



**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

TESIS

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA
EMOCIONAL EN LOS POBLADORES DE UN
ASENTAMIENTO HUMANO DE LA CIUDAD DE
LIMA**

**PARA OPTAR POR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

Autor:

Bach. Arturo Hernan Suaña Quiñones.

ID ORCID: 0000-0002-9755-7934

Asesor:

Dr. Walter Iván Abanto Vélez

ID ORCID: 0000-0003-2110-7547

Línea de investigación:

Comunicación y Desarrollo Humano

Pimentel-Perú 2019

**INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPENDENCIA AFECTIVA EN LOS
POBLADORES DE UN ASENTAMIENTO HUMANO DE LA CIUDAD DE
LIMA.**

Aprobación de la Tesis

Dr. Walter Iván Abanto Vélez

Asesor metodólogo

Mg. Llacsá Vásquez Mercedes

Presidente del jurado de tesis

Mg. Delgado Vega Paula Elena

Secretario del jurado de tesis

Dra. Díaz de Angulo Doris Margot

Vocal del jurado de tesis

DEDICATORIA

Quiero dedicar la presente tesis a mis amigos y familiares que siempre están dispuestos a ayudarme.

El Autor.

AGRADECIMIENTO

Queremos empezar agradeciendo a Dios todo poderoso por permitirnos haber logrado una importante meta, por dirigirnos hacia el sendero de la verdad, por darnos salud y sabiduría,

Al mismo tiempo de especial consideración a nuestros padres por ser nuestro pilar y apoyo incondicional,

a nuestro asesor metodológico,

y a las autoridades que facilitaron la población de estudio.

RESUMEN

Este trabajo tuvo como objetivo Determinar la relación entre la Inteligencia emocional y la Dependencia afectiva en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima, 2018. Para el mencionado propósito, la investigación tuvo un enfoque cuantitativo y diseño descriptivo correlacional, muestreo no probabilístico por criterio o juicio, tuvo una muestra de 80 pobladores de un asentamiento humano de la ciudad de Lima, las edades están comprendidas entre los 18 a 40 años, a los que se les administró el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño, para medir los niveles de Dependencia Emocional, y el Cuestionario de Inteligencia Emocional de Bar-On para medir los niveles de Inteligencia Emocional, adaptados por José Ventura & Tomas Caycho y Nelly Ugarriza Chávez, respectivamente. Los resultados indican que existe correlación entre la variable inteligencia emocional y la variable dependencia emocional en los pobladores de un asentamiento humano de la ciudad de Lima por tener una $p < 0.05$, esta correlación a su vez es negativa donde al aumentar los niveles de inteligencia emocional se reducen los niveles de dependencia emocional. Tanto al confrontar las dos variables protagónicas como cada una de ellas frente a las dimensiones de la otra y viceversa.

Palabras clave: Dependencia emocional, inteligencia emocional, neo-córtex, adaptabilidad, inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal.

ABSTRACT

The objective of this research was to know the relationship between emotional intelligence and affective dependence in the inhabitants of a human settlement in the city of Lima. For this purpose, the research had a quantitative approach and descriptive correlational design, with non-probabilistic sampling by criteria or judgment, had a sample of 80 inhabitants of a human settlement in the city of Lima, between the ages of 18 to 40 years, to whom they were administered the Emotional Dependence Questionnaire of Lemos and Londoño (2006) to measure the level of Emotional Dependence, and the Emotional Intelligence Questionnaire of Bar-On to measure the level of Emotional Intelligence, adapted by José Ventura & Tomas Caycho and Nelly Ugarriza Chávez, respectively. The results indicate that there is a correlation between the variable emotional intelligence and the variable emotional dependence in the inhabitants of a human settlement of the city of Lima, having a $p < 0.05$, this correlation in turn is negative where, when increasing the levels of emotional intelligence the levels of emotional dependence are reduced. Both to confront the two protagonist variables as each of them against the dimensions of the other and vice versa.

Key words: Emotional dependence, emotional intelligence, neo-cortex, adaptability, intrapersonal intelligence, interpersonal intelligence.

INDICE

RESUMEN.....	v
1 I. INTRODUCCIÓN.....	11
1.1 Realidad problemática	11
1.2 Antecedentes de estudio.....	12
1.3 Teorías relacionadas al tema	15
1.3.1 Inteligencia Emocional (I.E).....	15
1.3.1.1 Surgimiento de la inteligencia emocional.....	16
1.3.1.2 Dimensiones de la inteligencia emocional.....	17
1.3.1.3 Control de la inteligencia emocional	18
1.3.1.4 Inteligencia emocional en la pareja.	19
1.3.1.5 Inteligencia emocional de la víctima de violencia de pareja.	20
1.3.2 Dependencia Emocional (D.E)	21
1.3.2.1 Características de la Dependencia Emocional.....	23
1.3.2.2 Dimensiones de la Dependencia Emocional	24
1.3.2.3 Causas de la dependencia emocional.....	27
1.3.2.4 Factores que mantienen la dependencia emocional	27
1.4 Formulación del problema.....	27
1.5 Justificación e importancia del estudio.....	28
1.6 Hipótesis.....	28
1.7 Objetivos de la investigación	31
1.7.1 Objetivo general.....	31
1.7.2 Objetivos específicos.....	31
2 II. MATERIAL Y METODO.....	33
2.1 Tipo y Diseño de la investigación.....	33
2.2 Población y muestra.....	34
2.3 Variables y operacionalización	34
2.3.1 Variables.....	34
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos validez y confiabilidad.	39
2.4.1 Abordaje de investigación.....	39
2.4.2 Validez y confiabilidad	39
2.4.3 Técnicas y Procedimiento para la recolección de datos.....	40
2.4.4 Instrumentos	41

2.5	Procedimientos de análisis de datos	44
2.6	Criterios éticos	45
2.7	Criterios de rigor científico	45
3	III. RESULTADOS	46
3.1	Resultados en tablas	46
3.2	Discusión de resultados	58
4	IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	65
4.1	Conclusiones	65
4.2	Recomendaciones	69
5	Referencias	70

I. INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad problemática

La inteligencia emocional y la dependencia emocional son asuntos cruciales cuando se habla de relaciones de parejas, el déficit de un buen control emocional provoca, en quien lo padece, la aparición de dependencia afectiva, dicho estado psicológico es causante de relaciones escabrosas viéndose al amor relegado a segundo plano y el sentimiento de adherencia y posesión reina soberano (Risso, 2018). Y recordando el discurso del poeta latino Propertio, al parecer en ocasiones con tan sólo amar dejamos de ser libres.

La inteligencia emocional en los seres humanos se posibilita por la aparición de los sistemas hipotalámico y límbico, herencia que nos brindó la selección natural en su camino hasta llegar al hombre tal como lo conocemos ahora (Wilson, 2014). El ejercicio y crecimiento de la inteligencia emocional es crucial para encontrar el balance psíquico óptimo para que el ser humano pueda desenvolverse asertivamente en su entorno social, estudios efectuados demuestran la aparición de huellas psíquicas que se presentan como recuerdos debido a que ciertos estímulos sensoriales pasan del tálamo directamente a la amígdala sin hacer una parada en el neo-córtex, los cuales se almacenan en nuestro cerebro, el estímulo sensorial al tomar este atajo nos capacita para reaccionar más rápido al no pasar primero por el neo-cortex, el cual es el encargado de la percepción clara de los estímulos (Goleman, 2018). Por ende, es posible aseverar que existen emociones y sentimientos que están concebidos de manera inconsciente prescindiendo del neo-cortex, por lo dicho se desprende lo trascendental de la buena gestión de la inteligencia emocional y la atención debida a nuestras emociones.

La dependencia afectiva vinculadas a uniones de pareja parece una constante, el apego puede disfrazarse de amor y presentarse inconscientemente (Risso, 2018).

La falta de información sobre el asunto y la autosuficiencia al pensar que nacemos conociendo la manera de amar nos encausa a un sendero donde nuestras relaciones afectivas estén dominadas por uniones de dependencia emocional (Fromm, 2014). Como Borges diría, dichosos los que aman, los enamorados y los que pueden vivir sin amor; y así es porque, en efecto, entre el abanico de afectos, nos puede tocar algunos amores destructivos (Núñez, 2019).

Existe relación directa entre el apego afectivo y la falta de desarrollo de la gestión emocional, muchos entran en dependencia por diferentes motivos y se mantienen en el apego sin tener conciencia de ello, la dependencia afectiva puede tomar muchas formas, y todas dañan la salud mental de quien la padece (Risso, 2018). Es habitual que el ser humano viva impulsado por sus emociones que por la razón (Unamuno, 1918). Lo ideal es utilizar la reflexión para esclarecer nuestras emociones y sentimientos, en consecuencia, es vital el desarrollo de una buena gestión emocional sin perder de vista las leyes psicósomáticas que la rigen (Gyton & Hall, 2016). El control óptimo de las emociones es un instrumento poderoso para impedir el apego afectivo.

Por lo expuesto, urge indagar la relación entre la Inteligencia emocional y la Dependencia emocional. Nuestra intención también es dejar un precedente que estimule futuros estudios en la localidad sobre gestión emocional y dependencia a nivel de pareja.

En consecuencia, en el presente trabajo es de interés escudriñar el vínculo que existe entre la Inteligencia emocional y la Dependencia emocional en los pobladores de un asentamiento humano de la ciudad de Lima.

