

Tesis de Wendy

por Wendy Curi

Fecha de entrega: 10-ene-2023 04:25p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 1990922376

Nombre del archivo: DOC-20230109-WA0032..docx (75.66K)

Total de palabras: 12837

Total de caracteres: 68715

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del Problema

La dependencia emocional es una de las mayores causas de apego en las personas hacia las parejas, por tanto, la persona que presenta dependencia emocional está expuesta soportar todo tipo de humillaciones y a ser víctima de diversos tipos de violencia y maltratos, generando así un ambiente toxico para la crianza de sus hijos, porque en el futuro repetirán este tipo de conducta ya que las personas que viven rodeados de un contexto de dependencia emocionales normalizan las conductas. Dado los altos índices de violencia e inseguridad que se vive en la actualidad alrededor de estas personas añadido a esto la falta de oportunidades para alcanzar metas trazadas o realizar sus sueños los jóvenes caen en problemas de depresión y ansiedad que terminan en una dependencia emocional. La dependencia emocional muchas veces es justificada por las personas que la padecen, debido a la óptica de vida que ellos conciben, como, por ejemplo, aduciendo que no tiene recursos para criar solos a sus hijos ni donde llegar a vivir aferrándose a su agresor tal como lo menciona Lemos

y Londoño (2007). Por otro lado, al hablar de la autoestima es la valoración que presentamos todas las personas, y esta autoestima se ve reflejado en situaciones que conllevan al cambio emocional, así mismo se ve presente en las personas cuando no son capaces de reconocer e identificar el valor de ellos mismos, sabiendo que los seres humanos somos animales racionales sociales esto no está presente en su pensamiento ya que debido a los bajos niveles de autoestima no reconocen su valía personal y viven siempre necesitando a otros de manera exagerada para poder sentirse bien con ellos mismos, así mismo el diccionario de la real academia española refiere la dependencia como una situación que la Persona no puede valerse por sí misma Medina et al. (2016).

OMS (2011) la organización Mundial de la Salud, a nivel mundial menciona en su informe de promoción de salud mental manifestó que la dependencia emocional se manifiesta en las personas como consecuencia del entorno ambiental en el que este individuo formo los inicios de su estructura cognoscitiva afectiva y emocional. De esta manera las personas que crecen dentro de un entorno ambiental donde recibe como modelos de conducta patrones de violencia asociados a otras variables como baja autoestima violencia sexual, agresividad, violencia psicológica, por otro lado, el MINSA (2019) a nivel nacional público un estudio a través de trabajos de investigación problemas de salud mental en trastornos de personalidad como autoestima y dependencia emocional en conjunto con los establecimientos de salud así como los hospitales de lima y regiones encontraron que evidencia la importancia de crear y trabajar en más servicios basados en la salud mental y violencia de género y diferenciados en lograr y promover el bienestar del primer nivel de atención en de la población adolescente jóvenes víctimas y no víctimas. Por otro lado, (Aiquipa, 2015, p. 35) realizo una investigación sobre dependencia emocional como un decrecimiento de las características saludables de personalidad ya que trata de buscar de forma excesiva el rol afectivo hacia otra persona.

Al indagar de la problemática de la autoestima y la dependencia emocional en nuestra localidad y viendo como una necesidad excesiva que tiene la persona de tener al otro a su lado llegando a sentir que sin esa otra persona su vida, su integridad, no vale nada, vive esperando de forma imperiosa que sea esa persona sea quien le de la seguridad, la confianza, el afecto que no encuentra en sí mismo encuentra ningún tipo satisfacción. Desgastando de esta manera su bienestar emocional mental comprometiendo con estos factores a la autoestima, ocasionando también nuevos trastornos de la personalidad, es por ello que esta investigación pretende demostrar la relación que existe entre la Autoestima y la dependencia

emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021, con el fin que presente un aporte científico al campo psicológico. En base a lo expuesto de la problemática anteriormente, surge la siguiente pregunta.

1.2 Formulación del Problema

1.2.1 Problema General

¿Cuál es la relación entre autoestima y dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?.

1.2.2 Problema específicos

¿Cuál es la relación entre de autoestima y la dimensión de ansiedad por separación de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre de autoestima y la dimensión de expresión afectiva de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre de autoestima y la dimensión de modificación de planes de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre de autoestima y la dimensión de miedo a la soledad de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre de autoestima y la dimensión de expresión límite de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

¿Cuál es la relación entre de autoestima y ⁴ la dimensión de búsqueda de atención de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021?

Y para ser respondida a esta interrogante nos planteamos los siguientes objetivos.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación entre la autoestima y dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de ansiedad por separación de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.
- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de expresión afectiva de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.
- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de modificación de planes de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.
- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de miedo a la soledad de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.
- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de expresión límite de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.
- Determinar la relación entre de autoestima y la dimensión de búsqueda de atención de la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

1.4 Justificación de la Investigación

El aporte teórico de esta investigación nos permitirá conocer la relación que tienen los niveles de autoestima y dependencia emocional de las mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado De Bellido basándonos en la teoría de Rosemberg en el desarrollo de vida tanto en su desempeño emocional y desempeño social y las decisiones que toman en el desarrollo de sus actividades. Basándonos en la minuciosa y responsable revisión literaria que nos permitirá conocer a fondo nuestras definiciones de variables en tanto que contribuye con la línea de investigación de una universidad de Trujillo referido a salud psicológica y relaciones familiares, convirtiéndose así en un subproyecto de dicha línea.

El aporte social práctico de esta investigación nos permitirá conocer la relación de Autoestima y las dimensiones de la dependencia emocional del grupo de personas y proponer algún programa de capacitación y acompañamiento y de manera específica esta forma aportar en la mejora de la calidad de desarrollo de sus vidas.

El aporte metodológico de la presente investigación permitirá desarrollar programas de fortalecimiento en su autoestima y/o y superar los trastornos de dependencia emocional dependiendo de los resultados obtenidos, debe estar enfocado y orientado en fortalecer la capacidad de tomar conocimiento de este problema en su personalidad, sino también creo que debe realizarse un tipo de intervención psicoterapeuta individual y a su sistema familiar, y creando así un soporte de mucha ayuda psicosocial para ellos, con los que sería más provechosos en su proceso de fortalecimiento en su autoestima.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

Este trabajo de investigación tomó referencias a diferentes antecedentes de estudio ya sea internacionales y nacionales.

Fernández (2017) la siguiente tesis: “*Explicación De La Dependencia Emocional a Partir De La Autoestima Y De Las Estrategias De Afrontamiento*”, realizada en la ciudad de Madrid. Tuvo como objetivo primordial ahondar en la dependencia emocional e identificar como esta tiene relación con la autoestima y las estrategias de afrontamiento. Para esta investigación se contó con la participación de 76 voluntarios españoles y sus edades exilaban entre los 19 y 27 años. Se usaron tres instrumentos de recolección de datos y medida, en los que se encuentra el COPE-28, el CDE (Cuestionario de Dependencia Emocional) y el Rosenberg (EAR). Para el análisis de datos, se calcularon los estadísticos descriptivos y una T de Student para evidencias sus valores en los diferentes sexos, realizando un análisis correlacional y una regresión lineal, donde este Autor concluyo que si existían relaciones significativas entre las variables y se evidencia que la autoestima y las estrategias de afrontamiento son variables predictoras de la dependencia emocional.

Ramírez (2015) realiza la tesis: “*Autoestima y Habilidades Emprendedoras en Estudiantes de Nivel Medio Superior*” En la Ciudad de México donde el objetivo del presente proyecto fue conocer la asociación entre la autoestima y las habilidades emprendedoras en estudiantes de nivel medio superior. Se empleó una metodología de tipo cuantitativa y correlacional con un diseño no experimental con un total de participantes del dicho proyecto de 77 estudiantes de nivel medio superior teniendo como instrumento de medida psicométrica Cuestionario de autoestima de Rosenberg donde el autor concluyó en que la autoestima se relaciona de manera positiva y significativa con las habilidades emprendedoras. También se observó que la autoestima puede ser un elemento predictor del emprendimiento pues ejerce una influencia positiva sobre las habilidades emprendedoras. Los resultados fueron obtenidos mediante el empleo de correlacional e Spearman y modelación de ecuaciones estructurales.

Moral et al. (2017) publicaron “*Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles*” El objetivo de este estudio fue comprobar las relaciones existentes entre Violencia en el Noviazgo, Dependencia Emocional y Autoestima en adolescentes y adultos jóvenes, así como las diferencias existentes en función del género y el nivel educativo. Mediante un muestreo bietápico de conveniencia con submuestreo aleatorio intra grupo se han seleccionado 224 adolescentes y adultos jóvenes con edades comprendidas entre los 15 y los 26 años ($M = 18.2$; $DT = 1.887$) a los que se les aplicaron tres cuestionarios: Escala de Autoestima de Rosenberg, Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) y Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO). De acuerdo con los resultados obtenidos, se ha hallado que los jóvenes victimizados presentan mayor dependencia emocional y menor autoestima que los no victimizados. En función del género, se encontró que las adolescentes víctimas de violencia tenían menor autoestima y los varones ejercían con más frecuencia procesos de acomodación y de manipulación, se comprueba también una tasa superior de violencia y dependencia emocional en los estudiantes de Educación Secundaria frente a los universitarios. Se presentan las implicaciones de los resultados obtenidos tanto para investigaciones posteriores como para los programas de prevención e intervención y se señalan las fortalezas y limitaciones de este trabajo.

