

CELOS Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Trabajo Fin de Grado de Psicología

Autores:

Sheila Adrián Pérez

Carla Arvelo González

Adrián Gutiérrez Pacheco

Tutorizado por:

Juan Ignacio Capafons Bonet

Carmen Dolores Sosa Castilla

Curso académico 2021-22

ÍNDICE

RESUMEN

ABSTRACT

1. INTRODUCCIÓN	1
2. MÉTODO	5
2.1. Participantes	5
2.2. Instrumentos	8
3. RESULTADOS	10
4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	16
5. REFERENCIAS	19
6. ANEXOS	23

RESUMEN

La dependencia emocional y los celos son factores que, en menor o mayor medida, se encuentran en muchas de las relaciones de pareja actuales y que contribuyen a generar malestar en estas y en los individuos que los experimentan. Su presencia en las relaciones no es novedosa, pero recientemente, con la expansión de las redes sociales, la sociedad se ha hecho más consciente de su relevancia. Es por ello, que el objetivo de este trabajo fue analizar la relación entre dependencia emocional y celos en las relaciones de pareja, a la vez que investigar cómo se vinculan estos con una serie de variables sociodemográficas. Los resultados indicaron la existencia de una relación directa entre las dos variables principales, donde los factores pesimismo, desconfianza e intriga mostraron mayores conexiones con la dependencia emocional. Asimismo, esta está relacionada de manera significativa con el género y la satisfacción con la relación, de modo que los hombres puntuaron más alto en dependencia que las mujeres y las personas más satisfechas con su relación la experimentan en menor medida. Estos resultados no se encontraron en la variable celos, debido a no hallarse relaciones significativas entre género y la satisfacción con ellos. Del mismo modo, la edad no parece estar vinculada con los celos y la dependencia emocional.

Palabras clave: relación de pareja, dependencia emocional, celos

ABSTRACT

Emotional dependence and jealousy are factors that, to a greater or lesser extent, are found in many of today's relationships and that contribute to generate discomfort in these relationships and in the individuals who experience them. Their presence in relationships is not new, but recently, with the expansion of social networks, society has become more aware of their relevance. For this reason, the aim of this study was to analyse the relationship between emotional dependence and jealousy in relationships, and to investigate how these are related to a series of socio-demographic variables. The results indicated the existence of a direct relationship between the two main variables, where the factors pessimism, distrust and intrigue showed stronger connections with emotional dependence. It is also significantly related to gender and relationship satisfaction, with men scoring higher on dependence than women and people who are more satisfied with their relationship experiencing less dependence. These results were not found in the jealousy variable, due to not finding significant relationships between gender and satisfaction with them. Similarly, age does not appear to be linked with jealousy and emotional dependency.

Keywords: relationship, emotional dependence, jealousy

1. INTRODUCCIÓN

El amor en todas sus vertientes ha sido objeto de múltiples investigaciones por el creciente interés que suscita entre la población. Estos aspectos pueden condicionar la vida en otros muchos ámbitos y concretamente, la dependencia emocional y los celos, son términos que están cada vez más arraigados en la sociedad y que poco a poco es más común encontrarlos asociados a las relaciones afectivas de pareja.

Sternberg (1986) postuló un modelo teórico triangular que comprendía las dimensiones básicas del amor, siendo un total de tres componentes: la pasión, distinguida por la búsqueda de placer, satisfacción y deseo sexual; la intimidad, constituyendo el elemento central que promueve el acercamiento, vínculo y conexión; y el compromiso, que refiere el nivel en que una persona se dispone para hacerse cargo de la relación, siendo el componente que aporta estabilidad a la misma (Capafons y Sosa, 2015).

En función de estos componentes y sus combinaciones pueden verse explicadas las diferentes etapas o tipos de amor (Maureira y Maureira, 2012). En concreto, atendiendo al amor pasional, estudios con neuroimagen han sugerido que éste puede dividirse en amor romántico y obsesión romántica (Acevedo y Aron, 2009). El primero se caracteriza por un gran sentimiento de atracción y compromiso, mientras que en el segundo hacen presencia los celos, la dependencia y los pensamientos intrusivos hacia la pareja.

Ben-Ze'e (2013) considera que los celos son una emoción compleja que se activa por la certeza o sospecha de una amenaza a la relación, presentando componentes conductuales, cognitivos y fisiológicos. Canto, García y Gómez (2009) señalan que esta emoción presenta componentes tanto negativos como positivos, que se encuentran generados por el miedo que supone la pérdida de la pareja junto al odio hacia el rival que la puede hacer posible. De este modo, se clarifica que la

posibilidad de pérdida y los celos se encuentran directamente relacionados, de manera que al disminuir la primera, disminuyen los segundos.

Salovey y Rothman (1991) hacen también referencia a este rival, destacando de él sus características; pues una de las condiciones para que la persona experimente celos es que considere a este rival superior a sí mismo en ciertos aspectos que asume como nucleares en su propio autoconcepto.

Las emociones no pueden ser entendidas sin tener en cuenta el contexto social y cultural; por ello, los celos no deben considerarse como estáticos, invariables y unitarios. Por el contrario, se debe atender a su naturaleza multifacética en la que la cultura juega un papel primordial, tanto en su desarrollo como en lo necesario para su comprensión (Canto, García y Gómez, 2009).

Charcape y Pairazamán (2020) señalan que la tendencia de normalizar los celos entre los miembros de una pareja se ha ido generando desde hace varios años. Esta nueva interpretación se centra en que si hay celos es porque se quiere a la pareja y se empieza a considerar, de manera errónea, que la pareja forma parte de su posesión, generando un sentimiento de pertenencia en el que él o ella está en la obligación de dedicarle tiempo y atención de manera única y exclusiva. Con todo ello se fomenta en las personas dependencia emocional.

Las relaciones de los dependientes emocionales suelen caracterizarse por ser patológicas, inestables y, además, producir insatisfacción. Debido a esta dependencia emocional, las personas no son capaces de dejar la relación, ni de aceptar una ruptura, por lo que permanecen de manera obstinada en esta relación, convirtiéndose en un patrón repetitivo en relaciones futuras (Nepo Mora, 2019).

