

# **La dependencia emocional y su influencia en la depresión por ruptura amorosa**

*Emotional dependence and its influence on depression due to love rupture*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4448350>

**AUTORES:** Mirka Betzabeth Jiménez Sánchez<sup>1\*</sup>

Dennis Mauricio Jiménez Bonilla<sup>2</sup>

Richard Javier Torres Vargas<sup>3</sup>

**DIRECCIÓN PARACORRESPONDENCIA:** \* [mjimenez@utb.edu.ec](mailto:mjimenez@utb.edu.ec)

**Fecha de recepción:** 02 / 10 / 2020

**Fecha de aceptación:** 28 / 12 / 2020

## **RESUMEN**

Este estudio de caso tiene como objetivo demostrar la influencia de la dependencia emocional en la depresión, ya que este es un fenómeno que está teniendo mayor impacto en la vida psi-social del individuo, de manera que le dificulta la apreciación de diversos estímulos y la recepción de información debido a las diferentes distorsiones cognitivas que la dependencia emocional podría generar. Como referencia se podría explicar a través de la teoría del apego, la cual plantea que el ser humano está ligado a la dependencia desde su infancia y la consecuencia emocional al alejar a la madre del niño presenta el tipo de emociones que son muy semejantes al rechazo o respuesta negativa en un individuo con dependencia emocional pasando desde la ira, enojo, hasta la tristeza. Dentro de la metodología utilizada se procedió a la aplicación de técnicas tales como: el test de

---

<sup>1</sup>Psicóloga clínica Universidad Técnica de Babahoyo 2 Psicóloga Clínica, Consultorio Psicológico. Los Ríos, Babahoyo, Ecuador. [mjimenez@fcjse.utb.edu.ec](mailto:mjimenez@fcjse.utb.edu.ec)

<sup>2</sup>Docente Investigador Acreditado por la Senescyt, Docente Universidad Técnica de Babahoyo 2 Psicólogo Organizacional, Master en Psicología Laboral mención en Desarrollo Humano y de las Organizaciones, Docente Universitario, Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Jurídicas de la Educación, Universidad Técnica de Babahoyo. Los Ríos, Babahoyo, Ecuador, [gjimenez@utb.edu.ec](mailto:gjimenez@utb.edu.ec)

<sup>3</sup>Sud Decano Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación de la Universidad Técnica de Babahoyo, Docente Investigador Acreditado por la Senescyt. Los Ríos, Babahoyo, Ecuador. [rtorres@utb.edu.ec](mailto:rtorres@utb.edu.ec)

dependencia emocional IDE para medir los niveles de dependencia emocional, el test de Beck para medir los niveles de depresión en 3 escalas diferentes (leve, moderado y grave) y la escala de personalidad de Máx Lüscher el cual determina el tipo de personalidad que posee la paciente. En el desarrollo del estudio de caso se llegó a determinar que la paciente posee una depresión mayor grave provocada por la dependencia emocional que la paciente presenta, la cual también se pudo confirmar por medio de las técnicas aplicadas. Para los hallazgos mencionados se aplicó a la paciente un plan terapéutico basada en las necesidades de la joven.

**Palabras clave:** *Dependencia emocional; Depresión; Ruptura amorosa.*

### **ABSTRACT**

This case study aims to demonstrate the influence of emotional dependence on depression, since this is a phenomenon that is having a greater impact on the psychosocial life of the individual, in a way that makes it difficult for them to appreciate various stimuli and receiving information due to the different cognitive distortions that emotional dependence could generate. As a reference, it could be explained through attachment theory, which states that the human being is linked to dependence since childhood and the emotional consequence of removing the mother from the child presents the type of emotions that are very similar to rejection or negative response in an individual with emotional dependence, going from anger, anger, to sadness. Within the methodology used, techniques were applied such as: the IDE emotional dependence test to measure the levels of emotional dependence, the Beck test to measure the levels of depression on 3 different scales (mild, moderate and severe) and the Máx Lüscher personality scale which determines the type of personality that the patient possesses. In the development of the case study, it was determined that the patient has severe major depression caused by the emotional dependence that the patient presents, which could also be confirmed by means of the applied techniques. For the aforementioned findings, a therapeutic plan based on the young woman's needs was applied to the patient.

