que implican un grado de lejanía con la realidad, donde es poco probable que aquello que se espera que la pareja modifique se cumpla (Arredondo, 2007).

Asimismo, otra de las hipótesis específicas planteadas refiere que los sujetos dependientes emocionales puntuarán más elevado en la dimensión Tendencia a la permanencia.

Esta hipótesis ha sido confirmada, y podría explicarse por lo referido anteriormente, ya que estos sujetos rompen la distancia entre el querer y el necesitar del otro (Castelló, 2005), generando vínculos patológicos que necesitan mantener a toda costa. Esto produce la

rigidez de sus conductas y falsas creencias sobre el amor y uno mismo, llevando a pensar que la vida solo es posible dentro de una relación sin importar si ésta les genera dolor, insatisfacción o inseguridad (Lemos y Londoño, 2006). Por lo tanto, la Necesidad de cierre cognitivo de Tendencia a la permanencia podría justificar la mantención de una personalidad dependiente ya que no daría lugar a la flexibilidad de dicha personalidad.

En lo que refiere al género se planteó como hipótesis específica que los hombres puntuarían más alto en Distorsiones cognitivas y en Necesidad de cierre cognitivo que las mujeres y, que en cuanto a la Dependencia emocional no se encontrarían diferencias.

Los resultados permitieron confirmar esta hipótesis. Sin embargo, investigaciones planteadas por De la Villa Moral Jiménez y González Sáez (2019) y Valdivia Castillo y Vargas Longhi (2017) difieren en los resultados ya que ambos encontraron que los hombres presentan mayor Dependencia emocional que las mujeres. Esto indicaría que existe una diferencia entre esta variable y el sexo. El segundo estudio nombrado refiere que no existe una diferencia entre el género y las Distorsiones cognitivas, esto tampoco coincide con los resultados hallados.

Otro estudio que da cuenta de diferencias entre el género y las variables es el propuesto por Castelló (2005), quien plantea que las mujeres presentan un mayor nivel de Dependencia emocional que los hombres y, que al presentar esta variable una relación directa con las Distorsiones cognitivas, las mujeres también poseen puntuaciones más elevadas en esta última.

En lo que respecta a la Necesidad de cierre cognitivo no se hallaron estudios que permitan explicar a qué se podría deber la diferencia entre los géneros.

En cuanto a la variable sociodemográfica Edad, se planteó la hipótesis específica de que existe una relación inversa entre la edad y la Dependencia emocional.

Los resultados permitieron no sólo confirmar esta hipótesis, sino que también se ha hallado una relación inversa entre la Edad y las Distorsiones cognitivas, esto indica que los sujetos al poseer mayor edad disminuyen los niveles de Dependencia emocional y Distorsión cognitiva, por ende, a menor edad la presencia de estos constructos aumentaría. No sucede lo mismo con la Necesidad de cierre cognitivo, donde los resultados encontrados indican una relación positiva donde, por el contrario, a las variables anteriormente explicadas, la Edad y la Necesidad de cierre cognitivo se elevan o disminuyen al mismo tiempo. Estudios mencionados anteriormente (Del Pilas Gómez Giraldo, 2011; Valdivia Castillo y Vargas Longhi, 2017; De la Villa Moral Jiménez y González Sáez, 2019) no reflejaron los mismos resultados, dado no han hallado una relación significativa entre estas variables y los rangos de edad.

Por su parte, Urbiola y Estévez (2015) coinciden con los resultados hallados en esta investigación, donde al aumentar la variable sociodemográfica Edad, disminuye la posibilidad de presentar Dependencia emocional y Distorsiones cognitivas. Interpretan estos resultados argumentando que los adultos poseen una mejor gestión emocional que los jóvenes ya que poseen más herramientas para tramitar sus emociones. De esta manera, los jóvenes tenderán a puntuar de manera elevada en los constructos debido a la inexperiencia sentimental.

Finalmente, se planteó como hipótesis específica que no existe un vínculo entre las variables sociodemográficas Años de pareja, Convivencia y Presencia de hijos y los constructos Dependencia emocional, Distorsión cognitiva y Necesidad de cierre cognitivo.