La dependencia emocional se define como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se pretenden satisfacer con otras personas de forma inadecuada (Castelló, 2000) y que ocasiona la búsqueda desesperada de relaciones de pareja (Castelló, 2005).

Lo que ocurre en las personas con estas características, es que el amor, que está fuertemente ligado con el bienestar psicológico, físico y social, se convierte en necesidad y se desliga de lo anterior. Los dependientes emocionales experimentan un anhelo irresistible de estar con la persona de la que dependen, de tal manera que existen similitudes con los trastornos adictivos apareciendo aspectos como abstinencia, craving, inversión de gran cantidad de tiempo y esfuerzo para estar con el otro, y mantener el vínculo aún con las posibles repercusiones negativas (Jiménez y Sirvent, 2008; Riso, 2004).

El perfil de los dependientes emocionales se caracteriza, además de por lo ya mencionado, por la presencia de sentimientos negativos (culpa, tristeza, soledad, entre otras), vacío e inestabilidad emocional. Asimismo, tienen escasa conciencia del problema y se focalizan extremadamente en el otro, llegando a descuidarse a sí mismos (Moral, Sirvent, Ovejero & Cuetos, 2018).

Teniendo en cuenta los aspectos comentados acerca de las variables que nos competen, los celos y la dependencia emocional, la investigación sobre ellos se vuelve relevante. En su importancia influyen ciertos factores como su estrecha relación con la violencia. Corsi (2003) señala que los celos mantienen una relación causal con la violencia de género. De igual modo, la dependencia emocional se ha identificado como una característica en mujeres víctimas de violencia de pareja (Amor y Echeburúa, 2010). La percepción de amor romántico que se tiene de las relaciones de pareja, (dependencia del otro, postergación lo propio y desesperación ante la idea de que la pareja se vaya, entre otras características), es uno de los factores relacionados con la permanencia de la mujer en relaciones violentas (Deza, 2012). Además, la dependencia emocional se ha visto relacionada con la presencia de ansiedad y depresión (Jiménez, de la Villa y Sirvent, 2009) y con una menor autoestima (Zimmerman, Copeland, Shope, y Dielman, 1997).

Ambas variables se relacionan también con la edad. Atendiendo a la dependencia emocional, se encuentran determinadas etapas en las que existe una mayor predisposición a la aparición de la misma. Una de ellas es la adolescencia, puesto que está marcada por un exceso de dependencia emocional de los iguales (Hartup, 1993), donde a diferencia de la infancia, las necesidades de apego se

satisfacen por los vínculos con estos (Zeifman y Hazan, 2008). La mayor presencia de celos también se ha posicionado en esta etapa, López y Rodríguez (2008) encontraron que los jóvenes puntúan de manera más alta que los adultos de edades intermedias en este ámbito, puesto que los de menor edad los interpretan como una muestra de amor.

En este mismo estudio se señala que existe una estrecha relación entre los celos y la satisfacción con la pareja y la relación. Estos datos han sido corroborados posteriormente por otros autores, que afirman que los celos generan insatisfacción en la relación de pareja, provocando un aumento de conflictos, separaciones y, en algunos casos, llegando incluso a situaciones de agresividad y violencia (Adams y Rankin, 2014; García y Enciso, 2014). Los datos proporcionados por Stith, Green, Smith y Ward (2008) van en la misma dirección. Ellos encontraron una relación significativa y negativa entre satisfacción en la pareja y riesgo de violencia por parte del compañero íntimo. Esto resulta de interés para nuestra investigación, dado que los celos y la dependencia emocional se asocian con insatisfacción en la pareja.

En relación al género, no se han encontrado diferencias significativas en celos entre hombres y mujeres (Perles et al., 2011; Martínez et al., 2013). Sin embargo, la media de las puntuaciones obtenidas en hombres tiende a ser mayor.

Por otro lado, referido al tiempo de relación, se han evidenciado resultados contradictorios en diferentes estudios sobre celos. Por ejemplo, en un primer momento Aune y Comstock (1997) encontraron que la aparición de los celos y su expresión aumenta a medida que una relación avanza; mientras que en otro trabajo posterior se encontró una relación negativa entre el tiempo de relación y la puntuación obtenida en celos, refiriendo que a medida que el tiempo avanza el nivel de celos disminuye (Martínez et al., 2013).

Desde un punto de vista social, la creciente presencia de celos y dependencia en las relaciones de pareja, ha provocado que cada vez se generen más relaciones tóxicas. Del mismo modo, se ha observado que estos dos aspectos están relacionados entre ellos, es decir, las personas que sufren de celos tienden a presentar un perfil emocionalmente dependiente (Charcape y Pairazamán, 2020).

El objetivo del presente trabajo es investigar sobre la posible existencia, o no, de una relación entre los celos y la dependencia emocional, y de los mismos con respecto a una serie de variables sociodemográficas: género, edad y satisfacción con la relación de pareja.

2. MÉTODO

En el presente apartado se expone una descripción de la muestra de esta investigación, así como el procedimiento seguido para su obtención y los instrumentos empleados.

2.1. Participantes

En este estudio participaron de forma voluntaria 584 personas de nacionalidad española y mayores de 14 años, de las cuales fueron eliminadas 78 por no cumplir con el criterio de inclusión de haber tenido una relación romántica con una duración mínima de seis meses. Finalmente, la muestra está conformada por un total de 506 personas, con un 54.5% (n=276) de mujeres, 43.9% (n=222) de hombres y 0.8% (n=4) de no binarios. La edad media se halla en 24.5 y la desviación típica es de 8.3, comprendiéndose las edades entre los 15 y los 61 años. Para el acceso a los participantes más jóvenes se ha contado con la colaboración del IES La Matanza, que ha permitido que los investigadores acudan al centro para realizar el pase del instrumento. Respecto a la duración de la relación de pareja, la muestra se encuentra en torno a una media de 44.03 meses (tres años y medio aproximadamente) y presenta una desviación típica de 63.44, siendo la duración mínima de 6 meses y la máxima de 428 meses (más de 35 años).

