

## **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).



A este respecto, cabe señalar como la capacidad resiliente puede ser más elevada ante ciertas situaciones o factores estresantes, al igual que puede estar más disponible en ciertos períodos de la vida más que en otros (Meichenbaum, 2012), sugiriéndose así, que se trata de un proceso dinámico, específico al contexto y al tiempo (Sleijpen, Mooren, Kleber y Boeije, 2017).

Por su parte, el abuso psicológico se considera uno de los tipos de violencia menos estudiados (Estefan, Coulter y VandeWeerd, 2016) a pesar de ser el más empleado en las relaciones de pareja (Pazos, Oliva y Hernando, 2014; Shannon, Nash y Jackson, 2016) y el más persistente en el tiempo (Almendros, Gámez-Guadix, Carrobes, Rodríguez-Carballeira y Porrúa, 2009). Acarrea graves consecuencias negativas en la salud de las víctimas (Díaz, Estévez, Momeñe y Linares, 2018) y hace referencia a las agresiones verbales y emocionales (Hall, Walters y Basile, 2012), que causan dolor o sufrimientos emocional tales como, insultos, humillaciones (Vázquez, Torres, Otero, Blanco y López, 2010), intimidaciones (Leisring, 2013), comportamientos dominantes o controladores, restricción del acceso a familiares y amigos (Aizpurua, Copp, Ricarte y Vázquez, 2017), comparaciones, ignorar (Deza, 2012) y prohibiciones (Aiquipa, 2015), entre otros. Estudios recientes señalan la relación entre el abuso psicológico y la dependencia emocional (Momeñe, Jáuregui y Estévez, 2017). La dependencia emocional consiste en una necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia su pareja (Estévez et al., 2018; Urbiola y Estévez, 2015). Establecen relaciones basadas en la sumisión, idealización, terror al abandono, el propio estado de ánimo va en consonancia con el estado de la relación., priorizan a la pareja so-

bre cualquier otra cosa y muestran una gran dificultad para imaginar la propia existencia sin ella (Skvortsova y Shumskiy, 2014). De este modo, viven las relaciones de pareja de manera intensa y posesiva, muestran un gran desgaste energético psicofísico (Moral y Sirvent, 2014) e incluso pueden llegar a sentir una pérdida de identidad (Urbiola, Estévez e Iraurgi, 2014). Asimismo, las personas dependientes emocionalmente reportan seguir queriendo a la pareja a pesar de los continuos maltratos y humillaciones que reciben e incluso establecen continuamente los mismos patrones de violencia en relaciones futuras (Castelló, 2012).

La relación entre la dependencia emocional y la resiliencia apenas está estudiada, sin embargo, hay ciertas características atribuidas a una baja resiliencia que han sido vinculadas a la dependencia emocional, tales como, baja autoestima (Estévez, Urbiola, Iruarrizaga, Onaindia y Jáuregui, 2017; Urbiola, Estévez, Iruarrizaga y Jáuregui, 2017), baja percepción de apoyos sociales, incapacidad de romper la relación de pareja y afrontar el miedo a la soledad (Castelló, 2005) y dificultades en la regulación emocional (Momeñe et al., 2017). Por otro lado, en cuanto a su relación con el abuso psicológico, se ha estudiado la resiliencia en mujeres maltratadas, pero los estudios son escasos, sobre todo en población española y centrada en este tipo de violencia psicológica.

Por consiguiente, el presente estudio tiene como objetivos estudiar la relación de la resiliencia con la dependencia emocional y el abuso psicológico en las relaciones de pareja, así como, comparar la capacidad resiliente entre las personas dependientes y no dependientes emocionalmente, al mismo tiempo que entre las personas que sufren abuso psicológico y



los que no lo sufren. Igualmente, se analizan la capacidad resiliente, la dependencia emocional y el abuso psicológico en función de la edad. Además, se pretende estudiar si la resiliencia predice la dependencia emocional y el abuso psicológico, al igual que, se estudia el papel mediador de la resiliencia en la relación entre estas dos últimas.

## MATERIALES Y MÉTODO

### Participantes

La muestra la conformaban 299 personas de los cuales 237 eran mujeres y 62 eran hombres. La edad oscilaba entre los 18 y 64 años ( $M = 29,53$ ;  $DT = 10,81$ ). Predominaron los participantes nacidos en España 89,33%, sobre los nacidos fuera de España 10,67% (Colombia 2%, Venezuela 1,67%, Ecuador 0,33%, Bolivia 0,33%, Chile 1,34%, Argentina 1,34%, México 3%, Bélgica 0,33% y Alemania 0,33%). En cuanto al nivel de estudios, el 0,33% no tenía estudios, el 1% tenían estudios primarios, el 11% habían cursado estudios secundarios, el 20,67% formación profesional y el 67% tenían estudios universitarios. En relación a la situación laboral, el 36,33% trabajaban, el 37,67% estudiaban, el 11,67% estaban en paro, el 1,33% estaban jubilados y el 13% trabajaban y estudiaban al mismo tiempo. Respecto a la orientación sexual, el 77,34% eran heterosexuales, el 8% eran homosexuales, el 13,33% eran bisexuales y el 1,33% lo definieron como otros. En cuanto a la definición de las relaciones de pareja establecidas hasta el momento, el 86,33% las definieron como la mayoría relaciones estables de más de un mes de duración, mientras que el 13,67% las definieron como relaciones esporádicas de

menos de un mes de duración. Asimismo, el 67,67% tenían pareja a la hora de participar en el estudio y el 32,33% no la tenían.