**Keywords:** *emotional dependence; depression, breakup*

## **INTRODUCCIÓN**

La dependencia emocional ha sido considerada por el DSM 5 como un trastorno de personalidad, la cual va ligado al nivel de auto concepto que el individuo tiene sobre sí mismo, este tipo de auto concepto puede generar en el individuo un perfil dependiente, el mismo que se verá proyectado por una personalidad con tendencia depresiva en el cual se generará emociones sanas como la ira, tristeza y sorpresa. Al momento de tener respuestas negativas en la afectividad estas se podrían convertir en emociones insanas como: ansiedad y depresión.

Este estudio de caso ha sido desarrollado con el fin de guiar a una joven de la parroquia Caracol y estimular a retomar su vida cotidiana como la realizaba normalmente antes de presentar molestias en su estado de ánimo, basándose en la línea de investigación, asesoramiento psicológico planteada por la Universidad Técnica de Babahoyo. La depresión por ruptura amorosa se puede tomar a la ligera sin embargo es importante considerar los aspectos que influencia esta problemática lo cual suele ser más difícil para personas con personalidad introvertidas

La superación de esta depresión va a depender del contexto en se vio producida la ruptura, algunos investigadores sostiene que para las mujeres suele ser más difícil la superación de la misma debido a que estas tienden a ser más emocionales en este aspecto, sin embargo, en múltiples ocasiones también se verá inmiscuida quien tomó la decisión de la ruptura. Durante el desarrollo del presente trabajo se pudo guiar a la paciente por medio de psicoeducación, la cual se manejó desde el punto contextual de la sub-línea asesoría y orientación educativa, personal, socio familiar vocacional y profesional acompañada de las técnicas usadas en su plan terapéutico.

El objetivo de la investigación fue describir de qué manera la dependencia emocional influye en la depresión a causa de una ruptura amorosa.

## **METODOLOGÍA**

### **TÉCNICAS APLICADAS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

Las técnicas utilizadas en el presente estudio de caso fueron la observación directa para evidenciar la conducta del individuo en su entorno, la historia clínica que es un técnica de recolección de datos y baterías psicométricas para confirmar el diagnóstico presuntivo los cuales fueron: test de Beck, test proyectivo de Max Lüscher y el test de dependencia IDE.

#### **Observación clínica**

Esta es una técnica psicológica utilizada para la observación directa del individuo en su entorno, para la realización de la misma la terapeuta debe llevar una ficha como guía para las anotaciones pertinentes, este proceso se debe dar por media de una distancia moderada (50 o 60 metro) dependiendo lo que le parezca prudente al terapeuta para el desarrollo normal del paciente. En esta ocasión la observación clínica se da de manera breve antes de la entrevista por un tiempo determinado de entre 25 a 30 minutos. En esta técnica aplicada se buscaba recolectar la mayor información posible del individuo de manera verbal y no verbal durante su interrelación y como interactúa con su entorno.

#### **Entrevista**

Esta es una técnica psicológica que permite la recolección de datos, utilizando la historia clínica como guía, permitiendo recabar datos en el ámbito familiar, de su infancia y por supuesto algún factor predisponente a la condición actual del paciente. Así como aspiraciones a futuro que tenga la paciente y así permitir obtener un diagnóstico presuntivo en base a signos y síntomas que se hayan recaudado en base a la narrativa otorgada por el paciente en dicha técnica

#### **Test**

Estas son pruebas valorativas que sirven al psicólogo para sacar un diagnóstico presuntivo, en este paciente se utilizaron 2 pruebas psicométricas y 1 de carácter proyectivo con diferentes enfoques a estudiar.

#### **Inventario de depresión de Beck**

Cuestionario para medir la depresión, consta de 21 ítems. Es uno de los instrumentos psicométricos más usados para la valoración de la depresión ya que marca tres escalas de la depresión (leve, moderada y grave) y por su enfoque en síntomas depresivos, además por su

eficacia y factibilidad en la aplicación. Su aplicación se permite a individuos a partir de los 13 años de edad en adelante.

### **Test proyectivo de la personalidad de Max Lüscher**

Test de carácter proyectivo creado por Max Lüscher, el cual fue producido en dos modalidades, la original y la abreviada, en este caso se utilizó la abreviada la cual consta en entregar 8 colores, donde se pide al sujeto ordenarlos a su preferencia, es un test proyectivo el cual permite medir la personalidad del individuo y su poder de afrontamiento a las circunstancias (estrés y otras características de la personalidad).