En las siguientes figuras se exponen algunas variables sociodemográficas de interés para este estudio. En la figura 1 se muestra la distribución de la muestra en función de su orientación sexual; en la figura 2 esta distribución se encuentra en función del estado civil; en la figura 3, la zona de residencia; en la figura 4, según el nivel académico; en la figura 5, en torno a la ocupación; y, por último, en la figura 6

esta distribución se encuentra en función del grado de satisfacción que presenta la población respecto a su relación de pareja.

Variables sociodemográficas

Figura 1.

Orientación sexual

ORIENTACIÓN SEXUAL

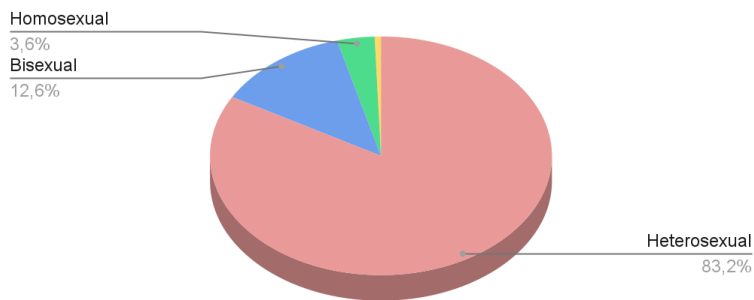


Figura 2.

Estado civil

ESTADO CIVIL

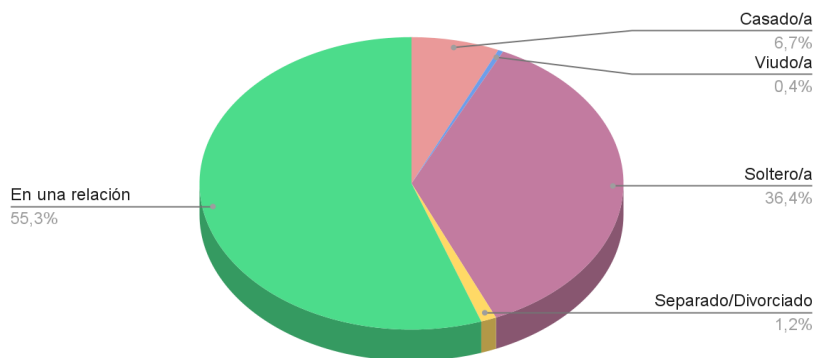


Figura 3.
Zona de residencia

ZONA DE RESIDENCIA

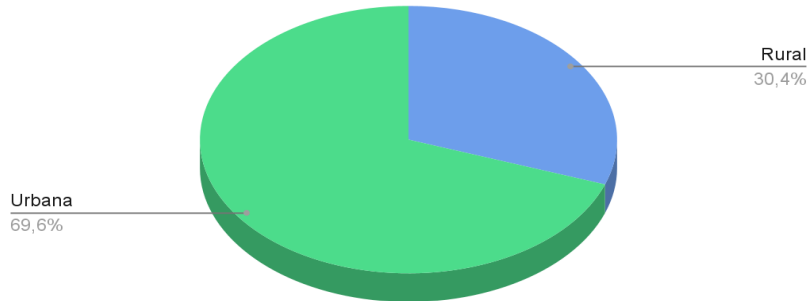


Figura 4.
Nivel académico

NIVEL ACADÉMICO

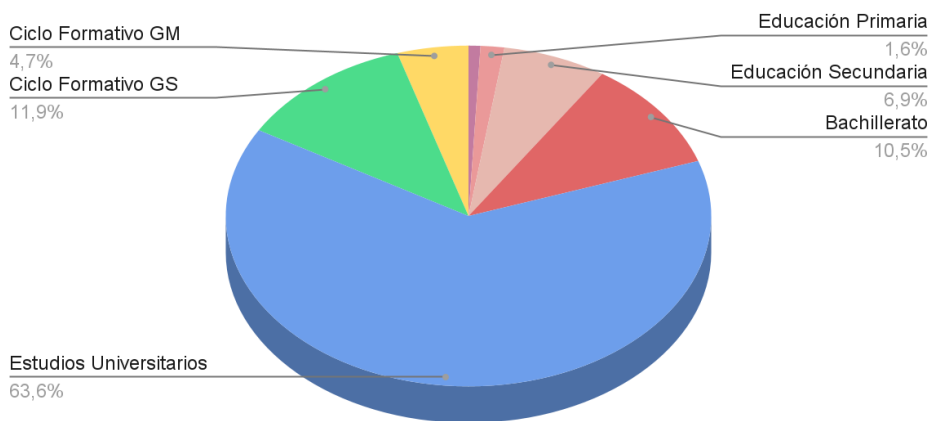


Figura 5.
Ocupación

OCUPACIÓN

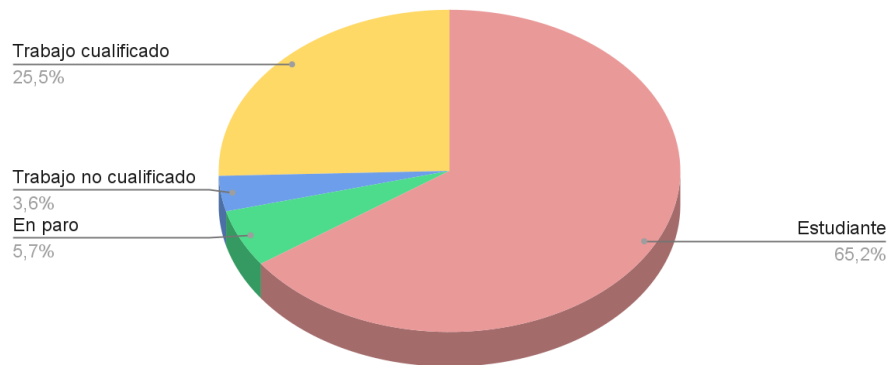
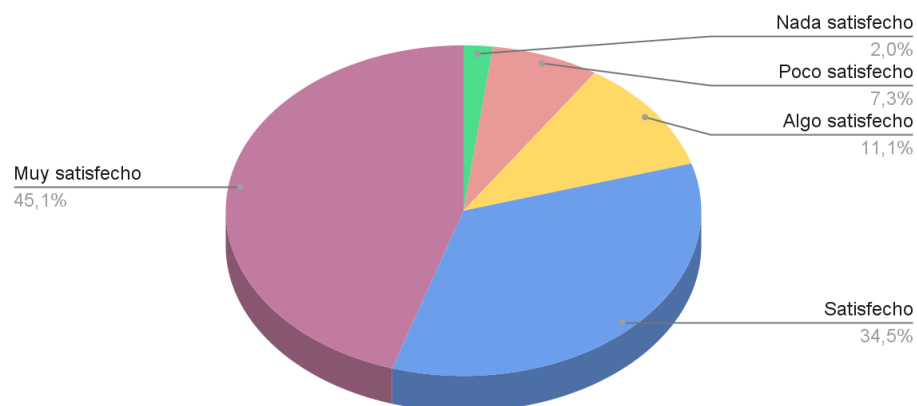