Por un lado, los resultados hallados demuestran que los constructos Dependencia emocional y Distorsión cognitiva no poseen un vínculo con las variables sociodemográficas Años de relación y Presencia de hijos. Lo cual demuestra que la hipótesis (al menos en estas variables) ha sido confirmada. Esto coincide con el estudio ya mencionado de De la Villa Moral Jiménez y González Sáez (2019) donde los resultados confirman que no existen diferencias en estos constructos y el tiempo que la pareja lleva de relación. Sin embargo, los resultados obtenidos de la variable sociodemográfica Presencia de hijos se contradicen con una investigación mencionada anteriormente la cual dio como resultado que tener hijos afecta la satisfacción en la pareja (Del Pilar Gómez Giraldo, 2011).

Otro estudio que permite confirmar la hipótesis es el propuesto por Valdivia Castillo y Vargas Longhi (2017) las cuales afirman que la Dependencia emocional y las Distorsiones cognitivas se presentan en cualquier sujeto sin tener en cuenta variables sociodemográficas.

Por otro lado, el constructo Necesidad de cierre cognitivo sí presenta una relación significativa con estas variables sociodemográficas y también lo hace con la variable Convivencia, presentando mayores puntuaciones los sujetos que se encuentran conviviendo con sus parejas, que poseen hijos y poseen una relación de pareja desde hace 5 a 10 años (aquellos sujetos que se encuentran en una relación por más de 10 años no presentaron un vínculo con la variable).

Actualmente, no existe información que explique estos resultados, pero, de acuerdo a la información recabada en la investigación, podríamos referir que los sujetos que poseen hijos y se encuentran en una relación por varios años, presentan puntuaciones significativas con el constructo Necesidad de cierre cognitivo dado que se trata de una variable motivacional que permite la autorregulación y estabilidad de la persona (Kruglanski, 1996).

Como ya hemos mencionado anteriormente, Arés Muzio (2000) plantea que las relaciones de pareja y la concepción de la familia se encuentran en constante modificación y evolución en el tiempo, con la finalidad de adquirir valores y roles más funcionales. Por lo tanto, comprendemos que el hecho de mantener una relación en el tiempo y la presencia de hijos, requieren de esta capacidad para mantener un estado de estabilidad, dejando por fuera las ambivalencias que puedan llegar a generar inseguridades e inestabilidad en la persona o, mejor dicho, en la pareja.

Por lo tanto, la hipótesis planteada de que los constructos estudiados no obtendrán un vínculo significativo con las variables sociodemográficas: Años de pareja, Convivencia y Presencia de hijos, ha sido parcialmente confirmada.

Finalmente, podemos considerar que la presente investigación ha aportado datos significativos al estado del arte sobre las variables estudiadas, la relación entre ellas y con diversas variables sociodemográficas.

Sin embargo, parece pertinente señalar algunas limitaciones que este estudio presentó. Por un lado, podemos mencionar que no se han podido controlar todas las variables sociodemográficas de la misma manera, lo cual pudo haber influido en los

resultados. Por otro lado, el hecho de haber utilizado una versión abreviada del Inventario de Distorsiones cognitivas podría haber influido en los datos que se obtuvieron.

Otra de las limitaciones halladas fueron los escasos estudios, sobretodo en nuestro idioma, de la variable Necesidad de cierre cognitivo, lo cual se vio reflejado en el análisis de los resultados. Sin embargo, pese a no haber investigaciones que relacionen dicha variable con la Dependencia emocional o las Distorsiones cognitivas, se considera que esta investigación abre las puertas para próximas investigaciones.

Por último, otra de las limitaciones que se debe tener en cuenta es que los instrumentos que miden las variables utilizadas no poseen validación en el contexto local, cuestión que también podría alterar los resultados obtenidos.

Se recomienda tener en cuenta estas limitaciones para futuros trabajos con el fin de recabar información con mayor fiabilidad y contraste con los datos que aquí se obtuvieron.