1.2 Antecedentes de estudio.

Moral & Silvert (2009), cuya investigación tuvo como objetivo principal el análisis clínico y psicosocial de la Dependencia emocional descrita como un tipo de dependencia sentimental. Dicha investigación fue de diseño descriptivo. El estudio

tuvo como muestra a 311 sujetos. El instrumento para recolectar los datos fue el Test de Dependencias Sentimentales (TDS-100). En los resultados se evidencia que los dependientes afectivos experimentan una dependencia pura con posesividad y manifestación de craving y abstinencia, presentan desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (culpa, vacío emocional, miedo al abandono) e inescapabilidad emocional, manifiestan conflictos de Identidad (pseudosimbiosis) y usan un locus de control externo. En población clínica se ha hallado que los varones son más buscadores de sensaciones y se muestran más inflexibles (Yo rígido) y las mujeres emplean más mecanismos de negación y no afrontamiento con conciencia de problema nula o distorsionada.

Blázquez & Moreno (2009), la investigación tuvo como objetivo destacar lo necesario del uso de la inteligencia emocional a manera de instrumento de prevención contra los abusos a nivel psicológico en las uniones afectivas. Una investigación de tipo descriptiva. La población fue infinita ya que se tomaron datos de investigaciones previas en todo el mundo. Se utilizó como instrumento la prueba de I.E de Bar-On mediante el cual se hizo el análisis de las competencias emocionales, Los resultados de este estudio reflejaron la necesidad romper prejuicios marcados por el género entre víctimas y victimarios y desarrollen empatía mediante el ejercicio de la inteligencia emocional, la comunicación, los acuerdos, el trabajo armonioso y el alivio de conflictos.

Santo (2014), El objetivo de la investigación fue profundizar acerca de la actividad sexual precoz en las adolescentes teniendo como causante la dependencia emocional en adolescentes que asisten al Hospital Provincial General de Latacunga. El estudio fue de carácter descriptivo-correlacional. La muestra estuvo formada por 70 Adolescentes. La recolección de datos se dio mediante de la historia clínica psicológica y el Cuestionario de Dependencia Emocional CDE de Lemos Hoyos – Londoño Arredondo. Por medio del estudio efectuado se comprobó que la Dependencia emocional es la causa de las Relaciones Sexuales Precoces, y esto es respaldado por los datos estadísticos recopilados mediante los instrumentos suministrados en el Hospital de Latacunga a los adolescentes que vinieron a consulta. En ese sentido se

da la propuesta de realizar un trabajo de solución factible y eficiente como es la desensibilización y reprocesamiento por medio de movimientos oculares (EMDR) ello será de beneficio a las Adolescentes a asimilar el suceso base que causa el apego emocional, para adaptarse mejor a su ámbito Socio-Familiar como también Personal.

Vega (2016), su investigación persiguió el objetivo de establecer la existencia de la relación entre el Ajuste Diádico y el apego afectivo dirigido a consortes de la ciudad de Trujillo. El diseño del trabajo fue descriptivo correlacional. La muestra fue de 160 consortes de matrimonios jóvenes de Trujillo. Los instrumentos fueron la Escala de Ajuste Diádico (DAS) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Los resultados evidenciaron una correlación inversa significativa entre el Ajuste Diádico y el apego emocional. Se obtuvo bajos niveles en relación a las dimensiones Satisfacción, Cohesión y Expresión de afecto. A su vez en lo relacionado a los factores de cuadros ansiosos frente a la separación, Expresión de afecto en la pareja, cambio de planes, Expresión límite y Búsqueda de atención se obtuvo niveles medios, también se obtuvieron correlaciones, no significativas, inversas con las dimensiones de consenso, satisfacción y cohesión. Los resultados sugieren que, menguando el grado de apego afectivo de la relación de pareja, ésta podrá elevar los niveles de Ajuste Diádico.

Aiquipa (2015), La investigación se centró en esclarecer la relación existente entre la D.E y la violencia de pareja en un grupo de mujeres atendidas en el área de psicología de un centro de salud nacional. Para tal fin, se sigue un diseño descriptivo correlacional. La muestra fue conformada por un par de grupos de mujeres, quienes fueron victimizadas por su pareja (25 mujeres) y mujeres que no fueron victimizadas (25 mujeres). El instrumento utilizado fue la Ficha de Tamizaje de la Violencia basada en Género y la Ficha Multisectorial de Violencia Familiar. Los resultados muestran que hay una significativa relación positiva entre las variables de estudio, debido a que se evidenció diferencias concernientes a los dos grupos de víctimas y no víctimas, se descubrió que el valor que tomó el coeficiente de relación entre las variables fue

notablemente alto. Se concluye que la violencia de pareja es directamente proporcional a la dependencia afectiva.

1.3 Teorías relacionadas al tema

1.3.1 Inteligencia Emocional (I.E)

Es verdad que comúnmente al intentar definir la inteligencia se presta más atención a las características cognitivas, como la habilidad para resolver problemas y la memoria, a principios del siglo XX, muchos investigadores de renombre interesados en estudiar la inteligencia empiezan a poner atención al mundo holístico no cognitivo y su importancia. Thorndike (1920) utilizó el concepto de inteligencia social para explicar la habilidad de motivar y entender a los demás. Wechsler (1940) describe algunos factores ajenos a la parte intelectual que son influyentes en el comportamiento inteligente y declaró que si no hay una descripción eficaz de estos factores no se verán completos nuestros modelos de inteligencia. Esto tiene como implicancia conocer y dirigir conscientemente las emociones, y es muy importante debido a que hay varias áreas donde se ven involucradas las emociones.

En la actualidad, uno de los conceptos más aceptados que conciernen a la inteligencia emocional es el que sigue: “Lo hábil que se es para percibir, ponderar y comunicar emociones de manera exacta; la destreza para administrar sentimientos que sean facilitadores del pensamiento; la destreza para entender emociones, el saber emocional y la eficiencia para mantener reguladas las emociones propiciando un desarrollo emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997). Gardner (1983) en su Teoría de las inteligencias múltiples puso sobre la mesa la propuesta de agregar la inteligencia interpersonal e intrapersonal. Para Gardner, no es suficiente los exámenes de inteligencia, como el CI, para dar explicación al potencial cognitivo.

Ledoux (1996) en su obra titulada El cerebro emocional, nos muestra sus hallazgos hechos concerniente a los circuitos neuronales y manifiesta que antes de la aparición del pensamiento está la emoción, A su vez, nos aclara por qué muchas veces

el acto de razonar, cuya Genesis es en el neo-córtex, va rezagado en relación a los impulsos de la amígdala o en contra de ellos.

La inteligencia emocional en la problemática del apego afectivo es crucial, Daniel Goleman, quien conocía los estudios realizados por Ledoux, nos explica en su obra "Inteligencia Emocional" la existencia de una forma particular de como el cerebro asimila las sensaciones, hay casos donde las sensaciones cogen rumbos diferentes en las dinámicas cerebrales lo que da lugar a vivenciar distintas emociones, algunas de ellas no están bajo el control neo-cortical, es necesario que estas últimas se analicen de manera consiente y así interpretarlas debidamente y obtener una óptima percepción de los estímulos y mejorar el entendimiento de las propias emociones. (Goleman, 2018).

1.3.1.1 Surgimiento de la inteligencia emocional. Según Muñoz (2019), nosotros nos comportamos, percibimos y actuamos de una manera o de otra influenciados por nuestra vida emocional. Participando en el XI Congreso Internacional Gestalt, afirmó: "No sentimos a lo tonto". La inteligencia emocional se basa en la manera de como cada quien experimenta sus emociones. Compartimos, con los animales, 5 emociones básicas, pero somos nosotros los únicos consientes de estas.

Dichas emociones son:

- a. **Miedo:** Cuyo propósito es la proteger.
- b. **Afecto:** Cuyo propósito es vincular.
- c. **Tristeza:** Cuyo propósito es el retirarnos. Cuando experimentamos tristeza nuestro organismo nos pide que nos apartemos de allí y que volvamos hacia nosotros mismos.
- d. **Enojo:** Cuyo propósito es defender.
- e. **Alegría:** Cuyo propósito es vivificar. Es la energía de nuestra propia existencia.

Hoy en día, experimentamos un mundo frío a causa de que nos es difícil establecer conexión con nuestras propias emociones. En tal sentido es importante conseguir educar conscientemente nuestra área emocional.

1.3.1.2 Dimensiones de la inteligencia emocional. Según Weisinger (2001), estas son Las dimensiones de la I.E:

- a) **Autoconocimiento.** Tener conciencia del propio sentir constantemente.
- b) **Autorregulación o control de sí mismo.** Gestionarnos emocionalmente.
- c) **Motivación.** Utilizar nuestros deseos y preferencias como sustento para alcanzar objetivos, y manejar las situaciones frustrantes y difíciles de la vida.
- d) **Empatía.** Colocarse en el lugar del otro.
- e) **Habilidades sociales.** Destreza para influenciar en los demás y obtener objetivos deseados.

Según Bar-On (2006), Estas son Las dimensiones de la Inteligencia Emocional:

- a) **Escala intrapersonal.** - Auto comprensión emocional, habilidad para la autorrealización e independencia.
- b) **Escala interpersonal.** – conformada por la empatía, la convivencia optima.
- c) **Escala de adaptabilidad.** – en su contenido está la destreza para lidiar con los problemas encontrando soluciones.
- d) **Escala de manejo de estrés.** – contiene la habilidad para manejar el estrés y controlar los impulsos.

- e) **Escala de estado de ánimo general.** – la destreza para ver el lado positivo de las cosas buscándoles un sentido de provecho.