Ocmin (2019) publicó la investigación “*Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños*” tuvo como objetivo hallar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un Centro

Preuniversitario de Lima Norte, la población estuvo conformada por 172 estudiantes de ambos sexos cuyas edades oscilaron entre 17 a 35 años. El alcance de estudio fue correlacional con un diseño de corte transversal. Para evaluar la dependencia emocional se usó la Escala de Dependencia Emocional (CDE) y para determinar la autoestima se utilizó la Escala de Autoestima de Rosenberg. Resultados: el 26.2% de los estudiantes reportó dependencia emocional. Llegando a la conclusión: los estudiantes que presentan una autoestima alta no reportan dependencia emocional. Puesto que, la persona con una autoestima elevada tendrá mayor seguridad, aprobación y afecto por lo cual no sería necesario que busque todo ello en otra persona. Asimismo, los factores que favorecen este adecuado desarrollo son el estado civil y el tipo de familia.

Guillen (2018) publicó la tesis “*Nivel de la autoestima en las alumnas del CETPRO Juan Tomás Tuyro Túpac Inca del Cusco*” en la ciudad del Cuzco cuyo objetivo se concentró en determinar el nivel de autoestima en las alumnas del CETPRO Juan Tomás Tuyro Túpac Inca del Cusco, 2018, para lo cual se desarrolla el estudio con un enfoque cuantitativo, siguiendo un diseño de carácter no experimental u observacional, siendo de tipo descriptivo simple, y en función a la temporalidad la investigación es transversal. La población para la presente investigación está constituida por 20 estudiantes de sexo femenino cuyas edades están comprendidas entre los 16 y 24 años y que cursan estudios de módulos de formación técnica en el CETPRO Juan Tomás Tuyro Túpac Inca del Cusco. La muestra para la presente investigación está constituida por el total de la población, por tanto, se realizó un censo o muestreo censal. A dicha muestra se le aplicó el inventario de Coopersmith de Autoestima, el mismo que fue sometido a análisis de fiabilidad. Por tanto, el autor concluyó en que se muestran que respecto a la variable autoestima, la autora concluye en que, si bien existe un porcentaje de 45,0% de estudiantes que se ubican en el nivel de autoestima promedio alto.

Darcourt (2015), en su tesis realizada, “*Claridad del autoconcepto, autoestima, auto-reflexión e insight en adultos jóvenes residentes en Lima*” tuvo por objetivo describir las relaciones existentes entre la claridad del auto concepto, la autoestima y los procesos auto-atencionales de auto-reflexión e insight en una muestra de adultos jóvenes residentes en Lima (Perú). Con este fin se aplicó una serie de pruebas, vía internet, a una muestra de 116 adultos jóvenes con edades entre 18 y 34 años ($M = 22.97$; $DE = 2.58$). Se encontró que la claridad del auto concepto está relacionada negativamente con la necesidad de auto-reflexión y positivamente con el insight, cuestionándose así el supuesto teórico de independencia entre dimensiones estructurales y de contenido del auto concepto. La participación de la auto-

reflexión no se relacionó con el insight ni con la claridad del auto concepto, concluyo en que se ve confirmando hallazgos previos según los cuales la actividad auto-reflexiva no sería necesaria ni suficiente para alcanzar el insight o una mayor claridad. La autoestima no mostró asociación con las variables de estudio, hecho que se replica en otras investigaciones que cuestionan su relevancia para variables vinculadas al bienestar. Finalmente, tampoco se encontró diferencia de medias de acuerdo al sexo de los participantes para ninguno de los constructos estudiados, probablemente debido a la homogeneidad de las características socio-demográficas y culturales de la muestra.

Sarmiento (2017) Este artículo tiene un doble objetivo. Por un lado, discutir la forma en que las lideresas experimentan la modificación de su incidencia en la producción social del hábitat. Por otro, discutir las implicancias de esta experiencia en materia de derecho a la ciudad. Para ello, se toma el caso de la generación de lideresas fundadoras de comedores populares autogestionarios del distrito de El Agustino, Lima. La investigación siguió una metodología de tipo cualitativo sustentada en el método biográfico, por lo cual se escogió la historia de vida como herramienta de recopilación de información. En total, se realizaron siete entrevistas a profundidad a lideresas fundadoras de comedores populares autogestionarios y dos entrevistas a profundidad a lideresas que ingresaron al comedor popular en la década de 1990 (como mecanismo de control) concluyeron que a través de la organización colectiva era posible reconfigurar relaciones de subalternidad. Dicho en palabras más coloquiales, evidenciaron consciente o inconscientemente que juntas era posible «alzar la cabeza y transformar no solo su realidad individual, sino también la de sus barrios y su país.

2.2 Bases Teóricas Científicas

2.2.1 Autoestima

A lo largo de las últimas décadas la variable estudiada en la presente investigación Autoestima va convirtiéndose en el centro de muchos puntos de interés ya que es importante conocer y explorar la conducta de las personas y el concepto que tienen de sí mismas para conocer su buena o mala salud mental de las mujeres en relación a la muestra.

2.2.2.1 Definición

Rosenberg (como se cito en Ramos, 2012) nos refiere que la autoestima como la misma percepción que tienen las personas de sí mismas sean positivas o negativas. Uno de los últimos estudios de la autoestima nos revela como la autoestima tiene una estrecha relación con aspectos de sus propias experiencias y el concepto que vaya formando de sí

misma las personas, por un lado, tenemos al nivel relacionado por la eficacia todo lo que será capaz de realizar por sí mismo y por otro lado al nivel relacionado por valía personal, de cuanto valor se da a su misma persona.

Con estos datos el autor nos hace saber que la autoestima tiene mucho que relacionarse con las experiencias que las personas van construyendo y experimentando a lo largo de sus vidas esto les va dando y auto concepto y una propia forma de pensar y comportarse adjuntando a ellos muchos factores que determinaran sus logros como también sus reconocimientos que tengan de sí mismas.

Para Larruburu (2010) nos demuestra que la autoestima es exactamente el concepto que tiene una persona en sí de su propio valor hacia el mismo junto a el respeto que se brindas. Como aceptas lo externo y como permites que las situaciones externas afecten o influyan en ti. Esto nos quiere decir que si tienes baja autoestima te expones a sufrir de humillaciones, maltratos, excesos, muchos de estos indicadores nos mostraron que los individuos de baja autoestima tienden a poner las prioridades de los demás por encima de las prioridades suyas vive buscando agradar a los demás sin darse valor hacia su integridad y persona.

Esto nos quiere decir que al no tener un respeto sobre si misma esta persona no podrías poner límites a las disposiciones negativas que los demás puedan tener sobre ellas, haciéndolo vulnerable y exponiendo a la persona que la padece de mucho maltrato y excesos. Haciendo vulnerable especialmente a mujeres y hombres que van dejando la adolescencia en camino a la etapa de la juventud desarrollando diferentes tipos de trastorno de conducta.

Para Chung et al. (2017) la autoestima en las personas se va formando, incrementando fortaleciendo conforme va pasando el tiempo de vida de las personas y la madurez que van obteniendo estas al dejar una etapa como la juventud y su camino hacia la adultez. Según el desarrollo de la personalidad en los individuos a medida que van pasando los años, las personas van adoptando nuevas formas de conducta y también nuevas formas de percepción de sí mismas, asumiendo nuevos retos y responsabilidades, con esto van cambiando las conductas y la forma de proyectar y desarrollar sus conocimientos tanto intelectuales como cognitivas y emocionales.

Esta teoría nos enfrenta a un cambio cíclico en torno a su forma de ver y de sentir que tendrán las personas conforme alcances diferentes grados de madurez y de independencia, dado que en la adolescencia y juventud los niveles de autoestima suelen ser más cambiantes de acuerdo al entorno en que estén desenvolviéndose, mientras que en la

etapa de la juventud a la adultez las personas van adquiriendo más estabilidad, seguridad y aceptación de sí mismos esto nos indica que al adquirir más independencia y responsabilidades van desarrollando mejores niveles de autoestima y liderazgo a lo largo de las últimas décadas la variable estudiada en la presente investigación Autoestima va convirtiéndose en el centro de muchos puntos de interés ya que es importante conocer y explorar la conducta de las personas y el concepto que tienen de sí mismas para conocer su buena o mala salud mental de las mujeres en relación a la muestra.