Capítulo VI

6. Referencias bibliográficas

- Aiquipa Tello, J. (2012). Diseño y Validación del Inventario de Dependencia Emocional – IDE. *Revista de Investigación en Psicología, Facultad de Psicología, UNMSM*, 15(1), 133-145.
- Aiquipa Tello, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología (PUCP)*, 33 (2).
- Aliaga Quispe, D. S. & Travezaño Huaman, J. S. (2015). Dependencia emocional y pensamientos automáticos en pacientes de sexo femenino con depresión de un hospital psiquiátrico de Lima Metropolitana [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional UPeU.
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/136/Diana_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alméciga Sanabria, M., & Sanabria Niño, L. P. (2020). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en un grupo de mujeres víctimas de violencia doméstica.
- American Psychiatric Association. (2013). Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Arlington, Estados Unidos: Panamericana.
- Arés Muzio, P. (2000) Grandes cambios para la familia. Parte 1. *Revista Sexología y Sociedad*. 6 (15), 17-19. Recuperado de <http://revsexologiaysociedad.sld.cu/index.php/sexologiaysociedad/search/authors/view?f>

[irstName=Patricia&middleName=&lastName=Ar%C3%A9s%20Muzio&affiliation=&country=](#)

- Becerril Ruiz, D. (2001). Relaciones de pareja. *Revista de educación*, ISSN 0034-8082, 49-56.
- Beck, AT (1963). Pensamiento y depresión: Contenido idiosincrático y distorsiones cognitivas. *Archivos de psiquiatría general*, 9 (4), 324-333.
- Bowlby, J. (1969). *El vínculo afectivo*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Cabezas, H. (2006). Relación empírica entre la Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC) de Ellis y la Terapia Cognitiva (TC) de Beck. *Redalyc*, 101-109.
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional: características y tratamiento. Madrid, España: Alianza.
- Cavero, R.M. (2008). *La relación de pareja: Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: Consecuencias sobre la calidad de la relación*. Disertación doctoral no publicada. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Facultad de Psicología, Universidad de Valencia, Valencia, España.
- De la Villa Moral Jiménez, M. & González Sáez, M. (2019). Distorsiones cognitivas y Estrategias de Afrontamiento en jóvenes con Dependencia Emocional. *Revista Iberoamericana de psicología y salud*, 11 (1), 15-30.
- Del Pilar Gómez Giraldo, E. (2011). *Distorsiones cognitivas como factor de riesgo en la insatisfacción marital*. Disertación no publicada, Universidad de San Buenaventura, Medellín.

- Espinal, I., Gimeno, A., & González, F. (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Revista internacional de sistemas*, 14(4), 21-34.
- Esteinou, R. (2009). Las relaciones de pareja en el México moderno. *Revista Casa del tiempo*, 3(26), 65-75.
- Estévez, A., Iruarrizaga, I., y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: Relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 6 -11.
- Facultad de psicología – UBA | Investigaciones en psicología (2015, 20, 3), pp. 55-60 | ISSN 0329-5893
- Guzmán, M., & Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhe (Santiago)*, 21(1), 69-82.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Horcajo, J., Díaz, D., Gandarillas, B., & Briñol, P. (2011). Adaptación al castellano del Test de Necesidad de Cierre Cognitivo. *Psicothema*, 23(4), 864-870.
- Jaume, L. C., & Roca, M. A (2020). La evaluación del perdón, los modos regulatorios y la necesidad de cierre cognitivo: construyendo una agenda de investigación. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24(1), 1-21.
- Jaume, L. C., Cervone, N., Biglieri, J., & Quattrocchi, P. (2015). Psicología del extremismo: la mediación de la necesidad de cierre cognitivo y el favoritismo endogrupal. In *VII Congreso*

Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Jaume, L. C., y Roca, M. A. (2020). La evaluación del perdón, los modos regulatorios y la necesidad de cierre cognitivo: construyendo una agenda de investigación. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24 (1).

Kruglanski, A. W. (2004). *The psychology of closed mindedness*. New York: Psychology Press.

