

La dependencia emocional como factor mediador en la
relación entre el apego y el uso de redes sociales en jóvenesEmotional dependence as a mediating factor in the relationship
between attachment and the use of social networks in young peopleOlatz Barbarias-García¹

0000-0002-9307-5727

olatzbg@gmail.com

Itziar Iruarrizaga²

0000-0001-5495-7172

iciariru@psi.ucm.es

Paula Jauregui¹

0000-0002-9706-0274

paula.jauregui@deusto.es

Leticia Olave-Porrúa²

0000-0003-0656-9954

leticiaolave@ucm.es

Ana Estévez¹

0000-0003-0314-7086

aestevez@deusto.es

Nerea Etxaburu-Azpeitia¹

0000-0002-3598-3751

n.etxaburu@deusto.es

José Antonio Muñiz²

00009-0002-2507-5407

jomuniz@ucm.es

¹ Universidad de Deusto, Bilbao, España² Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España**Resumen:**

Antecedentes: El uso de las redes sociales se ha desarrollado rápidamente y su uso en los últimos años está aumentado progresivamente, modificando nuestros hábitos y el modo de interacción y comunicación. El uso problemático de redes sociales ha sido relacionado positivamente con otras conductas adictivas, siendo especialmente significativa la dependencia emocional, al tiempo que ésta tiene relación con el apego recibido en la infancia. **Objetivos:** 1) conocer la correlación entre el apego, el uso de redes sociales y la dependencia emocional, 2) estudiar el rol predictivo de la dependencia emocional y el apego sobre el uso de redes sociales, 3) analizar el papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y el uso de redes sociales en jóvenes, y 4) valorar si existen diferencias de sexo. **Método:** La muestra estuvo compuesta por 713 participantes (132 hombres y 581 mujeres) de entre 18 y 35 años de edad (M=21.27; SD: 3.34). **Resultados:** Los resultados mostraron que el estilo de apego y la dependencia emocional predicen el uso de redes sociales. Además, la dependencia emocional media en la relación entre el apego y el uso de redes sociales. **Conclusiones:** Los resultados de este estudio son novedosos y aportan valor clínico.

Palabras clave: dependencia; apego; redes sociales; jóvenes

Abstract

Background: The use of social networks has been developed rapidly in recent years, and its use has progressively increased, changing our habits and the way of interaction and communication. The social networks problematic use has been positively related to other addictive behaviors, being the emotional dependency especially significant, at the same time that this one is related to the attachment received in childhood. **Objectives:** 1) to find out the correlation between attachment, social network use and emotional dependence, 2) to study the predictive role of emotional dependence and attachment on social network use, 3) to analyse the role of emotional dependence in the relationship between attachment and social network use in young people, and 4) to assess whether there are sex differences in the variables studied. **Method:** The sample was made up of 713 participants (132 men and 581 women) between 18 and 35 years of age (M = 21.27; SD: 3.34). **Results:** The results showed that attachment style and emotional dependency predict the use of social networks. Furthermore, emotional dependence mediates the relationship between attachment and the use of social networks. **Conclusions:** The results of this study are novel and of clinical value.

Keywords: dependency; attachment; social network, youths.



Introducción

El uso de las redes sociales se ha desarrollado rápidamente, especialmente entre adultos y jóvenes. Según el INE (2022), el 92.6% de los jóvenes españoles de 16 a 24 años las utiliza activamente, y su uso en los últimos años está aumentando progresivamente. Las redes sociales han calado tanto en nuestro día a día, que han modificado nuestros hábitos y el modo de interacción. Han traído nuevas formas de comunicación (Sánchez et al., 2016; Sanz et al., 2018), facilitado lugares de socialización para compartir emociones y experiencias (García-Umaña y Tirado-Morueta, 2018; Rodríguez et al., 2018) y se ha pasado de la presencialidad a conectar a través de la pantalla (Isidro y Moreno, 2018). Con ello, el uso de la tecnología podría calificarse como ventajoso dado que facilita que las personas estén conectadas continuamente (Cabero et al., 2019) y atraviesa cualquier barrera física y geográfica, ofreciendo amplias posibilidades de aplicación para la vida cotidiana (Escurra y Salas, 2014). Sin embargo, son susceptibles de afectar al autocontrol, pues su uso implica facilidad para comunicar emociones, mantenerse en el anonimato, refuerzo social inmediato y accesibilidad permanente (Beranuy y Carbonell, 2007; Carbonell y Beranuy, 2007). Por lo tanto, las habilidades sociales pueden verse deterioradas, siendo el uso abusivo de las tecnologías susceptible de causar interferencias en la vida de la persona (Fuentes et al., 2015), especialmente en los jóvenes (Gil et al., 2015).

Aunque el DSM-5 (APA, 2013) no contempla la adicción a redes sociales, numerosos estudios han señalado que el uso problemático o abusivo de redes sociales podría convertirse en una conducta adictiva (Beranuy et al., 2009; García del Castillo et al., 2019).