Así mismo Chung et al. (2017), nos deja en conocimiento que las personas cuando van pasando etapas de su desarrollo como de la adolescencia a la juventud van adoptando madurez en su personalidad, esto mismo se ve reflejado en su conducta de acuerdo a como experimento su vida hasta ese entonces si las circunstancias que le toco vivir hasta esta etapa ya están sean experiencias negativas o positivas que repercutirán en su personalidad y en la madurez que esté presente.

Por eso la importancia de cuidar la salud mental de las personas desde el inicio del desarrollo de su vida, como de su personalidad, cuidar su entorno social y familiar, ya que repercutirá en ellos en su desarrollo en su buena o mala salud mental con la que crezca y se desarrolle en la vida.

Branden (como se citó en Wong, 2018) refiere que la autoestima dentro de su término positivo se instala o se encuentra dentro del sistema inmunológico de la conciencia brindándonos una capacidad de hacer resistencia, energía fuerza y la con esto el poder de regenerarnos, cada que la autoestima este baja, las personas presentaran dificultades para resolver sus dificultades, que se le presenten es decir la capacidad de resolver dificultades también bajan, en estos momentos difíciles es donde la persona que padece de baja autoestima evita afrontar situaciones dolorosas, quiere decir que las situaciones negativas repercute muchísimo en las personas que las situaciones o experiencias positivas que se le podrían presentar, entendido entonces que la Autoestima positiva en las personas está demostrado que atribuye de forma positiva también en el buen funcionamiento de su salud mental, mientras que los acontecimientos que van dejando estamos de autoestima bajas en las personas van ocasionando problemas de salud mental ya sean desencadenantes de trastornos de personalidad como también problemas psiquiátricos.

Considerando por anteriores y más actuales teorías La Autoestima es el concepto y el valor propio que tienes las personas sobre sí mismas y como consecuencias de vivencias y experiencias pasadas que influyen en su madurez y aprendizaje a lo largo o corta que hay

sido su vida, comprometiendo a todo su entorno tanto personal como social. (Chung et al., 2017).

2.2.2.2 Dimensiones de Autoestima

Autoestima Positiva:

Fernandez (2017) Si queremos darle una definición a la autoestima positiva tenemos que considerar que esto se refiere a los sentimientos de manera positiva que las personas van teniendo de sí mismo impacta y genera en las personas de una forma beneficiosa para su salud como también para su calidad de vida, estas se manifiestan en el desarrollo de su personalidad y en la forma de cómo ven su vida y si están satisfechas con esta. Lo importante de esta dimensión es que nos impulsa a desarrollarnos como personas nos impulsa a conseguir todos nuestros objetivos (p. 9).

La autoestima positiva es quien nos hace que pongamos toda nuestra fe en constancia, ya que nos hace ver la vida de una manera más realista que nos empodera al momento de buscar trabajar en lo que nos vamos proponiendo y vencer nuestras dificultades.

Autoestima Negativa:

Fernandez (2017) afirmo que existen muchas formas para identificar a una persona que presente autoestima negativa, muestra señales que podrían ayudar a reconocerlos, estas probablemente muestren conductas pesimistas, hostiles sienten que nada a su lado es valiosos y que nunca pueden lograr nada en la vida por si mismos que todo lo que se les ocurra estará mal desarrollando rechazo hacia su misma persona, ya que estas personas comprenden su autoestima de manera incorrecta. (p. 9).

Esto los vuelve extremadamente inseguros de sí mismos indecisos, autocriticándose en todos momentos buscan alcanzar el perfeccionismo con necesidades de complacer a todas las personas que estar en su entorno, y magnifican todos los errores que podrían cometer asumiendo incluso sentimientos de culpa y de poca valía ante sus errores.

2.2.2.3 La Autoestima y su Importancia en las Personas

Marcuello (como se citó en Wong, 2018) mencionó que la gente tiende a pensar que la Autoestima podría tener un único concepto, lo que no entienden es que esto va más allá que un solo concepto, el concepto que tenemos de nosotros mismo, así como la aceptación de quien somos tiene mucha importancia para la salud mental, ya que siendo la Autoestima el sentimiento que guardamos por nosotros mismos, de esta forma aceptamos la percepción que tenemos de nosotros mismos, por otro lado, Branden menciona también que cuando una persona goza de una buena autoestima esto se refleja en su manera de comportarse, como se

expresa, como se conduce en la vida con sus acciones tiene criterio propio dominio de sus ideas, respeto y mayor valor por sí mismo. Estas personas que tienen buena autoestima lucen bien físicamente, se preocupan por atender su aspecto físico, son aseados y cuidan su salud con hábitos alimenticios saludables, haciendo deporte, en su entorno laboral son más productivos efectivos responden bien a las metas que se van trazando en la vida y son capaces buscan siempre mejorar.

2.2.2.4 Niveles de Autoestima

Muñoz y Mamani (2017) concluye que los cuadros de baja autoestima pueden crear a dos tipos de personas, diferentes estudios nos dejan en teoría que la autoestima se divide en tres diferentes niveles las cuales son la autoestima negativa, autoestima media y autoestima positiva (p.8).

Baja autoestima o también conocida como autoestima negativa

Las personas que padecen de baja autoestima por lo general tienen a ser personas sumisas siempre están pensando en un futuro negativo e incierto sus condiciones de pensamiento son sin esperanzas se siente incapaz de lograr el éxito en la vida ni pueden desarrollar sus habilidades ni talentos ya que no reconocen nada bueno en ellos, primero que esta puede ser una persona con personalidad autodestructiva, que no encuentra un valor en sí misma. Estos cuadros los vuelve sumisos expuestos a ser manipulados con facilidad por otras personas que solo busques sacar algún provecho y aprovecharse de su condición que poco a poco empeora en medida que avanza el tiempo ya que los hace personas dependientes emocionales, poco resilientes, pero también tenemos a personas que con baja autoestima muestran una conducta desafiante, estos no controlan impulsos siendo dominantes, agresivos en su mayoría de casos violentos.

Muñoz y Mamani (2017) refiere que en mucho de los casos las personas que muestran baja autoestima muestran cuadros de imaginación donde dialogan consigo mismos y desarrollan pensamientos como:

Pensamientos de Sobre generalización: Por alguna experiencia traumática relacionada al fracaso desarrollan una regla general para todos los momentos o todas las situaciones que se le presenten en adelante: ya me fue mal una vez entonces ¡me ira mal siempre! ó ¡ya fracasé una vez fracasare siempre!, así mismo.

Pensamientos de Designación Global: En este caso la persona que está afectada con baja autoestima usara una serie de términos peyorativos dando descripción propia de su

persona al momento de que ocurra un error, no describe el error en si más bien dice ¡que tonto soy, que torpe soy!.

Pensamiento Polarizado: Es una personalidad de polo a polo es decir tiene pensamiento que es todo o es nada llevan situaciones a extremos, como: estás conmigo o no estas, esto es blanco o es negro; No dan treguas tampoco se aceptan tampoco por ese hecho no se dan valores relativos a su persona.

Pensamientos de Autoacusación: En este tipo de pensamiento se manifiesta por sentirse culpable de todo aun cuando este no sea responsable, asume culpas que no le pertenecen.

Pensamiento de Personalización: Empiezan a compararse con todo lo negativo de los demás y cree que todo tiene que ver consigo mismo: si ve a alguien serio entonces está pensando que el hizo algo que lo puso así.

Lectura de pensamientos: En este tipo de pensamiento la persona cree suponer todo lo que los demás piensan está relacionado a él de forma negativa.

Pensamientos con falacias de control: En este cuadro la persona cree que tiene relación y responsabilidad con todo y todos totalmente, y lo hace sentirse como víctima desamparada que siempre tiene que cuidar o proteger a todos, pero nadie lo protege a él o ella.

Razonamiento Emocional: Piensa en todo momento que si todo le va mal y atrae todo lo malo y eso nunca cambiara.

Autoestima Media:

Marcuello (como se citó en Wong, 2018) nos refiere que este en nivel de autoestima que normalmente encontramos en la mayoría de personas, y como otras de las autoestimas este también se va formando en las personas a consecuencia de sus experiencias y su crianza que tuvo de pequeño, en ese caso las personas suelen sentir relativamente cambios sienten que pasan de tener buenos momentos a malos también, o como también pueden sentirse competente para desarrollar alguna actividad o sentirse incompetente también, es decir no se quedan estancados a un solo sentimiento o pensamiento.

Autoestima Alta o también conocida como Autoestima Positiva:

Este nivel de autoestima según nos indica Marcuello (como se citó en Wong, 2018) la autoestima positiva o buena nos permite ver personas más seguras de sí mismas con capacidad de desenvolvimiento único, controlan adecuadamente sus sentimientos y emociones, estas personas se caracterizan por ser más joviales extrovertidas son optimistas

ante muchas circunstancias tienen grandes capacidades por ejemplo de resiliencia que les permite mejorar desarrollo en su vida tanto en lo afectivo, en lo sentimental, en lo laboral en lo familiar.

2.2.2.5 Factores que Influyen en la Autoestima

Cotrina (2019) nos van demostrando que en un mundo globalizado las nuevas investigaciones que existen en la actualidad más de un factor que podría influir en el proceso de la formación de la autoestima “La Autoestima debe ser formada y reforzada por el entorno en el tiempo mediante la educación de la persona desde que es niño, ya que no es innata”.