Figura 6.
Satisfacción con la relación

SATISFACCIÓN CON LA RELACIÓN



2.2. Instrumentos

Para realizar este estudio se han empleado un total de tres instrumentos que se pasarán a describir a continuación. Respecto a su administración, ésta se realizó de manera online para facilitar su cumplimentación por parte de los participantes.

Cuestionario sobre datos sociodemográficos ad hoc. A la hora de recoger los diferentes datos de interés sobre la población diana, se diseñó un cuestionario ad hoc para esta investigación conformado por un total de 13 ítems (véase Anexo 1).

Escala de Dependencia Emocional de la Pareja (SED) (véase Anexo 2). Se trata de la adaptación española de Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa, E., Amor, P. J realizada en 2020. Este cuestionario consta de 22 ítems que se responden mediante una escala tipo Likert que oscila entre 0 (totalmente falso) y 4 (totalmente verdadero), donde a mayor puntuación mayor dependencia emocional. Una puntuación por debajo de 10 puntos (\leq percentil 25) refiere niveles bajos de dependencia emocional; entre 10 y 21 puntos, dependencia moderada; entre 22 y 36 puntos, dependencia alta; y por encima de 37 puntos, dependencia extrema (\geq percentil 90). Los mencionados ítems permiten evaluar el grado de dependencia emocional de manera unidimensional con respecto a una relación íntima estable, ya sea actual o pasada. Respecto a sus propiedades psicométricas, se encuentra un único factor que explica el 45.3% de la variable. Además, esta adaptación a población española cuenta con una consistencia interna de $\alpha = .90$.

Inventario Multidimensional de Celos (Ochoa, 1998) (véase Anexo 3). Esta adaptación del inventario original de Díaz-Loving et al. (1989) realizada con 200 universitarios de la Universidad de Colima permite determinar la presencia y el nivel de los celos. Está conformada por 31 ítems que se distribuyen en seis factores conceptualmente congruentes: enfado, molestia o resentimiento hacia la pareja cuando existe la posibilidad de perderla ante un rival; pesimismo, evaluar como catastrófica la pérdida del ser amado o que éste sea capaz de engañar, provocando profunda tristeza; desconfianza, muestra de inseguridad ante el contacto de la pareja con otras personas; intriga, sentirse abrumado y tener curiosidad por lo que hace o dice la pareja en su ausencia; egoísmo, entender que la pareja es una pertenencia y que se posee el derecho de no compartirla; y dolor, sentirse mal e integrar este sentimiento como parte del amor (“quien no sufre no ama”). Cada ítem cuenta con cinco opciones de respuesta tipo Likert, desde completamente en desacuerdo (1) a completamente de acuerdo (5), significando una mayor puntuación mayor presencia de celos. En cuanto a la validez, los factores explican un 59.3% de

la varianza total. La consistencia interna fue medida mediante el coeficiente Alfa de Cronbach encontrando valores superiores a .75.

3. RESULTADOS

Para el análisis de los datos obtenidos se ha utilizado el programa Jamovi y se ha establecido el nivel de confianza al 95%.

En primer lugar, se calculó la fiabilidad de las diferentes pruebas administradas en relación con la muestra de la que se dispuso (véase *Tabla 1*). Para la escala SED se halló un α de Cronbach de .883 y para la escala de celos se encontró que el valor de este estadístico es de .918, mostrando así ambas escalas una adecuada consistencia interna. Esta última escala se encuentra conformada por diferentes factores, por lo que se ha analizado a su vez la fiabilidad que presenta cada uno de ellos.

Tabla 1

Análisis de fiabilidad de los diferentes factores de la escala de celos

Factores	α de Cronbach
Enfado	.731
Pesimismo	.734
Desconfianza	.769
Intriga	.752
Egoísmo	.756
Dolor	.675

Atendiendo a los resultados expuestos en la tabla anterior, se puede apreciar que todos los factores presentan una fiabilidad aceptable ($\alpha > .7$), excepto el factor *dolor* que presenta una fiabilidad menor en relación con el resto ($\alpha = .675$).

Seguidamente se quiso comprobar la hipótesis principal: la existencia de relación entre los celos y la dependencia emocional. Para ello, se calculó el

coeficiente de correlación de Pearson entre las puntuaciones totales alcanzadas en el IMCR y en el SED, encontrándose una fuerte correlación entre ambas variables ($r(504) = .631; p < .001$).

Tras la obtención de estos resultados, el siguiente paso ha sido hallar una matriz de correlaciones entre los diferentes factores que componen el IMCR y la escala de SED. Con esto se ha pretendido observar las relaciones existentes entre estos componentes y, tal y como se puede apreciar en la *Tabla 2*, se ha concluido que todos los factores que componen esta escala de celos presentan una relación directa y significativa con la dependencia emocional.

