

UNIVERSIDAD DE OVIEDO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA



GRADO EN PSICOLOGÍA
CURSO 2022-2023

**DEPENDENCIA EMOCIONAL, AUTOENGAÑO Y MITOS DEL
AMOR ROMÁNTICO EN RELACIONES DE PAREJA
EMOTIONAL DEPENDENCE, SELF-DECEPTION AND
ROMANTIC LOVE MYTHS IN COUPLE RELATIONSHIPS**

(Trabajo empírico)

CARLA GRANDA VIVAS

Oviedo, junio de 2023



Universidad de Oviedo

DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y ORIGINALIDAD DEL TRABAJO FIN DE GRADO

(De acuerdo con lo establecido en el artículo 8.3 del Acuerdo de 5 de marzo de 2020, del Consejo de Gobierno de la Universidad de Oviedo, por el que se aprueba el Reglamento sobre la asignatura Trabajo Fin de Grado de la Universidad de Oviedo)

D./D^a Carla Granda Vivas, estudiante del Grado en Psicología de la Facultad de Psicología, con DNI n^o

DECLARO QUE:

El Trabajo Fin de Grado titulado: “Dependencia emocional, autoengaño y mitos del amor romántico en relaciones de pareja” que presento para su exposición y defensa, es original y he citado debidamente todas las fuentes de información utilizadas, tanto en el cuerpo del texto como en la bibliografía.

En Oviedo, a 11 de junio de 2023

Firmado:

Resumen

Antecedentes: La dependencia emocional es un trastorno que, en muchas ocasiones, pasa desapercibido debido a la creencia social de que es algo cotidiano por su vinculación con el amor, las emociones y una serie de mitos. En este sentido, la presente investigación pretende analizar la relación entre dependencia emocional, autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico. *Método:* En este estudio participaron 262 personas (113 hombres y 149 mujeres) con edades comprendidas entre los 18 y los 59 años ($X= 31.9$; $DT= 12.37$), y se aplicó un cuestionario formado por tres escalas: la Escala de dependencia afectiva o emocional del IRIDS-100, el Cuestionario de Autoengaño SDQ-12 y la Escala de Mitos hacia el Amor. *Resultados:* Se ha hallado que existe relación entre las variables dependencia emocional, autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico, y también se han encontrado diferencias en dependencia emocional en función de la edad. *Conclusiones:* Se aportan evidencias de la relación entre las variables analizadas, dado que la dependencia emocional se vincula a una visión arquetípica del amor y cursa con mecanismos de autoengaño.

Palabras clave: dependencia emocional, autoengaño, mito, amor romántico, relación de pareja.

Abstract

Background: Emotional dependence is a disorder that often goes unnoticed due to the social belief that it is something common due to its relationship with love, emotions and a series of myths. On this matter, this research aims to analyze the relationship between emotional dependence, self-deception and perception of romantic love myths. *Method:* 262 people (113 men and 149 women) aged between 18 and 59 years ($M= 31.9$; $SD= 12.37$) participated in this study, and a questionnaire consisting of three instruments was applied: the Affective or emotional dependency Scale of the IRIDS-100, the Self-Deception Questionnaire SDQ-12 and the Myths towards Love Scale. *Results:* It has been found that there is a relationship between the variables emotional dependence, self-deception and perception of myths of romantic love and, in addition, there were found differences in emotional dependence based on the age of the participants. *Conclusions:* Evidence of the relationship between the analyzed variables is provided, since emotional dependence is linked to an archetypal vision of love and occurs with self-deception mechanisms.

Keywords: emotional dependence, self-deception, myth, romantic love, couple relationship.

Introducción

Las emociones son consideradas como un componente fundamental de la experiencia humana que no es fijo, definido y estático, sino que experimenta cambios constantes y está íntimamente relacionado con el lenguaje (Belli et al., 2010; Dantzer, 1989). Asimismo, son un fenómeno complejo que implica aspectos somáticos, cognitivos, sociales y culturales, y que puede ser abordado desde diferentes perspectivas y, en concreto, desde la Psicología Social se sostiene que las emociones y sus expresiones se vinculan a la relación con los demás, en lugar de atribuirse únicamente al individuo (Moral y Sirvent, 2008). De este modo, se conciben como una construcción social producto de las relaciones humanas, a pesar de que no se niega que las emociones vayan acompañadas indudablemente de ciertos cambios fisiológicos, ni que existan sistemas en el organismo que regulen los estados emocionales (Torregrosa, 1984). En base a lo anterior, las emociones y el lenguaje que se refiere a ellas son diferentes en función de cada contexto sociocultural, modificándose según el tiempo y el espacio donde se producen (Roberts, 2003).

Particularmente, en lo que respecta a un estado emocional que ha sido (y continúa siendo) tan fundamental durante la historia occidental como es el amor (Oatley, 2007), según Herrera (2013) se podría comprender como una construcción humana que tiene una dimensión social y otra cultural, y que es modificable en función de las normas sociales y la época en que se experimenta. Esto, a su vez, influye en cómo las personas lo viven, ya que en base a las creencias generadas por los discursos predominantes van formando un ideal de cómo debería ser una relación de pareja, apoyándose en diferentes mitos sobre el amor.

Los mitos son creencias que se expresan de manera inflexible y absoluta, presentadas como si fueran una verdad, aunque sean falsas o equivocadas. Asimismo, suelen tener una gran carga emocional y favorecen la creación y mantenimiento de la ideología de un grupo, de modo que, a menudo, son difíciles de cuestionar usando la lógica (Bosch y Ferrer, 2002; Ferrer et al., 2010).

En concreto, los mitos del amor romántico son una serie de convicciones sobre el amor compartidas a nivel social, de acuerdo con Yela (2003), que generalmente perpetúan los estereotipos de género y obstaculizan la formación de relaciones sanas,

dando lugar en ocasiones a la tolerancia de comportamientos abusivos. De hecho, contemplar como cierto alguno de esos mitos contribuye a que se establezcan formas concretas de la dinámica de pareja, como por ejemplo relaciones basadas en el control, las cuales se encuentran asociadas a una menor autoestima que favorece su continuidad en el tiempo (Galicia-Moyeda et al., 2020; Herreros, 2023).

En definitiva, el discurso predominante acerca del amor se encuentra presente en varios sistemas o instituciones, como la familia, la escuela, el Estado, los medios de comunicación o la Iglesia, a partir de los cuales el individuo adquiere una identidad psicosocial apropiándose de aquellos mensajes, modelos, roles y estereotipos que son repetidos de manera constante (Ferrer y Bosch, 2013; García et al., 2019). De este modo, Ferrer et al. (2010) describen algunos de estos mitos:

- El *mito de la media naranja*, que sugiere que existe una única elección de pareja ideal que viene predestinada de alguna forma para cada persona. Su aceptación podría derivar en un grado de exigencia muy elevado en la relación, pudiendo dar lugar a la tolerancia excesiva de ciertos comportamientos.

- El *mito de la omnipotencia*, que implica que “el amor lo puede todo”, siendo este suficiente para afrontar todos los problemas que se presenten. Esto puede utilizarse como una justificación para mantener ciertas conductas o actitudes, o para negar los conflictos de pareja, dificultando la búsqueda de una solución.

- El *mito de la pasión eterna o de la perdurabilidad*, que consiste en la idea de que el amor apasionado que se experimenta durante los primeros meses de la relación debe continuar a lo largo de años de convivencia.

- El *mito de los celos*, que se refiere a la creencia de que los celos son una muestra de amor y una condición necesaria para una relación verdadera. A menudo se utiliza para justificar comportamientos egoístas, represivos e incluso violentos.

Según Herreros (2023), dentro de estas ideas erróneas se incluyen las cualidades consideradas deseables a la hora de elegir una pareja, la relevancia del amor en una relación, así como las expectativas de futuro y el tipo de relación que se espera conseguir. De este modo, mediante los mitos del amor romántico se transmite la idea de que la única forma de alcanzar la felicidad es mediante una relación de pareja, dando

lugar a una creencia generalizada de que es necesario entregarse totalmente al otro y dejar de lado los intereses propios (Ruiz, 2016).

De este modo, el concepto de amor romántico genera expectativas irreales sobre las relaciones, lo cual puede llegar a minimizar las patologías asociadas con el amor al entenderlas como un simple “*mal de amores*”, en lugar de considerarlas propiamente como trastornos relacionales (López y Moral, 2020; Martín y Moral, 2019). Asimismo, en muchos casos este ideal romántico facilita que la dependencia afectiva, en concreto, sea reforzada de manera social, favoreciendo que el amor se convierta en una necesidad y dando lugar a conflictos y patrones disfuncionales de vinculación (Esteban y Távora, 2008; Moral et al., 2018).