Por este motivo muchos autores señalan una serie de factores que tienen influencia en la creación de la autoestima en el momento de agruparlos tomaremos en cuenta los siguientes:

La Familia

Valles (como se citó en Cotrina, 2019) La familia como un primer entorno del niño y en su sociedad repercute de forma significativa, esto marcará en la persona desde sus primeros años de vida, ya que todo lo que el niño escuche sean mensajes positivos o negativos esto quedará marcado en su crecimiento lo mismo que lo que el niño vea a su alrededor ya sea positivo o negativo forma su percepción de vida ideal para cuando este empiece a proyectar su conducta y personalidad en su exterior.

Definitivamente, la formación de una persona empieza desde sus inicios de vida y toda conducta es aprendida según Bandura (como se citó en Yarleque, 2017) en su Teoría Del Aprendizaje Social “En los niños, afirma Bandura, la observación e imitación se dan a través de modelos que pueden ser los padres, educadores, amigos y hasta los héroes de la televisión”.

La Inteligencia:

Valles (como se citó en Cotrina, 2019) Es la forma que van alcanzando las personas de conseguir su experiencia y madurez, de acuerdo a como se fue formando en sociedad en referencia a su primer entorno y las herramientas para su desarrollo que les fueron cercanas en todo su proceso de educación y desarrollo intelectual.

a) El desarrollo y su Forma:

En inteligencia practica e inteligencia conceptual, las personas manifiestas las capacidades que tienen para resolver conflictos o retos del día a día sé que van presentando en su vida a un nivel más pragmático o en otras circunstancias momentos poco elaborados.

b) Por su Aplicación:

Estás podrían ser espontánea o reactiva, es decir cuando las personas general ideas y soluciones a su día a día teniendo facilidad en su mente de resolver y manejar situaciones en momentos en que incluso otras personas se lo pidan.

c) Por los Rasgos del Coeficiente Intelectual:

Este es uno de los rasgos que implican mayor importancia si no el único para los factores que influyen en la autoestima ya que con esto se puede conocer la edad mental de la persona mediante un instrumento de recolección de datos que nos permitirá recopilar esta información.

La Sociedad:

La sociedad también tiene su parte responsable importante en la formación de la autoestima de las personas ya que de acuerdo a las experiencias de estas desde los primeros años de vida siendo este su primer entorno educador, la familia y sus costumbres su cultura su forma de vida dentro del hogar. La autoestima de las personas podría experimentar cambios circunstanciales, por el lugar que ocupe en la sociedad y las experiencias que viva en estas podrían favorecer o desfavorecer a su autoestima y formas de ver la vida de las personas.

2.2.2.6 Características de Personas con Autoestima Positiva

Fernandez (2017) menciona como este marcado en estas características, la autoestima positiva nos facilita mejores beneficios para el rumbo de la vida de las personas, de esta forma tienen un estado de salud mental más estables las cuales son las siguientes características:

- Tienen madurez y crítica positiva de sí mismo
- Se acepta tal cual sus creencias y su forma de ser
- Asume de forma segura los retos que se le presenten
- Entienden que un fracaso es también una forma de aprender
- Son más tolerantes al asumir dificultades con los demás
- Asumen hogares funcionales
- Asumen nuevos retos de riesgos de forma activa y animada
- Eliminan sentimientos innecesarios de culpas
- Saben decir un no y un sí sin miedos a no ser aceptados
- Son personas con mejor disposición de amar y recibir amor o afectos
- Tienen mejor rendimiento académico y laborales

2.2.2.7 Características de Personas con Autoestima Negativa

Fernandez (2017) menciona que esta plasmados de esta forma la autoestima negativa solo limita el buen desarrollo de las personas, dado esto es necesario encontrara una forma de fomentar una autoestima positiva ya que de esta forma las personas podrían alcanzar todas sus propias metas y mejor futuro, por ello presenta las siguientes características.

- Necesidad exagerada de tener la atención de todas las personas que lo rodean
- Incapacidad de resolver conflictos sin crear nuevos
- Actitud de dudas antes todos
- Miedos incontrolables a equivocarse
- Excesiva necesidad de ser aprobados por todos
- Incapaz de reconocer errores
- Estado emocional de tristeza oculta
- Compulsiva necesidad de ganar

2.2.2.8 Teorías de la Autoestima

Teoría psicodinámica de Robert White

Murk (como se citó en Cotrina, 2019) menciona que White afirmo con la teoría psicodinámica se logró conocer que existen fenómenos humanos que fueron examinados, como los fueron por una parte la experiencia y por otra parte la conciencia. La autoestima tiene sus inicios en la persona de acuerdo a la eficacia de todas las experiencias, basándose en lo que la persona obtiene o adquiere de acuerdo a su entorno, están podrían manifestar succiones más vigorosas, así como también llantos considerablemente sostenidos en la actualidad del infante, y los sentimientos o refuerzos que estos asumen se desarrolla de acuerdo a los fracasos que atraviere o los éxitos que alcance.

Esto nos indica que la autoestima desarrolla una serie de cambios de acuerdo a las experiencias del tiempo transcurridas según su ´proceso entre el self y también el entorno o sociedad.

Teoría Sociocultural de Morris Rosenberg

Murk (como se citó en Cotrina, 2019) menciona que Rosenberg afirmo que el concepto de autoestima refiere al concepto que la persona o individuo percibe de su misma persona, siendo que esta podría ser aprobatoria hacia su persona o desaprobatoria. (p.16).

Esta definición claramente nos hace entender que es necesario tener en cuenta en el momento de calificar la autoestima la parte cognitiva y la misma importancia tiene la parte

afectiva, ya que en su teoría sociocultural Rosenberg trata esta variable como un fenómeno personal y de esta misma manera tiene en cuenta fenómenos psicológico, en un mismo tiempo social.

Teoría Conductual de Stanley Coopersmith

Murk (como se citó en Cotrina, 2019) refiere que Rosemberg y Coopersmith, estos dos aportes nos dicen que entendemos a la autoestima como la evaluación que se efectúa en el individuo comúnmente con sí misma, donde expresan actitudes tanto de aprobación como también desaprobación en medida en que las personas se crean capaces de lograr alcanzar sus metas con desempeños significativos, de acuerdo al juicio que tenga la persona de esta misma ante su desarrollo de vida, que serán observables en lo largo de su vida mediante su conducta.

Cabe notar que esta que esta teoría y sus definiciones complementan e interactúan a las definiciones anteriormente plasmadas añadiendo una forma evaluativa.

Teoría Humanista de Nathaniel Branden

Murk (como se citó en Cotrina, 2019) menciona que Branden nos refiere a la autoestima con el autor de esta teoría nos plasma dos interrelaciones importantes siendo uno de esto la eficiencia personal mientras que la siguiente sería el sentido de merecimiento personal, donde a estas se sumaran las percepciones de autoconfianza y la percepción de auto concepto, donde la persona entra en el proceso de convencerse que la persona tiene la capacidad de vivir dignamente y merece vivir dignamente, así mismo, Brenden añade que en el desarrollo de la autoestima se va creando la parte actitudinal y los procesos de competencias como también las percepciones afectivas y cognitivas apareciendo la dimensión motivacional en el individuo.

2.2.2 Dependencia Emocional

La dependencia emocional en las personas que lo padecen será siempre un problema que perjudicará el desarrollo emocional social y cognitivo a lo largo de su vida y sus planes de futuro.

2.2.2.1 Definición

Para Castello (2015) La dependencia emocional refiere que es una extrema y exagerada necesidad de concepto afectivo de una persona hacia otra, conforme avance sus etapas de relaciones sentimentales esta conducta es repetida en todas las parejas que la acompañan. Esto lleva a la persona a tener sentimientos obsesivos como también sentimientos de angustia y abandono ocasionando pensamientos de persistencia que

desarrollan con conductas desadaptadas en relación a otras personas, estas ideas causadas en la persona que sufre de dependencia emocional cambia la percepción de tiene esas personas de sí misma sintiéndose insatisfecha y con sobrevaloración de buscar la aceptación de todo su entorno tanto de amistad como familiar.

Para Lemos y Londoño (2007) con referente al lado emocional menciona que la dependencia emocional es en mucho de los casos justificada y enmarcadas en los “deberías” escondiendo de esta forma sus necesidades excesivas afectivas por las personas que lo padecen, donde el principal síntoma es el control por la pareja donde exigen insistentemente tener la atención de estas, justificando todo en el motivo afectivo, buscando que esto les garantice estar al lado de su pareja en todo momento y todo lugar que sea posible y de no ser obtenido su propósito los llenan de frustraciones que desencadenan nuevas conductas incluso violentas, para estos autores, los cuadros de dependencia emocional en los pacientes que la padecen muchas veces son justificadas, quiere decir que si el dependiente desarrolla niveles violentos de su conducta estas mismas son justificadas de una forma donde todas esas acciones violentas son a consecuencias de la poca atención que le dieron y todo era por amor.