Tabla 2

Matriz de correlaciones entre el SED y los factores del IMCR

		FACTOR ENFADO	FACTOR PESIMISMO	FACTOR DESCONFIANZA	FACTOR INTRIGA	FACTOR EGOÍSMO	FACTOR DOLOR
TOTAL SED	R de Pearson	0.44	0.575	0.549	0.537	0.519	0.453
	valor p	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001

A la luz de los resultados obtenidos en los análisis de correlaciones, se ha querido indagar sobre el peso que representa cada uno de los factores de los celos, presentes en el IMCR, sobre la variable de dependencia emocional. Para lograr este propósito, se llevó a cabo una regresión múltiple con el objetivo de analizar la varianza explicada de la dependencia emocional por parte del conjunto de factores que conforman el IMCR: “*pesimismo*”, “*desconfianza*”, “*egoísmo*”, “*enfado*”, “*intriga*” y “*dolor*”.

Una vez realizado este procedimiento se encontró que los celos, recogidos a través del cuestionario IMCR, explican un 46.4% de la varianza total de la dependencia emocional, registrada con la escala SED (véase *Tabla 3*).

Tabla 3
Regresión múltiple

Medidas de Ajuste del Modelo

Modelo	R	R ²	Prueba Global del Modelo			
			F	gl1	gl2	p
1	0.681	0.464	71.9	6	499	< .001

Coefficientes del Modelo - TOTAL SED

Predictor	Estimador	EE	t	p	Estimador Estándar
Constante	-6.1246	2.111	-2.901	0.004	
FACTOR ENFADO	-0.0352	0.158	-0.223	0.824	-0.01200
FACTOR PESIMISMO	1.2533	0.155	8.067	< .001	0.41544
FACTOR DESCONFIANZA	0.5957	0.165	3.606	< .001	0.17962
FACTOR INTRIGA	1.3731	0.200	6.855	< .001	0.29719
FACTOR EGOÍSMO	0.0436	0.319	0.137	0.891	0.00826
FACTOR DOLOR	-0.2810	0.210	-1.339	0.181	-0.07075

Sin embargo, profundizando más en estos datos, al analizar detalladamente cada factor de celos y su relación con la dependencia emocional, se encuentra que los factores de *pesimismo*, *desconfianza* e *intriga* son los que explican de forma considerada la mayor parte de la varianza. Así pues, se realizó una segunda regresión múltiple eliminando los factores de *enfado*, *egoísmo* y *dolor*, para comprobar si, efectivamente, esto era así (véase *Tabla 4*). Tal y como se puede apreciar en estos resultados, una vez eliminados estos tres factores, la varianza explicada disminuyó únicamente en un 0.3%, mostrando así que el peso que representan estos factores es mínimo en comparación con los otros.

Tabla 4

Regresión múltiple tras eliminar los factores enfado, egoísmo y dolor

Medidas de Ajuste del Modelo

Modelo	R	R ²	Prueba Global del Modelo			
			F	gl1	gl2	p
1	0.679	0.461	143	3	502	< .001

Coefficientes del Modelo - TOTAL SED

Predictor	Estimador	EE	t	p	Estimador Estándar
Constante	-7.953	1.630	-4.88	< .001	
FACTOR PESIMISMO	1.120	0.119	9.44	< .001	0.371
FACTOR DESCONFIANZA	0.549	0.152	3.61	< .001	0.166
FACTOR INTRIGA	1.354	0.192	7.06	< .001	0.293

Posteriormente, se analizó la relación entre los celos y la dependencia emocional, de manera independiente, con las variables sociodemográficas de interés: género, edad y satisfacción con la relación de pareja.

En lo que respecta al **género**, primeramente se eliminaron a los participantes cuya respuesta fue “prefiero no decirlo”, contando de este modo con una muestra de 499. Los resultados de la comparación de medias llevada a cabo no indicaron diferencias significativas entre hombres y mujeres en celos (véase *Tabla 5*); sin embargo, la media de las mujeres (72.5) resultó superior a la de los hombres (69.4), con un escaso tamaño del efecto (0,008).

Tabla 5

Comparaciones de medias (ANOVA) entre género y celos

	Suma de Cuadrados	gl	Media Cuadrática	F	p	η^2
Género	1222	2	611	2.09	0.125	0.008
Residuos	145804	499	292			

Resultados distintos se encuentran al analizar el género y la dependencia emocional (véase *Tabla 6*). Aquí la media de las mujeres fue inferior (21.9) a la de los hombres (24.6), existiendo una relación significativa ($F(2,499) = 3.18$; $p = .04$; $\eta^2 = .013$) entre las dos variables.

Tabla 6

Comparaciones de medias (ANOVA) entre género y dependencia emocional

	Suma de Cuadrados	gl	Media Cuadrática	F	p	η^2
Género	1077	2	538	3.18	0.042	0.013

Al estudiar la variable **edad**, se encontraron resultados marginalmente significativos en la correlación con dependencia emocional. Existe una moderada relación inversa entre la edad y la dependencia emocional ($r(504) = -.081$; $p = .06$), lo que supone que a medida que incrementa la primera disminuye la segunda. Por otro lado, la edad y los celos muestran una muy escasa relación ($r(504) = .01$; $p = .82$)

En cuanto al análisis de la relación entre la **satisfacción** de la relación de pareja y la dependencia emocional y los celos, se ha realizado una matriz de correlaciones cuyos resultados han sido significativos (véase *Tabla 7*). La satisfacción con la relación tiene una relación inversa tanto con la dependencia como con los celos.

Tabla 7

Matriz de correlaciones entre satisfacción con la relación, celos y dependencia emocional

		TOTAL CELOS	TOTAL SED
Grado de satisfacción con la relación actual o con la última que ha tenido	R de Pearson	-0.090	-0.290
	valor p	0.044	< .001

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Este estudio ha pretendido analizar la relación entre los dos constructos principales que se han abordado: los celos y la dependencia emocional en las relaciones de pareja actuales. Así como la relación de estos con diferentes variables sociodemográficas: edad, género y satisfacción con la relación.