Por otro lado, también es importante tener en cuenta que el abuso de redes sociales ha sido relacionado positivamente con otras conductas adictivas (Golpe et al., 2017; Malo et al., 2018; Secades et al., 2014), siendo especialmente significativa la dependencia emocional (Estévez et al., 2017). Asimismo, distintos estudios encontraron que personas con dependencia emocional tienen menor control de impulsos dada la similitud de esta problemática con patologías adictivas (Amor et al., 2022; Etxaburu et al., 2023).

La dependencia emocional puede definirse como una necesidad emocional insatisfecha que la persona intenta satisfacer a través de su pareja, dando lugar a una relación adictiva de la persona emocionalmente dependiente hacia su pareja (Castello, 2005). Puede provocar el sentimiento de que “no se es nada sin el otro”, pudiendo generar una pérdida de identidad (Scott, 1997). Las personas

emocionalmente dependientes necesitan de otra persona para poder identificarse (Peck, 1978). Además, les es imposible imaginar su existencia sin su pareja (Skvortsova y Shumskiy, 2014), viven sus relaciones de pareja de manera muy intensa, y dado que la persona emocionalmente dependiente aporta más que la otra persona, se dan relaciones de pareja desequilibradas (Castelló, 2012).

Una de las características principales de las personas con dependencia emocional es la necesidad de control de la pareja (Dutton, 1998). Los celos son el detonante principal que lleva a las personas a ejercer un control sobre la vida online de su pareja (Blanco, 2014), lo cual se ve facilitado por la disponibilidad de las redes sociales, pudiendo convertirse las en un instrumento de control de la pareja (Gámez et al., 2018). Además, los sentimientos de soledad, muy presentes en las personas con dependencia emocional (Echeburúa y Amor, 2020), se han relacionado con la adicción a internet (Islam et al., 2023) y al móvil (Peng et al., 2022). La baja autoestima, otra característica significativa de las personas con dependencia emocional (Urbiola et al., 2019), también se ha relacionado con una mayor adicción a las redes sociales (Xu et al., 2023).

A su vez, la dependencia emocional ha sido relacionado con el apego (Etxaburu et al.; Valle y Moral, 2018). El apego es el vínculo afectivo que se forma a través de las experiencias tempranas que el ser humano tiene con sus figuras de cuidado primarias, generalmente sus progenitores (Bowlby, 1982). A pesar de que el apego se adquiere en la infancia, se mantienen relativamente estable a lo largo de toda la vida, manifestándose en diferentes relaciones (Thompson et al., 2022). Impacta significativamente en cómo nos relacionamos con otros, incluyendo las relaciones de pareja (Jensen et al., 2014). Cuando el apego no se establece de forma adecuada, se pueden llegar a establecer relaciones de dependencia con los demás (Urbiola y Estévez, 2015), debido a que una posible causa de la dependencia emocional son las carencias afectivas tempranas (Barbarias et al., 2019; Castelló, 2012; Izquierdo y Acosta, 2013).

Es más, la revisión sistemática de D'Arienzo et al. (2019) demostró una asociación significativa entre el apego y el uso intensivo y disfuncional de Internet y las redes sociales. Se ha encontrado que el apego predice el uso problemático de las redes sociales (Gori et al., 2023).

Por todo ello, los principales objetivos de este estudio son: 1) conocer la correlación entre el apego, el uso de redes sociales y la dependencia emocional, 2) estudiar el rol predictivo de la dependencia emocional y el apego sobre el uso de redes sociales, 3) analizar el papel de la dependencia emocional en la relación entre

el apego y el uso de redes sociales en jóvenes, y 4) valorar si existen diferencias de sexo en las variables estudiadas.

De acuerdo con investigaciones previas anteriormente citadas, se hipotetiza que el apego, la dependencia emocional y el uso de las redes sociales deberán relacionarse entre sí. Además, en base a la literatura revisada (Estévez et al., 2017; D'Arienzo et al., 2019), es esperable encontrar que la dependencia emocional y el estilo de apego predigan el uso de redes sociales. Finalmente, en base, a los estudios que muestran que el apego puede predecir la dependencia emocional (Momeñe y Estévez, 2018) y que la dependencia emocional podría, a su vez, predecir el abuso de internet y móvil (Estévez et al., 2017) se espera encontrar que la dependencia emocional media la relación entre el apego y el abuso de las redes sociales.

Metodología

Participantes

La muestra está formada por un total de 713 personas de la Universidad Complutense de Madrid, 132 hombres y 581 mujeres, residentes en España, de edades comprendidas entre 18 y 35 años de edad, siendo la media de edad de los participantes de 21.27 años (*SD*: 3.34).

