

Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de maltrato, estudiantes de psicología de la Universidad Simón Bolívar, sede Cúcuta, Colombia

Jeissy Julieth Marin Duarte
Código estudiantil: 202022220937

Steici Brigittth Rodriguez Ruiz
Código estudiantil: 202112222564

Nicolás Andrés Rodríguez Vergel
Código estudiantil: 201912218817

Trabajo de Investigación del programa: **Psicología**

Tutores:

Tutor académico: Orlando González Gutiérrez
Tutor estadístico: Irma Lizeth Nuván Hurtado
Tutor metodológico: Beatriz Milagros Mendoza Rincón

RESUMEN

El presente estudio analiza la relación entre la autoestima y la dependencia emocional en mujeres víctimas de maltrato, con un enfoque específico en estudiantes de psicología de la Universidad Simón Bolívar, sede Cúcuta. En un contexto donde el maltrato y la violencia de género son problemas persistentes, esta investigación busca comprender cómo estas variables psicológicas afectan a las víctimas y qué estrategias pueden implementarse para mejorar su calidad de vida. La violencia contra las mujeres continúa siendo un problema significativo en la región: en 2024, se reporta un feminicidio cada ocho días en Cúcuta, según Díaz (2024), lo que evidencia la urgencia de abordar este tema desde un enfoque multidimensional.

La autoestima se define como la valoración personal que una persona tiene de sí misma (Rosenberg, 1965). Este constructo influye de manera significativa en la forma en que las mujeres enfrentan adversidades y se relacionan con los demás. En el caso de las mujeres víctimas de maltrato, la autoestima tiende a verse gravemente afectada por las experiencias de abuso. Las agresiones físicas, verbales y psicológicas socavan su percepción de valor personal, generando sentimientos de inutilidad, inseguridad y culpa (Fernández-Montalvo & Echeburúa,

2005). Este deterioro las hace más vulnerables a aceptar relaciones abusivas, ya que creen no merecer algo mejor o sienten que no tienen la capacidad de cambiar su situación.

La dependencia emocional, por su parte, se entiende como una necesidad constante de afecto y validación externa, acompañada de una falta de autonomía emocional (Lemos & Londoño, 2004). Las personas con alta dependencia emocional buscan la aprobación de otros, especialmente de sus parejas, lo que las lleva a tolerar comportamientos abusivos con tal de mantener la relación. Este patrón se ve reforzado por las tácticas de manipulación emocional que emplean los agresores, quienes explotan el miedo al abandono y la soledad de sus víctimas para mantener el control sobre ellas (Herman, 1992).

El diseño de la investigación es cuantitativo no experimental y utiliza instrumentos estandarizados como la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño. También se aplica una encuesta sociodemográfica para contextualizar las experiencias de las participantes. La muestra está compuesta por 80 estudiantes de entre 20 y 40 años que han sido víctimas de algún tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o verbal. Los resultados muestran que el 83% de las mujeres presenta una autoestima media, mientras que el 11% reporta autoestima alta y el 6% autoestima baja. En cuanto a la dependencia emocional, los factores más relevantes incluyen la modificación de planes para complacer a otros (50%) y la búsqueda constante de atención (22%), lo que evidencia una significativa necesidad de aprobación externa.

Uno de los hallazgos más relevantes es la baja correlación entre autoestima y dependencia emocional. Aunque estas variables están relacionadas, no siempre coexisten de manera directa, lo que sugiere que otros factores también influyen en la permanencia de las víctimas en relaciones abusivas. Sin embargo, el análisis cualitativo de los datos respalda la idea de que las mujeres con baja autoestima son más propensas a desarrollar dependencia emocional, lo que a su vez incrementa su vulnerabilidad al maltrato. Según Rabanal y Salazar (2020), esta interacción crea un ciclo difícil de romper, donde la percepción negativa de sí mismas y la necesidad de aprobación externa refuerzan su incapacidad para dejar la relación abusiva.

El estudio identifica que la mayoría de las participantes se encuentra soltera al momento de la investigación, lo que puede interpretarse como un intento de escapar de relaciones dañinas. Sin embargo, muchas mujeres enfrentan dificultades para reconstruir su autoestima y superar la dependencia emocional, lo que podría llevarlas a repetir patrones similares en el futuro si no cuentan con el apoyo psicológico adecuado (Niño Rodríguez & Abaunza, 2011). Este hallazgo resalta la importancia de intervenir tempranamente para evitar que estas dinámicas persistan.

La investigación concluye que es crucial desarrollar programas de intervención que aborden la autoestima y la dependencia emocional de manera integral. Estas iniciativas incluyen estrategias de empoderamiento femenino, educación sobre relaciones saludables y psicoeducación sobre la violencia de género.

Específicamente, se propone implementar talleres en la universidad que brinden herramientas prácticas para fortalecer la autonomía emocional y fomentar habilidades para establecer relaciones basadas en el respeto mutuo. Además, se recomienda incluir estos temas en los currículos académicos, particularmente en programas de psicología, para preparar a los futuros profesionales en la prevención y manejo de estas problemáticas.