### **Test de dependencia emocional IDE**

Prueba psicométrica que consta de 49 ítems, el cual mide aspectos relevantes de la personalidad, además nos ayudara a medir los niveles de dependencia emocional del paciente. Este test marca los valores de una personalidad dependiente en bajo, significativo, moderado y alto, facilitando la interpretación de los resultados.

### **Tratamiento terapéutico**

En los últimos años se han buscado métodos eficaces para contrarrestar los efectos por un duelo amoroso, siendo la terapia cognitiva conductual una de las terapias más eficaces para su intervención. Dicha terapia es un método activo directo que permite al paciente ser participante activa del plan terapéutico, además permite que el paciente sea espectador directo de sus avances.

Es una de las terapias más utilizadas por los avances y efectividad que han tenido. Laura Juárez (2016) manifiesta que los avances obtenidos por Aarón Beck han sido importante debido a que se fundamente en varias teorías de la psicología. Además fundamente que estos han servido para que tenga mayor impacto debido a que la manera de aplicación es muy eficaz. Esta terapia consta de varias fases para su intervención terapéutica como; formulación de hipótesis intervención y aplicación de técnicas, sin embargo la efectividad de la misma se debe a que esta intervención terapéutica le permite el manteamiento del individuo y el uso de las técnicas aplicadas durante su desarrolló normal. En algunos casos existen terapeutas que hacen seguimiento una vez dada el alta al paciente.

## **RESULTADOS**

### **Presentación del caso**

Paciente de 23 años de edad perteneciente a la parroquia Caracol de la provincia de los ríos, se la llamara “Angélica” de manera protegida.

### **Sesión # 1**

La primera sesión se programó para el día 8 de julio del 2020 a las 11H00 am, la madre se puso en contacto con la terapeuta por lo que se decidió asistir al hogar de la paciente para poder realizar una observación clínica previamente a la iniciación de la primera sesión. Esta observación se llevó a cabo y duro 30 minutos en la cual se quiso observar las relaciones interpersonales de la paciente. Luego se llevó a cabo el primer contacto con la paciente la cual se la llamara “Angélica” para luego realizar la aplicación de la Historia clínica, la misma que permitió recaudar información de la paciente por medio del discurso libre ejecutado en el motivo de consulta donde “Angélica” menciono que; *“no se siente bien porque no sabe cómo continuar sin su pareja”* y a su vez aporto importantes datos familiares.

### **Sesión # 2**

Esta sesión se llevó acabo el día 15 de julio del 2020 a as 14H00 pm, donde se procedió la aplicación de las siguientes técnicas psicológicas: inventario de Beck, test de dependencia emocional IDE, y el test proyectivo de la personalidad de Max Lüscher, estos test se aplicaron con la finalidad de corroborar el diagnostico presuntivo planteado durante la primera sesión, durante la aplicación de la historia clínica en el punto de motivo de consulta el cual permite trabajar el discurso del paciente.

### **Sesión # 3**

Durante esta tercera sesión la cual se ejecutó el día 22 de julio a las 14H00 pm, durante esta sesión se procedió a explicarle al paciente los hallazgos encontrados en las técnicas antes aplicadas y de esta manera poderle explicar al diagnóstico. Luego se procedió a trabajar la técnica Examinando evidencias con el fin que la paciente pueda identificar la realidad de sus pensamientos y aquellos que se producen por alguna distorsión cognitiva, durante la realización de esta sesión se hizo un recuento donde la paciente interactúa de manera activa explicando cómo se sintió luego de la aplicación de la técnica antes mencionada, luego se procedió a enviar una tarea para la casa respecto a sus pensamientos.

#### **Sesión # 4**

Esta sesión se realizó el día 29 de julio del 2020 esta sesión estuvo enfocada en las tareas previamente planteadas de manera que se procedió a revisar las tareas enviadas durante la sesión pasada para la casa, dicha encomienda era la Programación de actividades la cual se basaba en la realización de lista de actividades y la paciente sería la encargada de ejecutarlas durante el lapso de una sesión y otra, esta con la finalidad de que la paciente recupere el interés en las actividades cotidianas, la paciente cumplió con la misión de manera óptima y muy placentera desde su perspectiva.