En primer lugar, la hipótesis principal, que suponía la existencia de una relación directa entre celos y dependencia, ha sido confirmada tras analizar los resultados obtenidos, concordando así con lo expuesto por Charcape y Pairazamán (2020), quienes ya se percataron de que las personas celosas tienden a presentar, además, un perfil emocionalmente dependiente.

A su vez, se encontró que los factores de los celos que más influyen a la hora de presentar también dependencia emocional son: pesimismo, desconfianza e intriga. Esto significa que estas relaciones de pareja estarían marcadas por una profunda tristeza al creer capaz a la pareja de engañar, inseguridad ante el contacto de esta con otras personas y una gran curiosidad por lo que diga o haga; más que por enfados, egoísmo entendido como posesión o la creencia de que el amor es dolor. Por lo tanto, las relaciones actuales, según los resultados de este estudio, no se caracterizan sobremanera por ciertos mitos del amor romántico como son el mito de la exclusividad y el de la omnipotencia, según el cual “el amor todo lo puede”.

Centrándonos en la relación con el género, se han encontrado datos congruentes con los estudios realizados por Perles et al., (2011) y Martínez et al., (2013) en cuanto a la significación de esta relación, puesto que coinciden en que no se encuentran diferencias significativas entre ambos géneros respecto a los celos. Sin embargo, en el presente estudio la media de las puntuaciones obtenidas por parte de las mujeres en celos fue superior a la de los hombres, a diferencia de lo que se había encontrado en investigaciones anteriores. Del mismo modo, parece que los hombres son más dependientes en cuanto a las relaciones de pareja se refiere. Estos datos van en contra de los resultados obtenidos por Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R., & Yarnoz, S. (2002) y Sanathara, V. A., Gardner, C. O., Prescott, C.

A., & Kendler, K. S. (2003), quienes informan de que las mujeres presentan mayores puntuaciones en dependencia emocional que los hombres.

Respecto a la edad, los resultados obtenidos no siguen la dirección que marcaban las investigaciones realizadas por Zeifman y Hazan (2008) y López y Rodríguez (2008), quienes señalan la mayor presencia de dependencia emocional y celos, respectivamente, en la adolescencia. En este caso, no se encontró ninguna relación significativa entre estas variables; por lo que parece que la edad no representa un factor predisponente a presentar este tipo de perfil en las relaciones amorosas actuales. No obstante, sí que existe una tendencia a que en las personas más jóvenes la dependencia se muestre en mayor proporción, probablemente influido por el tipo de modelos de relaciones a las que esta población está expuesta actualmente.

En relación con la satisfacción en la pareja, se han encontrado resultados coherentes con las investigaciones de Adams y Ranking (2014); y García y Enciso (2014); ya que una mayor presencia de celos en las relaciones conlleva una mayor insatisfacción en las relaciones de pareja, provocando aumento de conflictos y separaciones. Del mismo modo ocurre con la dependencia emocional. Desde un punto de vista social, estos datos adquieren gran relevancia; ya que tanto los mitos del amor romántico mencionados anteriormente como los celos y la dependencia provocan insatisfacción en la pareja pudiendo llegar a situaciones de agresividad y violencia.

Con todos los resultados obtenidos, se aprecia que resulta de vital importancia una mayor promoción de relaciones saludables desde edades tempranas, aumentando el nivel de información que se transmite en centros escolares e institutos acerca de estos diferentes aspectos. Por ejemplo, se podría invertir esfuerzos en desmentir los diferentes mitos del amor romántico y que estas creencias no sigan extendiéndose, para trabajar así en la creación de lazos, vínculos y relaciones más sanas.

Del mismo modo, se considera muy relevante fomentar la importancia que presenta la satisfacción en la pareja; puesto que esto ayuda a disminuir los celos y

la dependencia, como ya se reflejó tanto en las relaciones encontradas en esta investigación como en otras anteriores. Para esto se podrían trabajar múltiples aspectos, desde mantener una comunicación asertiva y resolutiva, hasta compartir intereses y gustos y planificar diferentes actividades para realizar juntos. Información sobre cómo son los ciclos de las relaciones, sus diferentes fases y saber identificar cuándo no da más de sí, son aspectos nucleares para poder trabajar sobre estos vínculos. Respecto a este tema tratado, cabe recalcar que otro punto central para promover la satisfacción es la relación significativa y negativa que se ha encontrado entre este aspecto y el riesgo de sufrir violencia por parte del compañero íntimo, tal y como ya señalaron Stith, Green, Smith y Ward (2008).

Las complicaciones y limitaciones encontradas en este estudio han sido varias. Primeramente, el proceso de búsqueda de instrumentos de celos validados con muestra española resultó tortuoso por el escaso número de estos en nuestro país. Tal es así, que se tuvo que adaptar el Inventario Multidimensional de Celos (Ochoa, 1998) para nuestra muestra, transcribiendo los ítems.

En cuanto a la consecución de la muestra necesaria, ha resultado difícil lograr una mayor equivalencia entre los diferentes géneros, destacando que las mujeres se han mostrado con una actitud más predispuesta a rellenar los diferentes cuestionarios que conformaron este estudio. Asimismo, la muestra de población adolescente y de mayor edad se vio más restringida.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo, B., y Aron, A. (2009). Does a long-term relationship kill romantic love? *Review of General Psychology, 13*, 59-65.
- Adams, H., y Rankin, L. (2014). "It's Not Just You Two": A Grounded Theory of Peer-Influenced Jealousy as a Pathway to Dating Violence Among Acculturating Mexican American Adolescents. *Psychology of Violence, 4*(3), 294-308. <https://doi.org/10.1037/a0034294>
- Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R., & Yarnoz, S. (2002). Insecure Attachment, Gender Roles, and Interpersonal Dependency in the Basque Country. *Personal Relationships, 9*(4), 479–490. <http://doi.org/10.1111/1475-6811.00030>
- Amor, P. y Echeburúa, E. (2010). Claves Psicosociales para la permanencia de la víctima en una relación de maltrato. *Clínica Contemporánea, 1*(2), 97-104.
- Aune, Kim. S. y Comstock, Jamie. (1997). Effect of relationships length on the experience, expresión, and perceived appropriateness of jealousy. *Journal of Social Psychology, 137*, 23-31.
- Baumeister, Roy F. y Leary, Mark (1995). The need of belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*, 497-529.
- Ben-Ze'ev, A. (2013). Jealousy and romantic love. In Hart, S.L. (Eds.), *Handbook of jealousy: Theory, research and multidisciplinary approaches* (pp. 40-54). Malasia: Wiley-Blackwell.
- Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa, E., & Amor, P. J. (2020). Partner's Emotional Dependency Scale: Psychometrics. *Actas Españolas de Psiquiatría, 48*(4), 145-153.

