

LA REGULACIÓN EMOCIONAL COMO MEDIADOR EN LA RELACIÓN ENTRE ESQUEMAS DISFUNCIONALES TEMPRANOS Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES ESPAÑOLES

Nerea Etxaburu¹, Janire Momeñe¹, Marta Herrero¹, Leticia Olave²,
Itziar Iruarrizaga² y Ana Estévez¹

¹ *Universidad de Deusto (España)*; ² *Universidad Complutense de Madrid (España)*

Resumen

Diversos estudios demuestran que la dependencia emocional es un problema relevante por sus consecuencias en todos los ámbitos de la vida. Los esquemas cognitivos tempranos y las dificultades en la regulación emocional son unos de los factores implicados en su etiología. El objetivo del presente estudio fue analizar la relación entre estas variables, hipotetizando que las dificultades en la regulación emocional median la relación entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional. Participaron 711 españoles jóvenes, de entre 18 y 30 años, con una edad media de 21,32 años ($DT= 2,94$). Los resultados mostraron una correlación positiva entre las tres variables y que las dificultades en la regulación emocional mediaban la relación entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional en el caso del Abandono, la Dependencia, la Subyugación, la Inhibición emocional, el Autocontrol insuficiente, la Defectuosidad y el Autosacrificio. Este estudio muestra cómo se pueden relacionar estas variables y proporciona información útil para ayudar a las personas con dependencia emocional.

PALABRAS CLAVE: *dependencia emocional, esquemas disfuncionales tempranos, regulación emocional, jóvenes.*

Abstract

Several studies show that emotional dependence is a relevant problem because of its consequences in all areas of life. Early cognitive schemas and difficulties in emotional regulation are some of the factors involved in its aetiology. The aims of the present study were to analyse the relationship between these variables, hypothesising that difficulties in emotional regulation mediate the relationship between early dysfunctional schemas and emotional dependence. The sample consisted of 711 young Spanish participants aged between 18-30 years, with an average age of 21.32 years ($SD= 2.94$). The results showed a positive correlation between the three variables and that difficulties in emotional regulation mediated the relationship between early dysfunctional schemas and

emotional dependence in the case of Abandonment, Dependence, Subjugation, Emotional inhibition, Insufficient self-control, Defectiveness and Self-sacrifice. This study gives us a clearer picture of how these variables are related and provides information that could be of great use in assisting people with emotional dependence.

KEY WORDS: *emotional dependence, early dysfunctional schemas, emotion regulation youth.*

Introducción

La dependencia emocional se refiere a un patrón crónico de demandas afectivas insatisfechas que las personas buscan satisfacer desesperadamente a través de relaciones interpersonales cercanas (Castelló, 2005). Implica componentes cognitivos, emocionales, motivacionales y conductuales asociados entre sí (Camarillo *et al.*, 2020). Existe un fuerte temor a la soledad y al abandono, por lo que se pueden implementar estrategias como la modificación de planes, la complacencia o estrategias de control para evitarlos (Lemos y Londoño, 2006; Urbiola *et al.*, 2014). El comportamiento de una persona con dependencia emocional es similar al de un individuo con dependencia de sustancias, revelando un anhelo irresistible de estar con el objeto de dependencia, una necesidad compulsiva de su presencia y reacciones negativas en su ausencia. Estos factores llevan al individuo a acomodarse a los deseos de la pareja, a sufrir un vacío emocional, a no ser consciente del problema y a sentirse atado a la relación (de la Villa y Sirvent, 2009). Se trata de un problema crítico, dada su asociación con diferentes problemáticas como la violencia de pareja (Amor *et al.*, 2022), la ideación suicida (Siabato y Salamanca, 2015), los síntomas ansiosos y depresivos (Urbiola *et al.*, 2017), el consumo de sustancias (Momeñe *et al.*, 2021a) y la adicción a Internet y al móvil (Estévez *et al.*, 2017), entre otras. En general, la dependencia emocional afecta a todas las áreas vitales de la persona (Serebrisky, 2021).

El origen de la dependencia emocional podría situarse en las carencias afectivas tempranas durante la infancia, siendo estas carencias las que también generan esquemas disfuncionales tempranos (Castelló, 2005). Es por eso que distintos estudios han encontrado mayores índices de esquemas disfuncionales en aquellas personas que presentan dependencia emocional (Momeñe *et al.*, 2021b; Patsy y Requena, 2020). A su vez, Momeñe y Estévez (2018), han encontrado que los esquemas disfuncionales tempranos podrían predecir la dependencia emocional.

