

**La autocompasión como variable moderadora entre apego, dependencia emocional, estrés, ansiedad y depresión en adolescentes españoles** (pp. 269-288)

Nerea Etxaburu, Marta Herrero y Ana Estévez

*Universidad de Deusto (España)*

El apego es un elemento crítico del origen de la dependencia emocional, y una de sus consecuencias más estudiadas es el desarrollo de la sintomatología ansioso-depresiva. La autocompasión ha demostrado ser un factor protector frente a la ansiedad y la depresión, pero no se han encontrado estudios que la relacionen con la dependencia emocional. Por ello, los tres objetivos del presente estudio fueron analizar la relación entre estas variables; estudiar si las variables sociodemográficas influyen en estas variables; comprobar si la dependencia emocional media la relación entre el apego y la sintomatología psicológica disfuncional; y determinar si estas relaciones están moderadas por la autocompasión. La muestra consistió en 940 adolescentes (55,7% mujeres y 44,3% hombres) de España. Se observó que la dependencia emocional mediaba la relación entre el apego y la sintomatología psicológica disfuncional, y que estas relaciones estaban moderadas por la autocompasión. Se reconoce que la autocompasión tiene un efecto protector sobre los niveles de dependencia emocional, estrés, ansiedad y depresión.

<https://doi.org/10.51668/bp.8324203s>