En cuanto a la nacionalidad, el 96.9% de la muestra es europea (de la cual 92.7% es española), el 0.1% es estadounidense, 0.3% china, 1.8% latinoamericana, y 0.8% africana.

Por otro lado, en lo referido a la convivencia, el 86% de la muestra convive con la familia, el 3.5% con la pareja, el 4.9% con amigos, el 1.8% convive solo/a, y el 3.8% restante indica que tiene otras formas de convivencia no mencionadas anteriormente. En lo que al nivel de estudios se refiere, aunque el 0.1% apunta tener estudios doctorales finalizados, el 97.3% dice tener estudios universitarios, el 2% formación profesional, el 0.3% educación secundaria, el 0.1% bachillerato, y el 0.1% restante indica no tener estudios. Además, referente al estado civil, el 94.7% de la muestra indica estar soltero/a, el 1.7% casado/a, y el 3.6% dice encontrarse en otro estado civil no mencionado anteriormente.

Los criterios de inclusión que se tuvieron en cuenta para acotar la muestra fueron ser mayor de edad, tener o haber tenido una relación de noviazgo superior a un mes y residir en España. La colaboración en el estudio fue voluntaria y anónima.

Instrumentos

Apego. Versión reducida del cuestionario CaMir (CaMir-R; Balluerka et al., 2011). El CaMir-R es un cuestionario que mide las representaciones de apego y la concepción acerca del funcionamiento familiar en la adolescencia y principio de edad adulta. Consta de 32 ítems que el participante debe responder en una escala tipo Likert de 5 puntos (1=Totalmente en desacuerdo, 5=Totalmente de acuerdo). La estructura interna del cuestionario consta de 7 dimensiones, cinco de ellas referidas a las representaciones del apego ("Seguridad: Disponibilidad y Apoyo de las Figuras de Apego", que se refiere a la percepción de sentirse y haberse sentido querido por las figuras de apego, sentirlas disponibles y poder confiar en ellas; "Preocupación Familiar", que alude a la ansiedad de separación de los allegados y gran preocupación por las figuras de apego; "Interferencia de los Padres", que hace referencia a haber sentido preocupación por ser abandonado, al recuerdo de haber sido sobreprotegido, y haber sido temeroso en la niñez; "Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres", que señala el rechazo de sentimientos de dependencia y reciprocidad afectiva, y el rencor hacia los allegados; y "Traumatismo Infantil", que hace alusión al recuerdo de haber experimentado en la infancia violencia, amenazas y falta de disponibilidad de las figuras de apego), y las dos restantes referidas a las representaciones de la estructura familiar ("Valor de la Autoridad de los Padres" y "Permisividad Parental", que se refieren a la evaluación positiva que hace la persona respecto a los valores de autoridad y jerarquía en el primero, mientras que el segundo alude a la falta de límites y de tutoría parental). En el cuestionario original la consistencia interna se considera satisfactoria, ya que los valores del alpha de Cronbach en las diferentes subescalas oscilan entre 0.60 y 0.85, a excepción de la Permisividad Parental, que no mostró buena fiabilidad. En este estudio el alpha de Cronbach es de 0.76. Por ello, los resultados sugieren que el CaMir-R permite evaluar las representaciones de apego y la concepción acerca del funcionamiento familiar de forma válida y fiable.

Uso de redes sociales. Adicción a Redes Sociales (ARS; Escurra y Salas, 2014): Es un instrumento para medir la adicción a redes sociales, conformado por tres factores: la «Obsesión por las Redes Sociales», referido al compromiso mental con las redes sociales, a la continua fantasía y pensamiento en ellas, así como a la preocupación y ansiedad causada al no acceder a las redes; la «Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales», esto es, la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales; con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios; y el «Uso Excesivo de las Redes Sociales», que alude al exceso de tiempo dedicado al uso de las redes sociales, no siendo capaz de disminuirlo ni de poder controlarlo. En el análisis de confiabilidad se alcanzaron

coeficientes de alfa de Cronbach elevados, que fluctuaron entre 0.88 y 0.92. Además, el nivel de consistencia interna es alto, ya que todos los ítems son mayores que 0.85, y los intervalos de confianza indican que la estimación de la confiabilidad de los puntajes en la muestra total presenta valores elevados. Todo ello indica que la prueba es válida y fiable. En este estudio el alpha de Cronbach es de 0.94. Por ello, los resultados sugieren que el ARS permite evaluar la adicción a redes sociales de forma válida y fiable.