Los esquemas disfuncionales se definen como patrones interiorizados y estables adquiridos a través de experiencias afectivas tempranas o interacciones negativas con figuras representativas en la infancia (Estévez, 2013). Estos esquemas influyen en cómo sentimos, pensamos, actuamos y nos relacionamos con los demás a lo largo de la vida, incluida la edad adulta (Young *et al.*, 2013). Los 15 esquemas pueden clasificarse en cinco dominios: 1) Desconexión/Rechazo, que incluye esquemas que implican la creencia de que las propias necesidades de

seguridad, aceptación y respeto no serán satisfechas (abandono, abuso, privación emocional, defectuoso y aislamiento social); 2) Autonomía, que consiste en expectativas que interfieren con la propia capacidad percibida de funcionar de forma independiente o con éxito (dependencia, vulnerabilidad al daño, apego y fracaso); 3) Orientación hacia los demás, que examina la atención extrema a los deseos de los demás, priorizándolos sobre las propias necesidades (subyugación y autosacrificio); 4) Vigilancia excesiva, la cual incluye esquemas que, para evitar cometer errores, muestran un énfasis excesivo en el control de los propios sentimientos y comportamientos espontáneos (inhibición emocional y estándares inalcanzables); y 5) Límites deteriorados, que incluye esquemas que reflejan una deficiencia en los límites internos y en la responsabilidad hacia los demás (grandiosidad y autocontrol) (Young, 1990).

También se ha demostrado que existe una relación entre las dificultades en la regulación emocional y la dependencia emocional. Es más, investigaciones como las de Momeñe *et al.* (2017) encontraron que las dificultades en la regulación emocional podían predecir la dependencia emocional, además de correlacionarse de forma positiva con ella. La regulación emocional engloba los procesos que emplean las personas para influir sobre las emociones que sienten, cuándo las sienten y cómo las experimentan o expresan (Gross, 1998). Su objetivo es la combinación exitosa de la conciencia y comprensión de las emociones propias, su aceptación, la capacidad de controlar la conducta y de comportarse de manera coherente con los objetivos propuestos cuando surgen emociones negativas y de utilizar estrategias de regulación emocional pertinentes para superar con éxito las demandas situacionales y los objetivos propios (Gratz y Roemer, 2004). Tal y como sucede con los esquemas disfuncionales tempranos, la capacidad de expresar y regular las emociones también se adquiere a través de la relación con las figuras de apego en la infancia, siendo crucial la estimulación y el buen trato para desarrollar una buena regulación emocional (Iruarrizaga *et al.*, 2019). En la última década, las investigaciones en psicología se han interesado cada vez más en estudiar el papel de la regulación de las emociones (Cludius *et al.*, 2020). Los hallazgos muestran que los trastornos psicológicos están relacionados con déficits de regulación emocional. Por lo que se ha asumido que los déficits en la regulación emocional pueden generar un mayor riesgo de desarrollo y/o mantenimiento de la psicopatología (Dryman y Heimberg, 2018).

Se han encontrado diferencias significativas de género en las tres variables. Algunos estudios muestran mayores niveles de dependencia emocional (Etxaburu *et al.*, 2023), medias más altas en algunos de los esquemas disfuncionales (Cámara y Calvete, 2012) y mayores dificultades en la regulación emocional (Goubet y Chryssikou, 2019) en los hombres. Del mismo modo, también se han encontrado diferencias de edad en dependencia emocional (Marín-Ocmin, 2019; Momeñe *et al.*, 2021a) y regulación emocional (Livingstone y Isaacowitz, 2021).

A pesar de conocer que la dependencia emocional, los esquemas disfuncionales y la regulación emocional están relacionados, no se conoce cómo es esta relación. Comprender cómo se relacionan podría ser de gran ayuda para el tratamiento y la prevención de la dependencia emocional. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es conocer cómo se relacionan estas tres variables. Se espera que

exista una correlación positiva entre todas ellas y que la regulación emocional medie la relación entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional.

Método

Participantes

La muestra estaba formada por 711 participantes españoles de edades comprendidas entre los 18 y los 30 años, con una edad media de 21,32 años ($DT=2,94$). Como se muestra en la tabla 1, la mayoría de los participantes eran mujeres, estudiantes universitarias y solteras.