1.3.1.3 Control de la inteligencia emocional. Controlar como respondemos emocionalmente es posible y al lograrlo es una evidencia de inteligencia y maduración. En la infancia las emociones carecen de una regulación adecuada. La sociedad ve como normal las emociones espontaneas y sinceras de los niños, pero mientras vamos creciendo la sociedad exige un control más adecuado de nuestras emociones, al aprender este control emocional equilibrado nuestra respuesta social es más aceptada. Según Güell (2013), propone en no pensar en las emociones como positivas o negativas, sino que sólo son una respuesta ante alguna situación, donde algunas pueden ser más útiles que otras dependiendo de la situación. Ante lo dicho podemos hallar una división entre las reacciones emocionales efectivas, de utilidad y adaptativas de las que no lo son. Una reacción emocional (alegría, ira, vergüenza) será útil dependiendo del contexto, si nos hace más fácil la vida será una emoción afectiva útil. En tal sentido, todo el conjunto de las respuestas emocionales es positiva si se le da un uso adecuado. Según Goleman (2018), para tener un control emocional no es necesario reprimir o negar nuestros sentimientos, ya que hasta los sentimientos que concebimos como negativos nos advierten de alguna necesidad de acción por parte nuestra. Es diferente el control emocional que el excesivo control, el cuerpo para estar con salud necesita tener sus descargas emocionales, lo ideal es equilibrar el control y la espontaneidad de las emociones.

1.3.1.4 Inteligencia emocional en la pareja. Diane Sollee, manifiesta que un matrimonio sabio es una relación estable con cimientos en metas comunes y articulada con dificultades, una oportunidad para crecer y hallar la completa satisfacción de vida y se logra tal fin con educación. Al parecer nos falta alfabetizarnos emocionalmente. En Estados Unidos, acabará en divorcio uno de cada dos matrimonios, España y Latinoamérica padecen la misma realidad. Según Gottman (2012), el 90% de las derrotas matrimoniales pueden ser predichos perfectamente.

Para él, lo que les falta a los vínculos afectivos son las siguientes habilidades:

1. Establecer conexión con los sentidos.
2. Buscar el auto equilibrio emocional.
3. Ponderar debidamente las percepciones.
4. No ceder ante el deseo del reproche.
5. Jamás humillar e insultar a la pareja.
6. Escuchar adecuadamente.
7. No cortar al compañero cuando está hablando.
8. Atender debidamente lo que expresa.
9. Compartir lo que se siente.
10. Estimular a la pareja y hacer crecer su autoestima.
11. Criticar sin destruir.
12. Saber Perdonar y olvidar.
13. No albergar agravios.
14. Manifestar las ideas claramente.
15. Hablar sin miedo a mostrarse vulnerable o muy frágil.
16. Cada vez que la pareja requiera ayuda estar siempre presente.

Es importante que se involucren ambas partes. Lo que se busca es que los dos sean emocionalmente inteligentes y la empatía se exprese con naturalidad y que los problemas cotidianos se puedan resolver de manera eficaz.

1.3.1.5 Inteligencia emocional de la víctima de violencia de pareja. Teniendo en cuenta las áreas de Bar-On, tenemos:

ÁREAS DE INTELIGENCIA	
EMOCIONAL	CONSECUENCIAS EN LA VÍCTIMA
Intrapersonal	No se reconoce de manera consciente, autoimagen dividida y negativa.
Auto concepto.	Baja ponderación personal, se percibe menos física y mentalmente.
Autoestima.	Sentimientos de incapacidad, incompetencia, inseguridad.
Asertividad.	
Autoconciencia emocional.	
Independencia.	
Interpersonal	Comportamientos de sumisión y obediencia.
Empatía.	Necesidad de sentirse aprobada por la pareja, cero independencias.
Relaciones interpersonales.	
Adaptabilidad	El apego afectivo no le permite conocer sus verdaderos sentimientos.
Prueba de realidad.	
Flexibilidad.	Comunicación reprimida.
Solución de problemas.	Tendencia a idealizar a la pareja.
Manejo del estrés	Se evitan conflictos o se resignan a buscarles solución.
Tolerancia al estrés.	Se pierde el control fácilmente.
Control de impulsos.	

Fuente: MAIURO, R.D. Y AVERY, D.H. (1996). "Violencia y Víctimas".

1.3.2 Dependencia Emocional (D.E)

En definición, la dependencia emocional es una configuración psíquica que persiste en la búsqueda de satisfacer necesidades emocionales de manera desadaptativa con los demás (Castelló, 2005). La D.E es la búsqueda desesperada por satisfacer una necesidad afectiva en otra en sus distintas relaciones de pareja. Su naturaleza crónica tiene su base en la personalidad de quien la padece y no en sus experiencias anteriores de dependencia; en otras palabras, el dependiente afectivo lo es, aunque no tenga pareja, pero esto no es habitual, ya que su cuadro patológico lo motiva a buscar una pareja. Por tal motivo una de sus características principales es que no soporta la soledad.

Se ha tomado en consideración dos formas de dependencia:

La dependencia instrumental, falta de autonomía e individualidad en el día a día, falta de seguridad, cero iniciativas, anhelo de respaldo social, vulnerabilidad, problemas para tomar decisiones, tomar responsabilidad y expresarse con eficacia.

La dependencia emocional, es caracterizada por exigencias afectivas sin límites, complicadas relaciones interpersonales y amorosas sin equilibrio, donde el doblegamiento y la forma idealizada de la pareja toma control, con poca autoestima y una necesidad por el otro de manera desmedida, que conduce a comportamientos extremos de apego y miedo profundo a la soledad (Castelló, 2012).

Schore (2015) clarifica debidamente el proceso de la D.E y nos explica cuán importante son las relaciones con los otros en la reformulación del cerebro. Schore nos muestra, mediante la afirmación de la teoría de la neuro plasticidad, que el cerebro va reconfigurándose de manera significativa, poniendo en movimiento circuitos neuronales, por personas cercanas y vínculos interpersonales, especialmente las negativas. En consecuencia, una experiencia amorosa o familiar desfavorable puede llevar a que nuestro sistema cerebral se desconfigure.

Cuando se define el tipo de apego en el transcurso de la infancia, se desarrolla de manera parecida en la adultez, conservándose estable y con influencia en las relaciones interpersonales que tengamos. Si sucede un apego inseguro, se

desarrollará de manera incorrecta la corteza orbifrontal (Goleman, 2018), poniendo límites a la habilidad de control de emociones como el temor, el enojo, etc. Tanto el niño con apego inseguro como el dependiente emocional tienen similares características, procurando la proximidad y experimentando intranquilidad a perderla. La dependencia emocional está relacionada directamente con el apego ansioso, pero en dirección contraria no se manifiesta (Castello, 2005).

Shaver (1999, citado en Goleman, 2006) utiliza la teoría del apego de Bowlby (1958) en los vínculos interpersonales adultos, encontrando variadas tipologías. Las parejas que sucumben a relaciones de mucha ansiedad, individuos que creen no merecer amor, que están al tanto exageradamente de donde está su pareja y se ven en un gran vacío sin ellas. Esta descontrolada preocupación por sostener la relación interpersonal genera infelicidad y desconfianza propensa a una ruptura repentina. Por otra parte, el rechazo ocasiona dependencia interpersonal. Todos queremos hallar conexión con los otros quienes se presentan a lo largo de nuestra vida. Cuando no se presta la atención suficiente en una relación, una persona no se compromete, siempre se produce un sentimiento de desamparo que puede dar fuerzas a las dependencias afectivas. Tal sentimiento adverso tiene una raíz neuronal ubicado en la corteza cingulada anterior (CCA), la misma zona en activación cuando ocurre un daño a nivel físico (Goleman, 2018). Por consiguiente, cuando el rechazo social es producido los mismos circuitos cerebrales que informan de la existencia de un daño físico se activan. Debido a ello, el cerebro se configuró de tal manera que el dolor de perder un ser querido o del rechazo es similar cognitivamente al trauma físico.

En su afamada obra titulada "Amar o Depender", Walter Riso comenta que la dependencia afectiva es una adicción, y cualquier estilo de adicción daña a quien lo adolece, no se ama para sufrir y que el apego emocional siempre conlleva sufrimiento, También nos dice que para triunfar sobre el apego y no tener recaídas es importante aprender a no negociar nuestros principios. Una persona sin ética es un individuo sin curso, fácil e influenciar y en esencia contradictorio. Sin embargo, siempre existe en la vida una nueva oportunidad de comenzar y resarcir el pasado. En las profundidades

del ser hay una fortaleza que no se ha tocado, una reserva moral inexpugnable que te motiva a volver a nacer y a comenzar nuevamente (Risso, 2013).

En el libro “Amores que Matan”, El Dr. Miguel Ángel Núñez nos muestra un dilema social, es difícil de creer la posibilidad de que la violencia y el amor vivan juntos, Muchos manifiestan que las mujeres soportan el daño físico y psicológico por aquella fuerza intrínseca que las mueve a conservar los vínculos afectivos y luchar por tener y mantener una familia feliz, esta aseveración es considerada por el autor como incoherente, hay motivos diversos para que la violencia se instale y sea consentida en la relación, podemos mencionar el síndrome de Estocolmo, donde las víctimas se sienten identificadas con su victimario, ocurren una serie de etapas para llegar a ello, donde el apego emocional y una deficiente inteligencia emocional hacen posible que esto acontezca (Núñez, 2019).

1.3.2.1 Características de la Dependencia Emocional. Lázaro (2014) nos dice que la dependencia emocional se caracteriza por:

1. Desear la aprobación de los demás de manera excesiva.
2. Son vínculos afectivos exclusivos que se aíslan del mundo, parasitarios y con una desequilibrada asimetría.
3. Existe mucha exacerbación del ánimo e ilusión, y se idealiza a la pareja.
4. Son relaciones no simétricas y subyugadas donde no hay afecto recíproco. Esto precede a varias rupturas e intentos nuevos.
5. Prevalece el bajo amor propio y autoconcepto individual.
6. El centro es la necesidad enfermiza de otros. Su anhelo es lo que el otro desea.
7. Son relaciones simbióticas con varias dosis de dependencia mutua. Son experiencias ilusorias auto suministradas donde se idealizan a las parejas como contrapartida al poco amor propio.
8. Ser un subordinado o un sumiso rige en estas relaciones amorosas. Las los vínculos afectivos disminuyen su ansiedad, pero continúan infelices.