Con respecto a esta cuestión, aunque se considera normal que entre las personas haya un cierto nivel de interdependencia afectiva, esta se puede convertir en patológica si llega a generar un sufrimiento excesivo, tanto al individuo como a las personas cercanas a él (Sirvent et al., 2022), por lo que su consideración es necesaria de cara a realizar una evaluación e intervención clínicas (Alonso-Arbiol et al., 2002).

La dependencia emocional o afectiva es un trastorno que ha sido objeto de estudio por parte de diversas disciplinas como la psiquiatría, la sociología o la antropología (véase Fatayer, 2008; Fisher, 2014) y, especialmente, de la psicología. En muchas ocasiones, es un problema que pasa desapercibido debido a la creencia social de que es algo cotidiano por su vinculación con el amor y las emociones, tanto positivas como aflictivas. Sin embargo, se considera que las dependencias sentimentales son una problemática de gran relevancia sociosanitaria, cuyo diagnóstico debe ser distinguido de otros trastornos como el apego ansioso, el trastorno límite de la personalidad o la sociotropía (Moral y Sirvent, 2008).

En lo relativo a la concepción de este fenómeno, Sangrador (1993) considera que hay personas que se aferran, en una especie de adicción, a relaciones amorosas donde sus parejas no les brindan satisfacción, sino que incluso les causan dolor, sufrimiento y hasta daño físico y, a pesar de ello, el amor persiste en esos casos. Por otro lado, Scott (1978) describió varios síntomas clínicos de la dependencia emocional, tales como la necesidad excesiva de la persona de la que se depende, una sensación de vacío interior

imposible de satisfacer, un malestar constante debido a la percepción de que algo les falta, miedo a la soledad y una falta de sentido de la identidad personal.

Partiendo de estas ideas, Moral y Sirvent (2008) definen las dependencias afectivas como “trastornos relacionales caracterizados por la manifestación de comportamientos adictivos en la relación interpersonal basados en una asimetría de rol y una actitud dependiente en relación al sujeto del que se depende” (p. 152). Del mismo modo, las personas con dependencia emocional presentan una necesidad abrumadora de tener pareja y estar con ella, similar al “*craving*” experimentado por un adicto (Sophia et al., 2007).

En consecuencia, el dependiente emocional encuentra en el amor su principal interés, viviendo sus relaciones de una forma sumamente intensa y considerando que el otro es lo único que importa (Castelló, 2015). Así, la implicación en la relación romántica se vuelve incondicional, relegando las necesidades e intereses individuales a un segundo plano (Galicia-Moyeda et al., 2020). No obstante, identificar sus principales manifestaciones generalmente no es una tarea sencilla, puesto que algunos de los comportamientos y patrones de pensamiento asociados a estos trastornos pueden pasar inadvertidos debido a la dificultad del individuo para reconocer su situación, así como a la aceptación que reciben estas conductas a nivel social (Cogswell et al., 2010).

A pesar de ello, Sirvent et al. (2022) proponen una descripción detallada de los criterios de la dependencia emocional. En primer lugar, incluyen los *criterios adictivos*: necesidad extrema de afecto junto a una subordinación sentimental, vacío emocional, anhelo intenso por la pareja, además de síntomas de abstinencia cuando no está presente. En segundo lugar, presentan los *criterios vinculares* (patología de la relación), tales como el estilo relacional (acomodación al estado patológico) y un apego invalidante que implica una disminución de la autonomía del sujeto. Por último, proponen los *criterios cognitivo-afectivos* (psicopatología asociada), que abarcan los mecanismos de negación y autoengaño (Sirvent et al., 2019), así como sentimientos negativos tales como inescapabilidad emocional, abandono, fracaso o culpa (Moral y Sirvent, 2008). De esa manera, los dependientes emocionales recurren a estrategias de afrontamiento evitativas y desadaptativas y desarrollan mecanismos de mistificación y

autoengaño (Martín y Moral, 2019), favoreciendo un aumento en los desajustes ya existentes en sus relaciones afectivo-dependientes (Moral y González-Sáez, 2019).

En este sentido, se considera que el autoengaño es una estrategia defensiva que adoptan aquellas personas que tienen dificultades a la hora de enfrentarse a un mundo percibido como amenazante (Von Hippel y Trivers, 2011). A través de él, consiguen percibirse a sí mismas de un modo favorable, pero irreal, al mismo tiempo que protegen sus creencias y deseos de una realidad insatisfactoria (Vecina y Chacón, 2016; Vecina et al., 2016). De este modo, el autoengaño frecuentemente supone un mecanismo de protección; sin embargo, para quienes lo utilizan como una estrategia a largo plazo este patrón podría suponer un riesgo para su bienestar general (Hrgović y Hromatko, 2019).

Ahora bien, en algunas ocasiones es común caer en el autoengaño, pero puede tener un coste significativo, lo cual lo convierte en un fenómeno paradójico, ya que las personas están dispuestas a aceptar los costos que se presentarán en el futuro como resultado de autoengañarse, siempre y cuando obtengan beneficios inmediatos como un aumento en la autoestima o mayor percepción de felicidad (Smith et al., 2017). Al respecto, podría decirse que el autoengaño no es de por sí patológico, sino que todas las personas lo utilizamos de un modo u otro en nuestras relaciones interpersonales (Sirvent et al., 2019). En la misma línea, Lauria et al. (2016) afirman que nos engañamos a nosotros mismos, dejando que nuestros deseos sesguen significativamente nuestra forma de pensar, de tal modo que el autoengaño parece implicar mecanismos emocionales que llevan a preferir recompensas instantáneas, de forma similar a lo que ocurre en la toma de decisiones.

No obstante, existe el autoengaño patológico, que se basa en una serie de falsas creencias sobre las cuales el sujeto se convence a sí mismo de manera reiterada, pudiendo dar lugar a efectos negativos en su propia salud mental, de acuerdo con Sirvent (2006). Asimismo, en relaciones afectivas problemáticas con enganche emocional, los procesos de negación y no afrontamiento, así como el autoengaño y la mistificación, entre otros, van más allá de la ignorancia o falta de conciencia sobre el problema, puesto que los dependientes sentimentales suelen distorsionar su realidad afectiva con el propósito de reafirmar las creencias que tienen en torno a la relación,

evitando así enfrentar sus emociones para poder sobrellevar esos vínculos disfuncionales (Moral et al., 2011).

En cuanto a la evaluación del autoengaño, Sirvent et al. (2019) proponen que este tiene dos dimensiones principales: la *mistificación* y la *manipulación*. La *mistificación* consiste en ofrecer una explicación creíble, pero errónea, acerca de algún aspecto de la realidad, ya sea un evento, una acción, o un sentimiento o percepción de la persona, con el objetivo de ocultarlo o negarlo (Martorell, 1988). Por otro lado, la *manipulación* es un fenómeno intencional, vinculado a la conducta humana en contextos de interacción social, que implica el intento de modificar el entendimiento de un oyente sin que este sea consciente, con el propósito de beneficiar al manipulador (Oswald, 2021).

En consecuencia, según Porcel y González (2005), en muchos trastornos psicológicos se exhibe el autoengaño o, dicho de otro modo, el verdadero problema suele estar oculto para la persona que lo padece, quien, en algunos casos, termina buscando ayuda debido a que ha entrado en un círculo vicioso que está sustentando el malestar psicológico. De este modo, el hecho de que un individuo reconozca y acepte su realidad objetiva se encuentra relacionado, no solamente con evitar la práctica del autoengaño, sino también con orientar a la persona hacia la evaluación de las repercusiones que tiene su comportamiento (Armas y García, 2009).

En definitiva, y tomando en consideración las investigaciones previas, es posible plantear que podría existir una relación entre la dependencia emocional y los mitos del amor romántico, a la vez que se podría asociar esta misma con el autoengaño, pues son dos cuestiones que han sido estudiadas durante décadas por diferentes autores. Por una parte, Galicia-Moyeda et al. (2020) afirman que existe una relación estrecha entre la creencia en los mitos del amor romántico y la presencia de dependencia emocional, ya que esas concepciones erróneas del amor llevan a que los individuos dejen sus deseos y necesidades individuales en un plano secundario. Y, análogamente, según Moral y Sirvent (2008), existe todo un entramado social que favorece la formación de interdependientes y se sustenta en la propagación de mitos arraigados en la representación social que existe acerca de las emociones y, más concretamente, del amor.

Del mismo modo, en diversas investigaciones se apunta que existe una relación entre la dependencia emocional y el autoengaño. Así, Moral et al. (2012) mostraron que las personas con dependencia emocional reportaban niveles más altos de autoengaño en comparación con otras problemáticas. En la misma línea, Surbey (2004) afirma que el autoengaño puede ayudar a mantener las relaciones románticas una vez que se han formado, y que niveles muy altos de autoengaño pueden dar lugar a que los individuos permanezcan en relaciones desequilibradas, e incluso abusivas, en algunos casos.