Tabla 1
Datos sociodemográficos de la muestra ($n=711$)

Variable	n (%)
Sexo	
Hombre	167 (23,5)
Mujer	544 (76,5)
Nivel educativo	
Sin estudios	1 (0,1)
Estudios primarios	4 (0,5)
Estudios secundarios	4 (0,5)
Bachillerato	20 (2,8)
Estudios universitarios	682 (95,9)
Situación profesional	
Trabajando	144 (20,3)
Desempleado/a	5 (0,7)
Estudiante	561 (78,9)
Otro	1 (0,1)
Estado civil	
Soltero	685 (96,3)
Casado	4 (0,6)
Otro	22 (3,1)

Instrumentos

- a) "Cuestionario de esquemas -versión abreviada" (*Schema Questionnaire-Short Form*, SQ-SF; Young y Brown, 1994). El SQ-SF mide 15 esquemas disfuncionales. Cada escala se compone de 5 ítems que deben valorarse en una escala tipo Likert de 6 puntos, que va de 1 (totalmente falso) a 6 (me describe perfectamente). Para este estudio, se utilizaron 13 escalas para evaluar los siguientes esquemas disfuncionales: Privación emocional, Abandono, Abuso, Fracaso, Dependencia, Apego, Subyugación, Inhibición emocional, Estándares inalcanzables, Grandiosidad, Autocontrol, Defectuoso y Autosacrificio. El Aislamiento social y la Vulnerabilidad al daño se excluyeron

para acortar el cuestionario y facilitar su aplicación y también porque sus ítems no estaban estrechamente relacionados con la dependencia emocional. La versión española de este cuestionario presenta buenas propiedades psicométricas, confirmando su estructura factorial y con una buena consistencia interna para los factores, con un alfa de Cronbach entre 0,61 y 0,85 (Calvete *et al.*, 2005). En este estudio, la consistencia interna de este cuestionario se situó entre 0,73 y 0,93.

- b) "Escala de dificultades en la regulación emocional" (*Difficulties in Emotion Regulation Scale*, DERS; Gratz y Roemer, 2004), adaptación española de Hervás y Jódar (2008). La escala consta de 28 ítems valorados en un formato tipo Likert de 5 puntos, que van de 1 (casi nunca) a 5 (casi siempre) y evalúan cinco déficits de regulación emocional: Falta de conciencia emocional, No aceptación de respuestas emocionales, Falta de claridad emocional, Dificultades para realizar conductas dirigidas a objetivos y Falta de control emocional. Tras recodificar los ítems inversos, las puntuaciones más altas indican un mayor déficit en la regulación de las emociones. La escala presentó una buena consistencia interna, con un alfa de Cronbach de 0,93 para la escala total (Hervás y Jódar, 2008). En el presente estudio, el alfa de Cronbach para la escala total fue de 0,93.
- c) "Cuestionario de dependencia emocional" (CDE; Lemos y Londoño, 2006). Este instrumento presenta 23 ítems valorados en un formato tipo Likert de 6 puntos, que van de 1 (Completamente falso sobre mí) a 5 (Me describe perfectamente) y distribuidos en seis escalas: Ansiedad de separación, Expresión afectiva hacia la pareja, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión límite y Búsqueda de atención. Este cuestionario fue creado inicialmente siguiendo las bases teóricas del modelo de terapia cognitiva de Beck (Beck y Freeman, 1990), considerando un perfil cognitivo distintivo y específico de las personas con dependencia emocional. Presenta buenas propiedades psicométricas, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0,92 (Lemos y Londoño, 2006). En el presente estudio, el alfa de Cronbach para la escala total fue de 0,94.

Procedimiento

Se pidió a los estudiantes de la Universidad Complutense de Madrid que colaboraran en el estudio de manera presencial y en formato papel y lápiz. Se utilizó la metodología de bola de nieve para recoger la muestra. Antes de aplicar los instrumentos de evaluación, se entregó a los participantes un documento de consentimiento informado. En el documento también se proporcionaba información sobre el anonimato y la confidencialidad, el abandono del estudio y se les pedía sinceridad. Este estudio se llevó a cabo siguiendo los principios éticos de la última versión de la Declaración de Helsinki (*World Medical Association*, 2013).