### Instrumentos

Escala de Resiliencia (RS-14; Wagnild, 2009). Se basa en la Resilience Scale (RS-25), Escala de Resiliencia (ER) (Wagnild y Young, 1993). Está compuesta por 14 ítems formulados de manera positiva, en formato tipo Likert, con 7 opciones de respuesta que van desde 1 (“*Totalmente en desacuerdo*”), hasta 7 (“*Totalmente de acuerdo*”). Este instrumento mide el grado de resiliencia de manera individual, considerándolo como una característica de personalidad positiva que permite la adaptación de la persona a situaciones traumáticas o negativas. Mide dos factores: “*competencia personal*” (auto-confianza, independencia, decisión, ingenio y perseverancia) y “*aceptación de uno mismo y de la vida*” (adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable). Su puntuación varía entre 14 y 98, siendo mayor la capacidad resiliente a medida que aumenta la puntuación. Wagnild (2009), plantea los siguientes niveles de resiliencia; entre 98-82 “muy alta resiliencia”, 81-64 “alta resiliencia”, 63-49 “normal”, 48-31 “baja”, 30-14 “muy baja”.

Los datos demuestran que la escala tiene una adecuada consistencia interna, mostrando un coeficiente alfa de Cronbach de 0,79. Se ha traducido y validado a diversos idiomas, en concreto al portugués, obteniendo un alfa de Cronbach de 0,82 en población general (Damásio, Borsa y da Silva, 2011). En el presente estudio, la escala muestra buenas propiedades psicométricas, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach es de 0,89.



Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100; Sirvent y Moral, 2005). Evalúa afirmaciones sobre sentimientos y comportamientos llevados a cabo en las relaciones de pareja presentes o pasadas. Este instrumento lo componen 100 ítems, evaluados mediante una escala tipo Likert de cinco puntos que van de 1 (“Muy de acuerdo”) a 5 (“Muy en desacuerdo”). Integra tres escalas de dependencia sentimental (dependencia afectiva o emocional, bidependencia y codependencia), siete dimensiones de las relaciones interpersonales (triada dependiente, acomodación, autoengaño, sentimientos negativos, identidad y límites relacionales, antecedentes personales y triada codependiente) y 23 factores de relaciones interpersonales (dependencia pura vs. antidependencia, búsqueda de sensaciones, craving/abstinencia; acomodación; autoengaño, manipulación, reiteración, mecanismos de negación y no afrontamiento; sentimientos de soledad, vacío emocional, culpabilidad/autodestrucción, inescapabilidad/recreación se sentimientos negativos; identidad/identificación, fuerza del ego: límites débiles y/o rígidos, egoísmo/egocentrismo, control y dominio/juegos de poder; antecedentes personales; orientación rescatadora, sobrecontrol y focalización en el otro).

En el presente estudio, se ha empleado la subescala de *dependencia afectiva o emocional*, compuesta por 24 ítems. Esta subescala hace referencia a un apego emocional intenso dirigido hacia una persona, mostrando continuas demandas afectivas. En un estudio reciente llevado a cabo por Espinar, Zych y Rodríguez-Hidalgo (2015), obtuvieron una elevada fiabilidad para la presente subescala, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,89. En

el presente estudio, la subescala de dependencia afectiva o emocional ha mostrado una buena consistencia interna, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,89.

Escala de Abuso Psicológico Sutil y Manifiesto a las Mujeres (*Subtle and Overt Psychological Abuse of Women Scale*, SOPAS; Marshall, 2000). Se empleó la versión adaptada al español de Buesa y Calvete (2011). La escala evalúa el maltrato psicológico sutil y manifiesto en las relaciones de pareja. Los participantes evalúan la frecuencia con la que sus parejas realizan distintas conductas y la forma o la intención en la que lo hacen. La escala está compuesta por 34 ítems en formato tipo Likert con seis alternativas de respuesta que van de 0 (“Nunca”) a 5 (“Prácticamente siempre”).

En el estudio llevado a cabo por Buesa y Calvete (2011), la fiabilidad del instrumento mostró una consistencia interna excelente, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,94 y de 0,95. La consistencia interna del presente estudio, estimada mediante el alfa de Cronbach ha sido de 0,98.

## Procedimiento

Se utilizó una metodología de bola de nieve y se instó a la población general a colaborar en el estudio vía internet, promoviendo su participación a través de distintas redes sociales (Facebook y Twitter) y ofreciendo previamente una serie de explicaciones mencionadas a continuación: contenido y objetivo del estudio que consistía en profundizar en el conocimientos de las relaciones de pareja; duración aproximada para su cumplimentación (10-15 minutos); criterios de inclusión: haber mantenido una relación de pareja de al menos un mes de duración



y ser mayor de 18 años; importancia de la sinceridad a la hora de responder los cuestionarios, ya que esto, repercutiría en el valor de la investigación y en la obtención de resultados fiables; inexistencia de respuestas buenas o malas, siendo todas válidas y oportunas; voluntariedad para realizar el estudio; anonimato y confidencialidad de los datos obtenidos; y entidad que realizaba el estudio, así como, se les facilitaba un correo electrónico de contacto en caso de requerirlo para solventar posibles dudas.