Por otro lado, también podría resultar de interés estudiar si existen diferencias, y de qué tipo, en la presencia de dependencia emocional en función del género y de la edad, ya que en la literatura previa sobre esta cuestión se presentan evidencias contrapuestas. En este sentido, sería esperable que hubiera diferencias entre hombres y mujeres, debido a que socialmente existe una tendencia a establecer roles y expectativas distintas para ambos géneros, afectando a las relaciones que estos forman (Salguero et al., 2016). Por ejemplo, hay estudios donde se ha comprobado que la dependencia emocional se da más frecuentemente en las mujeres (Bornstein, 1995; González-Jiménez y Hernández-Romera, 2014), lo cual concordaría con la concepción de que los roles subordinados son asignados en mayor medida a las mismas (Ramiro-Sánchez et al., 2018). Y, por el contrario, también hay investigaciones en las que se han encontrado niveles más altos de dependencia emocional en hombres (Urbiola y Estévez, 2015). No obstante, en otros trabajos se contradice esta creencia, puesto que se concluye que no existen diferencias atribuibles al género en dependencia emocional (Anicama, 2016).

De igual modo, existen diferentes perfiles e intensidades de la dependencia emocional en función de la edad, puesto que jóvenes y adultos suelen dar importancia a distintas cualidades en la búsqueda de una pareja. A este respecto, de acuerdo con Megías y Ballesteros (2014), los jóvenes, a la hora de involucrarse en una relación, valoran ciertas características aceptadas socialmente como, por ejemplo, la capacidad de control y liderazgo del hombre o la actitud sumisa de la mujer. Por lo tanto, se podría considerar que estos estereotipos perpetúan los mitos del amor romántico, lo cual puede favorecer a su vez la dependencia afectiva. Asimismo, Lemos y Londoño (2006) señalan que, según aumenta la edad, frecuentemente se van manifestando conductas que podrían considerarse más “socialmente apropiadas” en relación a esta cuestión, lo cual sigue la línea de que la dependencia emocional parece mantenerse estable a lo largo del

desarrollo. Por último, López-Cepero et al. (2015) han demostrado que en las relaciones de pareja de adolescentes y adultos jóvenes existe una serie de características propias que las diferencian de las de parejas casadas.

La dependencia emocional no es un problema del individuo en sí, aislado, sino que se conceptualiza como un comportamiento desadaptativo que tiene lugar dentro de una relación afectivo-dependiente (López y Moral, 2020) y que se ve reforzado en múltiples ocasiones por el entorno social. Así, cada individuo trata de construir una guía confiable para su vida basándose en experiencias, mitos e historias de la familia y la sociedad (Goldberg y Crespo, 2003). En ese sentido, los mitos del amor romántico pueden favorecer y perpetuar las relaciones de dependencia generando expectativas irreales sobre la propia relación afectiva, a la vez que el autoengaño puede llevar a ignorar o encubrir la realidad y tomar decisiones sin tener en cuenta las consecuencias (Armas y García, 2009). De esta manera, se entra en un círculo vicioso donde la persona con dependencia emocional está inmersa en una dinámica donde hay una asimetría de roles, a la vez que se autoengaña y no percibe la situación como problemática, en cierta medida por esa concepción generalizada que existe a nivel social en torno a los mitos del amor romántico.

A pesar de que se ha hallado una posible relación entre la dependencia emocional y los mitos del amor romántico, y entre esta y el autoengaño, sin embargo, no se han encontrado investigaciones que relacionen estos tres constructos de manera conjunta. Por esta razón, el objetivo general del presente estudio es analizar la relación que existe entre la dependencia emocional, el autoengaño y las percepciones sobre los mitos del amor romántico en una muestra de la población general, así como las diferencias en función del género y la edad en dependencia emocional.

Como objetivos específicos, se proponen los siguientes: 1) Evaluar la relación entre la dependencia emocional, el autoengaño y la percepción de los mitos del amor romántico. 2) Identificar en qué mitos del amor romántico existen diferencias estadísticamente significativas en función de la ausencia o presencia y el nivel de intensidad de la dependencia emocional. 3) Determinar si existen diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional en función de la edad.

4) Comprobar si hay diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional según el género.

En la misma línea, se plantean varias hipótesis de investigación:

H1: Se prevé una percepción del amor congruente con los mitos del amor romántico y mayores niveles de autoengaño en aquellas personas que presenten dependencia emocional, especialmente si esta es acusada o intensa.

H2: Se hallarán diferencias estadísticamente significativas en función del nivel e intensidad de dependencia emocional para los mitos de la omnipotencia y de los celos, siendo las personas dependientes quienes presenten mayores puntuaciones.

H3: Existirán diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional según la edad, siendo el grupo de jóvenes el que la presente en mayor medida.

H4: Se observarán diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional en función del género, siendo las mujeres quienes muestren esta en mayor medida.

Método

Participantes

La muestra fue seleccionada de manera no probabilística, y en ella se obtuvo la participación de 262 sujetos cuyas edades oscilan entre los 18 y los 59 años ($X = 31.9$; $DT = 12.37$). Entre los participantes se incluyen 149 mujeres (56.9 %) y 113 hombres (43.1 %) y, de acuerdo a la estratificación por edades, estos se distribuyeron en tres niveles en función de la clasificación establecida por la Organización Mundial de la Salud (2022): juventud, con edades comprendidas entre los 18 y los 26 años ($n = 132$; 50.4 %); adultez joven, entre los 27 y los 45 años ($n = 74$; 28.2 %); y adultez media, de 46 a 59 ($n = 56$; 21.4 %).

Con respecto al nivel de estudios completado, 135 participantes finalizaron estudios universitarios o un Grado Superior (51.5 %), 105 Bachillerato o un Grado

Medio (40.1 %), 18 Educación Secundaria Obligatoria o un Grado Básico (6.9 %) y cuatro Educación Primaria (1.5 %).

Por otro lado, en lo referente a la orientación sexual, 218 participantes se refirieron a sí mismos como “*Heterosexuales*” (83.2 %), 28 como “*Bisexuales*” (10.7 %), 15 como “*Homosexuales*” (5.7 %) y uno como “*Otro*” (0.4%).

Se consideró como criterio de inclusión que los participantes hubieran tenido al menos una relación romántica, ya fuera pasada o presente. Con relación a esto, 59 sujetos indicaron haber tenido “*una*” relación de pareja a lo largo de su historia vital (22.5 %), 69 indicaron “*dos*” relaciones (26.3 %), 62 “*tres*” (23.7 %), 33 “*cuatro*” (12.6 %), 20 “*cinco*” (7.6 %), seis “*seis*” (2.3 %) y 13 “*siete o más*” (5 %).

Del mismo modo, el 72.9 % ($n = 191$) se encontraba “*con pareja*” o “*casado*”, y el 27.1 % restante ($n = 71$) “*soltero*” o “*divorciado*”. A aquellos participantes que no mantenían una relación de pareja en ese momento se les preguntó cuánto tiempo había transcurrido desde que se terminó su última relación. A este respecto, 17 indicaron “*menos de 6 meses*” (23.9 %), 20 “*entre 6 meses y 1 año*” (28.2 %), 14 “*entre 1 y 2 años*” (19.7 %) y 20 “*más de 2 años*” (28.2 %).

Instrumentos de medida

En la elaboración de este estudio se han analizado tres variables principales: *dependencia emocional*, *autoengaño* y *percepción de los mitos del amor romántico*, a través de un instrumento formado por tres escalas (véase Anexos) que serán descritas a continuación. Asimismo, se incluyeron preguntas sobre datos sociodemográficos como género, edad, nivel de estudios, orientación sexual, número de parejas a lo largo de la historia vital y situación romántica actual.

Escala de dependencia afectiva o emocional del Inventario de Relaciones

Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) de Sirvent y Moral (2018).

El IRIDS-100 es un instrumento de medida que incluye tres escalas de dependencia sentimental: *Dependencia afectiva o emocional*, *Codependencia* y *Bidependencia*. Para la realización de esta investigación se utilizó específicamente la primera, formada por 24 ítems con respuestas medidas en escala Likert de cinco puntos

(desde “*Muy en desacuerdo*” hasta “*Muy de acuerdo*”), de tal modo que a mayor puntuación, mayor dependencia emocional. La posesividad, la incapacidad de romper la relación si fuera necesario, la necesidad constante de afecto, y los sentimientos negativos (culpa, vacío o miedo al abandono) serían algunas de las características propias de la dependencia afectiva, objeto de análisis.

Al realizar los análisis psicométricos se confirmó la elevada fiabilidad del inventario mediante el indicador Alfa de Cronbach de .971 para una muestra de 880 sujetos. En el caso del presente estudio, se ha obtenido un valor del coeficiente de .888.