Análisis de datos

Los análisis se realizaron con el programa SPSS v. 28. En primer lugar, se exploraron los estadísticos descriptivos y la normalidad de las variables de estudio. Se asumió normalidad cuando la asimetría era $< |3|$ y la curtosis $< |7|$ (Kline, 2011).

En segundo lugar, se calcularon correlaciones bivariadas de Pearson para comprobar las relaciones entre los esquemas disfuncionales tempranos, las dificultades en la regulación de las emociones y la dependencia emocional. En tercer lugar, se calculó un modelo de regresión lineal con la macro PROCESS v 4.0 (Hayes, 2017). Se aplicó el modelo 4. Los esquemas disfuncionales tempranos se modelaron como variables independientes, las dificultades en la regulación de las emociones como mediadoras y la dependencia emocional como variable dependiente. Este modelo permite observar qué esquemas disfuncionales tienen relaciones más fuertes con las variables dependientes y probar los efectos indirectos de los esquemas disfuncionales tempranos en la dependencia emocional mediada por las dificultades en la regulación de la emoción. Los efectos indirectos se calcularon con 5.000 muestras bootstrap para reducir el sesgo de estimación (Hayes, 2017). Como la macro PROCESS solo permite probar el efecto indirecto de una variable independiente a la vez, se estimó el mismo modelo 13 veces, una por cada esquema disfuncional temprano. En cada permutación, se estableció un esquema como variable independiente y el resto de esquemas se mantuvieron como covariables (lo que equivale matemáticamente a incluirlos todos como variables independientes). El sexo y la edad se controlaron como covariables.

Resultados

Las estadísticas descriptivas se muestran en la tabla 2. Los valores de asimetría fueron inferiores a $|3|$ y los de curtosis inferiores a $|7|$ para todas las variables. Por lo tanto, se asumió normalidad para todas las variables del estudio.

Las correlaciones bivariadas de Pearson entre las variables de estudio (ver tabla 3) mostraron que los esquemas disfuncionales tempranos estaban significativa y positivamente correlacionados excepto para Estándares Inalcanzables, que mostró las correlaciones más bajas con el resto de los esquemas e incluso una correlación no significativa con Fracaso. Todos los esquemas disfuncionales se relacionaron positiva y significativamente con las dificultades en la regulación de las emociones y la dependencia emocional. A su vez, las dificultades en la regulación emocional también se correlacionaron significativa y positivamente con la dependencia emocional.

Se utilizó PROCESS v 4.0 para calcular los modelos para probar los efectos de los esquemas disfuncionales tempranos sobre la dependencia emocional a través de las dificultades en la regulación emocional. En cuanto a los efectos directos (ver tabla 4), los resultados indicaron que un mayor abandono, fracaso, dependencia, subyugación, inhibición emocional, autocontrol, defectuoso y autosacrificio se relacionaban significativamente con mayores dificultades en la regulación de las emociones. Sin embargo, la privación emocional, el abuso, el apego y los

estándares inalcanzables no estaban significativamente relacionadas con las dificultades en la regulación de las emociones.

Tabla 2
Estadísticos descriptivos de las variables de estudio ($n= 711$)

Variable	Rango puntuaciones	Estadísticos descriptivos			
		<i>M</i>	<i>SD</i>	Asimetría	Kurtosis
Esquemas disfuncionales tempranos					
1. Privación emocional	5-30	9,42	5,16	1,47	2,04
2. Abandono	5-30	12,39	5,88	0,69	-0,17
3. Abuso	5-30	10,42	5,33	1,10	0,67
4. Fracaso	5-30	9,70	5,24	1,37	1,77
5. Dependencia	5-30	7,75	3,44	1,45	1,95
6. Apego	5-30	8,35	3,63	1,46	2,44
7. Subyugación	5-30	9,20	4,26	1,40	2,12
8. Inhibición emocional	5-30	11,17	5,73	0,95	0,15
9. Estándares inalcanzables	5-30	14,93	5,84	0,31	-0,47
10. Grandiosidad	5-30	12,99	5,15	0,44	-0,27
11. Autocontrol	5-30	12,14	4,71	0,51	-0,01
12. Defectuoso	5-30	8,32	4,32	1,88	4,11
13. Autosacrificio	5-30	17,17	6,00	0,15	-0,74
Dificultades en regulación emocional	28-140	62,03	18,75	0,77	0,14
Dependencia emocional	23-138	46,41	18,08	0,95	0,70