Para llevar a cabo la investigación, se creó una versión informatizada de los cuestionarios que conformaban el estudio mediante la aplicación de Google Drive. Posteriormente, a través de las redes sociales, se distribuyó el enlace que daba acceso al Google Drive y, por consiguiente, podían comenzar a cumplimentar los cuestionarios, así como, los datos sociodemográficos solicitados. El cuestionario estuvo disponible durante ocho meses, en los cuales todas las respuestas se iban almacenando en una base de datos. Una vez almacenados los resultados, todos los análisis de datos se realizaron empleando el programa SPSS versión 22.

Este estudio se realizó siguiendo los criterios de la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013).

### **Análisis estadísticos**

En primer lugar, se analizaron las relaciones bivariadas entre la dependencia emocional, el abuso psicológico y la resiliencia mediante la *r* de Pearson. En segundo lugar, se comprobaron las diferencias de medias en función de la capacidad resiliente en la dependencia emocional y el abuso psicológico mediante la prueba *t* de Student para mues-

tras independientes. Se calculó el tamaño del efecto a través de la *d* de Cohen (1992), en la cual valores inferiores a 0,20 se consideran pequeños, en torno a 0,50 medios y superiores a 0,80 grandes. En tercer lugar, se realizó una comparación de medias en función de la edad en dependencia emocional, abuso psicológico y resiliencia mediante la prueba ANOVA de un factor. A continuación, se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple por pasos sucesivos para comprobar el papel predictivo de la resiliencia sobre la dependencia emocional y el abuso psicológico. Por último, se realizó una mediación parcial para observar si la capacidad resiliente media en la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico.

## **RESULTADOS**

En primer lugar, se midieron las correlaciones entre la dependencia emocional, el abuso psicológico y la capacidad resiliente.

Los resultados muestran como la dependencia emocional y el abuso psicológico se relacionaron de manera estadísticamente significativa en sentido positivo (0,40\*\*). Por consiguiente, los resultados obtenidos indican como a medida en que aumenta el grado de dependencia emocional en la pareja, el abuso psicológico sufrido también irá en aumento. Asimismo, se observa cómo tanto la dependencia emocional (-0,26\*\*), como el abuso psicológico (-0,27\*\*), se relacionaron negativamente y de manera significativa con la capacidad resiliente. Por ende, los resultados obtenidos sugieren que a medida que aumenta la dependencia emocional y el abuso psicológico sufrido en las relaciones de pareja, menor será la capacidad resiliente.



En segundo lugar, se analizaron las diferencias en la capacidad resiliente entre las personas dependientes y no dependientes emocionalmente a sus parejas, así como, entre las personas que sufrían abusos psicológicos por parte de sus parejas y las que no lo sufrían (Tabla 1).

Tal y como puede observarse, los resultados indicaron como la resiliencia muy alta reportó puntuaciones significativamente más elevadas entre las personas que no sufrían abuso psicológico, mientras que la resiliencia baja obtuvo puntuaciones superiores entre las personas que sufrían abusos psicológicos por parte de la pareja. El tamaño del efecto fue pequeño en ambas (resiliencia muy alta:  $d = 0,35$ ; resiliencia baja:  $d = 0,30$ ). En cuanto a la dependencia emocional, se obtuvieron resultados similares. Esto es, la resiliencia muy alta presentó puntuaciones significativamente más altas entre las personas que no sufrían dependencia emocional hacia sus parejas, mientras que la resiliencia baja mostró una media significativamente más elevada entre las personas que la sufrían. El tamaño del efecto obtenido también

fue pequeño en ambas (resiliencia muy alta:  $d = 0,35$ ; resiliencia baja:  $d = 0,35$ ).

En tercer lugar, se comprobaron las diferencias de medias en dependencia emocional, abuso psicológico y capacidad resiliente en función de la edad (Tabla 2). El rango de edad de los participantes se distribuyó en 8 grupos. Los resultados muestran de manera estadísticamente significativa como los participantes que formaban parte del grupo de edad de entre 46-50 años obtuvieron mayores puntuaciones en la capacidad resiliente en comparación con los otros rangos de edad. Del mismo modo, se observa como los participantes que constituyeron el grupo de edad de entre 18-21 años obtuvieron las menores puntuaciones en la capacidad resiliente. En cuanto a la dependencia emocional, se observa de manera estadísticamente significativa como los participantes que formaban parte del grupo de edad de entre 31-35 años obtuvieron las puntuaciones más elevadas en comparación con los demás grupos, mientras que los participantes que componían el grupo de edad de entre los 46-50 años obtuvieron las puntuaciones más bajas. Cabe remar-

**Tabla 1.** Diferencias de medias en función de la capacidad resiliente en la dependencia emocional y el abuso psicológico