Dependencia emocional. Escala de dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes (DEN; Urbiola et al., 2014): Esta escala consta de 12 ítems que se responden a través de una escala tipo Likert de 6 puntos que van desde 0 (nunca) hasta 5 (siempre), que señalan con cual se identifican en sus relaciones de pareja. Dichos ítems están estructurados en 4 subescalas (“Evitar Estar Solo”, que hace referencia a las acciones que lleva a cabo la persona dependiente para evitar estar solo; “Necesidad de Exclusividad”, que hace alusión a la necesidad de la persona dependiente de saber en todo momento que su pareja está disponible sólo para ella; “Necesidad de Agradar”, que se refiere a la necesidad de complacer a la pareja hasta el punto de ignorar sus propias necesidades; y “Relación Asimétrica”, que alude al carácter subordinado y asimétrico de la relación), más la puntuación total de dependencia emocional. Cabe añadir que para poder realizar el cuestionario es necesario haber tenido al menos una relación de noviazgo. En cuanto a la consistencia interna del DEN, obtuvo un alfa de Cronbach de 0.82 en el estudio de validación, siendo un valor de fiabilidad elevado. En este estudio el alpha de Cronbach es de 0.87. Por ello, los resultados sugieren que el DEN permite evaluar la dependencia emocional en el noviazgo de forma válida y fiable.

Procedimiento

La recogida de datos se realizó presencialmente en la Universidad Complutense de Madrid, a los alumnos de dicha entidad. Previo a la participación, se ofrecieron explicaciones acerca de la entidad que realizaba el estudio, contenido y objetivos, duración, criterios de participación, importancia de colaboración y de responder de forma sincera. Además, con el fin de obtener el permiso pertinente para utilizar los datos en el presente estudio, se pidió autorización para ello mediante el consentimiento informado. La participación en el estudio fue voluntaria y anónima, pues los datos fueron guardados asignando un código a cada participante, asegurando así su confidencialidad. Asimismo, los datos fueron recogidos en una base de datos. Después, se procedió a excluir a aquellos que estuvieran fuera de los criterios de inclusión del estudio. Más tarde, y tras haber

realizado la base de datos, se analizaron los datos obtenidos mediante el paquete estadístico de datos SPSS 22, sacando después las conclusiones pertinentes.

Este estudio se llevó a cabo siguiendo los criterios de la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013).

Análisis de datos

En primer lugar, se analizaron las correlaciones entre el uso de redes sociales, dependencia emocional, y apego, a través de la r de Pearson.

En segundo lugar, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para evaluar el rol predictivo de la dependencia emocional como predictor del uso de redes sociales, así como el rol predictivo del apego en relación al uso de redes sociales. Las variables independientes fueron las escalas de dependencia emocional y apego.

A continuación, se llevaron a cabo análisis de mediación múltiple mediante la macro INDIRECT para SPSS (Hayes, 2013) en base a los resultados correlacionales. Se analizaron varios modelos, en los cuales se analizó el rol mediador de la dependencia emocional entre las variables de apego y el uso de las redes sociales. Se incluyeron el género y la edad como covariantes para controlar su efecto en la relación. Para ello, se analizó que la relación entre el a-path (la relación entre la variable independiente y la variable mediadora), b-path (la variable mediadora y la variable dependiente) y c-path (el efecto total de X en Y junto a la variable mediadora) fueran significativos. Asimismo, se analizó si el c'-path (el efecto directo de X en Y controlando el efecto de la variable mediadora) fue significativo, hallándose un efecto de mediación total en los casos en que no es significativo, y de mediación parcial en aquellos casos en que también es significativo.

Finalmente, se analizaron las diferencias de medias entre los participantes de género masculino y femenino en uso de redes sociales, apego y dependencia emocional, a través de la t de Student.

Resultados

En primer lugar, se analizó la correlación entre todas las variables del estudio: el uso de redes sociales, la dependencia emocional y el apego. La escala de adicción a las redes sociales total y todas sus subescalas (Obsesión por las Redes Sociales, Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales y Uso Excesivo de las Redes Sociales) correlacionaron de forma positiva y significativa con la

dependencia emocional total y todas sus subescalas (Evitar Estar Solo, Necesidad de Exclusividad, Necesidad de Agradar y Relación Asimétrica). De igual manera, la adicción a las redes sociales total y sus subescalas, también correlacionaron de forma positiva con las escalas de apego Valor de la Autoridad de los Padres, Traumatismo infantil y Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres. En cuanto a la correlación entre la dependencia emocional y el apego, todas las escalas y subescalas de ambas variables se relacionaron de forma positiva y significativa entre ellas a excepción de las escalas de apego de Seguridad y Preocupación Familiar.