Las dificultades en la regulación de las emociones tenían un efecto directo significativo y positivo sobre la dependencia emocional. Entre los esquemas disfuncionales tempranos, el Abandono, la Desconfianza, la Subyugación y los Estándares inalcanzables tuvieron un efecto significativo y positivo directo sobre la dependencia emocional, mientras que la Inhibición emocional y el Autosacrificio tuvieron un efecto negativo significativo. El resto de los esquemas disfuncionales tempranos (es decir, Privación emocional, Fracaso, Dependencia, Apego, Grandiosidad, Autocontrol y Defectuoso) no mostraron efectos directos significativos sobre la dependencia emocional.

En cuanto a los efectos indirectos, los resultados mostraron que siete de los 13 efectos indirectos potenciales eran significativos. Concretamente, niveles más altos de Abandono, Dependencia, Subyugación, Inhibición emocional, Autocontrol insuficiente, defectuoso y Autosacrificio se relacionaron significativamente con una mayor dependencia emocional a través de los efectos positivos de estos esquemas disfuncionales sobre las dificultades en la regulación de las emociones.

El modelo explicaba el 44% de la varianza de las dificultades en la regulación emocional y el 49% de la varianza de la dependencia emocional.

Tabla 3
Correlaciones bivariadas de Pearson de las variables del estudio (n= 711)

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Esquemas disfuncionales tempranos														
1. Privación emocional														
2. Abandono	0,38 **													
3. Abuso	0,45 **	0,49 **												
4. Fracaso	0,44 **	0,41 **	0,37 **											
5. Dependencia	0,28 **	0,43 **	0,43 **	0,49 **										
6. Apego	0,22 **	0,34 **	0,39 **	0,29 **	0,44 **									
7. Subyugación	0,50 **	0,49 **	0,55 **	0,52 **	0,51 **	0,46 **								
8. Inhibición emocional	0,38 **	0,24 **	0,36 **	0,29 **	0,19 **	0,23 **	0,36 **							
9. Estándares inalcanzables	0,13 **	0,19 **	0,27 **	0,05 **	0,10* **	0,16 **	0,20 **	0,19 **						
10. Grandiosidad	0,19 **	0,31 **	0,34 **	0,16 **	0,23 **	0,21 **	0,27 **	0,19 **	0,31 **					
11. Autocontrol	0,32 **	0,37 **	0,35 **	0,46 **	0,38 **	0,28 **	0,43 **	0,28 **	0,06 **	0,41 **				
12. Defectuoso	0,53 **	0,40 **	0,44 **	0,49 **	0,35 **	0,26 **	0,50 **	0,37 **	0,20 **	0,14 **	0,32 **			
13. Autosacrificio	0,23 **	0,32 **	0,36 **	0,21 **	0,18 **	0,27 **	0,31 **	0,11 **	0,26 **	0,20 **	0,14 **	0,21 **		
14. Regulación emocional	0,42 **	0,46 **	0,43 **	0,47 **	0,42 **	0,28 **	0,50 **	0,35 **	0,10 **	0,21 **	0,42 **	0,49 **	0,28 **	
15. Dependencia emocional	0,33 **	0,60 **	0,45 **	0,33 **	0,39 **	0,33 **	0,51 **	0,16 **	0,26 **	0,27 **	0,32 **	0,35 **	0,19 **	0,41 **

Notas. *p< 0,05; **p< 0,01.