#### **Sesión # 5**

Esta sesión se realizó el día 5 de agosto del 2020, para esta sesión se requirió la presencia de todos los miembros de la familia (como apoyo terapéutico ) con la finalidad de trabajar en ciertas distorsiones cognitivas de la paciente (pensamientos dicotómicos), se procedió con la sesión de manera normal respetando los pasos de la misma, se realizaron preguntas circulares a cada miembros de la familia para luego aplicar la técnica de Rollo Playing por miedo del cambio de roles con la finalidad de que cada miembro del sistema familia puede expresar los sentimientos y pensamientos que tienen.

#### **Sesión # 6**

Esta sesión se llevó a cabo el día 12 de agosto del 2020, durante esta sesión se realizó la aplicación de la técnica ventajas y desventajas en la cual se pudo evidenciar los beneficios de los pensamientos de la paciente, durante esta sesión se podría decir que se pudo evidenciar si la meta trazada por el terapeuta se habría podido cumplir en un porcentaje favorable y de esta manera se pudo explicar al pacientes sus avances.

#### **Resultados de técnicas aplicadas (test)**

Dentro del presente estudio de caso se realizó la aplicación de 3 test psicológicos obteniendo los siguientes resultados.

- Test de Beck: depresión grave (puntuación 40)
- Test de dependencia emocional IDE: dependencia emocional significativa (puntaje en el rango de 30-50)
- Test de personalidad de Max Lüscher: personalidad empática pero con miedo a las decepciones

### **Área somática**

La paciente presenta alteración y dificultad al momento de conciliar el sueño, además fuertes cefaleas y pérdida de apetito.

### **Área afectiva**

La paciente manifiesta que se siente sola e incomprendida, menciona que sus relaciones son un poco inestables, sin embargo siente que a pesar de estar acompañada en su hogar la soledad es realmente recurrente dentro de sí misma. Dentro de su vida amorosa siempre ha tenido un apego excesivo con sus parejas lo cual ha provocado el deterioro de sus relaciones.

### **Área cognitiva**

La paciente presenta dificultad para concentrarse en actividades planteadas, distorsiones cognitivas, sin embargo, no presenta afectaciones en la memoria ni déficit de atención.

### **Área conductual**

La paciente se mantiene alejada de sus interacciones sociales, tiene el menor contacto posible con su familia. La mayor parte del día se encuentra encerrada en su cuarto acostada sin ánimo de salir, esta situación es repetitiva durante toda la semana saliendo de su cuarto solo para sus necesidades básicas y alimentarse.

Ya evaluadas las áreas competentes se procederá a realizar el diagnóstico correspondiente. La paciente presenta un trastorno depresivo mayor grave 296,23 (F 32.2) diagnóstico basado en el DSM 5.

Presentando los siguientes criterios basados en el manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales.

- A.** Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días con según su desprendimiento de la información subjetiva (p. ej., se siente triste, vacío, sin esperanza) o de la observación por parte de otras personas. (p. ej., elevó lloroso). (nota: en niños y adolescentes, y les daba ánimo pues evitable.) (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 160).
- B.** “Dimensión importante del interés o placer por todas o casi todas las actividades la mayor parte del día, casi todos los días (como se desprende de la información subjetiva o de la observación.)” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 160).



- C. “Insomnio o hipersomnia casi todos los días” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 161).
- D. “Fatiga o pérdida energía casi todos los días” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 161).
- E. “Sentimientos de inutilidad o culpabilidad excesiva o inapropiada (qué puede ser delirante) casi todos los días (No simplemente lo autorreproche o culpa por estar enfermo)” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 161).
- F. “Disminución de la capacidad para pensar y concentrarse para tomar decisiones, casi todos los días (a partir de la información subjetiva o de la observación por parte de otras personas)” (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, pág. 161).

### **SOLUCIONES PLANTEADAS**

En base a los hallazgos obtenidos durante la realización del presente estudio de caso se realizó un plan terapéutico basado en las necesidades del paciente. Dentro de este plan terapéutico se procedió a la aplicación de objetivos para el correcto desarrollo del mismo, los cuales fueron los siguientes:

- Disminución de anhedonia
- Aplicar técnicas para la mejora de la comunicación familiar
- Restablecimiento de la autoestima del paciente

En el desarrollo de las sesiones se procedió a la aplicación de técnicas establecidas en el plan terapéutico para la mejora del paciente.