	Abuso psicológico (n = 56)		Ausencia de abuso psicológico (n = 243)		t	Dependencia emocional (n = 50)		Ausencia dependencia emocional (n = 249)		t
	M	DT	M	DT		M	DT	M	DT	
Resiliencia muy alta	0,20	0,40	0,43	0,50	3,72**	0,20	0,40	0,42	0,49	3,40**
Resiliencia alta	0,41	0,50	0,43	0,50	0,23	0,38	0,49	0,43	0,50	0,70
Resiliencia normal	0,18	0,39	0,12	0,32	-1,06*	0,22	0,42	0,11	0,32	-1,72**
Resiliencia baja	0,16	0,37	0,02	0,13	-2,87**	0,14	0,35	0,02	0,15	-2,29**
Resiliencia muy baja	0,02	0,13	0,01	0,11	-0,32	0,02	0,14	0,01	0,11	-0,44

Nota: \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$



car como estos resultados reflejan como los participantes del grupo de entre 46-50 años obtuvieron las puntuaciones más levadas en resiliencia, y, a su vez, obtuvieron las puntuaciones más bajas en dependencia emocional. A este respecto, a pesar de no haber obtenido resultados estadísticamente significativos, el abuso psicológico también obtuvo las puntuaciones más bajas entre los participantes que formaban parte del grupo de edad de entre los 46-50 años.

En cuarto lugar, se analizó el papel predictivo de la resiliencia sobre la dependencia emocional y el abuso psicológico sufrido (Tabla 3).

Los resultados revelaron como la resiliencia muy alta ( $R = 0,31$ ;  $R^2 = 0,10$ ;  $R^2$  corregida = 0,08;  $p = 0,00$ ), la resiliencia alta ( $R = 0,31$ ;  $R^2 = 0,10$ ;  $R^2$  corregida = 0,08;  $p = 0,00$ ) y la resiliencia normal ( $R = 0,31$ ;  $R^2 = 0,10$ ;  $R^2$  corregida = 0,08;  $p = 0,03$ ) predijeron la ausencia de dependencia emocional en las relaciones de pareja. Del mismo modo, la resiliencia muy alta ( $R = 0,34$ ;  $R^2 = 0,12$ ;  $R^2$  corregida = 0,10;  $p = 0,00$ ), la resiliencia alta ( $R = 0,34$ ;  $R^2 = 0,12$ ;  $R^2$  corregida = 0,10;  $p = 0,01$ ) y la resiliencia normal ( $R = 0,34$ ;  $R^2 = 0,12$ ;  $R^2$  corregida = 0,10;  $p = 0,02$ ) predijeron la ausencia de abuso psicológico en las relaciones de pareja.

**Tabla 2.** Diferencias de medias en función de la edad en la dependencia emocional, abuso psicológico y resiliencia

	18-21 años (n = 84)		22-25 años (n = 64)		26-30 años (n = 48)		31-35 años (n = 22)		36-40 años (n = 27)		41-45 años (n = 25)		46-50 años (n = 15)		51-64 años (n = 14)		F
	M	DT	M	DT	M	DT	M	DT	M	DT	M	DT	M	DT	M	DT	
Dependencia emocional	0,24	0,43	0,13	0,33	0,15	0,36	0,27	0,46	0,11	0,32	0,12	0,33	0,07	0,26	0,14	0,36	1,12**
Abuso psicológico	0,19	0,39	0,17	0,38	0,15	0,36	0,14	0,35	0,26	0,45	0,20	0,41	0,13	0,35	0,36	0,50	0,60
Resiliencia	71,96	14,52	73,59	13,76	73,65	15,84	72,55	15,57	81,22	10,50	80,56	12,16	86,86	7,34	84,07	7,10	4,66**

Nota: \*\* $p < 0,01$

**Tabla 3.** Regresión lineal múltiple de la capacidad resiliente sobre la dependencia emocional y el abuso psicológico

	B	$\beta$	t	Sig.
<b>Ausencia de dependencia emocional</b>				
Resiliencia muy alta	0,66	0,86	3,16	0,00**
Resiliencia alta	0,59	0,79	2,86	0,00**
Resiliencia normal	0,47	0,42	2,17	0,03*
Resiliencia baja	0,21	0,11	0,92	0,36
Resiliencia muy baja	0,50	0,15	1,82	0,07
<b>Ausencia de abuso psicológico</b>				
Resiliencia muy alta	0,66	0,82	3,08	0,00**
Resiliencia alta	0,58	0,73	2,68	0,01*
Resiliencia normal	0,51	0,44	2,28	0,02*
Resiliencia baja	0,07	0,04	0,30	0,77
Resiliencia muy baja	0,51	0,15	1,81	0,07

Nota: \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$





Por último, se analizó la relación entre la dependencia emocional y abuso psicológico, siendo esta relación mediada por la capacidad resiliente.

Inicialmente, la dependencia emocional se asoció con el abuso psicológico (Tabla 4). Como puede observarse, la dependencia emocional predijo el abuso psicológico sufrido en las relaciones de pareja.

Posteriormente, la dependencia emocional se asoció a la capacidad resiliente (Tabla 5). Los resultados reflejaron como la depen-

dencia emocional predijo la resiliencia muy alta, la resiliencia normal y la resiliencia baja.