9. Poseen terror frente a la ruptura y pueden sufrir fácilmente trastornos mentales. Edifican su vivir en progresión continua de parejas.
10. No realizan duelo después una separación, prontamente inician otra relación. Su premisa de relaciones es "Solo(a) no puedo vivir".
11. El déficit de inteligencia emocional se traduce en dependencia emocional, es la falta de trabajo en destrezas sociales y amor propio.
12. La dependencia afectiva está implícita en varias mujeres que experimentan violencia de género. Existen dos perfiles que caracterizan a las mujeres violentadas. Las que fueron instruidas con mayor responsabilidad de las pertinentes para su edad. Mujeres que viven para los demás. Se sienten a gusto dando y sienten que jamás dan bastante. Si la relación no funciona, es debido a que no otorgaron suficiente y entonces desprenden más. Poseen un sentido potente de deberes y las responsabilidades, que los demás sean felices es lo más importante para ellas y si algo no anda bien se echan la culpa, reprochándose duramente. El otro tipo son
13. las mujeres a las que se les dio protección en exceso en la infancia. No se les instruye en ser independientes, por tal motivo desean la protección de un hombre, quien tome las decisiones.

1.3.2.2 Dimensiones de la Dependencia Emocional. Lemos y Londoño (2006) resalta un análisis multifactorial de la D.E, se resume en factores que actúan para la agrupación de conductas pertenecientes al Dependiente afectiva.

Ansiedad de separación: se hace una descripción las manifestaciones emocionales de temor que acontecen ante el posible término de la relación de pareja, el miedo se produce por verse de pronto abandonados, separarse o el alejamiento: "Me da ansiedad el pensar que seré abandonado por mi pareja", "Siento angustia al ver a mi compañero sentimental irse por motivo de trabajo varios días", "Si peleo con mi compañero sentimental temo que de pronto ya no me quiera", "Me siento nada luego de terminar una discusión con mi pareja", "Tengo miedo que mi compañero sentimental

quiera dejarme”. La ansiedad frente a una posible ruptura propicia que se acentúe la dependencia, La ansiedad por separación puede aparecer por las separaciones típica por diversos motivos de cotidianidad de la vida, Por rupturas que se hacen rutinas que provocan pensamientos de abandono y soledad (Castelló, 2005).

Expresión afectiva: La obsesión por recibir manifestaciones afectivas de la pareja para sentir reafirmación del amor y alejar las inseguridades. El no confiar en el cariño de su compañero sentimental y la búsqueda de un cariño incondicional conllevan a que se demanden expresiones de amor con constancia para estar seguro que lo aman (Lynch, Robins y Morse, 2003). Las creencias se pueden ejemplificar con afirmaciones como: “Me hace falta manifestaciones de cariño de mi compañero sentimental constantemente”, “Es muy importante para mí que mi compañera sentimental sea conmigo muy expresiva”, “Ansío saber que soy un ser especial para mi pareja”.

Modificación de planes: El variar las actividades, planes y comportamientos con el simple motivo de complacer a la pareja o tener más tiempo con ella. Para la persona con dependencia la pareja es el centro de todo, y la pone en primer lugar, aun por sobre él mismo, hijos o familiares. Así, para el dependiente es importante velar por que la pareja este siempre satisfecha (Castelló, 2012). Así mismo, la dependiente demanda de su pareja que haga exactamente lo mismo con ella (Castelló, 2012). Aquí unos ejemplos: “si mi pareja me habla de sus planes, cambio los míos por los de ella”, “si tengo un compromiso familiar pero mi pareja quiere salir, dejo todo y me voy con él”, “Solo me siento feliz si está a mi lado mi pareja”, “si tengo pareja me distancio mucho de mis amistades”.

Miedo a la soledad: Gran pánico por no concretar nunca el alcanzar una pareja o tener la sensación de que jamás será querido. La persona que padece de D.E requiere siempre de su compañero sentimental para verse seguro, es por ello que le temen mucho a la soledad, por eso intenta evitarla (Castelló, 2012). El temor quedarse solo fue estudiado a profundidad por Castelló (2012), quien manifiesta que el dependiente es consciente que no puede vivir sin su pareja: “Siento abandono cuando estoy sin mi pareja”, “Me destruye estar solo”, “Siento que por dentro hay un gran vacío si estoy sin pareja”.

Expresión límite: El pensar en una posible ruptura es devastador para el dependiente afectivo, por el temor a quedarse solo y por verse con una falta de sentido en la vida si la pareja se va puede llevar a auto agredirse, todo esto está relacionado con los síntomas de las personas con un trastorno límite de la personalidad, debido a esto surgen expresiones tales como: “Le he dicho que si me deja me haré daño para que no se vaya”, “Reconozco que soy débil y necesitada”, “Si me deja yo soy capaz de quitarme la vida”.

Búsqueda de atención: hay una tendencia por la activa búsqueda de atención de la pareja para sentir que la continuidad del vínculo afectivo es seguro y procurar ser lo principal en la vida de su pareja. Se manifiesta mediante la necesidad psicológica hacia la pareja que tiene el dependiente (Castelló, 2012). La búsqueda de atención podría describirse como inclinación histriónica que en muchas ocasiones aparece en los dependientes afectivos (Morse, Robins y Gittes-Fox, 2002), no obstante, vale decir que dicha búsqueda puede, a su vez, presentarse por diferentes medios, tenemos, por ejemplo, la aparición de una conducta pasiva y sumisa, si la pareja lo demanda (Bornstein et al, 2002). Esta búsqueda también se da por el anhelo del dependiente afectivo de poseer de manera exclusiva la atención de la pareja, en ese sentido hace lo que tenga que hacer para llegar a dicho fin (Castelló, 2012).

1.3.2.3 Causas de la dependencia emocional. Podemos encontrar entre las causas: Tempranas carencias de afecto, carencias graves, permanentes y en algunos casos acompañadas por negligencia, abuso, violencia, etc. En los infantes la dependencia emocional se presenta de manera natural. Si existen necesidades insatisfechas en esta etapa, posiblemente aparezcan cuadros de dependencia cuando sean adultos para equilibrar estas carencias. Terquedad en mantener una relación destructiva, donde el individuo está en constante búsqueda de suplir sus carencias. Búsqueda de autoestima fuera de si mismo. También es importante decir que existen factores como culturales, morales, religiosos, creencias, etc., que pueden influir en los cuadros de dependencia emocional.

1.3.2.4 Factores que mantienen la dependencia emocional. Las características individuales de la personalidad son estables y consistentes en el transcurso del tiempo. El reforzamiento del vínculo no solo se da a temprana edad, sino que tiene renovación constante en el transcurso de la búsqueda de establecer relaciones con los otros. Lo común es que se mantengan estas inclinaciones interpersonales, y que a lo largo de la vida tengan pocas variaciones importantes. La reiteración de interacciones será reforzante y dejará consolidadas dichas pautas y la patología subsiguiente con toda ella, fortalecimiento en forma recíproca de cada papel, serán relaciones de huida con las personas más cercanas a su entorno o relaciones de desagrado, impulsadas por el poco amor propio, la poca presencia de alegría, la extrema necesidad de adhesión.

1.4 Formulación del problema

¿Existe relación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en los pobladores de un asentamiento humano de la ciudad de Lima?

1.5 Justificación e importancia del estudio

La importancia de realizar la presente investigación se debe a que no existe ningún estudio en la zona que atañen a nuestras variables, no está ejecutándose alguna investigación en el lugar y la municipalidad no gestiona algún estudio afín o parecido. La necesidad de entender la existencia de relaciones entre I.E y la D.E es apremiante, se evidencia violencia física y psicológica contra la mujer debido al apego afectivo, en relación a los hombres estos se involucran en círculos amorosos donde dan por terminada la relación de pareja y al poco tiempo la vuelven a retomar, esto afecta directamente a la relación que tienen no sólo con su pareja sino también con sus hijos. La gestión de planes, programas y proyectos en la zona destinados a la reducción de la D.E, y al crecimiento y desarrollo de la I.E no reciben la atención optima como un instrumento para evitar la violencia de pareja, esto es por el desconocimiento de la existencia de datos científicos que apoyan la tesis de que el trabajo sobre la I.E está vinculado a menguar la D.E en situaciones de violencia de pareja. Por consiguiente, en este trabajo no sólo se busca describir las variables I.E y la D.E y determinar la relación existente entre dichas variables, sino que respaldados en los resultados arrojados por estudio se quiere dar un aporte en cuanto al trabajo psicológico dejando un terreno propicio para la elaboración futura de iniciativas de desarrollo de la I.E pensados para los habitantes del sector mediante las competencias de las instituciones encargadas de tales fines. Con este trabajo se persigue determinar claramente las relaciones entre la I.E y la D.E y crear conciencia en la comunidad de lo trascendental que es el desarrollo de la I.E.