Tabla 1. Correlación entre redes sociales, apego y dependencia emocional

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Adicción a las Redes Sociales															
1. Obsesión	--														
2. Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales	,810**	--													
3. Uso Excesivo de las Redes Sociales	,745**	,809**	--												
4. Adicción Redes Sociales total	,927**	,930**	,921**	--											
Apego															
5. Seguridad	-,029	,029	,047	,015	--										
6. Preocupación familiar	-,024	-,011	,048	,006	,232**	--									
7. Interferencia de los padres	,044	,071	,083*	,070	,043	,228**	--								
8. Valor de la autoridad de los padres	,107**	,110**	,140**	,129**	,171**	,288**	,287**	--							
9. Permisividad parental	,031	,048	,039	,042	,204**	-,055	,063	-,007	--						
10. Autosuficiencia y rencor contra los padres	,153**	,154**	,157**	,167**	,034	,179**	,393**	,370**	-,034	--					
11. Traumatismo infantil	,065	,117**	,144**	,115**	,292**	,262**	,193**	,392**	,158**	,275**	--				
Dependencia emocional															
12. Evitar estar solo	,206**	,144**	,146**	,182**	-,025	-,042	,078*	,090*	,095*	,183**	,079*	--			
13. Necesidad de Exclusividad	,188**	,138**	,138**	,169**	-,033	-,065	,033	,142**	,116**	,196**	,162**	,590**	--		
14. Necesidad de Agradar	,148**	,120**	,099**	,133**	-,103**	-,046	,084*	,151**	,064	,239**	,109**	,630**	,695**	--	
15. Relación Asimétrica	,167**	,142**	,153**	,168**	-,045	-,048	,126**	,129**	,121**	,212**	,113**	,678**	,551**	,592**	--
16. Dependencia Emocional total	,208**	,160**	,158**	,192**	-,062	-,060	,095*	,153**	,117**	,246**	,138**	,844**	,843**	,867**	,833**

* = p<.05, ** = p<.01

En segundo lugar, como se puede observar en la Tabla 2, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple por pasos sucesivos para evaluar el rol predictivo de la dependencia emocional y del apego en relación al uso de redes

sociales, así como el rol predictivo del apego en relación al uso de redes sociales. Con el objetivo de facilitar la comprensión de los resultados en la Tabla 2 únicamente se han incluido los resultados significativos. Es decir, se muestran, en exclusiva, los resultados de aquellas escalas que sí han demostrado predecir la adicción a las redes sociales. En este caso, han sido la subescala de apego Autosuficiencia y Rencor contra los Padres, junto con las subescalas de dependencia emocional Evitar Estar Solo y Necesidad de Exclusividad ($R=.34$, $R^2=.11$; R^2 corregida $=.09$; $p <.05$).

Tabla 2. *Apego y Dependencia Emocional como predictores de la Adicción a las Redes Sociales*

	B	β	T
Apego			
Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres	.61**	.24	2.55
Dependencia emocional			
Evitar Estar Solo	1.12*	.14	2.73
Necesidad de Exclusividad	.71**	.10	2.07

* = $p <.05$, ** = $p <.01$

Finalmente, tomando como base los análisis correlacionales, se examinó el rol mediador de la dependencia emocional entre el apego y el uso de redes sociales, mediante un modelo de mediación múltiple, controlando el efecto del género y la edad. De acuerdo a los resultados hallados, la dependencia emocional sería mediadora de esta relación. Concretamente, los resultados mostraron que habría un efecto de mediación de la dependencia emocional entre la variable Valor de la Autoridad de los Padres y la variable obsesión y uso excesivo de redes sociales, mostrando un efecto de mediación parcial y total respectivamente (Figuras 1 y 2). En el caso de la obsesión, el efecto encontrado de las variables controladas género ($\beta = -.07$, $SE=.67$, $t= -.11$, $p=.90$) no fue significativo, aunque si lo fue el de la edad ($\beta = -.20$, $SE=.05$, $t= -4.08$, $p=.00$). En el caso del uso excesivo, el efecto del género ($\beta = .39$, $SE=.62$, $t=.62$, $p=.52$) no fue significativo, aunque si lo fue el de la edad ($\beta = -.35$, $SE=.04$, $t= -7.59$, $p=.00$), lo que supone que ésta última covariante tuvo un efecto significativo en la relación en ambos modelos de mediación.