Por otro lado, para Sirvetn (2007) refiere que la dependencia emocional como a relaciones genuinas nos indica que existe una alteración disfuncional en el rasgo de la personalidad, como ya mencionado antes la necesidad extrema de una persona hacia su pareja, conforme avancen sus edades y etapas de vida es decir desarrolla este patrón de conducta con todas las relaciones sentimentales en la que se encuentre así mismo esta definición se muestra un tanto contradictoria a la que fuera las otras teorías y aportes de Lazo (1998) u otro como Riso (2003) que definían a la dependencia emocional como una adición.

De la misma forma Riso (como se citó en Medina, 2017) nos refiere que la dependencia emocional se manifiesta como apego irracional sentimental extremo, estas vinculan sentimientos mentales y emocionales en su percepción de la vida, donde piensa que solo estando dentro de ese vínculo, la persona encuentra placer felicidad permanente autorrealización y seguridad de sí mismo. Donde se cree que sin tener esa relación adherente de él o dependiente de él, le sería difícil hasta imposible lograr ser felices o mantener una tranquilidad emocional ni alcanzar sus metas. Donde todos sus pensamientos estarán centrados en que sin esa persona a la cual son dependientes emocionales no logran sobrevivir ni alcanzar nada en la vida, teniendo en cuenta estos aportes vamos entendiendo a la dependencia emocional como una necesidad excesiva y constante que mantiene en sus pensamientos y sentimientos las personas que la padecen, someténdolas a si a vivir a espera

de la aceptación y atención de la persona que tienen como pareja en ese momento sometidas entorno a lo que ellos creen ser amor.

Seguido de Sirvetn y Villa (2007) estos autores afirman que la dependencia que la persona podría sentir al amor es una característica de su conducta la que lleva a repetir la misma experimenta con su conducta y sentimientos con las diferentes parejas que tenga a lo largo de su vida mientras tenga esta dependencia.

Por otro lado reconocer los diferentes tipos de dependencias relacionales según su origen etiopatogenia los primeros podrían ser adaptativos reactivos como también se podrían manifestar de forma neurótica los conformaran las dependencias sentimentales, esto también se puede presentar como un fenómeno de momento, es decir que lo sufre con una sola pareja sin haber experimentado esa dependencia en otra relación anterior, esto hace que cada relación sentimental de pareja que presente le brindara una característica especial a su personalidad y como vea esta persona la vida con necesidades afectivas. Esta no debe confundirse con algún tipo de necesidad de manera material, monetario o formado por algún tipo de incapacidad, si no tiene que tratarse de una dependencia emocional basado en lo afectivo para poder referirnos a un patrón psicopatológico (Castello J. , 2005).

2.2.2.2 Dimensiones de la Dependencia Emocional

Las principales dimensiones consideradas por el creador del cuestionario de Dependencia Emocional para Lemos y Londoño (como se citó en Brito y Larrea, 2006).

Ansiedad por separación:

En esta dimensión se describe la ansiedad y miedos que atraviesan las personas que sufren de dependencia emocional al finalizar una relación, el rechazo a la pérdida, manifestándose con expresiones emocionales como también estas pueden manifestarse en expresiones físicas evidenciando una depresión y descuido de la persona en si misma Brito y Gonzales (2016).

Expresión Afectiva:

En esta dimensión la persona que atraviesa un cuadro de dependencia emocional buscara tener la atención y las expresiones de atención y afectos de su pareja hacia ellos mismos para que de esa forma pueda calmar el miedo a no ser amado ni las inseguridades que en todo momento están atormentando su mente, exigiendo a su pareja que este pendiente de él o ella. Brito y Gonzales (2016).

Modificación de Planes:

En esta dimensión nos explican como la dependencia emocional influye en los cambios de planes para de esta forma satisfacer a la pareja ante los deseos que pueden ser implícitos o los deseos explícitos solo con la finalidad de compartir mayor parte del tiempo al lado de la pareja. Brito y Gonzales (2016).

Miedo a la Soledad:

En esta dimensión el autor nos explica como un dependiente emocional tiene excesivos miedos de no tener una pareja sentimental, o también expresa miedos de no sentirse amado, ya que el tener una pareja lo hace sentirse equilibrado, así como más seguro de sí mismo, ya que para estas personas la soledad es un sentimiento que los aterrera Brito y Gonzales (2016).

Expresión Libre:

En esta dimensión las personas que manifiestan o atraviesan un cuadro de dependencia emocional expresan sus miedos ante una ruptura sentimental de forma exagerada donde exacerbaban los límites del orden llegando a conductas extremas como el acoso o auto humillaciones públicas o intentos de suicidio, ya que para estas personas el alejarse de una persona que aman es un sentimiento aterrador y catastrófico Brito y Gonzales (2016).

Búsqueda de atención:

En esta dimensión la persona que padece de dependencia emocional está en constante búsqueda de la atención de su pareja para que con esa atención que consigue sentir que su pareja estará más segura o se mantendrá en su relación tratando de ser el centro de atención, esta también podría verse de alguna forma como una manera histriónica en su conducta y son capaces de hacer lo que sea necesario para ser el centro de atención de su pareja. Brito y Gonzales (2016).

2.2.2.3 Características de la Dependencia Emocional

Para Castello (2005) los dependientes emocionales componen estos siguientes rasgos:

La pareja como primera prioridad de su vida:

El o la dependiente encierra en su mente a su pareja como el centro de su vida y lo pone por encima de todo dejando de lado sus propias actividades por brindarle mayor cantidad de tiempo y así asegurar la permanencia a su lado.

Exclusividad para la pareja:

En este aspecto la persona que sufre de dependencia emocional se aleja de todo su entorno ya sea familiar o social de forma progresiva para dedicarse a su pareja pensando que debe recibir lo mismo.

Pareja Idealizada:

En este aspecto vemos como el dependiente emocional va endiosando a su pareja minimizando cualquiera de sus defectos que este le muestre a lo largo de la relación. Y guardan en su mente solo recuerdos de los buenos o lindos eventos que atravesaron.

2.2.2.4 Síntomas de Ansiedad y Depresión

Las personas que padecen de dependencia emocional van mostrando de angustia y depresión al ser maltratados por sus parejas así estas no lo perciban como maltrato eligen de pareja a una persona egoísta de actitudes narcisistas que les crean sufrimientos.

2.2.2.5 Tipos y Ámbitos de Dependencia Emocional

La dependencia emocional en las personas va generando ciertos miedos entre ellos está el miedo a ser rechazado, también el miedo a que quedarse solo sin la presencia o compañía de la persona amada, como también se presentan miedos a no ser aceptados mucho menos valorados por las personas en las que ellos manifiestan la dependencia emocional, esto hace que ellos refuercen la “necesidad social” donde sienten la necesidad de ser emocionalmente dependientes, transmitiendo ese sentimiento a sus seres más cercanos en este caso la familia o en su entorno social más cercano como serían las amistades y en su vida misma como la pareja.

Entendiéndolo de esta forma se comprende que la dependencia emocional se manifiesta de tres formas o en tres ámbitos principales:

En la pareja:

La dependencia emocional en la pareja Risso (como se citó en Gonzales, 2018) es la que se presenta con mayor frecuencia en estos tiempos, dado los últimos reportes de investigación por especialistas y los altos índices de violencia de género, en el proceso de investigación se va evidenciando como la dependencia emocional a la pareja es uno de los principales ejes de donde inician los abusos a las mujeres o las limitaciones de su desarrollo. Dado que los o las dependientes emocionales tienen como visión principal el tener a su lado a la persona amada sacrificando su propia existencia sus propias actividades su propio desarrollo, haciendo de estas personas el centro de su vida solo realizan actividades que impliquen agradar o tener cerca a su pareja, aun cuando reciba maltratos de esta.

En la familia:

Por otro lado, encontramos también la dependencia emocional a la familia Risso (como se citó en Gonzales, 2018) esto se manifiesta por la necesidad de tener cerca o tener la atención de cualquiera que fuera hacia determinados integrantes de la familia o del núcleo familia, haciendo de este integrante de la familia o grupo familiar como centro de su vida o centro de sus actividades, sintiendo la necesidad de actuar en torno a los que le agrada a esta persona tomando decisiones siempre buscando tener la aceptación o aprobación de esa persona, cambiando o adaptando de forma excesiva, incluso de forma obsesiva todo su estilo de vida su forma de pensar hasta sus creencias y costumbres por tener cerca a esa persona por la que demuestra la dependencia emocional.

Entorno Social:

En tanto a este tipo de dependencia emocional a su entorno social Risso (como se citó en Gonzales, 2018) se manifiesta cuando las personas muestran una necesidad excesiva y obsesiva por que fueran reconocidas y aceptadas por su entorno más cercano donde este podría ser entorno laboral entorno de amistades, ya que si el medio social donde este desempeñe roles o actividades no le muestra atención o aceptación esta persona entra en pánico, y es capaz de someterse a todo tipo de sacrificio por el solo hecho de ser aceptado y admirado el centro de atención y no afrontar un rechazo, ya que el sentirse rechazo para la persona que sufre de dependencia emocional seria lo peor que le puede pasar.

