

## **El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico**

### ***The role of resilience in emotional dependence and psychological abuse***

Janire Momeñe y Ana Estévez

Universidad de Deusto

Recibido: 03/12/2018 · Aceptado: 15/03/2019

#### ***Resumen***

La dependencia emocional se define como una necesidad de afecto y contacto continuo y excesivo por parte de la pareja que, en ocasiones, podría vincularse al abuso psicológico, pudiendo ser la resiliencia un factor relacionado en ambas. Este estudio tiene como objetivos estudiar la relación de la resiliencia con la dependencia emocional y el abuso psicológico, así como, su papel predictivo y mediador en ambas. Asimismo, se analizan las diferencias en las variables mencionadas en función de la edad. La muestra la constituyen 299 personas de las cuales 237 son mujeres y 62 hombres, con edades comprendidas entre los 18 y 64 años ( $M = 29,53$ ;  $DT = 10,81$ ). Los resultados reflejan cómo la dependencia emocional y el abuso psicológico disminuyen en la medida que aumenta la capacidad resiliente. Del mismo modo, se ha comprobado la capacidad predictiva de la resiliencia elevada sobre la ausencia de dependencia y abuso psicológico, así como, su capacidad mediadora en la relación entre las dos últimas.

#### ***Palabras Clave***

Resiliencia; Dependencia emocional; Abuso psicológico; Relaciones de pareja; Género.

— Correspondencia a: \_\_\_\_\_  
Ana Estévez  
e-mail: aestevez@deusto.es



## **Abstract**

Emotional dependence is defined as a need for continuous and excessive affection and contact on the part of the couple which could at times be linked to psychological abuse, and resilience may be a related factor in both. This study aims to study the relationship of resilience with emotional dependence and psychological abuse, as well as its predictive and mediating role in both. Likewise, the differences in the variables mentioned according to age are analyzed. The sample is made up of 299 people, 237 of whom are women and 62 men, aged between 18 and 64 years ( $M = 29,53$ ;  $DT = 10,81$ ). The results show how emotional dependence and psychological abuse decrease as resilience increases. Similarly, the predictive capacity of high resilience over the absence of dependence and psychological abuse has been proven, as well as its mediating capacity in the relationship between the last two

## **Key Words**

Resilience; Emotional dependence; Psychological abuse; Couple relationships; Gender.

## **INTRODUCCIÓN**

La resiliencia es la capacidad de resistencia, afrontamiento, adaptación y superación al ser expuesto ante acontecimientos traumáticos y estresantes que producen sufrimiento, promoviendo a su vez la posterior recuperación y fortalecimiento personal (Henderson, 2009). Esta capacidad puede explicar por qué algunas personas se adaptan y hacen frente de manera positiva a las experiencias negativas mejor que otras (Omar, Paris, Uribe, Ameida da Silva y Aguiar de Souza, 2011), atribuyéndole de este modo, un papel central en la protección de la salud mental y física (Wang, Xu y Luo, 2016; Woods-Jaeger, Cho, Sexton, Slagel y Goggin, 2018). Se ha mencionado como las personas resilientes experimentan más emociones positivas a lo largo del día que las no resilientes, empleándolas para hacer frente y obtener el lado positivo de las situaciones negativas (Meichenbaum, 2012).

Los estudios que relacionan la resiliencia con la violencia de género son escasos (Salvador, 2015), especialmente en la población española (López-Fuentes y Calvete, 2015). A pesar de esto, se ha comprobado una fuerte relación entre la resiliencia y las actitudes frente a la violencia, esto es, altas tasas de resiliencia se asocian con mayor rechazo de la conducta violenta de la pareja, mientras que, bajas tasas de resiliencia, se asocian con mayor aceptación de la violencia (Aguilar y Rodríguez, 2015). Además, se ha demostrado como la recuperación de las mujeres tras haber permanecido en una relación de pareja violenta está relacionada con la capacidad de resiliencia elevada (Anderson, Renner y Danis, 2012). Por consiguiente, resulta de gran importancia el estudio de la resiliencia en la violencia de género (Wathen et al., 2012), considerándose necesario potenciarla para afrontar y salir del ciclo del maltrato (Salvador, 2015).