1.6 Hipótesis

Las hipótesis para esta investigación son:

Hi. Existe relación entre la Dependencia emocional y la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho. No existe relación entre la Dependencia emocional y la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi1. Existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión ansiedad de separación de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho1. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión ansiedad de separación de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi2. Existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho2. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi3. Existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión modificación de planes de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho3. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión modificación de planes de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi4. Existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión miedo a la soledad de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho4. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión miedo a la soledad de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi5. Existe relación entre Inteligencia emocional y la dimensión expresión límite de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho5. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión expresión límite de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi6. Existe relación entre Inteligencia emocional y la dimensión búsqueda de atención de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho6. No existe relación entre la Inteligencia emocional y la dimensión búsqueda de atención de la Dependencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi7. Existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión intrapersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho7. No existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión intrapersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi8. Existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión interpersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho8. No existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión interpersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi9. Existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión adaptabilidad de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho9. No existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión adaptabilidad de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi10. Existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión manejo de estrés de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho10. No existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión manejo de estrés de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Hi11. Existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión estado de ánimo general de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

Ho11. No existe relación entre la Dependencia emocional y la dimensión estado de ánimo general de la Inteligencia emocional en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima.

1.7 Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar la relación entre la Inteligencia emocional y la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

Objetivos específicos

a) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión ansiedad de separación de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

b) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

c) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión modificación de planes de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

d) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión miedo a la soledad de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

e) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión expresión límite de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

f) Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión búsqueda de atención de la dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

g) Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

h) Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

i) Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

j) Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

k) Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión estado de ánimo general de la inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

II. MATERIAL Y METODO

2.1 Tipo y Diseño de la investigación

Tipo de investigación

El trabajo aquí presentado es de tipo aplicada, y es así porque contrasta la teoría con la realidad, haciendo uso de los saberes hallados.

Es cuantitativa en relación a su naturaleza, donde se “usa la recopilación de información para poner a prueba hipótesis cuyo basamento es la medición numérica y el escrutinio estadístico, para determinar patrones de comportamientos y poner a prueba teorías” (Hernández, Baptista & Collado, 2014, p. 4).

Por su alcance temporal, es transversal, debido a que “se centra en describir las relaciones entre dos categorías o más de ellas, conceptos o variables en un determinado momento”, en este estudio estas relaciones son con fines correlacionales (Hernández et al. 2014, p. 157).

Diseño de la investigación

Diseño no experimental y descriptivo correlacional, debido a que el estudio “se desarrolla sin que las variables sean manipuladas de forma deliberada y donde se analizan los fenómenos solo en su ambiente natural” (Hernández et al. 2014, p. 152). Finalmente, la gráfica del diseño tiene su base en el modelo de Hernández et al. (2014):



Donde:

X1: Variable de inteligencia emocional

Y1: Variable de dependencia afectiva

⊖ : Relación entre las variables de estudio

2.2 Población y muestra

Población de estudio

La investigación que aquí se presenta la conforma una población de 300 habitantes de un Asentamiento humano de la ciudad de Lima, los cuales pertenecen a la zona donde están dirigidas actividades integradoras por parte de organizaciones religiosas respaldadas por el municipio local.

Muestra de estudio

La muestra está constituida por 80 pobladores de un Asentamiento humano de la ciudad de Lima. Se escogieron a los participantes a través de un muestreo no probabilístico por criterio y juicio del investigador. Las participantes son habitantes de un Asentamiento humano la ciudad de Lima, y lo conforman sólo los pobladores que están participando de las actividades integradoras en la zona en mención.

2.3 Variables y operacionalización.

Variables

Se han establecido las siguientes variables:

Inteligencia emocional

Teniendo en cuenta la naturaleza de la variable, es cuantitativa, o sea, se puede medir, ya que se hizo uso de escrutinio estadístico para la obtención resultados. Por causalidad, es correlacional, ya que se relacionó con la variable Dependencia emocional. También, según su extensión temática, es general, ya que tiene más de una dimensión: Intrapersonal, Interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, estado de ánimo general.

Dependencia Emocional

Del mismo modo esta variable según su naturaleza, es cuantitativa, debido a que se hizo uso de análisis estadístico. Según su causalidad, es correlacional, esta variable

fue enfrentada con la variable Inteligencia emocional. También, por su extensión temática, es general, ya que la variable tiene 6 dimensiones: ansiedad de separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite, búsqueda de atención.

Operacionalización de las variables

Dependencia emocional

Variable	Dimensión	Indicador	Instrumento
Dependencia Emocional	Ansiedad de Separación	Exagerada preocupación por ser abandonada. Angustia cuando la pareja está ausente, física y/o afectivamente.	Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006)
	Expresión afectiva de la pareja	Necesidad imperiosa por recibir afecto expresivo de la pareja. Necesidad marcada de reconocimiento y valoración por la pareja.	
	Modificación de Planes	Preferencia y exclusividad hacia la pareja cuando se realizan actividades. Escasa relaciones sociales con los demás. Sensación de plenitud solo al estar con la pareja.	
	Miedo a la Soledad	Sensación extrema de malestar en soledad. Escasa o nula tolerancia a la soledad.	
	Expresión Límite	Conductas extremas por intentar evitar que la pareja abandone la relación.	
	Búsqueda de Atención	Conductas exageradas y/o extrañas para obtener la atención de su pareja.	

Fuente: propia autoría

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición	Nivel		
Dependencia Emocional	Lemos Hoyos y Londoño Arredondo (2006), definen a la dependencia emocional como una necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de diferentes relaciones.	Se asume la definición de medida en función a los puntajes obtenidos en los ítems de las seis dimensiones: Ansiedad de separación, Expresión afectiva, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión límite y Búsqueda de atención, del cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos Londoño (Lemos y Londoño, 2006)	Ansiedad de separación	2, 6,7,8,13,15,17	Ordinal El inventario está compuesto por 23 reactivos de opción múltiple, donde: Completamente falso de mi = 1 En mayor parte falso = 2 Ligeramente más verdadero que falso = 3 Moderadamente verdadero para mi = 4 En mayor parte verdadero = 5 Me describe perfectamente = 6	Bajo Medio bajo Medio alto Alto		
							Expresión afectiva de la pareja	5,11,12,14
							Modificación de planes	16,21,22,23
							Miedo a la soledad	1,18,19
							Expresión límite	9,10,20
							Búsqueda de atención	3,4

Fuente: propia autoría

Inteligencia emocional

Variable	Dimensión	Indicador	Instrumento
Inteligencia Emocional	Intrapersonal	Autoconocimiento de las emociones, conductas y pensamientos propios. Habilidad para relacionar indicios físicos con presentes emociones. Conciencia del estilo de relación con los demás.	Prueba de Inteligencia Emocional de Bar-On
	Interpersonal	Entablar lazos de confianza con los demás. sostener comunicación con los demás. Entender las acciones, emociones y pensamientos de los demás. Ser ayuda para otros.	
	Adaptabilidad	Persistir en las metas establecidas. Resiliencia ante malas experiencias. Conductas negativas desplazadas por positivas.	
	Manejo de estrés	Conducir de manera adecuada las emociones. Respuestas asertivas en momentos difíciles. Técnicas para el control mental.	
	Estado de Ánimo general	Mediar, consensuar y resolver conflictos. Conocer y dominar emociones Participar, organizar y trabajar en grupo.	

Fuente: propia autoría

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensión	Sub-dimensión	Ítems	Categorías de respuesta
Inteligencia Emocional	Capacidad no cognitiva que tiene poder de influencia en el afrontamiento del ambiente, posee habilidades y competencias que se manifiestan en la forma efectiva de afrontar las dificultades que se van presentando en la vida. Observado en la relación con los individuos y con el medio ambiente es consecuencia de una capacidad que se centra en comprender, ser consciente, controlar y expresar las emociones de una manera adecuada (Baron, 2006).	El índice de Inteligencia Emocional se mide a través del instrumento Inventario Cociente Emocional de Baron y se obtendrá de la suma de las cinco dimensiones y se convertirá según la puntuación estándar compuesta. Que se medirá de la siguiente manera: Muy Alto: 130 a más Alto: 115-129 Moderado: 86-114 Bajo: 70-85 Muy bajo: 69 y menos	Intrapersonal	Conocimiento Emocional de sí mismo	7 9 23 35 52 63 88 116	1= Nunca es mi caso 2 = Casi nunca es mi caso 3 = A veces es mi caso 4 = Casi siempre es mi caso, 5= Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.
				Seguridad	22 37 67 82 96 111 126	
				Autoestima	11 24 40 56 70 85 100 114 129	
				Autorrealización	6 21 36 51 66 81 95 110 125	
				Independencia	3 19 32 48 92 107 121	
				Empatía	18 44 55 61 72 98 119 124	
			Interpersonal	Relaciones Interpersonales	10 23 31 39 55 62 69 84, 99 113 128	

		Responsabilidad Social	16 30 46 61 72 76 90 98 104 119
	Adaptabilidad	Solución de problemas	1 15 29 45 60 -75 89 118
		Prueba de la realidad	8 35 38 53 68 83 88 97 112 127
		Flexibilidad	14 28 43 59 74 -87 103 - 131
	Manejo de estrés	Tolerancia a la tensión	4 20 33 49 64 78 93 108 122
		Control de los impulsos	13 27 42 58 73 86 102 110 117 -130
	Estado de ánimo general	Felicidad	30, 31, 32, 33, 34, 35 2 17 31 47 62 77 91 105 120
		Optimismo.	11 20 26 54 80 106 108 132

Fuente: propia autoría

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos validez y confiabilidad.

2.4.1 Abordaje de investigación

El presente estudio es de carácter deductivo, ya que inicia desde datos generales para luego arribar a conclusiones de naturaleza particular. Del mismo modo es correlacional, debido a que se centra en buscar relación entre dos variables.