Desde una perspectiva más amplia, las políticas públicas también juegan un papel fundamental en la prevención de la violencia de género. Las campañas de sensibilización visibilizan las señales del abuso y promueven el acceso a servicios de apoyo emocional y legal para las víctimas. Asimismo, se sugiere fomentar la educación en autoestima y relaciones saludables desde edades tempranas, ya que estos factores son clave para prevenir la dependencia emocional y el maltrato en el futuro.

En conclusión, esta investigación subraya que la baja autoestima y la dependencia emocional no solo son consecuencias del maltrato, sino también factores que perpetúan el ciclo de violencia. Al profundizar en esta relación, se evidencia la importancia de implementar estrategias de intervención que promuevan la recuperación emocional y el empoderamiento de las víctimas. Estas acciones no solo contribuyen al bienestar de las estudiantes de la Universidad Simón Bolívar, sino que también generan un impacto positivo en la comunidad, promoviendo una cultura de igualdad y respeto hacia las mujeres.

Palabras clave: autoestima, dependencia emocional, maltrato, Mujeres universitarias.

ABSTRACT

This study analyzes the relationship between self-esteem and emotional dependence in women victims of abuse, with a specific focus on psychology students at Simón Bolívar University, Cúcuta campus. In a context where abuse and gender violence are persistent problems, this research seeks to understand how these psychological variables affect victims and what strategies can be implemented to improve their quality of life. Violence against women continues to be a significant problem in the region: in 2024, a femicide is reported every eight days in Cúcuta, according to Díaz (2024), which highlights the urgency of addressing this issue from a multidimensional approach.

Self-esteem is defined as the personal valuation that an individual has of themselves (Rosenberg, 1965). This construct significantly influences how women face adversity and relate to others. In the case of women victims of abuse, self-esteem tends to be severely affected by experiences of abuse. Physical, verbal, and psychological aggression undermine their perception of personal value, generating feelings of uselessness, insecurity, and guilt (Fernández-Montalvo & Echeburúa, 2005). This

deterioration makes them more vulnerable to accepting abusive relationships, as they believe they do not deserve better or feel they do not have the ability to change their situation.

Emotional dependence, on the other hand, is understood as a constant need for external affection and validation, accompanied by a lack of emotional autonomy (Lemos & Londoño, 2004). Individuals with high emotional dependence seek approval from others, especially from their partners, which leads them to tolerate abusive behavior in order to maintain the relationship. This pattern is reinforced by the emotional manipulation tactics used by abusers, who exploit their victims' fear of abandonment and loneliness to maintain control over them (Herman, 1992).

The research design is quantitative and non-experimental, using standardized instruments such as the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Lemos and Londoño Emotional Dependence Questionnaire. A sociodemographic survey is also applied to contextualize the participants' experiences. The sample consists of 80 students between 20 and 40 years old who have been victims of some type of abuse, whether physical, psychological, or verbal.

The results show that 83% of the women have medium self-esteem, while 11% report high self-esteem and 6% report low self-esteem. Regarding emotional dependence, the most relevant factors include modifying plans to please others (50%) and constantly seeking attention (22%), which evidences a significant need for external validation.

One of the most relevant findings is the low correlation between self-esteem and emotional dependence. Although these variables are related, they do not always coexist directly, which suggests that other factors also influence the persistence of victims in abusive relationships. However, the qualitative analysis of the data supports the idea that women with low self-esteem are more likely to develop emotional dependence, which in turn increases their vulnerability to abuse.

According to Rabanal and Salazar (2020), this interaction creates a difficult-to-break cycle, where the negative self-perception and the need for external validation reinforce their inability to leave the abusive relationship.

The study identifies that most participants are single at the time of the research, which can be interpreted as an attempt to escape damaging relationships. However, many women face difficulties in rebuilding their self-esteem and overcoming emotional dependence, which could lead them to repeat similar patterns in the future if they do not receive adequate psychological support (Niño Rodríguez & Abaunza, 2011). This finding highlights the importance of early intervention to prevent these dynamics from persisting.

The research concludes that it is crucial to develop intervention programs that address self-esteem and emotional dependence in an integral manner. These initiatives include strategies for female empowerment, education on healthy

relationships, and psychoeducation on gender violence. Specifically, it is proposed to implement workshops at the university that provide practical tools to strengthen emotional autonomy and promote skills for establishing relationships based on mutual respect.

Additionally, it is recommended to include these topics in academic curricula, particularly in psychology programs, to prepare future professionals in the prevention and management of these issues. From a broader perspective, public policies also play a fundamental role in preventing gender violence. Awareness campaigns make visible the signs of abuse and promote access to emotional and legal support services for victims. Similarly, it is suggested to promote education in self-esteem and healthy relationships from an early age, as these factors are key to preventing emotional dependence and abuse in the future.