Cuestionario de Autoengaño (SDQ-12) (Sirvent et al., 2019)

Es una escala breve de autoengaño simplificada a partir del IAM-40 de Moral y Sirvent (2014) que mide dos dimensiones esenciales del autoengaño patológico como son la *manipulación* y la *mistificación*. Fue desarrollada y validada en base a la respuesta de 541 sujetos de muestras clínicas (abuso de sustancias) y de la población adulta general. Consta de dos subescalas compuestas cada una por seis ítems con respuestas medidas en escala Likert de cinco puntos (desde “*en total desacuerdo*” hasta “*totalmente de acuerdo*”). En lo referente a su consistencia interna se ha comprobado que esta es adecuada, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach global de .85 (y .81 para cada factor por separado), siendo el valor en este estudio de .79 (.73 para el factor *mistificación* y .59 para el factor *manipulación*).

Escala de Mitos hacia el Amor (Rodríguez-Castro et al., 2013)

Este instrumento es una versión reducida y validada en castellano de la *Escala de Mitos hacia el Amor* de Bosch et al. (2007) a partir de una muestra de 800 adolescentes. Presenta un ajuste adecuado y está compuesto por siete ítems distribuidos en dos dimensiones: el *mito del amor idealizado*, que abarcaría los mitos de la media naranja, de la omnipotencia, de la perdurabilidad y de los celos, y se relaciona estrechamente con el amor romántico, obsesivo y altruista; y, por otro lado, el *mito del amor maltratador*, que refleja la vinculación amor-maltrato. En cuanto a la fiabilidad de las subescalas, esta es adecuada (.70 y .86). Por otra parte, la fiabilidad obtenida en el presente estudio fue de .57.

Por último, se realizó una pregunta a los participantes sobre si se consideraban dependientes emocionales, con tres opciones de respuesta (“*Si*”, “*Inseguro/a*” o “*No*”).

Procedimiento

El cuestionario fue realizado utilizando la plataforma “Google Forms” y distribuido vía on-line a través de las redes sociales y aplicaciones de mensajería instantánea. La información para elaborar la presente investigación fue recogida desde el 24/02/2023 hasta el 07/03/2023. En el propio formulario se informó a los sujetos del carácter voluntario de la participación en el estudio, y se indicó que un requisito era ser mayor de edad. Además, se especificó que debían dar su consentimiento para utilizar los datos recabados con fines de investigación, respetando la Ley Orgánica 3/2018.

Por otro lado, para garantizar la confidencialidad de las respuestas, la información fue recabada de forma anónima. Asimismo, este estudio se ajusta a las normas éticas para la investigación con humanos, de acuerdo con los estándares éticos del manual de la American Psychological Association (APA, 2010).

Se especificó que debían responder a las diferentes afirmaciones del formulario en función de su propia experiencia en relaciones de pareja actuales o pasadas. En el siguiente enlace se presenta el cuestionario utilizado:

<https://forms.gle/63BPdGmrLxypbbS69>

Diseño

Se aplicó un diseño expost-facto, ya que no se realizó una manipulación intencional sobre las variables de estudio ni sobre la clasificación de los sujetos en las mismas, debido a que son fenómenos previamente existentes. Asimismo, se trata de un estudio exploratorio, descriptivo, correlacional, multivariado y de corte transversal.

Análisis de datos

Para realizar el análisis de los datos se ha utilizado el programa estadístico SPSS en su versión 27. Una vez finalizada la recogida de los datos, en primer lugar, se codificaron las distintas variables. Posteriormente, se llevaron a cabo los análisis estadísticos pertinentes: análisis de fiabilidad de cada una de las escalas mediante el alfa de Cronbach, pruebas de normalidad y homocedasticidad, y finalmente el contraste de las hipótesis.

Para analizar la normalidad de los datos se utilizó la prueba *Kolmogorov-Smirnov* con el fin de comprobar el ajuste a la curva normal de las tres escalas

empleadas. El resultado obtenido fue que ninguna de ellas cumple el criterio de normalidad, puesto que el nivel de significación en todos los casos es menor de .05. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula de que las variables siguen una distribución normal.

Asimismo, se empleó la prueba de Levene para comprobar si los grupos establecidos en función del nivel de dependencia emocional (ausente, presente, acusado o intenso) tienen la misma varianza poblacional, y en ella se obtienen valores p superiores a .05. Por tanto, se cumple la hipótesis nula de homogeneidad de varianzas para *autoengaño* y *percepción de los mitos del amor romántico*.

A pesar de que no se cumple el supuesto de normalidad, se han empleado pruebas paramétricas, ya que se considera que permiten realizar análisis robustos ante violaciones no extremas de este supuesto. Al igual, los grupos no presentan un tamaño muy reducido y los índices de asimetría de las variables se encuentran entre los valores de -1 y 1: -.004 para *percepción de los mitos del amor romántico*, .406 para *autoengaño* y .800 para *dependencia emocional*.

Para contrastar la hipótesis 1 se empleó un Análisis Multivariante de la Varianza (MANOVA), tomando como variable independiente el nivel de *dependencia emocional*, y como variables dependientes el *autoengaño* y la *percepción de los mitos del amor romántico*. Por otro lado, para analizar la hipótesis 2 se utilizó un Análisis de la Varianza (ANOVA) para cada mito del amor romántico comparando los cuatro niveles de dependencia emocional. Del mismo modo, en la hipótesis 3 se llevó a cabo un ANOVA comparando la variable *dependencia emocional* en función de los tres grupos establecidos según la edad (juventud, adultez joven o adultez media). En cuanto a la última hipótesis, se realizó una comparación de medias con análisis T de Student para muestras independientes, relacionando las variables *género* y *dependencia emocional*.

Resultados

Tras llevar a cabo los análisis estadísticos pertinentes, se procedió a la contrastación de las hipótesis, por lo que a continuación se presentan los resultados en función de los datos analizados.

Los participantes se distribuyeron en cuatro grupos utilizando los percentiles de la Escala de dependencia afectiva del IRIDS-100 (Sirvent y Moral, 2018). Así, del total de la muestra ($n = 266$), 57 participantes presentaron puntuaciones que indican dependencia emocional (21.8 %), mientras que 205 no evidenciaron ese patrón (78.2 %). Más específicamente, 21 mostraron dependencia emocional en cierta medida (8 %), 14 un nivel acusado (5.3 %) y 22 un nivel intenso (8.4 %). De esta manera, se procedió a utilizar esos grupos para contrastar las hipótesis 1 y 2.

En primer lugar, en la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos para cada una de las escalas utilizadas.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las escalas

Escala	Media	DT	Mínimo	Máximo
Dependencia emocional	48.75	14.375	24	98
Autoengaño	25.46	6.685	12	46
Mitos hacia el amor	16.35	4.235	7	26

En relación con el contraste de la primera hipótesis es necesario, en primer lugar, comprobar una serie de supuestos estadísticos del MANOVA. Uno de ellos es el de normalidad multivariada, para el que se empleó la prueba *de Kolmogorov-Smirnov*. En este caso, el supuesto no se cumple para la totalidad de los datos, puesto que para ello el nivel de significación debería ser mayor de .05 en todos los niveles de dependencia emocional. Sin embargo, esto solamente se cumple en el caso de los niveles presente, acusado e intenso para la variable *autoengaño*, y en los niveles presente e intenso para la variable *percepción de los mitos del amor romántico*.

Otro de los supuestos es el de homogeneidad de matrices de covarianza, por lo que para comprobarlo se utilizó la prueba M de Box. En ella, se obtuvo un valor del estadístico de 7.098 ($p = .659$). Con relación a esto, se puede concluir que aceptamos la hipótesis nula de igualdad de matrices y, por tanto, se cumple el supuesto mencionado.

Por último, en lo referente al supuesto de no multicolinealidad, las variables dependientes no deben estar fuertemente correlacionadas. De tal forma, para averiguar si existe tal relación entre autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico se empleó la correlación de Pearson, obteniendo una correlación significativa entre ambas variables de .246 ($p < .001$). En base a este valor, podemos afirmar que las variables no están altamente correlacionadas.

A continuación, se utilizaron pruebas multivariantes para comprobar la hipótesis nula de que las medias multivariantes de los grupos son iguales, es decir, para averiguar si existen diferencias entre las medias de los grupos para una combinación particular de las variables dependientes. En este caso, se han obtenido resultados significativos en todas las pruebas (véase Tabla 2). De tal forma, podemos concluir que existen diferencias significativas entre las medias de los cuatro grupos (dependencia ausente, presente, acusada o intensa) considerando la combinación lineal de las dos variables dependientes estudiadas (“*autoengaño*” y “*percepción de los mitos del amor romántico*”).