Kruglanski, A. W., & Freund, T. (1983). The freezing and unfreezing of lay-inferences: Effects on impressional primacy, ethnic stereotyping, and numerical anchoring. *Journal of experimental social psychology*, 19(5), 448-468.

Lemos Hoyos, M. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes psicológicos*, 9 (9), 55-69.

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.

Lemos, M. A. (2007). *Distorsiones Cognitivas en Personas con Dependencia Emocional*. Medellín: Universidad CES.

Londoño, N. H., & Zapata, J. A. (2007). Distorsiones Cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9, 55-69.

- Luis, J., Cervone, N., Biglieri, J., & Quattrocchi, P. (2015). Propiedades psicométricas del Test revisado de Necesidad de cierre cognitivo (TR-NCC) en una muestra de estudiantes de la Universidad de Buenos Aires.
- Maldonado, D. (2013). Relación entre las Distorsiones Cognitivas y la Autoestima en Mujeres con Experiencia de Separación de Pareja, Consultantes del Subcentro de Salud de Cumbayá. Quito: Universidad Politécnica Salesiana.
- Morán, C., Landero, R., & González, M. T. (2010). COPE-28: A psychometric analysis of the Spanish version of the Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/62440401_COPE-28.
- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos. *Interamerican Journal of Psychology*, 43, 230-240.
- Moral, M. V., & Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*.
- Moyano, M., y Trujillo, H. (2018). Pérdida de significado, necesidad de cierre cognitivo y extremismo. *Ciencia Cognitiva*, 12:2, 45-47.
- Obst Camerini, J. (2008). La terapia cognitiva integrada y actualizada. Buenos Aires: CATREC. Capítulos: 1, 2, 3 y 4.
- Pacheco, M. M (2013). Cierre cognitivo e ideología en un contexto multicultural: una investigación de campo con adolescentes españoles y extranjeros de origen marroquí. *Unión Europea*, 139.

Pérez, K. (2011). *Efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinticinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja*. Disertación doctoral no publicada, Universidad central del Ecuador, Quito.

Recart, E., Jaume, L. C., Passero, M. T., & Azzollini, S. (2021). Efectos de la necesidad cierre cognitivo en los estilos decisorios: un abordaje exploratorio. *PSOCIAL*, 7(2), 1-18.

Rottenbacher de Rojas, J. M. (2012). Relaciones entre el sexismo ambivalente, el conservadurismo político y la rigidez cognitiva en una muestra de habitantes de la ciudad de Lima. *Psicología desde el Caribe*, 29(2), 229-256.

Urbiola, I., & Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Behavioral Psychology*. 23(3), 571-587.

Valdivia Castillo, C. A. & Vargas Longhi, E. (2017) *Distorsiones Cognitivas y Dependencia Emocional de Pareja en Estudiantes Universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio UCSM.
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/6618>

Weber, 1998 A.L. Weber Losing, Leaving and Letting Go: Coping with Nonmarital Breakups
Lawrence Erlbaum Associates (1998), pp. 267-306.

Webster, D. M, y Kruglanski, A.W. (1994). Individual differences in need for cognitive closure. *Journal of personality and social psychology*, 67 (6), 1049.

ANEXO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

En función de la Ley 25.326, tus datos serán protegidos y tus respuestas son confidenciales.

Acepto participar

Datos sociodemográficos

Edad

Sexo

Masculino

Femenino

Otro

Localidad de residencia

¿Hace cuánto tiempo se encuentra en una relación de pareja?

De 1 a 5 años

De 5 a 10 años

De 10 a 20 años

20 años o más

¿Convive con su pareja?

Sí

No

¿Poseen hijos?