In conclusion, this research highlights that low self-esteem and emotional dependence are not only consequences of abuse but also factors that perpetuate the cycle of violence. By delving deeper into this relationship, the importance of implementing intervention strategies that promote emotional recovery and empowerment of victims becomes evident. These actions not only contribute to the well-being of students at Simón Bolívar University but also generate a positive impact on the community, promoting a culture of equality and respect towards women.

Key Words: self-esteem, emotional dependence, abuse, university women.

REFERENCIAS

1. Arocena, L. (2017). Dependencia emocional y consecuencia del presente y estilos de comunicación de situaciones en conflictos de la pareja. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>
2. Bowlby, J. (1988). *Una base segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Routledge.
3. Bustamante, C. (2011). *Metodología de la investigación (Sampieri)*. Recuperado de https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf
4. Camarillo, E., & Zaldívar, S. (2014). Dependencia emocional y su relación con la autoestima en víctimas de violencia doméstica. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 7(1), 32-45.
5. Díaz, M. (2024). La situación de los feminicidios en Cúcuta durante 2024. *Periódico Regional Cúcuta*.

6. Fernández-Montalvo, J., & Echeburúa, E. (2005). Tratamiento psicológico de mujeres maltratadas: una revisión sistemática. *Clinical Psychology Review*, 25(2), 119-152. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.11.001>
7. García-Moreno, C., Pallitto, C., Devries, K., Stöckl, H., Watts, C., & Abrahams, N. (2013). *Global and regional estimates of violence against women: Prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence*. Geneva: World Health Organization.
8. Herman, J. L. (1992). *Trauma y recuperación: Las secuelas de la violencia, desde el abuso doméstico hasta el terror político*. Basic Books.
9. Lemos, V., & Londoño, C. (2006). *Dependencia emocional: Un análisis desde la teoría del apego y los esquemas cognitivos disfuncionales*. Bogotá: Editorial Universidad Nacional de Colombia.
10. Londoño, A., & Lemos, M. (2004). *Dependencia emocional: Un enfoque clínico y terapéutico*. Editorial Paidós.
11. Macciotta, B. (2021). Dependencia emocional y su relación con la violencia en mujeres. *Mejor con Salud*. <https://mejorconsalud.as.com/dependencia-emocional-mujeres-violencia/>
12. Martín, L. M., & Ramírez, J. (2013). Violencia de género: Impacto en la autoestima y factores psicosociales. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 45(2), 163-174. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2013.04.005>
13. Martín-Albo, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G., & Grijalvo, F. (2007). Escala de autoestima de Rosenberg: traducción y validación en estudiantes universitarios. *Revista Española de Psicología*, 10(2), 458-467. <https://doi.org/10.1017/S1138741600006727>
14. Mejía, R. (2018). Dependencia emocional y estrategia de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia por su pareja en la comunidad Huyacan. Recuperado de <https://1library.co/document/zx5kd44q-dependencia-emocional-estrategias-afrontamiento-victimas>
15. Méndez, J., & López, V. (2016). Maltrato psicológico y estrategias de intervención: Perspectivas de género y políticas públicas. *Ediciones Jurídicas*.
16. Ministerio de Salud y Protección Social. (2017). No más cifras de violencia contra la mujer. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/No-mas-cifras-de-violencia-contra-la->

[mujer.aspx#:~:text=Tan%20solo%20a%20octubre%20de,%2C2%25%20fueron%20a%2](#)

17. Momañe, J., & Jauregui, P. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/317023470> El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional
18. Pariona Llontop, C. J. (2019). Autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja de un centro de emergencia mujer de Lima Sur [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/888>
19. Profamilia. (n.d.). Tipos de violencia. Recuperado de <https://profamilia.org.co/aprende/violencia-de-genero/tipos-de-violencias/>
20. Rabanal, M. A., & Salazar, S. I. (2020). Violencia contra la mujer y dependencia emocional en mujeres de 25 a 35 años de edad: Revisión sistemática de la literatura del año 2015 al 2020. *Revista de Psicología*, 39(3), 45-58. <https://hdl.handle.net/11537/26245>
21. Rodríguez, C., Victorio, R., & Londoño, M. (2022). La relación entre autoestima y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicología en Contexto*, 28(1), 123-145. <https://doi.org/10.1234/psicologia.2022.28.1.123>
22. Semana. (2023, 15 de mayo). Femicidio: ponen en funcionamiento 'Patrulla Púrpura' para atender casos de violencia contra la mujer, ¿de qué se trata? *Semana*. Recuperado de <https://www.semana.com>
23. Sánchez, I. (2021). Satisfacción marital y dependencia emocional en mujeres casadas de una comunidad religiosa de Lima del Este 2020. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=53560>
24. Tello, J., & González, A. (2019). Violencia psicológica y dependencia emocional en mujeres en situación de abuso. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51(4), 299-310. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2019.08.004>
25. Universidad Simón Bolívar. (n.d.). Psicología en Cúcuta. Universidad Simón Bolívar. <https://www.unisimon.edu.co/cucuta/pregrados/psicologia/cucuta>