- Canto Ortiz, J.M, García Leiva, P., y Gómez Jacinto, L (2009). Celos y emociones: Factores de la relación de pareja en la reacción ante la infidelidad. *Athenea Digital*, 15, 39-55
- Capafóns, J.I., y Sosa, C.D. (2015). Relaciones de pareja y habilidades sociales: el respeto interpersonal. *Psicología Conductual*, 23(1), 25-34.
- Corsi, J. (2003). *Maltrato y abuso en el ámbito doméstico: fundamentos teóricos para el estudio de la violencia en las relaciones familiares*. Grupo Planeta México.
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto dependencia emocional. En *I Congreso Virtual de Psiquiatría* (Vol. 5, No. 8).
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y Tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.
- DeSteno, David A., Valdesolo, Piercarlo y Bartlett, Monica (2006). Jealousy and the threatened self: Getting to the Heart of the green-eyed monster. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 626-641.
- Deza, S. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia? *Avances en Psicología*, 20(1), 45-55.
- García, L., & Enciso, R. (2014). Influencia de Facebook en la relación de pareja. *Revista Educateconciencia*, 4(4), 181-191.
- Hartup, W. W. (1993). Adolescents and their friends. In B. Laursen (Ed.), *Close friendships in adolescence* (pp. 3–22). Jossey-Bass
- Jiménez, M., y Sirvent. C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150-167.

Sirvent Ruiz, Carlos, & Villa Moral Jiménez, María de la (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240. [fecha de Consulta 21 de Abril de 2022]. ISSN: 0034-9690. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891004>

López, E. y Rodríguez, N. (2008). Relación entre cultura del honor, celos y satisfacción en la pareja. *Boletín De Psicología*, (94), 7-22.

Martínez-León, N.C., García-Rincón, L., Barreto Cortes, D.S., Alfonso, A., Parra, A., Duque, B., Ávila, L., y Rojas, N. (2013). Características de los celos en un grupo de estudiantes universitarios de la ciudad de Bogotá. *Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología*, 13(1), 36–44. <https://doi.org/10.18270/chps.v13i1.1356>

Maureira, F., y Maureira, Y. (2012). Características de los componentes del amor de pareja en una muestra de estudiantes chilenos. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 15(1).

Mendoza, J. A. G. (2016). Los celos en estudiantes universitarios: un estudio comparativo. *Xihmai*, 11(22), 3.

Mota Palma, J., González-Arratia López-Fuentes, N. I., Valdez Medina, J. L., González Escobar, S., & Hernández Vergara, G. (2016). Construcción y Análisis Estadístico del Inventario Multidimensional de Celos Románticos: Estudio Preliminar. *Actualidades en Psicología*, 30(120), 32-46.

Perles, F., San Martín, J., Canto, J. y Moreno, P. (2011). Inteligencia emocional, celos, tendencia al abuso y estrategias de resolución de conflictos en la pareja. *Escritos de Psicología*, 4(1), 34-43. <http://doi.org/10.5231/psy.writ.2011.0605>

- Ramirez Leonardo, M. S. (2019). Propiedades psicométricas del inventario multidimensional de celos en estudiantes de centros de educación básica alternativa del distrito de Los Olivos, Lima 2019.
- Riso, W. (2004). *¿Amar o depender?* Barcelona: Granica.
- Salovey, Peter y Rothman, Anne. (1991). Envy and jealousy: Self and society. En P. Salovey (Ed.). *The psychology of jealousy and envy* (pp. 271-286). Nueva York: Guilford.
- Sanathara, V. A., Gardner, C. O., Prescott, C. A., & Kendler, K. S. (2003). Interpersonal dependence and major depression: aetiological inter-relationship and gender differences. *Psychological Medicine*, 33(5), 927–931. <http://doi.org/10.1017/S0033291703007542>
- Stith, S. M., Green, N. M., Smith, D., & Ward, D. B. (2008). Marital satisfaction and marital discord as risk markers for intimate partner violence: A meta-analytic review. *Journal of Family Violence*, 149-160.
- Villa, M., Sirvent, C., Ovejero, A. & Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>
- Zeifman, D., & Hazan, C. (2008). Pair bonds as attachments: Reevaluating the evidence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 436–455). The Guilford Press.
- Zimmerman, M. A., Copeland, L. A., Shope, J. T., y Dielman, T. E. (1997). A longitudinal study of self-esteem: Implications for adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 117-141

6. ANEXOS

Anexo 1: Cuestionario sociodemográfico

Por favor, responda a las siguientes preguntas iniciales:

- Género
- Edad
- Orientación sexual
- Estado civil
- Nivel académico (lo que se encuentre estudiando actualmente o, en caso de no hacerlo, señale la última titulación obtenida)
- Ocupación
- Zona de residencia
- ¿Tiene hijos/as?

Para las siguientes cuestiones piense en su relación actual (si ésta tiene una duración mínima de 6 meses). En caso de no encontrarse actualmente con pareja, piense en la última relación que haya tenido y que cumpla este criterio temporal.