En estos tres tipos de dependencia las personas que lo padecen sufren también de una pobre autoestima, es este el motivo del cual buscan ser reconocidos y aceptados por los demás, donde no tienen conciencia clara de lo que ellos serían capaces de realizar por sí mismos y para beneficio de ellos mismos, desarrollando creencias falsas, teniendo como consecuencias miedos injustificados que se apoderan de sus pensamientos y lo mejor que podría hacer el dependiente es afrontar todos estos miedos y ansiedades, y para esto es importante atreverte a dar el primer paso como también a aprender a caminar solo o sola y poder lograr salir de esa zona de confort Risso (como se citó en Gonzales, 2018).

2.2.2.6 Diagnóstico Diferencial

Realizar un Diagnóstico diferencial es llevar a cabo un proceso para identificar con mucha responsabilidad precisión qué tipo o tipos de patologías sufre la persona. Pero cuando se trata de Dependencia emocional es prácticamente lo mismo, no obstante, es importante tener en cuenta que no bastara solo un diagnóstico de impresión de síntomas y de los signos que proyecta el paciente para relacionar con esta patología, estas patologías están

considerados a ser excluidas tales como: trastorno de la personalidad por dependencia, trastorno del estado de ánimo y trastorno límite de la personalidad Castello (2005).

2.2.2.7 Teorías de Dependencia Emocional

Teoría de la vinculación relacional de Lemos y Londoño (como se citó en Fernández, 2007) menciona que la dependencia Emocional en relación Dependencia Relacional, lo vincula como trastorno de la conducta de la personalidad donde la persona siente que no tiene valor propio y busca llenar todos sus vacíos emocionales idealizando a otra persona sedeando tenerla a su lado para sentirse importante, sentirse amado, sentir que es alguien, estas teorías los autores coinciden en que la dependencias emocional para las personas que la padecen tienen como necesidad tener cerca a otras personas buscando así la seguridad afectiva y sentimental como el reconocimiento y la aceptación de la otra persona para así sentirse bien.

Teoría de Castello (como se citó en Aiquipa, 2015) menciona la exclusividad excesiva: La Dependencia emocional la define como esa percepción exagerada que tiene la persona de tener afecto a su favor, en las diferentes parejas afectivas que tenga a lo largo de su vida, y este sería el centro del problema, haciendo que la persona que padece ese problema atraviese por varios sentimientos de sumisión como también podría experimentar pensamientos obsesivos que relaciona directamente a la pareja, y con muchos grados de miedos y angustias pensando en posibles abandonos por parte de sus parejas. Esto llega a formar la parte central o el núcleo del problema, esa necesidad exagerada de la pareja en su vida.

Por otro lado, Sirvetn (como se citó en Narváez, 2018) nos define que las dependencias emocionales afectivas o dependencias emocionales relacionales las refiere como trastornos relacionales que podrían manifestarse en las personas como un tipo de conducta adictiva a la relación que este formando con otra persona mostrando una asimetría refiriéndose a sus roles con conductas dependientes a la pareja, delegando y clasificando en tres formas distintas como serian dependencias sentimentales, por otro lado nos habla de condiciones, y finalmente de dependencias situacionales

2.3 Formulación de Hipótesis

2.3.1 Hipótesis General

Hi: Existe relación entre la autoestima y dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

Ho: No existe relación entre la autoestima y dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

3.4 Operacionalización de Variables

3.4.1 Operacionalización de la variable Autoestima

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Autoestima	Rosemberg (1965) La autoestima es el concepto positivo o negativo que nos guardamos a sí mismo, se mide a través de la Escala de Autoestima de Rosenberg.	La autoestima está orientada a los sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo/a. La mitad de los ítems están enunciado de manera positiva y la otra mitad de manera negativa refiriéndose a las dimensiones de la variable.	Unidimensional	Autoestima sumatoria total Dimensión autoestima positiva Dimensión autoestima negativa	1, 2, 3, 4, 5 6, 7, 8, 9, 10	Ordinal

3.4.2 Operacionalización de la variable Dependencia Emocional

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Dependencia emocional	La dependencia emocional refiere a la necesidad excesiva de afecto por parte de una persona a otra en mucho de los casos es dirigido a la pareja, se manifiesta en el dependiente cuando él se quita valor con la única intención de agradar y complacer a la pareja, sin esta esperar ser correspondida de la misma forma desarrollando una conducta sumisa	Lemos y Londoño (2006) se dirige a medir perfiles que son propios y específicos a personas con dependencia emocional, evalúa características psicológicas en función de las concepciones que la persona tiene de sí mismo y de los otros, identificación de los estímulos que son particularmente amenazantes y las estrategias interpersonales.	<p>Ansiedad por separación</p> <p>Expresión afectiva</p> <p>Modificación de planes</p> <p>Miedo a la soledad</p> <p>Expresión límite</p> <p>Búsqueda de atención</p>	<p>110 – 138 76 – 100 alto</p> <p>53–109 26 – 75 medio</p> <p>3– 52 0 – 25 bajo</p>	<p>1,2,3,4,5,6,7</p> <p>,8,9,10,11,12</p> <p>,13,14,15,16,</p> <p>17,18,19,20,</p> <p>21,22,23</p>	Ordinal

III. METODOLOGÍA

3.1 El Tipo de Investigación

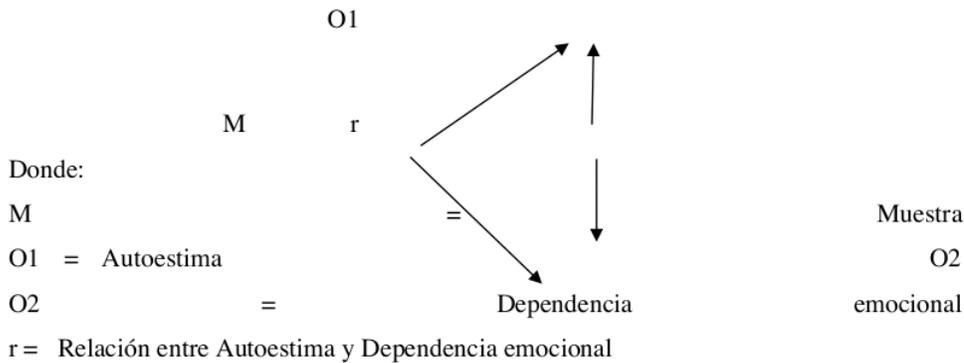
La siguiente investigación está enmarcada dentro del tipo cuantitativa “utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (Hernández; Fernández & Baptista 2006).

3.2 Método de Investigación

El método de investigación fue deductivo porque se buscó demostrar dependencia probabilística entre la autoestima y la dependencia emocional, en tanto que no se pretendió conocer las relaciones causales, sino más bien la dependencia estadística, que a través de la estadística bivariada que permitió hacer la correlación (Hernández, Fernández y Baptista 2006).

3.3 Diseño de la Investigación

Estudio no experimental, transeccional. porque la investigación se realizará sin manipular deliberadamente la variable, transeccional porque que se recolectarán los datos en un solo momento y en un tiempo único (Hernández, Fernández y Baptista 2006). Así mismo presenta corte correlacional descriptivo tal y como se presenta en la siguiente figura



3.4 Población, Muestra y Muestreo

La población estuvo constituida por mujeres del comedor popular María Parado de Bellido. El muestreo fue no probabilístico, de tipo por conveniencia, por lo que se tomó como muestra a aquellas mujeres que decidieron por voluntad propia participar del estudio por lo tanto solo se llegó una muestra n=60 mujeres de la población mencionada que participaron en el trabajo en donde se les aplicó el instrumento de evaluación, así mismo para llegar a la muestra se tomaron criterios de inclusión y exclusión.

Asimismo, se consideraron los siguientes criterios:

Criterios de Inclusión

- Mujeres participantes beneficiarias activas del comedor popular María Parado de Bellido.

- Aceptar participar libremente del estudio

Criterios de Exclusión

- Mujeres que no son participantes ni beneficiarias activas del comedor popular María Parado de Bellido

Por lo que la población será mujeres beneficiarias del comedor popular.

El muestreo será no probabilístico, de tipo por conveniencia, pues sólo se evaluará a los asistentes a en hora de trabajo y que acepten participar del estudio n=60 (Hernández, Fernández y Baptista 2006).

3.5 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.5.1 Técnica

La técnica que se utilizó para el recojo de información fue a través de una encuesta en lo que se utilizó la información de manera directa. Por otro lado, para la evaluación de las variables se utilizó la técnica psicométrica, que consiste en lo declarado en la ficha técnica del instrumento.