2.4.2 Validez y confiabilidad

En relación al Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006), se realizó el análisis de evidencia de validez basado en el contenido mediante el criterio de jueces; para ello se consideró la valoración de cinco expertos en los

aspectos de pertinencia, relevancia y claridad. Se utilizó el coeficiente V de Aiken encontrándose $V \geq 100$ en todos ellos. Dado que se considera como valor límite inferior $V = 87$, entonces se concluye que todos los ítems satisfacen los requerimientos de este tipo de evidencia de validez. Asimismo, se realizó un análisis de confiabilidad mediante el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cron Bach encontrándose $\alpha = .84$ en la variable de dependencia emocional.

En relación a la validez y confiabilidad del Test de inventario de BarOn, es un instrumento estandarizado cuya adaptación peruana fue efectuada por Ugarriza y Pajares (2005), determinaron la autenticidad, a través de un examen factorial de búsqueda de una prueba normativa en pequeños y jóvenes ($N=9172$). La validez del Cuestionario de contenido se determinó mediante un juicio de 3 expertos y la validez de constructo se determinó mediante sus ítems que tuvieron correspondencia con los indicios que se derivaron del concepto del evento que midió.

Para calcular el nivel de confiabilidad del Test de BarOn las investigadoras Ugarriza y Pajares (2005) hicieron el examen de BarOn separando fiabilidad de test y re test y se evidenció que las equivalencias de firmeza interior 0,23 a 0,88 las cuales son respetables. El cuestionario fue aplicado en una prueba piloto a 10 estudiantes y se determinó la consistencia y coherencia interna de Alfa de Cron Bach, cuya medida fue de 0,807 estando en un rango de confiabilidad alto, lo que garantizó la confiabilidad del instrumento para la evaluación.

2.4.3 Técnicas y Procedimiento para la recolección de datos

Las técnicas de acopio de la información son procedimientos que se realizan con el fin de obtener datos importantes para llegar a los objetivos relacionadas a un estudio, se destacó las posteriores técnicas para la recopilación de información, a la indagación, sociometría, encuestas (Levin y Rubin, 2008). Para el trabajo de investigación se usó la psicometría para la obtención de la información referente a las variables Inteligencia Emocional y la Dependencia Emocional, pues es una técnica que presenta muchas ventajas al momento de la recolección de los datos y es de confianza.

Descripción del procedimiento:

1. Establecer contacto con los pobladores y escoger a las personas para el muestreo, este momento atiende a los lineamientos y estatutos establecidos por la USS y la zona donde se llevará a cabo el estudio el cual será un AA. HH de la ciudad de Lima.

2. Consultar acerca de la disponibilidad a atender cuestionarios y ser partícipes en la administración de los respectivos test después de dar una clarificación sencilla a cerca del estudio que se está efectuando.

3. Administración del Cuestionario de D.E; la prueba tiene una duración aproximada de 10 minutos y en esta se da la opción de solucionar dudas en relación a la terminología usada, cómo desarrollar el test o alguna cuestión adicional que aparezca en el transcurso de su aplicación.

4. administración de la Prueba de Inteligencia Emocional; tiene una duración aproximada de 15 a 20 minutos, por el grueso de preguntas, y del mismo modo que la prueba anterior se ofrecerá la opción de despejar sus dudas haciendo preguntas para dilucidar cualquier problema que se presente.

2.4.4 Instrumentos

La instrumentación utilizada para efectuar la obtención de datos y la medición de las variables pertinentes son: el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) para medir el nivel de D.E, el Cuestionario de Inteligencia Emocional de BarOn, para la medición de la I.E.

Cuestionario de Dependencia emocional (CDE)

Ficha técnica del test de D.E (CDE)

Nombre: Cuestionario de dependencia emocional (CDE)

Autores: Lemos Hoyos & Londoño Arredondo

Adaptación Peruana: José Ventura & Tomas Caycho

Año: 2006

Administración: Individual y colectiva

Aplicación: Adolescentes, jóvenes y adultos

Puntuación: Calificación manual

Tipificación: Baremos

Materiales: Cuestionario de dependencia emocional – CDE, percentiles y perfiles

El instrumento toma como base el modelo de la teoría cognitiva de Beck. El examen se compone por 23 preguntas. Los ítems tienen que ser respondidos conforme con la alternativa de múltiple opción del 1 al 6; los ítems de inventario general poseen una puntuación total, así como puntajes divididos en seis dimensiones: ansiedad de separación; expresión afectiva de la pareja; modificación de planes; miedo a la soledad; expresión límite y búsqueda de atención. Es importante decir que cumple con los índices de confiabilidad y validez en el Perú y para la realidad del mismo estudio.

Se puede aplicar la prueba de manera individual, así como colectiva, bajo la consigna: Antes de contestar, ten en mente la relación de pareja que tienes en la actualidad y cómo es tu comportamiento dentro de ella. Tendrás que marcar con una x en los puntajes que se señalan del uno al seis.

Para la evaluación del test se contarán con medidores de evaluación en relación a las respuestas que se obtengan para los puntajes del 1 al 6 en cada ítem, los que en su sumatoria determinan lo siguiente:

I = 1 – 46 = Baja Dependencia

II = 47 – 92 = Dependencia Relativa

III = 93 – 138 = Alta Dependencia

Cuestionario de inteligencia emocional

Ficha técnica del test de BarOn

Nombre original: EQ-I Bar On Emotional Quotient Inventory

Autor: Reuven Bar-On

Procedencia: Toronto – Canadá

Adaptación peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Administración: Individual o colectiva

Formas: Forma completa o Abreviada

Duración: Forma completa: 20 a 25 minutos y abreviada: 10 a 15 minutos.

Aplicación: Sujetos de 16 años a más. Nivel lector de 6to grado de primaria

Puntuación: Calificación computarizada

Significación: Estructura factorial: 1 CE-T, 5 Factores componentes y 15 subcomponentes que evalúan las habilidades sociales y emocionales.

Tipificación: Baremos peruanos

Aplicación: Es posible aplicarlo el I-CE en un ambiente educativo, industrial, clínico, y áreas médicas.

El inventario está constituido por 133 ítems, con alternativas de respuesta modo Likert de 5 puntos (1= casi nunca – 5= siempre), que da un puntaje de Coeficiente Emocional Total. Del mismo modo, hace una evaluación de 5 componentes y 15 subcomponentes. Vale decir que cumple con los índices de confiabilidad y validez en el Perú y para la realidad del mismo estudio.

En relación a la administración, el evaluador no necesita de gran adiestramiento. La aplicación del examen puede ser realizada por asistentes de estudio y docentes, no obstante, el evaluador debe conocer el test, brindar las indicaciones de manera clara, requerir la aceptación, evitar sesgo y dilucidar interrogantes que aparezcan al suministrar la prueba, noticiarles que evalúa y pedirles responder el inventario completo. De la misma manera, los mismos evaluados deben responder los ítems de la prueba sin inducir a una respuesta, para evitar sesgos.

Para la interpretación de resultados tenemos la siguiente tabla.

Puntajes	Pautas de Interpretación
130 y más	Capacidad emocional muy desarrollada: Marcadamente alta.
116 a 129	Capacidad emocional muy desarrollada: Alta. Buena capacidad emocional.
85 a 115	Capacidad emocional adecuada: Promedio.
70 a 84	Necesita mejorar: Baja. Capacidad emocional por debajo del promedio.

2.5 Procedimientos de análisis de datos

En relación a la manipulación de los datos, la elaboración de tablas y gráficos, así como las correlaciones entre variables, se usarán dos instrumentos computacionales Microsoft Excel 2010 y SPSS Statistics 22.

2.6 Criterios éticos

Se efectuará el estudio tomando a consideración que los participantes de este estudio estén constituidos por personas voluntarias y también la administración de las pruebas lo sean, del mismo modo el análisis de los resultados estará en reserva y manipulados con discreción.

2.7 Criterios de rigor científico

Se hará uso de criterio empírico de antiguos estudios efectuados respecto al tema de nuestro estudio, la bibliografía pertinente, utilización de pruebas validadas y programas computacionales que correspondan.

III. RESULTADOS

3.1 Resultados en tablas.

Tabla 1

Correlación entre I.E y D.E

		Correlaciones	
		Inteligencia emocional	Dependencia emocional
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.989**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Dependencia emocional	Correlación de Pearson	-.989**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como podemos observar en los resultados de la tabla, el índice de correlación de Pearson hallado entre las variables I.E y D.E es: **-0.989**.

Los resultados de la tabla muestran una muy fuerte correlación negativa de -0.989, significativa al nivel 0,01 (bilateral), 99% nivel de significación. Observando el signo de la correlación, podemos afirmar que a mayor nivel de inteligencia emocional existe menor nivel de dependencia emocional y viceversa. En consecuencia, el Nivel de I.E es inversamente proporcional al nivel de D.E.

Tabla 2.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión ansiedad de separación de la D.E.

		Inteligencia emocional	Ansiedad de separación
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.990**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Ansiedad de separación	Correlación de Pearson	-.990**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre Inteligencia emocional y la dimensión ansiedad de separación de la dependencia emocional es la siguiente:

-0.990.

Los resultados nos muestran que la inteligencia emocional tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión ansiedad de separación de la dependencia Emocional. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la inteligencia emocional disminuirá considerablemente los niveles de ansiedad de separación que existentes.

Tabla 3.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la D.E.

		Inteligencia emocional	Expresión afectiva de pareja
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.987**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Expresión afectiva de pareja	Correlación de Pearson	-.987**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre I.E y la dimensión expresión afectiva de pareja de la D.E es la siguiente:

-0.987.

Los resultados nos muestran que la I.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión expresión afectiva de pareja de la D.E. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la I.E mejorará la expresión afectiva de pareja existente.

Tabla 4.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E.