#### **Sesión N° 3**

**22/07/2020 - 14H00pm**

Se procedió a la aplicación de la técnica examinando evidencia con la finalidad de ayudar en el restablecimiento de la autoestima de la paciente, obteniendo resultados positivos, ya que este pudo verificar los esquemas negativos que se estaba generando sobre sí mismo por medio de pensamientos automáticos. Esta técnica permite que el paciente pueda identificar los pensamientos automáticos no solo durante la sesión sino también durante su día a día para que así ella los pueda evitar o eliminar de manera consiente.

#### **Sesión N° 4**

**29/07/2020 - 14H00pm**

Durante esta sesión se trabajó en las actividades previamente enviada a casa, la cual se refería a la aplicación de la técnica programación de actividades que le permitiría al paciente reducir la anhedonia que la misma estaba presentando, de manera que podría retomar actividades de gozo. Por medio de la técnica ya mencionada se logró que la paciente vaya la paciente vaya retomando actividades que solía hacer de manera placentera en un nivel gradual.

#### **Sesión N° 5**

**05/08/2020 - 14H00pm**

En el desarrollo de esta sesión se buscaba mejorar la comunicación de parte de la paciente hacia sus familiares, de manera que se aplicó la técnica del rolle Playing la cual permitió que la paciente exprese esos pensamientos automáticos que estaba presentando (pensamientos dicotómicos) respecto a su entorno, en el desarrollo de la misma se procedió a el cambio de roles donde cada miembro de la familia pudo expresar los pensamientos sobre el otro. Al finalizar esta sesión se logró erradicar los pensamientos automáticos presentados por la paciente acerca de su familia mejorando la comunicación de todo.

#### **Sesión N° 6**

**12/08/2020 - 14H00pm**

Esta sesión se realizó de manera más directa en los avances de la paciente, se aplicó la técnica ventajas y desventajas con la finalidad que la paciente identifique cuales son los beneficio de sus pensamiento, los que presentaba al inicio de las sesiones y cuáles eran los inconvenientes o las limitaciones que le producían los mismo, de igual menara que identificara los beneficio y limitaciones de los pensamientos actuales. Por medio de esta técnica se logró que la paciente vea la situación desde una perspectivas más objetiva y que ella identificara sus avances.

## DISCUSIÓN

Es importante mencionar que cada una de las actividades aplicadas a la paciente se explicó

AREA A TRABAJAR	META TERAPÉUTICA	TÉCNICA	NÚMERO DE SESIONES	RESULTADOS OBTENIDOS
<b>Área Afectiva</b>	Ayudar en el restablecimiento de la autoestima del paciente identificando los esquemas negativos sobre sí mismo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examinando evidencias</li> </ul>	1 sesión	Se logró que la paciente identificara sus pensamientos automáticos de forma consiente para que cada que se presenten sepa como erradicarlos
<b>Área Somática</b>	Retomar las actividades de gozo de la paciente de manera gradual, reduciendo la anhedonia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Programación de actividades</li> </ul>	1 sesión	Se logró retomar sus actividades cotidianas de manera que la paciente pudo evidenciar su capacidad de la realización de las mismas.
<b>Área conductual</b>	Mejor la comunicación familiar para que la paciente se sienta en un ambiente cómodo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Role playing</li> </ul>	1 sesión	Se logró erradicar las distorsiones cognitivos de la paciente hacia la familia, por medio del cambio de roles logrando una mejor comunicación y mejor ambiente familiar de manera que la paciente pueda comunicarse con su entorno de manera normal.
<b>Área somática</b>	Que el paciente identifique los beneficios de soltar sus esquemas negativos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ventajas y desventajas</li> </ul>	1 sesión	Por medio de esta técnica se logró que el paciente vea la situación desde una perspectiva más objetiva y los beneficios de sus pensamientos actuales y las desventajas de los pensamientos que tenía al iniciar la terapia

de manera muy explícitamente para que así ella pueda también ponerlas en marcha en su vida cotidiana estas técnicas de manera independiente. La paciente debe seguir realizando de manera gradual cada una de las técnicas aplicadas por la terapeuta en cada situación que

ella se sienta perturbada, de manera que por sí mismo pueda ir implementándose actividades de manera gradual para reintegrarse a sus actividades cotidianas antes de presentar el presente cuadro depresivo.