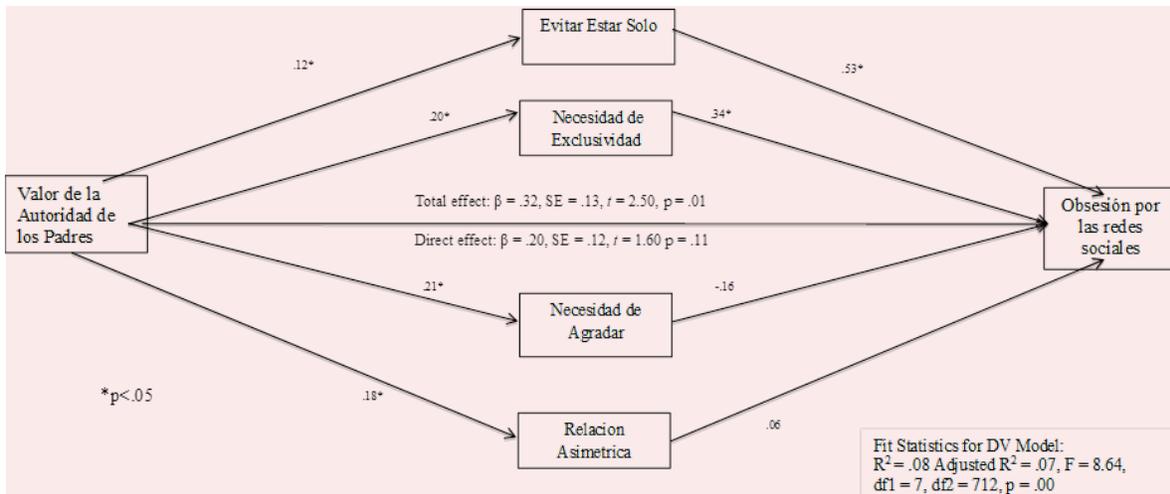


Figura 1. Dependencia Emocional como mediadora entre el valor de la autoridad de los padres y la obsesión por las redes sociales

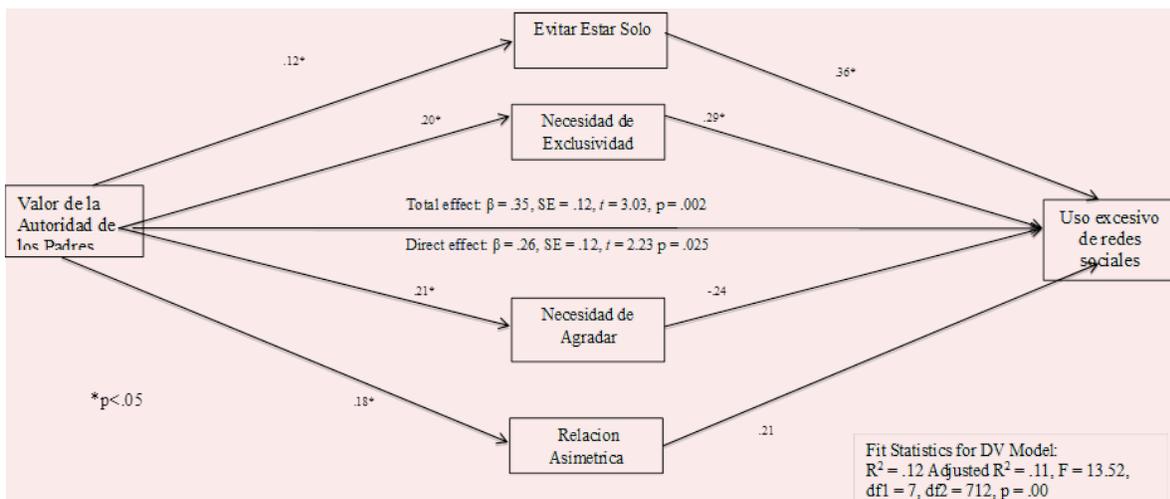


Figura 2. Dependencia Emocional como mediadora entre el valor de la autoridad de los padres y el uso excesivo de Redes Sociales.

Asimismo, se encontró un efecto de mediación de la dependencia emocional entre la variable Permisividad Parental y la variable uso excesivo, mostrando un efecto de mediación parcial (Figura 3). El efecto encontrado de las variables controladas género ($\beta = .27$, $SE = .62$, $t = .44$, $p = .65$) y edad ($\beta = -.38$, $SE = .04$, $t = -8.15$, $p = .00$) fue significativo sólo en el caso de la edad. Por otro lado, se encontró un efecto de mediación de la dependencia emocional entre la variable Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres y la variable Obsesión por las Redes Sociales, mostrando un efecto de mediación total (Figura 4). El efecto encontrado de las variables controladas género ($\beta = -.09$, $SE = .67$, $t = -.14$, $p = .88$) y edad ($\beta = -.20$, $SE = .04$, $t = -4.09$, $p = .00$) fue significativo sólo en el caso de la edad. También se encontró un efecto de mediación de la dependencia emocional entre la variable Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres y la variable uso excesivo por las redes sociales,

mostrando un efecto de mediación total (Figura 5). El efecto encontrado de las variables controladas género ($\beta = .36$, $SE = .62$, $t = .58$, $p = .56$) y edad ($\beta = -.35$, $SE = .04$, $t = -7.72$, $p = .00$) fue significativo sólo en el caso de la edad. Finalmente, se encontró un efecto de mediación de la dependencia emocional entre la variable Traumatismo Infantil y la variable Uso Excesivo de las Redes Sociales mostrando un efecto de mediación total (Figura 6). El efecto encontrado de las variables controladas género ($\beta = .38$, $SE = .62$, $t = .62$, $p = .53$) y edad ($\beta = -.35$, $SE = .04$, $t = -7.52$, $p = .00$) fue significativo sólo en el caso de la edad.