Finalmente, la capacidad resiliente se asoció al abuso psicológico teniendo controlada la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico (Tabla 6). Tal y como puede apreciarse, el coeficiente no estandarizado de la variable dependencia emocional pasa de ser en el primer paso de 0,42 a 0,34 en el tercer paso. Esto significa que un 19,05% de la varianza de la relación entre la dependencia y el abuso psicológico se explica por la capacidad resiliente.

**Tabla 4.** El papel predictivo de la dependencia emocional sobre el abuso psicológico

V. Predictora	B	$\beta$	t	Sig.	V. Criterio
Dependencia emocional	0,42	0,40	7,64	0,00**	Abuso psicológico

Nota: \*\*p < 0,01

**Tabla 5.** El papel predictivo de la dependencia emocional sobre la capacidad resiliente

V. Predictora	B	$\beta$	t	Sig.	V. Criterio
Dependencia emocional	-0,22	-0,17	-2,97	0,00**	Resiliencia muy alta
Dependencia emocional	-0,05	-0,04	-0,70	0,48	Resiliencia alta
Dependencia emocional	0,11	0,12	2,07	0,04*	Resiliencia normal
Dependencia emocional	0,12	0,21	3,74	0,00**	Resiliencia baja
Dependencia emocional	0,01	0,03	0,44	0,66	Resiliencia muy baja

Nota: \*\*p < 0,01; \*p < 0,05

**Tabla 6.** Influencia de la capacidad resiliente en la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico

V. Predictora	B	$\beta$	t	Sig.	V. Criterio
Dependencia emocional	0,35	0,33	6,09	0,00**	Abuso psicológico
Resiliencia muy alta	-0,43	-0,54	-2,10	0,04*	Abuso psicológico
Resiliencia alta	-0,37	-0,47	-1,80	0,07	Abuso psicológico
Resiliencia normal	-0,34	-0,30	-1,63	0,10	Abuso psicológico
Resiliencia baja	0,00	0,00	0,01	0,99	Abuso psicológico
Resiliencia muy baja	-0,34	-0,10	-1,26	0,21	Abuso psicológico

Nota: \*\*p < 0,01; \*p < 0,05



## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El primer objetivo del presente estudio ha sido analizar la relación entre la dependencia emocional, el abuso psicológico y la capacidad resiliente. Los resultados señalan como la dependencia emocional aumenta a medida en que aumenta el abuso psicológico. Estos resultados van en consonancia con estudios recientes (Momeñe y Estévez, 2018). Del mismo modo, en este estudio se observa como a mayor dependencia emocional y a mayor abuso psicológico, menor será la capacidad resiliente. Estos resultados van en la línea de estudios previos que han mencionado como la resiliencia elevada favorece la concienciación de la situación y la capacidad de oponerse y abandonar la relación violenta (Connor y Davidson, 2003). En este contexto, existen estudios que sugieren como el fomento de la resiliencia puede tener beneficios importantes para la salud de las víctimas de violencia en las relaciones de pareja (Rupa y Raymond, 2015).

El segundo objetivo del estudio ha sido analizar las diferencias en medias en función de la capacidad resiliente en las personas que presentan dependencia emocional y en las personas que sufren abuso psicológico. Los resultados obtenidos en este estudio muestran como la resiliencia muy alta reporta una media más elevada entre las personas que no sufren abuso psicológico, mientras que, por el contrario, la resiliencia baja obtiene una media más elevada entre las personas que lo sufren. Lo mismo sucede con las personas que presentan dependencia emocional, esto es, se observa como la capacidad de resiliencia muy alta presenta una media más elevada entre las personas

que no presentan dependencia emocional, mientras que la resiliencia baja muestra una media más elevada entre las personas que la sufren. Tal y como se ha mencionado, no se encuentran estudios que relacionen la capacidad resiliente con la dependencia emocional, sin embargo, estos resultados podrían explicarse debido a que algunas de las características atribuidas a la resiliencia baja, también se han relacionado con la dependencia emocional, tales como baja autoestima, baja percepción de apoyos sociales, incapacidad para romper las relaciones de pareja insatisfactorias, miedo a la soledad (Castelló, 2012) y déficit en la regulación emocional (Izquierdo y Gómez-Acosta, 2013). Al mismo tiempo, los resultados obtenidos sobre la violencia psicológica, podrían ser consistentes con estudios que mencionan como la violencia sufrida en las relaciones de pareja puede hacerse frente y superarse a través de una adecuada capacidad resiliente (Lévesque y Chamberland, 2016), la cual favorecería la resistencia, experiencia de control y la positividad ante dichas situaciones (Crann y Barata, 2015).