Tabla 2

Pruebas multivariantes según el nivel de dependencia emocional para las variables autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico

Pruebas	Valor	F	<i>p</i>	η^2
Traza de Pillai	.314	16.035	<.001	.157
Lambda de Wilks	.689	17.565	<.001	.170
Traza de Hotelling	.448	19.108	<.001	.183
Raíz mayor de Roy	.438	37.674	<.001	.305

Tras la realización del MANOVA, se procedió a hacer un ANOVA para cada variable dependiente por separado, donde la hipótesis nula establece que no existen diferencias entre las medias de los grupos. Sin embargo, en ambos casos se obtuvieron niveles de significación menores a .05 (véase Tabla 3), por lo que las diferencias son estadísticamente significativas y, por tanto, no se cumple la hipótesis nula. De tal forma,

se confirma que las medias de los grupos son diferentes entre sí, tanto tomando las variables *autoengaño* y *percepción de los mitos del amor romántico* de manera conjunta, como separada. En consecuencia, el nivel de dependencia emocional tiene un efecto estadísticamente significativo en ambas variables.

Tabla 3

Diferencias en autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico en función de la dependencia emocional

Variable dependiente	F	p	η^2
Autoengaño	37.321	<.001	.303
Percepción de los mitos del amor romántico	3.654	.013	.041

A raíz de esto, se llevaron a cabo comparaciones múltiples mediante el método de Scheffé para comprobar entre qué pares de grupos se encontraban concretamente las diferencias. Se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en función de los grupos en la variable *autoengaño* (véase Tabla 4) y, más concretamente, entre el grupo sin dependencia emocional y los tres grupos de dependientes. En la misma línea, existen diferencias entre los grupos presente-intenso, así como entre los grupos acusado-intenso. Por tanto, las personas sin D.E. obtienen puntuaciones menores en autoengaño en relación con los otros tres grupos, pero no presentan diferencias significativas en la percepción de los mitos del amor romántico.

Tabla 4

Comparaciones múltiples en autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico en función de los niveles de dependencia emocional

Variable dependiente	Nivel D.E. (I)	Nivel D.E. (J)	Diferencia de medias (I-J)	p
Autoengaño		Presente	-5.35*	<.001
	Ausente	Acusado	-5.73*	.004
		Intenso	-12.21*	<.001
	Presente	Acusado	-.38	.998
		Intenso	-6.86*	.001
	Acusado	Intenso	-6.48*	.011
Percepción de los mitos del amor romántico		Presente	-.71	.907
	Ausente	Acusado	-2.83	.113
		Intenso	-2.23	.133
	Presente	Acusado	-2.12	.539
		Intenso	-1.52	.702
	Acusado	Intenso	.60	.981

*Nota: *. La diferencia de medias es significativa en el nivel .05.*

Por lo que respecta a la segunda hipótesis, se llevaron a cabo Análisis de la Varianza (ANOVA) para cada ítem de la Escala de Mitos hacia el Amor en función de los grupos de dependencia emocional. En ese sentido, el cumplimiento de la hipótesis nula indicaría que no existen diferencias entre las medias de los grupos. Sin embargo, como se puede observar en la Tabla 5, para los mitos “*El amor es ciego*” y “*Los celos son una prueba de amor*” se obtiene un nivel de significación menor de .05, lo cual implica que no se cumple la hipótesis nula. En consecuencia, existen diferencias estadísticamente significativas entre las medias de los grupos de dependencia

emocional, por lo que esta variable tiene un efecto significativo en la percepción de los dos mitos del amor romántico mencionados.

Tabla 5

Diferencias en la percepción de los mitos del amor romántico según el nivel de dependencia emocional

Ítem	Media grupo				F	p	η^2
	Ausente	Presente	Acusado	Intenso			
<i>“En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona”</i>	2.92	2.81	3.79	3.18	1.966	.119	.022
<i>“La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre”</i>	3.33	3.71	3.14	3.36	.741	.528	.009
<i>“El amor es ciego”</i>	3.04	3.43	3.43	3.95	3.525	.016	.039
<i>“Los celos son una prueba de amor”</i>	1.46	1.67	1.79	2.05	3.422	.018	.038
<i>“Se puede amar a alguien a quien se maltrata”</i>	1.31	1.10	1.71	1.36	1.667	.174	.019
<i>“Se puede maltratar a alguien a quien se ama”</i>	1.29	1.05	1.57	1.32	1.095	.352	.013

“El amor verdadero lo puede todo”	2.60	2.90	3.36	2.95	2.056	.107	.023
--------------------------------------	------	------	------	------	-------	------	------

Acto seguido, se realizaron comparaciones múltiples con el propósito de conocer entre qué grupos se encuentran específicamente las diferencias en esos dos ítems. Así, tanto para el ítem 3 (“El amor es ciego”) como para el ítem 4 (“Los celos son una prueba de amor”), se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre el grupo *ausente* y el grupo *intenso* ($p = .03$ y $p = .036$, respectivamente).

A continuación, para el contraste de la tercera hipótesis se aplicó un ANOVA con el fin de hallar si existen diferencias significativas en dependencia emocional en función del grupo de edad. La hipótesis nula de este análisis establece que las medias de los grupos son iguales. No obstante, en este caso se obtuvo un nivel de significación menor a .05 (véase Tabla 6), por lo que se rechaza esa hipótesis nula, concluyendo que existen diferencias estadísticamente significativas en la variable dependencia emocional en función del grupo de edad. Tras esto, se utilizó la prueba de Bonferroni de comparaciones múltiples para determinar entre qué grupos específicos se encontraban las diferencias. De este modo, las diferencias fueron significativas entre los grupos juventud-adulthood joven y juventud-adulthood media (véase Tabla 7).

Tabla 6

Diferencias en dependencia emocional en función de la edad

Grupo de edad						F	p	η^2
Juventud (n = 132)		Adulthood joven (n = 74)		Adulthood media (n = 56)				
M	DT	M	DT	M	DT			
52.36	14.395	45.22	14.181	44.91	12.535	8.893	< .001	.064

Tabla 7

Comparaciones múltiples de los niveles de edad en función de la puntuación en dependencia emocional

Grupo de edad (I)	Grupo de edad (J)	Diferencia de medias (I-J)	p
Juventud	Adulthood joven	7.140*	.002
	Adulthood media	7.445*	.003
Adulthood joven	Adulthood media	0.306	1.000

*Nota: *. La diferencia de medias es significativa en el nivel .05.*

Para contrastar la última hipótesis se utilizó la prueba t de Student, cuya hipótesis nula determina que no existen diferencias significativas entre las medias de dos grupos. En este caso, se realizó una comparación entre el grupo de hombres y el grupo de mujeres que participaron en el estudio. De tal forma, se obtuvo un nivel de significación mayor a .05 (véase Tabla 8), lo que supone aceptar esa hipótesis nula, concluyendo que no existen diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional en función del género.

Tabla 8

Comparación de puntuaciones medias en dependencia emocional según el género

Escala	Media		Desviación típica		t	p	d
	H	M	H	M			
Dependencia emocional	47.85	49.43	13.320	15.135	-.881	.379	-.110

Por último, en el cuestionario fue incluida una pregunta acerca de si los participantes se consideraban a sí mismos como dependientes emocionales. Al respecto, 166 respondieron “No” (63.4 %), 59 “Inseguro/a” (22.5 %) y 37 “Sí” (14.1 %). Con relación a esta cuestión, se llevó a cabo una comparación entre estas respuestas y el nivel de dependencia emocional que presentan los participantes según la escala

aplicada, la cual se puede observar en la Tabla 9. De este modo, se ha comprobado que, en términos generales, los participantes que presentan dependencia emocional se perciben a sí mismos como dependientes, pero esto no ocurre así en todos los casos. Por ejemplo, un 7.2 % de los participantes niegan ser dependientes emocionales y, sin embargo, presentan puntuaciones significativas en la escala utilizada. Por otro lado, también se ha encontrado que un 32.4 % de los individuos que se consideran a sí mismos como dependientes, en cambio, no obtuvieron puntuaciones significativas en la escala de dependencia afectiva.

Tabla 9

Comparaciones entre la autopercepción como dependiente emocional y el nivel de dependencia obtenido en la escala

Autopercepción dependencia		Grupo			
		Ausente	Presente	Acusado	Intenso
No	Recuento	154	7	4	1
	%	92.8 %	4.2 %	2.4 %	0.6 %
Inseguro/a	Recuento	39	8	4	8
	%	66.1 %	13.6 %	6.8 %	13.6 %
Sí	Recuento	12	6	6	13
	%	32.4 %	16.2 %	16.2 %	35.1 %

Discusión

Los objetivos del presente estudio se dirigían a analizar la relación entre las variables psicológicas “dependencia emocional”, “autoengaño” y “percepción de los mitos del amor romántico”, y también entre la dependencia emocional y las variables sociodemográficas “género” y “edad”.