- ¿Ha tenido o tiene actualmente alguna relación de pareja con una duración mínima de 6 meses?
- ¿Cuántas parejas ha tenido?
- ¿Cuánto tiempo lleva con su actual pareja? En caso de no tenerla actualmente, ¿cuánto tiempo duró su última relación?
- Grado de satisfacción con la relación actual o con la última que ha tenido
 - Nada satisfecho
 - Poco satisfecho
 - Algo satisfecho
 - Satisfecho
 - Muy satisfecho
- En caso de haber tenido una relación anterior que ya ha acabado, ¿cómo tuvo lugar la ruptura?
 - Mi pareja terminó la relación
 - Yo terminé la relación
 - Terminamos de mutuo acuerdo

- No he tenido rupturas

Anexo 2: SED

En esta ocasión se describirán una serie de ideas que deberá conectarlas con la situación con su pareja actual o, en caso de no tenerla, con su última pareja. Para responder, deberá indicar la veracidad de las mismas para usted en función de las siguientes puntuaciones:

0 = Totalmente falso

1 = Falso

2 = Ni verdadera ni falso

3 = Verdadero

4 = Totalmente verdadero

1. ¿Está en general satisfecho/a consigo mismo?
2. ¿Actúa con frecuencia como si el bienestar de su pareja estuviese por encima del suyo propio?
3. ¿Le produce a menudo angustia o una tristeza infinita la posibilidad de que se rompa la relación con su pareja?
4. ¿Suele pedirle perdón a su pareja cuando ella está enfadada aun sabiendo que no es usted el/la responsable del enfado?
5. ¿Necesita que su pareja le de muestras de afecto continuamente?
6. ¿Lleva a cabo habitualmente conductas o actividades que no le gustan solo para agradar a su pareja o evitar la ruptura de la relación?
7. ¿Suele justificar los conflictos, críticas o infidelidades de su pareja como un mal menor dentro de la relación de pareja?
8. ¿Se suele sentir culpable de las discusiones de pareja?
9. ¿Se siente incapaz de dejar a su pareja a pesar del malestar y sufrimiento que esta relación le produce?
10. ¿Se ha puesto al límite y ha hecho cosas que incluso puede reconocer como inapropiadas para usted (conductas sexuales, conductas temerarias, uso de drogas, permitir abuso económico) solo por evitar el abandono?
11. ¿Cree que no está a la altura de su actual pareja y que, por ello, puede perderla?

12. ¿Tiene necesidad de controlar a su pareja (móvil, WhatsApp, etc.) para saber continuamente dónde o con quién está?
13. ¿Se ve a sí mismo/a diferente en su forma de ser y de actuar desde que está con esta pareja?
14. ¿Organizan todos los planes conjuntos siempre según los gustos y apetencias de su pareja?
15. ¿Sufre de celos exagerados de forma constante?
16. ¿Ha dejado de lado sus obligaciones o ha dejado de atender a sus familiares o amigos por estar con su pareja?
17. ¿Piensa a menudo que las relaciones anteriores le resultaron a su pareja más satisfactorias que estar con usted?
18. ¿Le ha dicho a su pareja el agobio que siente por la necesidad que usted tiene de estar constantemente con ella o de saber continuamente acerca de sus movimientos?
19. ¿Se siente desamparado/a o solo/a cuando no tiene pareja?
20. ¿Está convencido/a o tiene constantemente la sospecha de que su pareja está pensando en poner fin a la relación?
21. ¿Tiene la necesidad de agradar continuamente a su pareja?
22. ¿Cree que sería capaz de hacer cualquier cosa con tal de recuperar a su pareja?

Anexo 3: IMCR

A continuación se presentarán una serie de afirmaciones a las que deberá contestar pensando en su pareja actual o, en caso de no tenerla, en cómo era su situación en su última relación. Refleje su grado de acuerdo de la siguiente manera:

- 1 = Completamente en desacuerdo
- 2 = En desacuerdo
- 3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 4 = De acuerdo
- 5 = Completamente de acuerdo

1. Si mi pareja me traicionara, pasaría mucho tiempo antes de que el dolor desapareciera

2. Si mi pareja me fuera infiel, me sentiría muy infeliz
3. Si mi pareja me engañara, sería de lo peor que me podría pasar
4. Me deprimó cuando pienso lo que pasaría si perdiera a mi pareja
5. Me sentiría muy mal si mi pareja se fuera con otra persona
6. Me sentiría muy ansioso/a si supiera que mi pareja está más interesado/a en otra persona que en mí
7. Cuando mi pareja se está divirtiendo en una fiesta y yo no estoy ahí, me siento deprimido/a
8. Sentiría ganas de morirme si mi pareja me dejara
9. Los celos hacen que me cueste ver los hechos con claridad
10. Me enfada cuando mi pareja habla bien de una persona atractiva
11. Me molesta cuando alguien abraza a mi pareja
12. Me siento mal cuando veo que mi pareja besa cordialmente a alguien atractivo/a que yo no conozco
13. Siento rencor hacia las personas que reciben más atención que yo
14. Soy muy posesivo/a
15. Me enfadaría mucho si mi pareja se pusiera muy contenta con la posibilidad de ver a un antiguo amigo/a
16. Si mi pareja se mostrara amable con alguna persona atractiva, sentiría celos
17. Cuando mi pareja habla sobre experiencias felices del pasado, me siento triste por no haber sido parte de ellas
18. Tiendo a criticar a las anteriores parejas de mi pareja
19. Me molesta que mi pareja se divierta cuando yo no estoy
20. Me sería difícil perdonar a mi pareja si me fuera infiel
21. Me molesta cuando mi pareja coquetea con alguien
22. Me molesta que mi pareja tenga una conversación íntima con alguien atractivo/a
23. Siento resquemor cuando mi pareja pasa demasiado tiempo con sus amigos/as en lugar de conmigo
24. Me desagrada cuando mi pareja dedica más tiempo a sus hobbies que a mí
25. Me sentiría muy mal si mi pareja se fuera con otra persona
26. No me gusta que mi pareja pase mucho tiempo a solas con sus amistades
27. Me sentiría molesto/a si en un baile mi pareja no me está prestando suficiente atención

28. Me he imaginado que mi pareja trama cosas a mi espalda
29. Siento mucha curiosidad por saber lo que hace mi pareja cuando sale con sus amigos/as
30. Siento mucha curiosidad por saber de lo que habla mi pareja cuando sale con amigos/as
31. Me resultaría muy sospechoso que mi pareja fuera a ayudar a alguien atractivo/a con su trabajo