Sí

No

Cuestionario de Dependencia Emocional

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

1 = Completamente falso; 2 = Mayormente falso; 3 = Ligeramente más verdadero que falso; 4 = Moderadamente verdadero; 5 = Mayormente verdadero; 6 = 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 no 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 cambios sólo por estar con ella	1 2 3 4 5 6
Me alejo demasiado de mis amigos cuando tenga una relación de pareja	1 2 3 4 5 6
Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1 2 3 4 5 6

Inventario de Pensamientos Automáticos

A continuación, encontrará una lista de pensamientos que suelen presentar las personas ante diversas situaciones. Se trata de que usted valore la frecuencia con que suele pensarlos, siguiendo la escala que se presenta a continuación:

0 = Nunca pienso en eso; 1 = Algunas veces lo pienso; 2 = Bastantes veces lo pienso ;3 = Con mucha frecuencia lo pienso

No puedo soportar ciertas cosas que me pasan	0 1 2 3
Solamente me pasan cosas malas	0 1 2 3
Sé que piensan mal de mí	0 1 2 3
¿Y si tengo alguna enfermedad grave?	0 1 2 3
No hay derecho de que me traten así	0 1 2 3
Mis problemas dependen de los que me rodean	0 1 2 3
Debería de estar bien y no tener estos problemas	0 1 2 3
Sé que tengo razón y no lo entienden	0 1 2 3
Es horrible que me pase esto	0 1 2 3
Mi vida es un continuo fracaso	0 1 2 3
Sé que me están mintiendo y engañando	0 1 2 3
¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza?	0 1 2 3
Si me quisieran de verdad no me tratarían así	0 1 2 3
Si tuviera más apoyo no tendría estos problemas	0 1 2 3
No debería de cometer estos errores	0 1 2 3
No quiere reconocer que estoy en lo cierto	0 1 2 3
Es insoportable, no puedo aguantar más	0 1 2 3
Soy incompetente e inútil	0 1 2 3
Quieren hacerme daño	0 1 2 3
¿Y si les pasa algo grave a las personas que quiero?	0 1 2 3
No me tratan como deberían hacerlo y me merezco	0 1 2 3

Si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas	0 1 2 3
Debería recibir más atención y cariño de otros	0 1 2 3
Tengo razón y voy a hacer lo que me da la gana	0 1 2 3

Test de Necesidad de cierre cognitivo

Las siguientes afirmaciones son concernientes a la percepción que tenés de vos mismo/a.

Te pedimos que nos indiques en qué grado estás de acuerdo con cada afirmación, según una escala que oscila entre:

1 = Completamente en desacuerdo; 2 = Mayormente en desacuerdo; 3 = Ligeramente de acuerdo; 4 = Moderadamente de acuerdo; 5 = Mayormente de acuerdo; 6 = Completamente de acuerdo

En caso de incertidumbre, prefiero tomar una decisión inmediata, sea la que sea	1 2 3 4 5 6
Me siento muy incómodo cuando las cosas a mi alrededor no están en su sitio	1 2 3 4 5 6
Cuando estoy frente a varias alternativas potencialmente válidas, me decido a favor de una rápidamente y sin dudar	1 2 3 4 5 6
No suelo participar de discusiones sobre temas ambiguos y controvertidos	1 2 3 4 5 6
Prefiero decidirme de acuerdo con la primera solución disponible, en vez de considerar en detalle qué decisión debería tomar	1 2 3 4 5 6
Prefiero estar con personas que tienen las mismas ideas y gustos que yo	1 2 3 4 5 6
Cuando me enfrento a un problema, no pienso mucho sobre él y me decido sin dudar	1 2 3 4 5 6
Me siento incómodo cuando no logro dar una respuesta rápida a un problema que tengo	1 2 3 4 5 6
En situaciones de incertidumbre, prefiero tomar decisiones rápidas	1 2 3 4 5 6
Cualquier solución a un problema es mejor que permanecer en un estado de incertidumbre	1 2 3 4 5 6
Suelo tomar decisiones rápidas y sin pensar demasiado	1 2 3 4 5 6
Me gustan más las actividades en las que está siempre claro qué es lo que hay que hacer y cómo hay que hacerlo	1 2 3 4 5 6
Me gusta tomar decisiones rápidas	1 2 3 4 5 6
Prefiero cosas a las que estoy acostumbrado que aquellas que no conozco y no puedo predecir	1 2 3 4 5 6