En tercer lugar, se analizan las diferencias en la capacidad resiliente, la dependencia emocional y el abuso psicológico en función de la edad. Los resultados muestran como los participantes que forman parte del grupo de edad de entre los 46-50 años obtienen las puntuaciones más elevadas en la capacidad resiliente, así como, las puntuaciones más bajas en dependencia emocional y abuso psicológico. Asimismo, las puntuaciones más bajas en la capacidad resiliente la obtienen los participantes que conforman el grupo de edad de entre 18-21 años. Estos resultados convergen con estudios que señalan como las mujeres adultas interme-



días, seguidas de las mayores, obtienen las puntuaciones más elevadas en la capacidad resiliente, mientras que las jóvenes tienden a la inconsistencia. Además, debido a que la resiliencia consiste en la capacidad de afrontamiento de situaciones adversas, podría explicar la baja dependencia emocional y abuso psicológico sufrido en dicho rango de edad (Utria, Amar, Martínez, Colmenares y Crespo, 2015).

En cuarto lugar, se analiza el papel predictivo de la resiliencia sobre la dependencia emocional y el abuso psicológico sufrido. Los datos del presente estudio reportan como la capacidad resiliente muy alta, capacidad resiliente alta y la capacidad resiliente normal predicen la ausencia de dependencia emocional. Del mismo modo, la capacidad resiliente muy alta, alta y normal predicen la ausencia de abuso psicológico. Esto sugiere que una adecuada capacidad resiliente predice la ausencia de dependencia emocional y de abuso psicológico en las relaciones de pareja. Estos resultados podrían deberse a que la resiliencia consiste en la capacidad de adaptación, cambio exitoso o habilidad para la vida frente a situaciones estresantes, adversas o negativas (Moral, 2007). Asimismo, estos resultados van en la línea de estudios que vinculan la capacidad resiliente elevada con el rechazo hacia los comportamientos violentos infringidos por su pareja, y la capacidad resiliencia baja con la aceptación de la violencia (Aguilar y Rodríguez, 2015).

Finalmente, el quinto objetivo del estudio ha sido comprobar si la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico es mediada por la capacidad resiliente. Esto es, se analiza si la dependencia emocional, lleva a las personas a permanecer en relaciones donde sufren abuso psicológico, de-

bido a que la dependencia emocional puede dañar la capacidad resiliente. Los resultados obtenidos muestran como la capacidad resiliente actúa como mediadora en la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico. Estos resultados resultan novedosos dada la ausencia de estudios que aborden el papel mediador de la resiliencia en dicha relación. Esto podría explicarse debido a que la resiliencia, podría explicar porque algunas personas reaccionan de manera funcional y adaptativa ante ciertos acontecimientos negativos mejor que otras (Twemlow y Bennett, 2008), a la vez que promueve y protege contra el impacto negativo de acontecimientos traumáticos o adversos (Ungar, 2013). Además, se le atribuye un papel importante en la protección de la salud mental y física (Calderón, Espinoza y Techio, 2004). Del mismo modo, siguiendo en esta línea, estudios previos han comprobado el papel mediador de la resiliencia en la relación entre la violencia doméstica y la ansiedad (Williams y Mickelson, 2004).

Este estudio presenta ciertas limitaciones que deben tenerse en cuenta a la hora de interpretar los resultados. Por un lado, las dificultades para reconocer la dependencia emocional son habituales debido a que algunas conductas y pensamientos involucrados se aceptan socialmente y conducen a que dichas manifestaciones pasen desapercibidas (Cogswell, Alloy, Karpinski y Grant, 2010). Lo mismo sucede en el caso de la violencia psicológica, siendo más normalizada y tolerada que otro tipo de violencia y percibida e interpretada de manera diferente por cada sujeto (Villegas y Sánchez, 2013). Otra de las posibles limitaciones se centra en el tamaño de la muestra y en el diseño transversal del estudio, que impiden la generalización



de los resultados y la obtención de relaciones causales entre las variables. Por lo tanto, resultaría conveniente ampliar el tamaño de la muestra en futuras investigaciones, así como, emplear un diseño longitudinal. Por último, la muestra es de carácter incidental, obtenida de la población general a través de internet, aspecto que debe tenerse en cuenta a la hora de generalizar los resultados. Sin embargo, estudios como el realizado por Herrero-Fernández (2015) han mostrado que la aplicación de instrumentos, tanto a través de internet como mediante lápiz y papel, obtienen propiedades psicométricas similares en ambas.

En conclusión, se observa como la capacidad resiliente juega un papel muy importante tanto en la dependencia emocional como en el abuso psicológico sufrido en el ámbito de las relaciones de pareja. Por lo tanto, se comprueba como las personas dependientes emocionales y las personas que sufren abusos psicológicos en sus relaciones de pareja tienen menor capacidad resiliente, mientras que disponer de una capacidad resiliente elevada predice la ausencia de dependencia y abuso. Asimismo, se ha comprobado el papel mediador de la resiliencia entre ambas. Del mismo modo, se ha observado como las personas de entre los 46-50 años obtienen las puntuaciones más elevadas en resiliencia, así como, las puntuaciones más bajas en dependencia emocional y abuso psicológico. A pesar de esto, debido a la ausencia de estudios que relacionen la dependencia emocional y la capacidad resiliente, así como, el papel mediador de esta última en la relación entre la dependencia emocional y el abuso psicológico, los resultados del presente estudio proporcionan resultados novedosos y de gran valor clínico.