Tabla 4
Coeficientes del modelo de regresión

Variable Independiente	Variable dependiente					
	Dificultades en la regulación emocional			Dependencia emocional		
	β	SE	IC 95%	β	SE	IC 95%
Esquemas disfuncionales tempranos						
Privación emocional	0,17	0,13	[-0,08, 0,44]	0,01	0,12	[-0,23, 0,25]
Abandono	0,43***	0,11	[0,20, 0,66]	1,28***	0,10	[1,07, 1,49]
Abuso	0,15	0,13	[-0,11, 0,42]	0,34**	0,12	[0,09, 0,59]
Fracaso	0,29*	0,13	[0,01, 0,56]	-0,02	0,12	[-0,27, 0,22]
Dependencia	0,53**	0,20	[0,14, 0,93]	0,14	0,18	[-0,22, 0,51]
Apego	-0,15	0,17	[-0,50, 0,19]	0,16	0,16	[-0,15, 0,48]
Subyugación	0,46*	0,18	[0,10, 0,82]	0,90***	0,17	[0,56, 1,23]
Inhibición emocional	0,32**	0,10	[0,11, 0,53]	-0,34***	0,09	[-0,54, -0,14]
Estándares inalcanzables	-0,17	0,10	[-0,37, 0,02]	0,39***	0,09	[0,21, 0,58]
Grandiosidad	0,08	0,12	[-0,32, 0,16]	0,05	0,11	[-0,16, 0,27]
Autocontrol	0,57***	0,14	[0,29, 0,85]	-0,01	0,13	[-0,26, 0,25]
Defectuoso	0,80***	0,16	[0,48, 1,12]	-0,04	0,15	[-0,34, 0,25]
Autosacrificio	0,27**	0,10	[0,07, 0,47]	-0,26**	0,09	[-0,44, -0,08]
Dificultades en la regulación emocional				0,11***	0,03	[0,04, 0,18]

Nota: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Tabla 5

Efectos indirectos de los esquemas disfuncionales tempranos en la dependencia emocional a través de dificultades en la regulación de las emociones

Variable independiente	Efecto indirecto		
	Efecto	Bootstrap SE	IC 95% Bootstrap
Privación emocional	0,02	0,02	[-0,010, 0,069]
Abandono	0,05	0,02	[0,014, 0,107]
Abuso	0,01	0,01	[-0,017, 0,062]
Fracaso	0,03	0,02	[-0,001, 0,086]
Dependencia	0,06	0,03	[0,006, 0,140]
Apego	-0,01	0,02	[-0,071, 0,024]
Subyugación	0,05	0,03	[0,004, 0,126]
Inhibición emocional	0,03	0,01	[0,007, 0,079]
Estándares inalcanzables	-0,02	0,01	[-0,050, 0,006]
Grandiosidad	-0,01	0,01	[-0,013, 0,006]
Autocontrol	0,06	0,02	[0,020, 0,130]
Defectuoso	0,09	0,03	[0,033, 0,174]
Autosacrificio	0,03	0,01	[0,005, 0,066]

Discusión

La primera hipótesis del estudio, que predecía una relación positiva entre los esquemas disfuncionales, las dificultades de regulación de las emociones y la dependencia emocional, se confirmó. Estos resultados están alineados con otros estudios que también habían encontrado una relación positiva entre los esquemas disfuncionales tempranos, las dificultades de regulación de la emoción (Yakin *et al.*, 2019) y la dependencia emocional (Momeñe *et al.*, 2021b; Patsi y Requena, 2020), así como entre las dificultades de regulación emocional y la dependencia emocional (Iruarrizaga *et al.*, 2019).

La segunda hipótesis (la regulación de la emoción mediará la relación entre los esquemas disfuncionales tempranos y la dependencia emocional) se confirmó parcialmente. Como se esperaba, los esquemas de Abandono, Dependencia, Subyugación, Inhibición emocional, Autocontrol, Defectuoso y Autosacrificio sí tienen un efecto indirecto sobre la dependencia emocional a través de la regulación de la emoción. Estos resultados son congruentes con la explicación teórica que sugiere que el origen de la dependencia emocional y los esquemas disfuncionales tempranos se encuentra en los déficits afectivos presentes durante la infancia (Castelló, 2005), siendo los esquemas disfuncionales tempranos los predictores de la dependencia emocional (Momeñe y Estévez, 2018). Lo mismo ocurre con la capacidad para regular las emociones, que se adquiere a través de la relación con las figuras de apego en la infancia (Iruarrizaga *et al.*, 2019).