3.5.2. Instrumento

3.5.3 Escala de Autoestima de Rosenberg

Es una escala unidimensional de diez ítems que en su versión original se calificaba como si fuese de tipo Guttman. En este estudio se calificaron los ítems con el mismo procedimiento que la Escala de Satisfacción con la Vida, salvo que aquí se consideró la dirección de los ítems. A mayor puntuación, mayor autoestima.

3.5.4 Descripción del Instrumento.

Objetivos: analizar el sentimiento de valoración que los individuos tienen de sí mismos, esta escala reflejara el estado de su autoestima real o su autoestima ideal.

Autoestima positiva: Refiere a los conceptos positivos como seres grandes y dignos que tienen de sí mismos donde los demás nos ven de la misma forma.

Autoestima negativa: Refiere a sentimientos que asumen las personas en sí mismas de: frustración, miedos inseguridades desconfianza, pesimismo, depresión y de la misma forma los ven los demás. Tafarodi y Swann (como se citó en Ramirez, 2015).

Validez y confiabilidad.

Validez: Rosenberg (1973) ² estudió la relación entre autoestima y depresión, hallando que las personas que obtenían menores puntajes de autoestima en la escala, aparentaban estar deprimidas al ser evaluadas mediante las escalas de Leary; posteriormente se evaluó la relación entre autoestima y depresión en una muestra de 5024 sujetos, hallándose resultados similares.

Morales (2016) consistencia interna en la muestra: Se obtiene un valor en el coeficiente Alpha de Cronbach de 0.76, lo que indica una alta confiabilidad.

Estructura factorial en la muestra: La varianza de la escala es explicada por 2 factores que alcanzan a cubrir el 53.07%, logrando el primer factor un 27.98%.

Confiabilidad: Rosenberg (1987; en Pequeña, 1999) informó que la escala obtuvo un coeficiente de reproductibilidad de 0.92 y un coeficiente de estabilidad de 0.72; además se sabe que Silber & Tipett (1987; en Pequeña, 1999) informaron que la escala alcanzó una confiabilidad test-retest de 0.85 con un intervalo de dos semanas.

3.5.5 Procedimiento.

En primer lugar, se acudió al comedor popular María Parado de Bellido. Donde se aplicó la ficha de datos a las mujeres beneficiarias, que por propia voluntad acepten colaborar con la investigación. Durante el proceso de aplicación incluyó la presentación de la investigadora, así como la explicación de los objetivos de la investigación. Se exhortará a ser sinceros en cada una de las respuestas. En seguida, se leerá todos los ítems en tono de voz alta.

3.5.6 Escala de Dependencia Emocional

Para la presente investigación se utilizó el cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) que fue estandarizado para Perú por Brito y Gonzales (2016) el mismo que consta de 23 ítems, que nos permite identificar perfiles que van propios a las personas que sufren de dependencia emocional.

3.5.7 Descripción del Instrumento

Objetivos: El cuestionario de dependencia emocional tiene como objetivo evaluar las características psicológicas relacionadas a la forma en que las personas se evalúan a sí mismas y a otros, detallando los estímulos y sus estrategias interpersonales.

Dimensiones: El cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2016) está dividido en 6 áreas estas serían: ansiedad causada por la separación de la pareja, y esta está señalada en 7 ítems. expresión afectiva del dependiente a la pareja la misma que está conformado por 4 ítems. modificación de planes, también los conformarían 4 ítems. miedo a la soledad, conformado por 3 ítems; quinto, expresión límite conformados por 3 ítems. búsqueda de atención, quedó conformado por 2 ítems.

Normas de aplicación: Estas tienen un diseño de respuestas que apuntan a la escala de Likert del 1 al 6 que las describen de la siguiente manera: “completamente falso” hasta “me describe perfectamente”.

Ámbito de aplicación: El Cuestionario de dependencia emocional es aplicado en el ámbito educacional, como también clínico y en proyectos de investigación. Las personas que más acuden a este instrumento son profesionales que se desempeñan como psicólogos de diferentes áreas, psiquiatras médicos, seguido de trabajadores sociales, como también consejeros, y tutores.

Validez y confiabilidad.

Validez: Para la validación de del cuestionario de dependencia emocional CDE se analizó con la valoración de 45 psicólogos expertos de amplia trayectoria, que trabajaron

y analizaron todas las áreas que evalúan en CDE, con considerable evaluación de los reactivos finalmente aprobándose 36 items los mismos que fueron nuevamente analizados y evaluados en análisis estadísticos que fueron demostrando su validez.

Confiabilidad: Para el cuestionario de dependencia emocional se utilizó un método llamado Split-Half o la división de mitades concluyendo a una correlación de Pearson en el mencionado cuestionario de forma general 0.789768 así mismo en Spearman Brown también en el mencionado CDE. Dando como resultado a un instrumento confiable.

3.6 Técnica de Procesamiento y análisis de datos

Teniendo en cuenta que nuestro estudio es de tipo cuantitativa; el nivel de estudio correlacional, para realizar el procedimiento estadístico de asociación o relación se utilizará un programa estadístico); por todo lo antes dicho se usará la prueba de correlación de Rho de Spearman, Nivel de confianza: 95% ($\alpha=0,05$), Regla de decisión: Si $\rho \geq 0.05 \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula. Si $\rho < 0.05 \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula.

El análisis estadístico será bivariado. El procesamiento de los datos será realizado a través de los softwares Microsoft Excel 2016 y Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) V. 25. Así mismo, El análisis propuesto siguió los siguientes pasos, para la organización de los datos que se recogieron, se implementó bases de datos de las variables en estudios los cuales fueron sometidos a un análisis estadístico en el programa SPSS, para obtener las correlaciones, para evaluar el comportamiento de los datos recogidos y comprobar potenciales problemas en ellos, se procedió a la elaboración del análisis exploratorio de datos (EDA – exploratory data analysis). Con este análisis se verificó si algunos supuestos importantes (valores externos, valores perdidos, descriptivas iniciales, etc.) se cumplen, asu vez, para el análisis descriptivo de las variables, se obtuvieron puntajes y se organizó su presentación en medias, varianzas, desviación típica, máximos, mínimos, además de su distribución, confiabilidad; Para el análisis de los resultados se desarrolló la interpretación de los valores estadísticos y se estableció los niveles de asociación, además de la constatación de las hipótesis.

- Se presentó tablas y figuras por variable de estudio.
- Se reflexionó y se discutió sobre los resultados, por variables.
- Se elaboró conclusiones y recomendaciones sobre los resultados.

3.7 Ética Investigativa

La presente investigación se realizó cumpliendo con las normas y estándares contemplados en el Reglamento de Investigación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI en Resolución rectoral N° 014-2021/UCT-R referido a:

- Respeto a la persona Humana
- Consentimiento informado y expreso
- Divulgación responsable de la investigación

Asimismo, se respetó las normas éticas establecidas por la American Psychology Association (APA) séptima edición. Por último, la investigadora garantiza que esta investigación será original y genuina.

El procesamiento de los datos se realizará utilizando el programa informático Microsoft Excel 2010. Para el análisis de los datos se utilizará la estadística descriptiva, como tablas de distribución de frecuencia relativas y porcentuales.

IV. RESULTADOS

4.1 Presentación y Análisis de Resultados

A continuación, se darán a conocer los resultados arrojados mediante la aplicación de los instrumentos psicológicos tanto para la variable autoestima y Dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del Comedor Popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

Tabla 1.

Análisis de la fiabilidad del instrumento de Autoestima y Dependencia emocional.

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	
Alfa de Cronbach	estandarizados	N de elementos
.942	.943	2

Nota. Podemos verificar que en la siguiente tabla 1 tanto para la autoestima y dependencia emocional el valor alfa de Cronbach es igual a 0.942 mayor a 0.75, lo cual indica que el instrumento presenta una confiabilidad alta y por lo tanto el instrumento es aplicable en la investigación.

4.1.1 Resultados Descriptivos

Tabla 2.

Autoestima en Mujeres Beneficiarias del Comedor Popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

Autoestima	F	%
Alto	17	28,3
Medio	34	56,7
Bajo	9	15,0
Total	60	100,0

Nota. de la población estudiada la mayoría 56,7% presenta una autoestima Media.

Tabla 3.

Dependencia Emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

Dependencia emocional	F	%
Alto	16	26,7
Medio	32	53,3
Bajo	12	20,0
Total	60	100,0

Nota. De la población estudiada la mayoría 53,3% presenta una Dependencia emocional Media.

4.1.2 Resultados Relacionales y prueba de Hipótesis

Tabla 4.

Relación entre la Autoestima y la dimensión de ansiedad por separación de la Dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021

Correlaciones		Dimensión de ansiedad por separación de la Dependencia emocional	
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.872**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
	Dimensión de ansiedad por separación de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 4, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r = 0,872^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 5.

Relación entre la autoestima y la dimensión de expresión afectiva de la dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

Correlaciones			Dimensión de expresión afectiva de la dependencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.887**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
	Dimensión de expresión afectiva de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 5, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r=0,887^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 6.

Relación entre la autoestima y la dimensión de modificación de planes de la dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

Correlaciones			Dimensión de modificación de planes de la dependencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.888**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
	Dimensión de modificación de planes de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 6, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r=0,888^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 7.