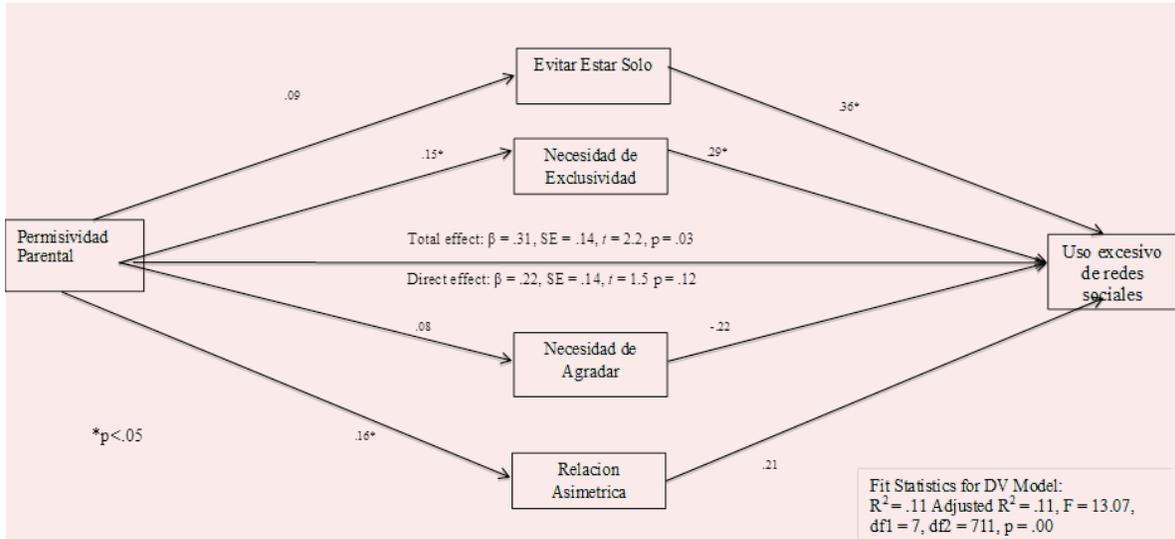


Figura 3. Dependencia Emocional como mediadora entre la Permisividad Parental y el Uso Excesivo de Redes Sociales.

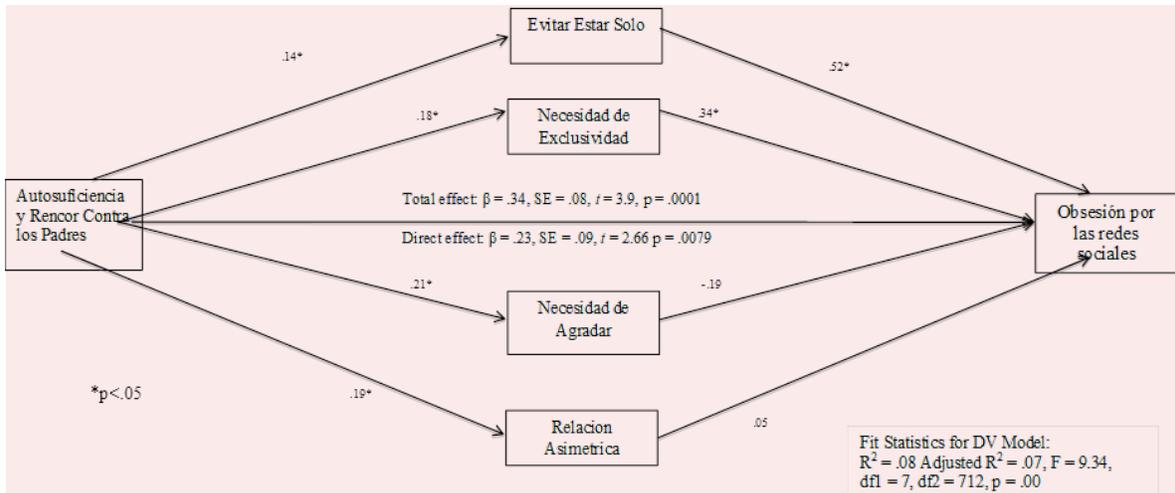


Figura 4. Dependencia Emocional como mediadora entre la Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres y la Obsesión de Redes Sociales.