Por el contrario, los esquemas de Privación emocional, Abuso, Fracaso, Apego, Estándares inalcanzables y Grandiosidad no muestran esta mediación. Esto podría explicarse por el hecho de que las personas que creen que sus necesidades de amor nunca serán satisfechas (Young y Brown, 1994) no intentarán satisfacer sus necesidades a través de las relaciones con los demás. Asimismo, las personas que se creen superiores a los demás y merecedoras de privilegios (Young y Brown, 1994) no dependerán de los demás ni temerán ser abandonadas o caer mal. El Fracaso está más relacionado con las creencias sobre las capacidades académicas/laborales y menos con las relaciones sociales. Los ítems de Apego se refieren al apego a los padres (Young y Brown, 1994); las personas que dependen de sus parejas no dependerán de sus padres. Esto se debe a que las personas con dependencia emocional ponen el foco en su pareja y ésta se convierte en el centro de su vida, dándole mayor importancia, en todos los sentidos, que a otras personas (incluida la familia y él mismo) (Castelló, 2005). Sin embargo, en el caso de los Estándares inalcanzables y el Abuso, los esquemas desadaptativos sí predicen la dependencia emocional, aunque esta relación no está mediada por la regulación emocional. Dado que los Estándares inalcanzables se refieren a la búsqueda de un comportamiento y un rendimiento impecables (Young y Brown, 1994), se espera que estos individuos controlen sus emociones para evitar que obstaculicen el logro de sus objetivos. Por lo tanto, los Estándares inalcanzables no están relacionadas con las dificultades de regulación emocional. Por último, el Abuso, no está estrechamente relacionada con la regulación de las emociones, aunque su contenido sí tiene una relación directa con la dependencia emocional. Por ejemplo, se ha demostrado que la dependencia puede ser un factor de riesgo para permanecer en relaciones abusivas y violentas (Hilario Ramos *et al.*, 2020). Sin embargo, estas relaciones podrían estar mediadas por otras variables. Por ello, en futuras investigaciones, sería interesante complementar la información cuantitativa de los instrumentos con entrevistas para conocer en profundidad las historias de vida y los esquemas de estos individuos. También sería interesante estudiar la relación de las variables en población clínica con dependencia emocional (aquellos que acuden a centros de tratamiento en busca de ayuda, por ejemplo).

Este estudio no está exento de limitaciones. En primer lugar, se trata de un estudio transversal, por lo que no se pueden concluir relaciones causales ni comprobar la validez predictiva y la estabilidad temporal de las medidas. En

segundo lugar, la mayoría de los participantes eran estudiantes universitarios, lo que puede haber sesgado los resultados. Por último, hay que tener en cuenta el fenómeno de la deseabilidad social ya que los participantes pueden haber respondido a los cuestionarios para ofrecer una imagen positiva de sí mismos en lugar de responder con sinceridad.

En conclusión, este estudio podría confirmar la relación entre los esquemas disfuncionales, la regulación de las emociones y la dependencia emocional. También aporta pruebas de que la regulación de las emociones suele mediar en la relación entre los esquemas disfuncionales y la dependencia emocional. Por lo tanto, sería beneficioso trabajar en la regulación de las emociones para prevenir la dependencia emocional, entre otros muchos trastornos. Por ejemplo, si queremos prevenir la dependencia emocional en una población con esquemas disfuncionales, o incluso en la población general, podría ser muy eficaz abordar la regulación de las emociones (que ha sido ampliamente estudiada y para la que ya existen varias directrices y programas). Al mismo tiempo, en el tratamiento de las personas que ya padecen dependencia emocional se podría aplicar un cuestionario para determinar que esquema desadaptativo muestran y según esto determinar si es mejor trabajar la regulación emocional, las creencias de ese esquema o ambas.

Referencias

- Amor, P. J., Echeburúa, E., Camarillo, L., Ferre, F., Sarasua, B. y Zubizarreta, I. (2022). Dependencia emocional y maltrato en mujeres víctimas de violencia contra la pareja. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 30(1), 291-307. doi: 10.51668/bp.8322115s
- Beck, A. T. y Freeman, A. M. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. Guilford.
- Calvete, E., Estévez, A., López de Arroyabe, E. y Ruiz, P. (2005). The Spanish version of the Schema Questionnaire-short form: structure and relationship with automatic thoughts and affective disorders. *European Journal of Psychological Assessment*, 21, 90-99. doi: 10.1027/1015-5759.21.2.90
- Cámara, M. y Calvete, E. (2012). Early maladaptive schemas as moderators of the impact of stressful events on anxiety and depression in university students. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 34, 58-68. doi: 10.1007/s10862-011-9261-6
- Camarillo, L., Ferre, F., Echeburúa, E. y Amor, P. J. (2020). Partner's Emotional Dependency Scale: psychometrics. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 48(4), 145-153.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Alianza.
- Cludius, B., Mennin, D. y Ehring, T. (2020). Emotion regulation as a transdiagnostic process. *Emotion*, 20(1), 37-42. doi: 10.1037/emo0000646
- De la Villa, M. y Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240.
- Dryman, M. T. y Heimberg, R. G. (2018). Emotion regulation in social anxiety and depression: a systematic review of expressive suppression and cognitive reappraisal. *Clinical Psychology Review*, 65, 17-42. doi: 10.1016/j.cpr.2018.07.004
- Estévez, A. (2013). La infancia es para toda la vida. En A. Martínez-Pampliega y L. Iriarte (dirs.), *Avances en terapia de pareja y familia en contexto clínico y comunitario* (pp. 75-89). Editorial CCS.

- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J. y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 33(2), 260-268. doi: 10.6018/analesps.33.2.255111
- Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrero, M., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., Iruarrizaga, I. y Estévez, A. (2023). Buying-shopping disorder, impulsivity, emotional dependence and attachment in adolescents. *Current Psychology*, 1-12. Avance de publicación online. doi: 10.1007/s12144-023-04425-3
- Gratz, K. L. y Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. doi: 10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
- Goubet, K. E. y Chryssikou, E. G. (2019). Emotion regulation flexibility: gender differences in context sensitivity and repertoire. *Frontiers in Psychology*, 10(935). doi: 10.3389/fpsyg.2019.00935
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.
- Hayes, A. F. (2017). *An introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2ª ed.). Guildford.
- Hervás, G. y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de dificultades en la regulación emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156.
- Hilario Ramos, G. E., Izquierdo Muñoz, J. V., Valdez Ponce, V. M. y Ríos Cataño, C. (2020). Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas. Una aproximación descriptiva a la revisión de literatura. *Desafíos*, 11(2), e211. doi: 10.37711/desafios.2020.11.2.211
- Iruarrizaga, I., Estévez, A., Momeñe, J., Olave, L., Fernández-Cárdaba, L., Chávez-Vera, M. D. y Ferre-Navarrete, F. (2019). Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 76-103.
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3ª ed.). Guildford.
- Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140.
- Livingstone, K. M. y Isaacowitz, D. M. (2021). Age and emotion regulation in daily life: frequency, strategies, tactics, and effectiveness. *Emotion*, 21(1), 39. doi: 10.1037/emo0000672
- Marín-Ocmin, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(2), 85-91. doi: 10.35626/casus.2.2019.176
- 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), 359-378.
- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L. y Iruarrizaga, I. (2021a). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 37(1), 121-132. doi: 10.6018/analesps.404671
- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Olave, L. y Iruarrizaga, I. (2021b). Estilos de afrontamiento, esquemas disfuncionales y síntomas psicopatológicos relacionados con

- la dependencia emocional hacia la pareja agresora. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 29(1), 29-50. doi: 10.51668/bp.8321102s
- 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(1), 65-78.
- Patsi, L. V. y Requena, S. (2020). Relación entre los esquemas desadaptativos con la dependencia emocional en mujeres en situación de violencia de pareja. *Revista de Investigación Psicológica*, 23, 11-28.
- Serebrisky, D. (2021). Adicción afectiva. En M. Waisman y S. Calero (dirs.), *Adicciones. Juego patológico y otras adicciones conductuales* (pp. 247-254). Panamericana.
- Siabato, E. y Salamanca, Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 9(1), 71-81.
- Urbiola, I., Estévez, A. y Iraurgi, I. (2014). Dependencia Emocional en el Noviazgo de 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. doi: 10.1016/j.anyes.2016.11.003
- World Medical Association (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *Jama*, 310(20), 2191-2194.
- Yakın, D., Gençöz, T., Steenbergen, L. y Arntz, A. (2019). An integrative perspective on the interplay between early maladaptive schemas and mental health: the role of self-compassion and emotion regulation. *Journal of Clinical Psychology*, 75(6), 1098-1113. doi: 10.1002/jclp.22755
- Young, J. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema-focused approach*. Professional Resource Exchange.
- Young, J. y Brown, G. (1994). *Young Schema Questionnaire -S1*. Cognitive Therapy Center.
- Young, J. E., Klosko, J. S. y Weishaar, M. E. (2013). *Terapia de esquemas: guía práctica*. Desclée de Brouwer.

RECIBIDO: 6 de febrero de 2023

ACEPTADO: 28 de julio de 2023