		Inteligencia emocional	Modificación de planes
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.983**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Modificación de planes	Correlación de Pearson	-.983**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson hallada entre I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E es la siguiente:

-0.983.

Los resultados nos muestran que la I.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión modificación de planes de la D.E. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la I.E habrá niveles favorables en cuanto a la modificación de planes existente.

Tabla 5.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E.

		Correlaciones	
		Inteligencia emocional	Miedo a la soledad
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.982**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
	Miedo a la soledad	-.982**	1
Miedo a la soledad	Correlación de Pearson	-.982**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson hallada entre I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E es la siguiente:

-0.982.

Los resultados nos muestran que la I.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión miedo a la soledad de la D.E. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la I.E disminuirá considerablemente los niveles de miedo a la soledad existente.

Tabla 6.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión expresión límite de la D.E.

		Correlaciones	
		Inteligencia emocional	expresión límite
Inteligencia emocional	Correlación de	1	-.986**
	Pearson		
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
expresión límite	Correlación de	-.986**	1
	Pearson		
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre I.E y la dimensión expresión límite de la D.E es la siguiente:

-0.986.

Los resultados nos muestran que la I.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión expresión límite de la D.E. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la I.E disminuirá considerablemente los niveles de expresión límite existentes.

Tabla 7.

Correlación entre la variable I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E.

		Inteligencia emocional	Búsqueda de atención
Inteligencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.982**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Búsqueda de atención	Correlación de Pearson	-.982**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E es la siguiente:

-0.982.

Los resultados nos muestran que la I.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión búsqueda de atención de la D.E. Por lo tanto, si se desarrolla adecuadamente la I.E disminuirá considerablemente los niveles de búsqueda de atención existentes.

Tabla 8*Correlación entre la variable D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E.*

		Dependencia	
		emocional	intrapersonal
Dependencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.861**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
intrapersonal	Correlación de Pearson	-.861**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E es la siguiente:

-0.861.

Los resultados nos muestran que la D.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión intrapersonal de la I.E. Por lo tanto, si se fortalece adecuadamente el aspecto intrapersonal disminuirá considerablemente los niveles de D.E existentes.

Tabla 9.

Correlación entre la variable D.E y la dimensión interpersonal de la I.E.

		Dependencia	
		emocional	interpersonal
Dependencia emocional	Correlación de	1	-.835**
	Pearson		
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
interpersonal	Correlación de	-.835**	1
	Pearson		
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre D.E y la dimensión interpersonal de la I.E es la siguiente:

-0.835.

Los resultados nos muestran que la D.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión interpersonal de la I.E. Por lo tanto, si se fortalece adecuadamente el aspecto interpersonal disminuirá considerablemente los niveles de D.E.

Tabla 10.

Correlación entre la variable D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E.

		Dependencia	
		emocional	adaptabilidad
Dependencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.768**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
adaptabilidad	Correlación de Pearson	-.768**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E es la siguiente:

-0.768.

Este es uno de los resultados más bajos de las correlaciones efectuadas, pero no deja de ser significativo. Los resultados nos muestran que la D.E tiene una considerable correlación negativa con la dimensión adaptabilidad de la I.E. Por lo tanto, si se fortalece adecuadamente el aspecto de adaptabilidad disminuirá significativamente los niveles de D.E existentes.

Tabla 11*Correlación entre la variable D.E y la dimensión manejo de estrés de la I.E.*

		Correlaciones	
		Dependencia emocional	Manejo de estrés
Dependencia emocional	Correlación de Pearson	1	-.829**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Manejo de estrés	Correlación de Pearson	-.829**	1
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

Nota: **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre D.E y la dimensión manejo de estrés de la I.E es la siguiente:

-0.829.

Los resultados nos muestran que la D.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión manejo de estrés de la I.E. Por lo tanto, si se fortalece adecuadamente el manejo de estrés disminuirá considerablemente los niveles de D.E existentes.

Tabla 12

Correlación entre la variable D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E.

		Correlaciones	
		Dependencia emocional	Estado de ánimo general
Dependencia emocional	Correlación de	1	-.941**
	Pearson		
	Sig. (bilateral)		.000
	N	80	80
Estado de ánimo general	Correlación de	-.941**	1
	Pearson		
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	80	80

*Nota: **.* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La correlación de Pearson encontrada entre D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E es la siguiente:

-0.941.

Los resultados nos muestran que la D.E tiene una fuerte correlación negativa con la dimensión estado de ánimo general de la I.E. Por lo tanto, si se fortalece adecuadamente el estado de ánimo general disminuirá considerablemente los niveles de D.E existentes.

3.2 Discusión de resultados

El presente trabajo de investigación buscó principalmente clarificar la relación entre la D.E y la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. En los resultados se evidencia que existe relación entre la D.E y la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.989), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se desprende que existe una relación de proporcionalidad inversa entre la D.E y la I.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen los niveles de D.E y viceversa. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la I.E y la D.E en los pobladores de un AA. HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que detrás de la D.E se esconde un esquema de inmadurez emocional, una especie de infantilismo cognitivo y egocentrismo que hace que las personas no sean capaces de desapegarse. En tal sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y la dimensión ansiedad de separación de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión ansiedad de separación de la D.E, según el estadístico de Pearson (-0.990), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión ansiedad de separación de la D.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen significativamente los niveles de ansiedad de separación existentes en la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la I.E y la dimensión ansiedad de separación de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que cuando se tiene inmadurez emocional se crea un esquema mental negativo de abandono en el que la padece, esto se traduce en miedo al abandono y la persona empieza a pensar que si

alguien llega a quererla en algún momento se aburrirá de ella. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es crucial para reducir los niveles de ansiedad de separación existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la D.E según el estadístico de Pearson (-0.987), ($p < 0.05$), por consiguiente, de los resultados se puede observar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la D.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen significativamente los niveles de búsqueda obsesiva constante de expresión afectiva de la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable I.E y la dimensión expresión afectiva de la pareja de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que una persona emocionalmente inmadura estará en una búsqueda exagerada de sensaciones, será una devoradora de emociones, también por Castelló (2005) quien declara que la D.E es una necesidad afectiva extrema y constante donde quienes la padecen presentarán un patrón característico en la mayor parte de sus relaciones de pareja dominado por la mencionada necesidad afectiva extrema. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es fundamental para reducir los niveles de búsqueda obsesiva constante de expresión afectiva de la pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E, según el estadístico de Pearson (-0.983), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen

significativamente los niveles de modificación de planes existentes en la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable I.E y la dimensión modificación de planes de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2006) quien nos dice que una persona inmadura emocionalmente tiene baja tolerancia a la frustración, cree que el mundo gira a su alrededor, y si las cosas no son como quiere que sean ocasionará tensión en la relación, esto generaría una codependencia por lo expuesto por Castelló (2012) quien nos declara que para el dependiente emocional, su vida gira en torno a su pareja, de tal manera que nada más importa, y esto incluye a sí mismo, tanto a hijos como a lo que resta de su familia. Es crucial permanecer pendientes de los deseos y necesidades, inclusive vanas trivialidades de la pareja con el fin de satisfacerlos. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es fundamental para reducir los niveles de modificación de planes existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E, según el estadístico de Pearson (-0.982), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen significativamente los niveles de miedo a la soledad existentes en la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable I.E y la dimensión miedo a la soledad de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que la inmadurez emocional provoca dependencia afectiva y una de sus características principales es el temor a la soledad, Así también Castelló (2005) quien refiere que el dependiente emocional requiere siempre de su pareja para sentirse seguro, es por ello que le temen mucho a la soledad, por eso intenta evitarla. En este sentido y analizando los resultados encontrados,

confirmamos que el desarrollo de la I.E es fundamental para reducir los niveles de miedo a la soledad existentes en las relaciones afectivas.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y expresión límite de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión expresión límite de la D.E, según el estadístico de Pearson (-0.986), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se desprende que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión expresión límite de la D.E, donde al aumentar los niveles de I.E se reducen significativamente los niveles de expresión límite existentes en la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable I.E y expresión límite de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2003) quien nos dice que, en el marco de una inmadurez emocional, los que no saben perder en el amor se constituyen una bomba de tiempo. Cuando se pierde el control del otro o este se aleja afectivamente, vale cualquier estrategia de recuperación, sin medir límites ni ponderaciones; cualquier cosa es válida. El berrinche puede permitir cualquier recurso, con tal de evitar el abandono. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es crucial para reducir los niveles expresión límite existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E, según el estadístico de Pearson (-0.982), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E, donde al aumentar los niveles de D.E se reducen significativamente los niveles de búsqueda de atención existentes en la pareja. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable I.E y la dimensión búsqueda de atención de la D.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima.