En base a los hallazgos, se ha confirmado que existen diferencias en autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico en función del nivel e intensidad de la dependencia emocional. Concretamente, se han encontrado niveles significativamente

mayores de autoengaño en personas con dependencia, en comparación con aquellos participantes que no presentaban esta condición, tal y como había sido previsto en la primera hipótesis. La relación entre autoengaño y dependencia emocional puede explicarse por algunas características de esta última, entre las que podemos encontrar el miedo a la soledad, una falta de sentido de la identidad personal, dificultad para reconocer su situación problemática o el uso de mecanismos de negación (Cogswell et al., 2010; Scott, 1978; Sirvent, 2019). Sin embargo, por lo que respecta a la percepción de los mitos del amor romántico, se han hallado diferencias estadísticamente significativas en función del nivel de dependencia, pero las diferencias de medias obtenidas en la prueba de comparaciones múltiples no resultaron significativas. Por lo tanto, la primera hipótesis del estudio se confirma parcialmente. En la literatura sobre el tema, cabe destacar los estudios de Marcos et al. (2020) y Sussman (2010), quienes también hallaron que existe relación entre la dependencia emocional y la percepción de los mitos del amor romántico. En este sentido, Lemos et al. (2007) agregan que las personas que presentan dependencia emocional establecen sus necesidades de afecto y juzgan su propia relación en función de los estándares del amor romántico, lo cual da lugar a demandas excesivas de atención de su pareja.

En cuanto a la segunda hipótesis planteada, se han encontrado diferencias estadísticamente significativas para el mito del amor ciego y para el mito de los celos. Por este motivo, los datos obtenidos concuerdan de manera parcial con la hipótesis propuesta, en la cual se establecía que las personas dependientes emocionales presentarían puntuaciones significativamente mayores que las personas sin dependencia para los mitos de la omnipotencia y de los celos. Estos resultados van en la línea de los que fueron obtenidos en los estudios de Galicia-Moyeda et al. (2020) y Marroquí y Cervera (2014), en los que se encontró que hay una mayor interiorización de los mitos más sutiles como el del amor ciego, en comparación con los que están más directamente relacionados con la violencia. Del mismo modo, Perles et al. (2016) añaden que los adolescentes españoles sostienen creencias erróneas sobre los celos como un indicador de amor, llegando incluso a considerarlos como un elemento cotidiano en una relación.

Por otra parte, se confirma la tercera hipótesis en la que se preveía el hallazgo de diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de dependencia emocional en función de la pertenencia a un grupo de edad u otro. Así, se ha

comprobado que los jóvenes (entre 18 y 26 años) puntúan más alto en dependencia que los dos grupos de adultos del estudio (de 27 a 45 años, y de 46 a 59). En investigaciones previas como la de Lemos y Londoño (2006), se ha demostrado que las conductas relacionadas con la dependencia emocional se van convirtiendo en comportamientos más aceptados socialmente a medida que las personas se hacen mayores. Por tanto, el hecho de que su modo de manifestar esta condición sea más sutil podría justificar que los adultos obtengan puntuaciones significativamente más bajas en comparación con el grupo de jóvenes. De la misma manera, estos resultados van en la línea de los encontrados en los estudios de Mallma (2016) y Petruccelli et al. (2014). Por tanto, se considera importante entender la juventud como una etapa de desarrollo crucial, a la vez que vulnerable, en la que tienen lugar las primeras experiencias y aprendizajes en las relaciones de pareja, por lo que el modo en que estas ocurren puede tener repercusiones vitales en la formación y mantenimiento de sus relaciones futuras.

Finalmente, por lo que respecta a la cuarta hipótesis, no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en función del género, por lo que no se confirma la hipótesis planteada, contradiciendo la concepción popular vinculada con los roles de género de que la dependencia emocional es más común en las mujeres. De esta manera, se obtuvieron resultados similares a los de investigaciones previas como las de Martín y Moral (2019) y Cuetos (2017). Sin embargo, en otros estudios donde se aborda esta cuestión se han obtenido resultados contrarios. Por ejemplo, Urbiola y Estévez (2015) y Rodríguez et al. (2019) concluyen que los hombres presentan mayores niveles de dependencia emocional y, al mismo tiempo, Natoli y Bornstein (2017) reportan puntuaciones más altas en las mujeres. En consecuencia, no existen evidencias claras con respecto a cómo se relacionan el género y la dependencia emocional y, por consiguiente, se requiere una mayor investigación para explorar esta cuestión, así como para analizar las evidencias halladas en ambas direcciones. Una posible interpretación de estos resultados radica en el hecho de que actualmente nos encontramos en un momento de importantes cambios sociales y educativos en relación a la perspectiva de género y la igualdad de derechos para hombres y mujeres, lo cual podría justificar que en el presente estudio no se hayan encontrado diferencias en función del género de los participantes. Con respecto a esto, podría ser interesante estudiar si existen diferencias en dependencia emocional en función del género comparando diferentes grupos de

edad, con el propósito de analizar cómo influyen estos cambios sociales en las nuevas generaciones.

Ahora bien, este estudio presenta una serie de limitaciones que resulta conveniente comentar. En primer lugar, la posibilidad de que la muestra no sea suficientemente amplia y representativa, en concreto por lo que respecta a la población que presenta dependencia emocional, puesto que la clasificación de los participantes en los grupos ausente, presente, acusado e intenso (según las puntuaciones obtenidas en la escala) presenta diferencias importantes en cuanto al tamaño de los mismos. De igual modo, convendría equilibrar el número de participantes en función de la variable “*edad*”, debido a que el grupo de jóvenes tiene una representación que sobrepasa de manera considerable a la de los grupos adultos. Otra limitación también puede ser la selección de un diseño de corte transversal, ya que las variables son medidas únicamente en un momento temporal, por lo que no es posible llevar a cabo inferencias causales.

Por otra parte, también es importante considerar la posibilidad de que los resultados se hayan visto afectados por el sesgo de deseabilidad social, debido tanto a la temática que se trata en el estudio como al método de obtención de los datos (mediante medidas autoinformadas). Agregado a lo anterior, otra limitación podría ser la aplicación online del test, puesto que no permite verificar la identidad real de los participantes. Por último, la fiabilidad de la dimensión *mito del amor idealizado* de la Escala de Mitos hacia el amor ($\alpha = .70$) podría considerarse baja, así como el valor obtenido en este estudio para la escala a nivel global ($\alpha = .57$). Igualmente, el coeficiente alfa del factor *manipulación* del SDQ-12 obtenido en esta investigación ($\alpha = .59$) tampoco alcanza unos niveles aceptables de fiabilidad.

A pesar de las limitaciones, este trabajo proporciona una aproximación en la relación entre dependencia emocional, autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico. Por lo tanto, como futuras líneas de investigación, sería recomendable desarrollar estudios similares con una muestra mayor y más representativa de cada grupo, así como ampliar este estudio a los menores de 18 años. En la misma línea, sería interesante emplear otros métodos de evaluación, como entrevistas, con el objetivo de obtener información más completa acerca de esta problemática. Por otra parte, también

sería conveniente analizar estas variables en función de otros constructos psicológicos, como, por ejemplo, las habilidades sociales y de comunicación, las estrategias de afrontamiento o el autoconcepto.

Por último, se considera de gran importancia aumentar la educación socioafectiva, al igual que desmitificar el concepto de amor romántico, ya que trastornos como la dependencia emocional tienden a trivializarse, pero pueden afectar de manera significativa a las relaciones sociales y al bienestar personal debido, por ejemplo, al establecimiento de relaciones donde existe una asimetría de roles y una necesidad excesiva del otro.

Conclusiones

En síntesis, en este estudio se ha demostrado la existencia de una relación entre las variables dependencia emocional, autoengaño y percepción de los mitos del amor romántico. De este modo, se ha comprobado que, según aumenta el nivel de dependencia emocional, los participantes presentan mayores puntuaciones de autoengaño y un mayor acuerdo con los mitos del amor romántico.

Con respecto a la percepción de estos mitos, se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en función de la ausencia-presencia y el nivel de intensidad de la dependencia emocional para los mitos “*El amor es ciego*” y “*Los celos son una prueba de amor*”. Más concretamente, las diferencias fueron halladas en ambos casos entre el grupo *ausente* y el grupo *intenso*.

En contraposición, no se hallaron relaciones suficientemente concluyentes entre el género y la dependencia emocional. Por último, sí se encontraron diferencias estadísticamente significativas en dependencia emocional en función de la edad, siendo los jóvenes quienes la presentan en mayor medida en comparación con los adultos.