Relación entre la autoestima y la dimensión de miedo a la soledad de la dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

Correlaciones			4 Dimensión de miedo la soledad de la dependencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.739**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
Rho de Spearman	Dimensión de miedo a la soledad de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 7, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r= 0,739^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 8.

Relación entre la autoestima y la dimensión de expresión límite de la dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

Correlaciones			4 Dimensión de expresión límite de la dependencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.893**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
Rho de Spearman	Dimensión de expresión límite de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 8, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r= 0,893^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 9.

Relación entre la autoestima y la dimensión de búsqueda de atención de la dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

		Correlaciones	
			4 Dimensión de búsqueda de atención de la dependencia emocional
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.788**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
	Dimensión de búsqueda de atención de la dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 9, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r= 0,788^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

Tabla 10.

Autoestima y Dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Prado de Bellido, Lima, 2021.

Correlaciones

		Nivel de Dependencia emocional	
Rho de Spearman	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	.896**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	60
	Nivel de Dependencia emocional	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.
		N	60

Nota. De la presente tabla 10, los análisis estadísticos arrojan resultados que dan cuenta de la existencia de una relación $r = 0,896^{**}$ de las variables en estudio. Este grado de correlación es directa y tiene un nivel de correlación alta.

4.1.3 Prueba de Hipótesis

H0: No existe relación entre la autoestima y la dependencia emocional

Ha: Existe relación entre la autoestima y la dependencia emocional

Nivel de confianza: 95% ($\alpha = 0,05$).

Regla de decisión: Si $p \geq 0,05 \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula.

Si $p < 0,05 \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula

Contraste de hipótesis

La significancia de $p = 0,000$ muestra que p es menor a 0,05, lo que permite señalar que la relación es significativa, por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna. Es decir, existe relación significativa entre las variables Autoestima y Dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

4.1.4 Prueba de normalidad de las variables

Tabla 11.

Prueba de normalidad de la Autoestima y Dependencia Emocional en Mujeres Beneficiarias del comedor Popular María Parado de Bellido, Lima, 2021.

Kolmogorov-Smirnov^a

	Estadístico	gl	Sig.
Nivel de Autoestima	.298	60	.000
Nivel de Dependencia emocional	.272	60	.000

Nota. En la tabla 11, se muestra el análisis de prueba de normalidad de variables, se observa que las dos variables muestran valores de la significancia estadística p (sig.) ha sido 0.000 es menor a 0.05, por lo tanto, se rechaza H_0 , aceptamos H_1 , significa que las variables autoestima y Dependencia emocional no siguen una distribución normal, por otro lado, en este caso utilizaremos la correlación de Rho de Spearman, puesto que ambas variables a ser correlacionadas, no se ajustan a la distribución normal.

4.2 Discusión de Resultados

La presente investigación planteo como objetivo general determinar la relación entre Autoestima y dependencia emocional en Mujeres Beneficiarias Del Comedor Popular María Parado De Bellido, Lima, 2021, en que se plasmó en base a los resultados de las encuestas realizadas que la población 56,7% muestra un nivel medio de autoestima lo cual nos indica que las mujeres beneficiarias de comedor María Parado de Bellido, sufren de baja autoestima, por el mismo resultado de la encuesta de dependencia

emocional comprobamos que las mujeres beneficiarias del comedor popular María Pardo de Bellido sufren 53,3% de dependencia emocional media debido a sus valores indican que las dimensiones de la variable en estudio mostrando claramente en las intervenciones efectuadas al momento de tomar la encuesta que las mismas muestran los síntomas de ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite, búsqueda de atención, estos resultados encontrados podrían ser sustentados con la investigación de Fernández (2017) por otro lado, en comparación con antecedentes en la siguiente tesis: “Explicación De La Dependencia Emocional a Partir De La Autoestima Y De Las Estrategias De Afrontamiento”, realizada en la ciudad de Madrid. Tuvo como objetivo primordial ahondar en la dependencia emocional e identificar como esta tiene relación con la autoestima y las estrategias de afrontamiento, realizando un análisis correlacional y una regresión lineal, donde el autor concluyo que si existían relaciones significativas entre las variables y se evidencia que la autoestima y las estrategias de afrontamiento son variables predictoras de la dependencia emocional. A sí mismo en tanto a nuestra investigación se halló que existe una relación directa significativa alta $r= 0,896$ por tanto podemos decir que existe asociación o relación entre la autoestima y la dependencia emocional en mujeres beneficiarias del comedor popular María parado de bellido, Lima, 2021, podemos decir que estos resultados se correlacionan, a pesar que en comparación con Moral et al. (2017) desarrollaron la investigación con población distinta y a la presente investigación donde los resultados salieron positivos, es decir que si existieron relación en las variables estudiadas, por lo tanto podemos decir que las variables se relacionan en distintas poblaciones, dado que ambas son poblaciones vulnerables donde las mujeres son víctimas de violencia o poblaciones con bajos recursos económicos, a sí mismo en comparación con Ocmin (2019) donde su objetivo fue hallar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes de un Centro Preuniversitario de Lima Norte, donde la población estuvo conformada por 172, logrando una correlación entre las variables, así mismo en la investigación realizada existe una correlación directa significativa alta, logramos observar que se relacionan significativamente, a pesar que utilizaron los mismos instrumentos, donde concluyen que las personas que presentan una baja autoestima presentan una marcada dependencia emocional mientras que las personas que presentaron autoestima alta no presentaron dependencia emocional, considerando que la población fue distinta y la cantidad de participantes diferentes, esto nos lleva a concluir que las variables estudiadas si se relacionan entre sí.

Así mismo podemos concluir que según resultados de nuestra investigación para establecer la relación que existe entre la autoestima y la dependencia emocional, teniendo en cuenta la teoría de la dependencia emocional como vinculación relacional de Lemos y Londoño (como se citó en Fernández, 2007) donde menciona que las personas que presentan dependencia emocional tienen como necesidad tener cerca a otras personas buscando así la seguridad afectiva y sentimental como el reconocimiento y la aceptación de la otras personas para así sentirse bien, ya que carecen de un saludable concepto de sí mismo y valor propio, es decir tienen una baja autoestima, por estos conceptos podemos concluir que en nuestra presente investigación hemos evidenciado la relación que existe entre las variables estudiadas como son la autoestima y dependencia emocional.

V. CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

5.1. Conclusiones

Después de haber realizado el recuento de cada uno de las participantes de la investigación y compararlo con los valores expuesto en nuestro marco teórico, podemos concluir:

- El nivel de autoestima en mujeres Beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2020, es media de acuerdo con el 56.7% de las Mujeres.

- El nivel de dependencia emocional en mujeres Beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido, Lima, 2020, es de un nivel medio de acuerdo con el 53.3% de las Mujeres.
- Existe relación entre las variables autoestima y la dependencia emocional, obteniendo una relación $r= 0,896^{**}$ de las variables en estudio, así mismo como p valor 0,000% que está por debajo del nivel de significancia del 0.05, lo cual significa que hay una relación directa significativa alta.
- Existe relación entre la autoestima y las dimensiones de la dependencia emocional, obteniendo una relación significativa alta de $r= 0,876^{**}$
- Existe relación entre las dimensiones de dependencia emocional y dimensiones de autoestima, obteniendo una relación significativa alta de $r= 0,889^{**}$
- En conclusión, existe una relación entre las variables autoestima dependencia emocional obteniendo una relación $r= 0,896^{**}$ significativa alta, por otro lado, se encontró que la autoestima en mujeres beneficiarios del comedor popular, de la población estudiada se encuentra con una autoestima media (56,7 %) y dependencia emocional media (53,3%).

5.2. Recomendaciones

- Se sugiere a los representantes del comedor popular María Parado de Bellido gestionar activamente junto a las redes de apoyo locales de la comunidad como postas médicas, comisarias y municipalidad del distrito para implementar programas de proyección social con la finalidad de desarrollar proyectos que brinden planes de mejora comunitaria y desarrollo personal a las beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido

- Implementar talleres y programas de promoción y prevención de los problemas de la salud mental dirigido a mujeres beneficiarias de comedores populares para el beneficio de su desarrollo emocional de las beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido
- Se sugiere gestionar con las empresas privadas el desarrollo de su plan de responsabilidad social elaborando capacitaciones técnicas que les permitan generar ingresos y desarrollar habilidades de producción a las beneficiarias del comedor popular María Parado de Bellido
- Desarrollar charlas psicológicas de temas como la autoestima y dependencia emocional en las mujeres del comedor popular.
- A los investigadores se les exhorta investigar temas relacionados a las variables y dar mejoras con otras líneas de investigación, dirigidos a mujeres beneficiarias de comedores populares.

Tesis de Wendy

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	www.gazteaukera.euskadi.eus Fuente de Internet	2%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
5	search.ndltd.org Fuente de Internet	1%
6	journals.openedition.org Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 100 words

Excluir bibliografía

Activo