Estos resultados son corroborados por Castelló (2005) quien nos dice que el dependiente emocional se inclina a la constante búsqueda de atención de la pareja para sentir segura su permanencia en la relación y tratar de convertirse en el centro de la vida de su pareja. Se expresa mediante de la necesidad psicológica que posee el dependiente frente a su pareja, Así también Risso (2013) refiere que la ilusión de permanencia es producto de la inmadurez emocional. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E es fundamental para reducir los niveles de búsqueda de atención existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.861), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E, donde al elevar los niveles de la dimensión intrapersonal de la I.E se reduce significativamente los niveles de D.E existentes. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable D.E y la dimensión intrapersonal de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que la inmadurez emocional, la cual provoca D.E, tiene como una de sus características a la poca introspección, dificultades para observarse a sí mismo lo cual ocasionará poseer un autoconocimiento muy pobre. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E en su dimensión intrapersonal es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable D.E y la dimensión interpersonal de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable D.E y la dimensión interpersonal de la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.835), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación

inversamente proporcional entre la variable D.E y la dimensión interpersonal de la I.E, donde al elevar los niveles de la dimensión interpersonal de la I.E se reduce significativamente los niveles de dependencia afectiva existentes. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable D.E y la dimensión interpersonal de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Moral & Silvert (2009) quienes en su investigación tuvieron como objetivo el análisis psicosocial de las D.E, en cuyas conclusiones ofrecen una propuesta etiológica de las D.E y se hace hincapié en lo trascendental de lograr una buena salud socioemocional optimizaste en nuestros recursos relacionales. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E en su dimensión interpersonal es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E en los pobladores de un asentamiento humano de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.768), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E, donde al elevar los niveles de la dimensión adaptabilidad de la I.E se reduce significativamente los niveles de D.E existentes. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable D.E y la dimensión adaptabilidad de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Risso (2013) quien nos dice que la inmadurez emocional, la cual provoca D.E, tiene como una de sus características los bajos umbrales para el dolor, no soportar la incomodidad provenga de donde provenga, el menor sufrimiento será una pesadilla. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E en su dimensión adaptabilidad es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable D.E y la dimensión manejo de estrés de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable dependencia emocional y la dimensión manejo de estrés de la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.829), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable D.E y la dimensión manejo de estrés de la inteligencia emocional, donde al elevar los niveles de la dimensión manejo de estrés de la I.E se reduce significativamente los niveles de D.E existentes. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable D.E y la dimensión manejo de estrés de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Baron (2006) en su modelo multifactorial encontramos las dos características principales del manejo de estrés que son la tolerancia al estrés y control de los impulsos, en tal sentido contemplamos las declaraciones de Risso (2013) quien nos dice que la inmadurez emocional, la cual provoca dependencia afectiva, tiene como características la baja tolerancia a la frustración y la elevada impulsividad. En este sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E en su dimensión manejo de estrés es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

Con respecto al objetivo sobre conocer la relación entre la variable D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E en los pobladores de un AA.HH de la ciudad de Lima, podemos observar en los resultados que existe relación entre la variable D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E, según el estadístico de Pearson (-0.941), ($p < 0.05$), por lo tanto, de los resultados se puede apreciar que existe una relación inversamente proporcional entre la variable D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E, donde al elevar los niveles de la dimensión estado de ánimo general de la I.E se reduce significativamente los niveles de D.E existentes. En consecuencia, se descarta la hipótesis nula, y la hipótesis de estudio queda aceptada, donde hace referencia que existe relación entre la variable D.E y la dimensión estado de ánimo general de la I.E en los pobladores de un A.HH de la

ciudad de Lima. Estos resultados son corroborados por Baron (2006) quien refiere en su modelo multifactorial las dos características principales del estado de ánimo general que son el optimismo y la felicidad, en tal sentido contemplamos las declaraciones de Risso (2013) quien nos dice que en primer lugar y sin poner excusas, debemos amarnos y respetarnos. Si no se da ninguna de las dos cosas (deben ser las dos o nada), no estamos con la persona correcta. Tener resignación frente a una mala relación de forma automática te quita el derecho al amor, porque te convertirías en cómplice de tu infelicidad. Ponerte en defensa de tus derechos y no aceptar la humillación te hace más querible, y eliminar el autocastigo te libera. En tal sentido y analizando los resultados encontrados, confirmamos que el desarrollo de la I.E en su dimensión estado de ánimo general es fundamental para reducir los niveles de D.E existentes en las relaciones de pareja.

IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

En relación a los objetivos de la investigación y con basamento en los resultados, se concluye lo siguiente:

Concerniente al Objetivo General de la investigación, se buscaba: Determinar la relación entre la Inteligencia emocional y la Dependencia afectiva en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima, 2018.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe correlación negativa importante entre la variable Inteligencia emocional y la variable Dependencia afectiva en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

Concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Ansiedad de separación de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Ansiedad de separación de la Dependencia emocional.

A su vez, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Expresión afectiva de la pareja de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Expresión afectiva de la pareja de la Dependencia emocional.

Del mismo modo, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Modificación de planes de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Modificación de planes de la Dependencia emocional.

También, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Miedo a la soledad de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Miedo a la soledad de la Dependencia emocional.

A su vez, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión

Expresión límite de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Expresión límite de la Dependencia emocional.

Por otro lado, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión Búsqueda de atención de la Dependencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Inteligencia emocional y la dimensión búsqueda de atención de la Dependencia emocional.

También, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Intrapersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Dependencia emocional y la dimensión Intrapersonal de la Inteligencia emocional.

Del mismo modo, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Interpersonal de la Inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Dependencia emocional y la dimensión Interpersonal de la Inteligencia emocional.

Por otro lado, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Adaptabilidad de la Inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Adaptabilidad de la Inteligencia emocional.

También, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Manejo de estrés de la Inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Manejo de estrés de la Inteligencia emocional.

Y finalmente, concerniente a los Objetivos Específicos de la investigación, se buscaba: Establecer la relación entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Estado de ánimo general de la Inteligencia emocional en los pobladores de un Asentamiento Humano de la ciudad de Lima.

En función a los resultados obtenidos se concluye que existe una correlación negativa muy fuerte entre la variable Dependencia afectiva y la dimensión Estado de ánimo general de la Inteligencia emocional.

4.2 Recomendaciones

Con basamento en los resultados se recomienda lo siguiente:

Se recomienda profundizar más en la búsqueda de conocimientos sobre la relación entre la I.E y la D.E, mediante nuevos estudios que ahonden en los puntos tratados en la presente investigación debido a que es un tema muy amplio y trascendental que mejorará las relaciones de pareja que serán las futuras familias del país teniendo en cuenta que la familia funcional es el pilar de la sociedad.

Se recomienda implementar y aplicar una propuesta de programa de intervención para potenciar la I.E en los pobladores del AA.HH de la ciudad de Lima.

Se recomienda plantear una serie de campañas de salud mental con apoyo del municipio local donde especialistas en el área puedan brindar charlas y talleres que ayuden al mejor entendimiento sobre el tema y a valorar debidamente el desarrollo de la I.E como herramienta eficaz frente a la D.E.

Referencias

- Aiquipa, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411-437.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence. *Revista Psicothema*, (18),13-25.
- Blázquez, M., Moreno, J. M., & García, M. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Anales de psicología*, 25(2), 250-260.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional: Características y tratamiento*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Castelló, J. (2012). *La superación de la Dependencia Emocional*. Madrid, España: Corona Borealis.
- Federación de enseñanza de CC.OO. de Andalucía. (2011). Inteligencia emocional: definiciones. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 1989(4023), 1-12.
- Fromm, E. (2014). *El arte de amar*. (5ª. ed.). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona, España: Kairós.
- Goleman, D. (2018). *La Inteligencia Emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Buenos Aires, Argentina: Ediciones B.
- Gottman, J., & Silver, N. (2012). *Siete reglas de oro para vivir en pareja: Un estudio exhaustivo sobre las relaciones y la convivencia*. Madrid, España: Debolsillo.
- Güell, M. (2013). *¿Tengo inteligencia emocional?*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Hall, J., & Guyton, A. (2016). *Tratado de Fisiología Médica*. Madrid, España: Elsevier.
- Heitler, S. (21 de octubre de 2011). *psychologytoday*. Obtenido de <https://www.psychologytoday.com/us/blog/resolution-not-conflict/201110/the-woman-who-saved-marriage>
- Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación*. (7ª. ed.). Bogota, Colombia: Mc. Graw Hill.
- 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.
- Lynch, T. R., Robins, C. J., & Morse, J. Q. (2003). Funcionamiento de la pareja en la depresión: los roles de la sociotropía y la autonomía. *Journal of Clinical Psychology*, 57 (1), 93-103.
- Moral, M., & Silvert, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240.
- Morse, J. Q., Robins, C. J., & Gittes-Fox, M. (2002). Criterios de sociotropía, autonomía y trastorno de la personalidad en pacientes psiquiátricos. *Journal of Personality Disorders*, 16 (6), 549-60.

- Muñoz, M. (2019). *Emociones, sentimientos y necesidades, una aproximación humanista*. Tijuana, México: Ideazapato – Araukaria.
- Núñez, M. (2019). *Amores que matan: el flagelo de la violencia contra la mujer*. Cordoba, Argentina: Independently Published.
- Quinatao, R., & Robinson, S. (2014). *La dependencia afectiva como causante de las relaciones sexuales precoces en adolescentes embarazadas que acuden al servicio de consulta externa del hospital provincial general de Latacunga (tesis de maestría)*. Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Risso, W. (2003). *Sabiduría Emocional*. (20^a. ed.). Bogotá, Colombia: Norma.
- Risso, W. (2012). *Amores altamente peligrosos*. Buenos Aires, Argentina: Grupo Planeta.
- Risso, W. (2013). *Para vencer la Dependencia Emocional*. Madrid, España: Phronesis.
- Risso, W. (2018). *¿Amar o Depender?*. DF, México: Planeta México.
- Rocha, B., Castiblanco, J., & Meza, M. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Perspectivas en Psicología*, 15(2), 285-299.
- Schore, A. (2015). *Regulación afectiva y el origen del yo: la neurobiología del desarrollo emocional*. Reino Unido: Ruta.
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Revista Persona*, (04), 129-160.
- Vega, K. (2016). *Ajuste diádico y dependencia emocional en cónyuges de matrimonios jóvenes en Trujillo (tesis de pregrado)*. Universidad Peruana del Norte, Perú.
- Weisinger, H. (2001). *La Inteligencia emocional en el trabajo*. Madrid, España: Suma de Letras.
- Wilson, E. (2014). *Sociobiología: la nueva Síntesis*. Barcelona, España: Ediciones Omega.