Referencias

- Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R., y Yárnoz, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9(4), 479-490. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00030>
- American Psychological Association (2010). Enmiendas de 2010 a los “Principios Éticos de los Psicólogos y Código de Conducta” de 2002. *American Psychologist*, 65(5), 493.
- Anicama, J. (2016). La evaluación de la dependencia emocional: La escala ACCA en estudiantes universitarios. *Acta Psicología Peruana*, 1(1), 83-106.
- Armas, E. y García, P. (2009). ATRAMIC: La mentira informada. *Anuario de Psicología Jurídica*, 19(1), 125-133.
<https://journals.copmadrid.org/apj/archivos/jr2009v19a10.pdf>
- Belli, S., Harré, R., e Íñiguez, L. (2010). Emociones y discurso: Una mirada a la narrativa científica de la construcción social del amor. *Prisma Social*, 4, 1-45.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3632596.pdf>
- Bornstein, R. F. (1995). Sex differences in objective and projective dependency tests: A meta-analytic review. *Assessment*, 2(4), 319-331.
<https://doi.org/10.1177/1073191195002004003>
- Bosch, E. y Ferrer, V. A. (2002). *La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*. Cátedra.
- Bosch, E., Ferrer, V.A., García, M. E., Ramis, M. C., Mas, M. C., Navarro, C., y Torrens, G. (2007). *Del mito del amor romántico a la violencia contra las mujeres en la pareja*. Instituto de la Mujer.
- Castelló, J. (2015). *La superación de la dependencia emocional: Cómo impedir que el amor se convierta en un suplicio*. Borealis.
- Cogswell, A., Alloy, L. B., Karpinski, A., y Grant, D. A. (2010). Assessing dependency using self-report and indirect measures: Examining the significance of discrepancies. *Journal of Personality Assessment*, 92(4), 306-316.
<https://doi.org/10.1080/00223891.2010.481986>

- Cuetos, G. (2017). Diferencias inter-género en Dependencia Emocional en población juvenil y adolescente. *Revista Española de Drogodependencias*, 42(2), 56-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6178964>
- Dantzer, R. (1989). *Las emociones*. Paidós.
- Esteban, M. L. y Távora, A. (2008). El amor romántico y la subordinación social de las mujeres: revisiones y propuestas. *Anuario de Psicología*, 39(1), 59-73. <https://raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/99354>.
- Fatayer, J. (2008). Addiction types: A clinical sociology perspective. *Journal of Applied Social Science*, 2(1), 88-93. <https://doi.org/10.1177/193672440800200107>
- Ferrer, V. A. y Bosch, E. (2013). Del amor romántico a la violencia de género. Para una coeducación emocional en la agenda educativa. *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 17(1), 105-122. <https://doaj.org/article/1c332411eb1044b3a71fb8a6b4bba6c0>
- Ferrer, V. A., Bosch, E., y Navarro, C. (2010). Los mitos románticos en España. *Boletín de Psicología*, 99, 7-31.
- Fisher, H. E. (2014). The tyranny of love: Love addiction - an anthropologist's view. En L. Curtiss y K. Rosenberg (Eds.), *Behavioral addictions: criteria, evidence and treatment* (pp. 237-265). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00010-0>
- Galicia-Moyeda, I. X., Robles-Ojeda, F. J., Sánchez-Velasco, A., y Núñez-Luquin, E. W. (2020). Dependencia emocional y mitos del amor en estudiantes de dos niveles educativos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 12(3), 21-32. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.12303>
- García, J., Hernández, C. I., y Monter, N. S. (2019). Amor romántico entre estudiantes universitarios (hombres y mujeres), una mirada desde la perspectiva de género. *Revista de Estudios de Género: La Ventana*, 6(49), 218-247. <https://doi.org/10.32870/lv.v6i49.6996>
- Goldberg, C. y Crespo, V. (2003). The Personal-Story Approach. *American Journal of Psychotherapy*, 57(3), 337-347. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.2003.57.3.337>

- González-Jiménez, A. J. y Hernández-Romera, M. M. (2014). Emotional dependency based on the gender of young adolescents in Almeria, Spain. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 132, 527-532.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.348>
- Herrera, C. (3 de julio de 2013). La construcción cultural del amor romántico. *Blog de Coral Herrera Gómez*. <https://haikita.blogspot.com/2012/02/la-construccion-sociocultural-del-amor.html>
- Herreros, C. (2023). Los mitos del amor romántico a la violencia de género, comprender para actuar. *Comunitania. Revista Internacional de Trabajo Social y Ciencias Sociales*, (25), 111–120. <https://doi.org/10.5944/comunitania.25.6>
- Hrgović, J. y Hromatko, I. (2019). Self-deception as a function of social status. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 13(3), 223.
<https://doi.org/10.1037/ebs0000143>
- Lauria, F., Preissmann, D., y Clément, F. (2016). Self-deception as affective coping. An empirical perspective on philosophical issues. *Consciousness and Cognition*, 41, 119–134. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.02.001>
- Lemos, M. y Londoño, N. H. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de Dependencia Emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9, 127-140. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2263254.pdf>
- Lemos, M., Londoño N. H., y Zapata J. A. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9, 55-69.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5229797>
- Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales (Boletín Oficial del Estado núm. 294, de 6 de diciembre de 2018). <https://www.boe.es/eli/es/lo/2018/12/05/3/con>
- López, Á. y Moral, M. V. (2020). Dependencia emocional en agresores de pareja asistentes a un programa de intervención de penas y medidas alternativas: estudio piloto. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 20(1), 75-88. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7288619>

- López-Cepero, J., Rodríguez-Franco, L., Rodríguez-Díaz, F. J., Bringas, C., y Paíno, S. (2015). Percepción de la victimización en el noviazgo de adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 6(2), 64-71.
<https://doi.org/10.1016/j.rips.2015.04.001>
- Mallma, N. (2016). Relaciones intrafamiliares de dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formación superior. *Acta Psicológica Peruana*, 1(1), 107-124.
<http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/download/48/36>
- Marcos, V., Gancedo, Y., Castro, B., y Selaya, A. (2020). Dating violence victimization, perceived gravity in dating violence behaviors, sexism, romantic love myths and emotional dependence between female and male adolescents. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(2), 132-145.
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.02.040>
- Marroquí, M. y Cervera, P. (2014). Interiorización de los falsos mitos del amor romántico en jóvenes. *Reidocrea*, 3(20), 142-146.
<http://dx.doi.org/10.30827/Digibug.32269>
- Martín, B. y Moral, M. V. (2019). Relación entre dependencia emocional y maltrato psicológico en forma de victimización y agresión en jóvenes. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 10(2), 75-89.
<https://doi.org/10.23923/j.rips.2019.02.027>
- Martorell, J. L. (1988). Mistificación y juegos de poder en la terapia de pareja. *Cuadernos de Terapia de Familia*, 2(5), 10-22.
- Megías, I. y Ballesteros, J. C. (2014). *Jóvenes y género. El estado de la cuestión*. Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud y Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD). http://www.adolescenciayjuventud.org/que-hacemos/monografias-y-estudios/ampliar.php/Id_contenido/73892/
- Moral, M. V. y González-Sáez, M. E. (2020). Distorsiones cognitivas y estrategias de afrontamiento en jóvenes con dependencia emocional. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud* 11(1), 15-30. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.032>

- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33 (2), 150-167.
- Moral, M. V. y Sirvent, C. (2014). Evaluation of self-deception: Validation of the IAM-40 Inventory. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 203-216.
- Moral, M. V., Sirvent, C., y Blanco, P. (2011). Autoengaño y distorsiones de la conciencia del problema en dependientes afectivos. *Revista Psiquiatría.com*, 15, 1-30.
- Moral, M. V., Sirvent, C., y Blanco, P. (2012). *Autoengaño en adictos y dependientes emocionales*. 13º Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis 2012.
- Moral, M. V., Sirvent, C., Ovejero, A., y Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo. *Terapia Psicológica*, 36(3), 156-166. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082018000300156>
- Natoli, A. P. y Bornstein, R. F. (2017). Integrative assessment of interpersonal dependency: Contrasting sex differences in response patterns on self-attributed and implicit measures. *Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 24(1), 26-33.
- Oatley, K. (2007). *Breve storia delle emozioni*. Il Mulino.
- Organización Mundial de la Salud. (12 de agosto de 2022). *Salud del adolescente y el joven adulto*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Oswald, S. (2021). Pragmática y manipulación. En M. V. E. Vidal (Ed.), *Pragmática* (pp. 408-426). Ediciones Akal.
- Perles, F., San Martín, J., y Canto, J. M. (2016). Gender and conflict resolution strategies in Spanish teen couples: Their relationship with jealousy and emotional dependency. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(7), 1461-1486. <https://doi.org/10.1177/0886260516651316>