Además, se recomienda que la Universidad por medio de las practicas preprofesionales en conjunto a alguna institución pública se realicen programas dirigidos a esta problemática, ya que por la falta de información existen casos que no reconocen este tipo de manifestación de un perfil dependiente, la cual se debe detectar e intervenir en un momento oportuno para su correcto desarrollo y evitación de complicaciones a futuro.

## **CONCLUSIONES**

Una vez culminado el presente estudio de caso se pudo determinar que la influencia de la dependencia emocional es un factor que influye de manera altamente peligrosa en el desarrollo de una depresión, y aún más si se provoca por una ruptura amorosa dentro de una persona con algún perfil dependiente. Cabe mencionar que los factores que desarrollan una dependencia emocional pueden verse influenciado desde la infancia, y las repercusiones en la adultez son realmente alarmantes.

Por lo tanto, dentro del desarrollo del presente trabajo se pudo evidenciar que las consecuencias de una persona que está presentando depresión influenciada por la dependencia emocional no solamente son individuales, sino que pueden afectar en el área psicosocial, dentro de su desarrollo familiar, y por supuesto dentro de las áreas cognitivas individuales del paciente y en el desarrollo de las actividades de gozo.

Las técnicas aplicadas nos dieron como resultado una positiva respuesta al presente estudio, de manera que confirmaron la influencia entre ambas variables. A su vez, se debe manifestar que la ayuda pertinente dentro de esta situación perturbante para el paciente es de vital importancia.

Para el cumplimiento óptimo de la realización del presente estudio de Caso se pudo contar con una línea de investigación la cual habla de asesoramiento psicológico, la mismo que nos

permitió por medio de su sub-línea; asesoría y orientación educativa, personal, socio-familiar y profesional, realizar un plan terapéutico también basado en las necesidades de la paciente y a su vez utilizando técnica donde se le enseña al paciente a identificar cada uno de los pensamientos que generan o refuerzan el cuadro depresivo en base a su dependencia emocional.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- American Psychiatric Association. (2014). Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Arlington, Estados Unidos: Panamericana.
- Alarcon, E., Martinez, J., Pedreño, J., & Pujalte, L (2003). Guía práctica clínica de trastornos depresivos. Guía de prácticas clínicas de los trastornos depresivos (pag.90). Barcelona
- Beck, A. (2010). Terapia cognitiva de la depresión. New York: desclee de brower S.A.
- Bucay, J (2001). El camino de las lágrimas. España. Grijalbo
- Castello, J. (2000). Portal de recursos para estudiantes: Recuperado de [http://www.robertexto.com/archivo8/depend\\_emocio.htm](http://www.robertexto.com/archivo8/depend_emocio.htm)
- Fernández, R. A. (2016-2017). Explicación de la dependencia emocional a partir de la autoestima y de las estrategias de afrontamiento (Trabajo De Fin De Grado). Universidad Francisco de Vitoria. Madrid.
- Fromm, E. (2013). El arte de amar. Recuperado de <https://www.colegiosantodomingo.cl/wp-content/uploads/2015/08/Erich-Fromm-El-arte-de-amar.pdf>
- Gabriel, Z. (2007). El arte de amar. En From, E (1956), el arte de amar (pág. 9). Barcelona
- Izquierd, A., Martínez, S., Acosta, A., & Gómez (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia Avances de la disciplina.*, 12.
- Juárez, L., (2016). Terapia breve centrada en soluciones y cognitivo conductual en un caso de duelo por separación. Universidad Autónoma De Nuevo León Facultad De Psicología. Monterrey, México.

Lemos, M., Jaller, C., González, A. M., Díaz, Z. T. & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*. Medellín, Colombia.

Riso, W. (2012). Enamórate de ti. Recuperado de <https://libroayudate.files.wordpress.com/2015/07/walter-riso-enamorate-de-ti.pdf>

Rodríguez, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *Revista de investigación docencia creativa*. Recuperado de <https://digibug.ugr.es/handle/10481/27754>

Sánchez, R & Martínez, R (2014). Causas y caracterización de las etapas del duelo romántico. En *acta de investigación psicológica* (pp. 138-139). México Original recibido.

Sergio, I. M., & Acosta, A. G. (2013). Dependencia afectiva: *Psychologia Avances de la disciplina*