Estos resultados son de gran utilidad para ampliar conocimientos, y así, comprender mejor el problema, desarrollar estrategias terapéuticas específicas y eficaces y prevenir el establecimiento de este tipo de relaciones, promoviendo de este modo, la formación de relaciones saludables. Por ello, este estudio sugiere promover y trabajar la conducta resiliente en programas de prevención e intervención con el fin de evitar el establecimiento de relaciones dependientes y violentas psicológicamente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, P. y Rodríguez, P. (2015). Resiliencia y actitudes frente a la violencia conyugal en la libertad. *Revista de Psicología*, 17(2), 30-35. <https://doi.org/10.18050/re-psi.v17n2a2.2015>
- Aiquipa, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33, 412-437.
- Aizpurua, E., Copp, J., Ricarte, J. J. y Vázquez, D. (2017). Controlling behaviors and intimate partner violence among women in Spain: an examination of individual, partner, and relationship risk factors for physical and psychological abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, descargado de: <http://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0886260517723744>
- Almendros, C., Gámez-Guadix, M., Carrolles, J. A., Rodríguez-Carballeira, A. y Porrúa, C. (2009). Abuso psicológico en la pareja: aportaciones recientes, concepto y medición. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 17, 433-451.



- Anderson, K. M., Renner, L. M. y Danis, F. S. (2012). Recovery: resilience and growth in the aftermath of domestic violence. *Violence Against Women*, 18(11), 1279-1299. <https://doi.org/10.1177/1077801212470543>
- Buesa, S. y Calvete, E. (2011). Adaptación de la Escala de abuso psicológico sutil y manifiesto a las mujeres en muestra clínica y de la comunidad. *Anales de Psicología*, 27, 774-782.
- Calderon, A., Espinoza, A. y Techio, E. (2004). Resiliencia, afrontamiento, bienestar psicológico y clima socio-emocional después de los atentados del 11 de marzo. *Ansiedad y Estrés*, 10(2-3), 265-276.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid: Alianza.
- Castelló, J. (2012). *Superación de la dependencia emocional: como impedir que el amor se convierta en un suplicio*. Málaga: Ediciones Corona Borealis.
- Cohen, J. (1992). Quantitative methods in psychology: A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Cogswell, A., Alloy, L., Karpinski, A. y Grant, D. (2010). Assessing dependency using self-report and indirect measures: examining the significance of discrepancies. *Journal of Personality Assessment*, 92, 306-316. <https://doi.org/10.1080/00223891.2010.481986>
- Connor, K. M. y Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Crann, S. E. y Barata, P. C. (2015). The experience of resilience for adult female survivors of intimate partner violence: a phenomenological inquiry. *Violence Against Women*, 22(7), 853-875. <https://doi.org/10.1177/1077801215612598>
- Damáso, B. F., Borsa, J. C. y da Silva, J. P. (2011). 14-Item Resilience Scale (RS-14): psychometric properties of the Brazilian version. *Journal of Nursing Measurement*, 19, 113-145.
- Del Castillo, A., Hernández, M. E., Romero, A. e Iglesias, S. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5, 4-18.
- Deza, S. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia? *Avances en Psicología*, 20, 45-55.
- Díaz, M., Estévez, A., Momeñe, J. y Linares, L. (2018). Las actitudes amorosas y la satisfacción en la pareja como factores intervinientes en la relación entre la violencia y las consecuencias en la salud de las mujeres. *Ansiedad y Estrés*, 24(1), 31-39. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anyes.2018.01.001>
- Espinar, E., Zych, I., Rodríguez-Hidalgo, A. J. (2015). Ciberconducta y dependencia emocional en parejas jóvenes. *Psychology, Society and Education*, 1(7), 41-55. <https://doi.org/10.25115/psyev7i1.539>
- Estefan, L. F., Coulter, M. L. y VandeWeerd, C. (2016). Depression in women who have left violent relationships:



- the unique impact of frequent emotional abuse. *Violence Against Women*, 22(11), 1397-1413. <https://doi.org/10.1177/1077801215624792>
- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J. y Jauregui, P. (2017). Emotional dependency in dating relationships and psychological consequences of internet and mobile abuse. *Anales de Psicología*, 33(2), 260-268. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.255111>
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D. e Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Anales de Psicología*, 34(3), 438-445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Hall, J. E., Walters, M. L. y Basile, K. C. (2012). Intimate partner violence perpetration by court-ordered men: distinctions among subtypes of physical violence, sexual violence, psychological abuse, and stalking. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(7), 1374-1395.
- Henderson, E. (2009). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Herrero-Fernandez, D. (2015). A comparison of Internet-based and paper-and-pencil questionnaires in assessing driving anger in a Spanish sample. *REMA: Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 20(1), 1-15.
- Izquierdo, S. A. y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 7(1), 81-91.
- Leisring, P. A. (2012). Physical and emotional abuse in romantic relationships: motivation for perpetration among college women. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(7), 1437-1454. <https://doi.org/10.1177/0886260512468236>
- Lévesque, S. y Chamberland, C. (2016). Resilience, violence and early pregnancy: a qualitative study of the processes used by Young mothers to overcome. *SAGE open*, 6(1), 1-15. <https://doi.org/10.1177/2158244016640851>
- López-Fuentes, I. y Calvete, E. (2015). Building resilience: a qualitative study of Spanish women who have suffered intimate partner violence. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 85(4), 339-351. <https://doi.org/10.1037/ort0000070>
- Meichenbaum, D. (2012). *Roadmap to resilience: a guide for military, trauma victims and their families*. United States of America: Crown House Publishing.
- Momeñe, J. y Estévez, A. (2018). Los estilos de crianza parentales como predictores del apego adulto, de la dependencia emocional y del abuso psicológico en las relaciones de pareja adultas. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 26(2), 359-377.
- Momeñe, J., Jáuregui, P. y Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 25, 65-78.
- Moral, M. V. (2007). Personalidad, resiliencia y otros factores psicosociales asociados al consumo de sustancias psicoactivas en la adolescencia: propuesta etiológica. *Revista Española de Drogodependencias*, 32(3), 250-291.



- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2014). Objetivos psicoterapéuticos e intervención integral en dependencias sentimentales. *Revista Española de Drogodependencias*, 39(3), 38-56.
- Omar, A., Paris, L., Uribe, H., Ameidada Silva, S. H. y Aguiar de Souza, M. (2011). Un modelo explicativo de resiliencia en jóvenes y adolescentes. *Psicología em Estudo, Maringá*, 16(2), 269-277.
- Pazos, M., Oliva, A. y Hernando, A. (2014). Violencia en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46, 148-159.
- Rupa, J. y Raymond, W. N. (2015). Intimate partner violence victims seeking a temporary restraining order: social support and resilience attenuating psychological distress. *Journal of Interpersonal Violence*, 31(20), 3352-3376. <https://doi.org/10.1177/0886260515584352>
- Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, 1, 103-113.
- Shannon, L., Nash, S. y Jackson, A. (2016). Examining intimate partner violence and health factors among rural appalachian pregnant women. *Journal of Interpersonal Violence*, 31(15), 2622-2640. <https://doi.org/10.1177/0886260515579508>
- Sirvent, C. y Moral, M. V. (2005). *Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales I.R.I.D.S-100. Validación de la prueba*. Oviedo: Fundación Instituto Spiral y Universidad de Oviedo.
- Skvortsova, S. N. y Shumskiy, V. B. (2014). Existential-phenomenological analysis of dependence in close interpersonal relationships. *Existenz analyse*, 31, 4-13.
- Sleijpen, M., Mooren, T., Kleber, R. J. y Boeije, H. R. (2017). Lives on hold: a qualitative study of young refugees' resilience strategies. *Childhood*, 24(3), 348-365. <https://doi.org/10.1177/0907568217690031>
- Twemlow, S. W. y Bennett, T. (2008). Psychic plasticity, resilience, and reactions to media violence: what is the right question? *American Behavioral Scientist*, 51(8), 1155-1183. <https://doi.org/10.1177/0002764207312017>
- Ungar, M. (2013). Resilience, trauma, context, and culture. *Trauma, Violence, & Abuse*, 14(3), 255-266. <https://doi.org/10.1177/1524838013487805>
- Urbiola, I. y Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 23(3), 571-587.
- Urbiola, I., Estévez, A. e Iraurgi, I. (2014). Dependencia emocional en el noviazgo en jóvenes y adolescentes (DEN): desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad y Estrés*, 20(2-3), 101-114.
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I. y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y Estrés*, 23(1), 6-11. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>





- Utria, L., Amar, J., Martínez, M., Colmenares, G. y Crespo, F. (2015). *Resiliencia en mujeres víctimas de desplazamiento forzado*. Colombia: Universidad del Norte.
- Vázquez, F., Torres, A., Otero, P., Blanco, V. y López, M. (2010). Prevalencia y factores de riesgo de la violencia contra la mujer en estudiantes universitarias españolas. *Psicothema*, 22(2), 196-201.
- Villegas, M. J. y Sánchez, N. (2013). Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciantes de maltrato de pareja. *Revista Textos y Sentidos*, 7, 10-29.
- Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 17(2), 105-113.
- Wagnild, G. M. y Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Wang, Y., Xu, W. y Luo, F. (2016). Emotional resilience mediates the relationship between mindfulness and emotion. *Psychological Reports*, 118(3), 725-736. <https://doi.org/10.1177/0033294116649707>
- Wathen, C. N., MacGregor, J. C. D., Hammerton, J., Coben, J. H., Herrman, H., Stewart, D. E. y MacMillan, H. L. (2012). Priorities for research in child maltreatment, intimate partner violence and resilience to violence exposures: results of an international Delphi consensus development process. *BMC Public Health*, 12, 684. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-684>
- Williams, S. L. y Mickelson, K. D. (2004). The nexus of domestic violence and poverty: resilience in women's anxiety. *Violence Against Women*, 10(3), 283-293. <https://doi.org/10.1177/1077801203262519>
- Woods-Jaeger, B. A., Cho, B., Sexton, C. C., Slagel, L. y Goggin, K. (2018). Promoting resilience: breaking the intergenerational cycle of adverse childhood experiences. *Health Education & Behavior*, 45(5), 772-780. <https://doi.org/10.1177/1090198117752785>
- World Medical Association (2013). Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>