- Petrucelli, F., Diotaiuti, P., Verrastro, V., Petrucelli, I., Federico, R., Martinotti, G., Fossati, A., Di Giannantonio, M., y Janiri, L. (2014). Affective dependence and aggression: an exploratory study. *BioMed Research International*, 2014, 1-11. <https://doi.org/10.1155/2014/805469>
- Porcel, M. y González, R. (2005). El engaño y la mentira en los trastornos psicológicos y sus tratamientos. *Papeles del Psicólogo*, 26(92), 109-114.
- Ramiro-Sánchez, T., Ramiro, M. T., Bermúdez, M. P., y Buela-Casal, G. (2018). Sexism in adolescent relationships: A systematic review. *Psychosocial Intervention*. 27(3), 123-132. <https://doi.org/10.5093/pi2018a19>
- Roberts, R. C. (2003). *Emotions: An essay in aid of moral psychology*. Cambridge University Press.
- Rodríguez, J. G., Momeñe, J., Olave, L., Estévez, A., y Iruarrizaga, I. (2019). La dependencia emocional y la resolución de conflictos en heterosexuales, homosexuales y bisexuales. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 59-79.
- Rodríguez-Castro, Y., Lameiras-Fernández, M., Carrera-Fernández, M. V., y Vallejo-Medina, P. (2013). La fiabilidad y validez de la escala de mitos hacia el amor: las creencias de los y las adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 28(2), 157-168. <https://doi.org/10.1174/021347413806196708>
- Ruiz, C. (2016). Los mitos del amor romántico: SOS celos. En *Mujeres e Investigación. Aportaciones interdisciplinares: VI Congreso Universitario Internacional de Investigación y Género* (625-636).
- Salguero, M. A., Soriano, M., y Ayala, C. D. (2016). Estereotipos de género: sexualidad y anticoncepción en jóvenes universitarios de clase media. *Investigaciones Feministas*, 7(1), 335-352. https://doi.org/10.5209/rev_infe.2016.v7.n1.51724
- Sangrador, J. L. (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico. *Psicothema*, 5(1), 181-196.
- Scott, P. (1997). *Hacia una psicología del amor*. Emecé Editores.

- Sirvent, C. (2006). Autoengaño y adicción. *Norte de Salud Mental*, 6(26), 39-47.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4830153.pdf>
- Sirvent, C. y Moral, M.V. (2018). Construcción y validación del Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100). *Health and Addictions*, 18(2), 35-47. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i2.342>
- Sirvent, C., Herrero, J., Moral, M.V., y Rodríguez, F. J. (2019). Evaluation of self-deception: Factorial structure, reliability and validity of the SDQ-12 (self-deception questionnaire). *PLoS ONE*, 14(1).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210815>
- Sirvent, C., Moral, M. V., Herrero, J., Miranda-Rovés, M., y Rodríguez, F. J. (2022). Concept of Affective Dependence and Validation of an Affective Dependence Scale. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 3875-3888.
<https://doi.org/10.2147/prbm.s385807>
- Smith, M., Trivers, R., y Von Hippel, W. (2017). Self-deception facilitates interpersonal persuasion. *Journal of Economic Psychology*, 63, 93-101.
<https://doi.org/10.1016/j.joep.2017.02.012>
- Sophia, E. C., Tavares, H., y Zilberman, M. L. (2007). Pathological love: is it a new psychiatric disorder? *Brazilian Journal of Psychiatry*, 29(1), 55-62.
<https://doi.org/10.1590/s1516-44462007000100016>
- Surbey, M. (2004). Self-deception: Helping and hindering personal and public decision making. En C. Crawford y C. Salmon (Eds.), *Evolutionary Psychology, Public Policy and Personal Decisions* (pp. 117-144). Psychology Press.
- Sussman, S. (2010). Love Addiction: Definition, Etiology, Treatment. *Sexual Addiction and Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 17(1), 31-45.
<https://doi.org/10.1080/10720161003604095>
- Torregrosa, J. R. (1984). Emociones, sentimientos y estructura social. En J. R. Torregrosa y Crespo (Eds.) *Estudios Básicos de Psicología Social* (pp. 155-170). Herder.

- Urbiola, I. y Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Behavioral Psychology*, 23(3), 571-587. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5283489>
- Vecina, M. L. y Chacón, J. C. (2016). Morality and intimate partner violence: Do men in court-mandated psychological treatment hold a sacred moral vision of the world and themselves? *Violence and Victims*, 31, 510-522. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.vv-d-14-00153>
- Vecina, M. L., Chacón, F., y Pérez-Viejo, J. M. (2016). Moral absolutism, self-deception and moral self-concept in men who commit intimate partner violence: A comparative study with an opposite sample. *Violence Against Women*, 22(1), 3-16. <https://doi.org/10.1177/1077801215597791>
- Von Hippel, W. y Trivers, R. (2011). The evolution and psychology of self-deception. *Behavioral and Brain Sciences*, 34(1), 1-16. <https://doi.org/10.1017/s0140525x10001354>
- Yela, C. (2003). La otra cara del amor: mitos, paradojas y problemas. *Encuentros de Psicología Social*, 1(2), 263-267.

Anexos

Anexo 1: Escala de Mitos hacia el Amor (Rodríguez-Castro et al., 2013)

1. En alguna parte hay alguien predestinado para cada persona (“tu media naranja”)
2. La pasión intensa de los primeros tiempos de una relación debería durar siempre.
3. El amor es ciego.
4. Los celos son una prueba de amor.
5. Se puede amar a alguien a quien se maltrata.
6. Se puede maltratar a alguien a quien se ama.
7. El amor verdadero lo puede todo.

Anexo 2: Cuestionario de Autoengaño (SDQ-12) (Sirvent et al., 2019)

1. Parece que no aprendo de ciertos errores importantes de mi vida.
2. Creo que caigo en los mismos errores en los asuntos importantes de mi vida una y otra vez.
3. Reconozco que con frecuencia ven antes (o mejor) mis problemas otras personas que yo mismo.
4. Tardo tiempo en darme cuenta de determinadas cosas de importancia que me pasan en los asuntos fundamentales de mi vida.
5. Me dan a entender (aunque no me lo digan) que estoy equivocado en mi vida.
6. A veces siento que mi forma de vida es un engaño, que vivo en un engaño.
7. Si lo necesito utilizo el chantaje emocional cuando me conviene.
8. Nunca recurro a la manipulación emocional.
9. Me han llegado a decir (o insinuar) que manipulo a las personas.
10. Sinceramente, creo que cuando me interesa transformo las cosas ajustándolas a mi propia conveniencia.
11. Quienes me conocen me dicen que cuando me conviene recurro al engaño para conseguir mi propósito.
12. Sinceramente muchas veces respondo lo que más me conviene, incluso por encima de la verdad.

Anexo 3: Escala de dependencia afectiva o emocional del Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) de Sirvent y Moral (2018)

1. Cuando estoy en pareja experimento frecuentemente ansia o excesiva preocupación por intentar que él/ella esté a gusto.
2. Sinceramente, creo que si rompiera con mi pareja no lo soportaría.
3. Comparando la mía con otras relaciones de pareja, creo sinceramente que yo necesito más a mi pareja que otras a la suya.
4. Suelo aguantar mis problemas de pareja pasados o presentes en la esperanza de que él/ella cambiase.
5. Cuando mi pareja se distancia de mí (por trabajo, viaje, etc.) siento un vacío insoportable.
6. He de reconocer que intento controlar o saber qué es lo que hace mi pareja.
7. He prolongado (o prolongo) relaciones de pareja que ya estaban acabadas esperando que todo mejorara.
8. No me guardo apenas cosas en mi relación de pareja. Suelo contarle todo, aunque luego pienso que debería ser más reservado/a con mis intimidades.
9. Noto que -por mi actual forma de ser- necesito una fuerte vinculación o unión a otras personas; si no, me siento como si me faltara personalidad.
10. Tengo frecuentemente una sensación de vacío interior, como si algo (importante) me faltara.
11. He de reconocer que no me importa aguantar abusos para que la persona que amo siga conmigo.
12. Desde que estoy (o cuando estaba) con mi pareja me aísla (o me aislaba) cada vez más de mi relación con los demás.
13. En ocasiones me siento excesivamente atado/a a las personas que me importan.
14. A veces me comporto con mucha dureza y no cedo ante lo que me piden, bien por no parecer débil, bien por parecer fuerte.

15. Creo que dependo afectivamente de mi pareja.
16. Siento invadida mi personalidad por la de otra persona.
17. Me atraen las relaciones arriesgadas.
18. Miento para resguardar y encubrir a mi pareja.
19. A pesar de los frecuentes conflictos con mi pareja, trato de convencerme de que él/ella no es realmente así.
20. Me resulta difícil suspender una relación de pareja aunque sea claramente inconveniente o conflictiva.
21. Necesito a mi pareja para ser yo mismo/a.
22. Prefiero mantener relaciones intensas aunque acaben siendo problemáticas antes que tener relaciones tranquilas pero aburridas.
23. Estoy tan unido/a con el otro/a que con frecuencia no sé dónde acabo yo y empieza la otra persona.
24. Creo que mi pareja domina mi yo (mi persona).