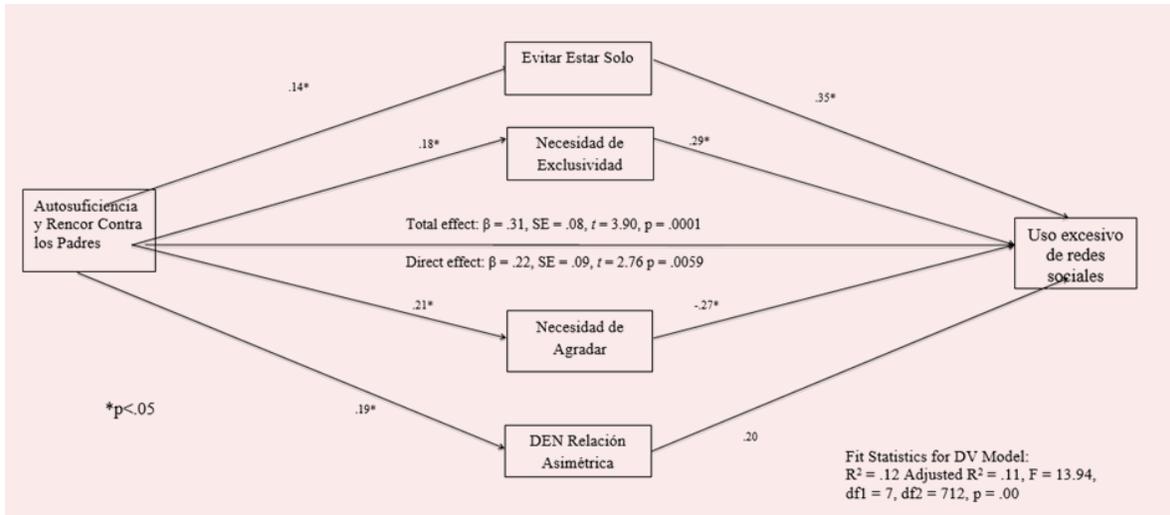


Figura 5. Dependencia Emocional como mediadora entre la Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres y el Uso Excesivo de Redes Sociales.

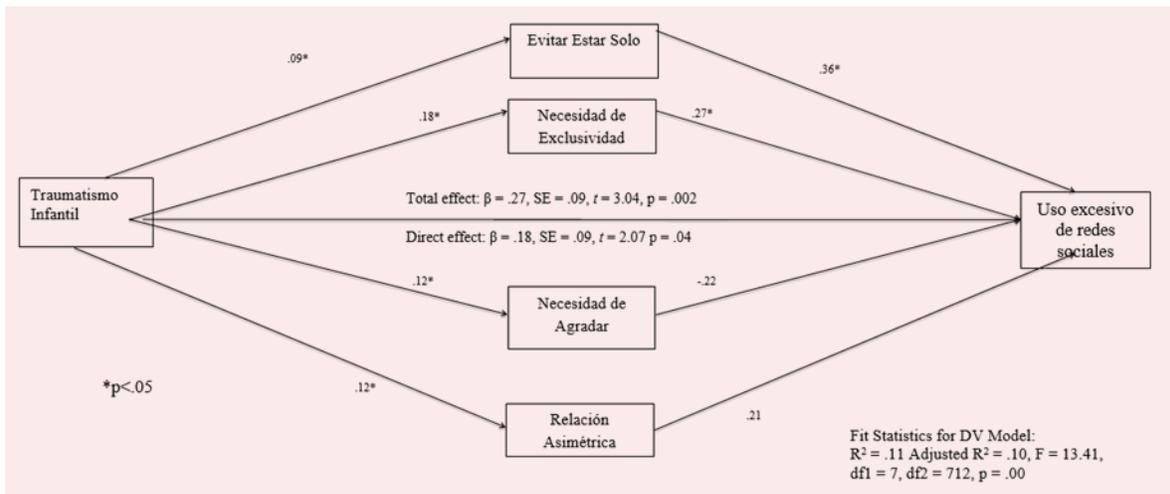


Figura 6. Dependencia Emocional como mediadora entre el Traumatismo infantil y el Uso excesivo de Redes Sociales.

Por último, se analizaron las diferencias de género en apego, dependencia emocional y uso de las redes sociales (Tabla 3). Los resultados indicaron que las diferencias fueron significativas únicamente en la variable Interferencia de los Padres de la escala de apego. No obstante, el tamaño del efecto fue pequeño ($d = -0.13$).

Tabla 3. Diferencia de medias en Adicción a las Redes Sociales, Apego, y Dependencia Emocional

	Mujeres M(DT)	Hombres M(DT)	t(df)
Adicción a las Redes Sociales			
Obsesión por las Redes Sociales	11.68(7.20)	11.49(7.36)	.27(718)
Falta de Control Personal en el Uso de las Redes Sociales	7.97(5.12)	8.29(5.26)	-.63(718)
Uso Excesivo de las Redes Sociales	13.91(6.96)	14.24(6.94)	-.51(718)
Adicción a Redes Sociales Total	33,57(17.84)	34,03(18.12)	-.27(718)
Apego			
Seguridad	23.92(2.95)	24.18(2.82)	-.95(717)
Preocupación Familiar	20.70(2.47)	20.57(2.63)	.52(718)
Interferencia de los Padres	11.00(2.42)*	11.34(2.80)*	-1.4(226.53)*
Valor de la Autoridad de los Padres	9.97(2.18)	9.75(2.15)	1.09(718)
Permisividad Parental	8.61(1.78)	8.85(1.76)	-1.4(717)
Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres	9.18(3.08)	9.02(3.16)	.52(718)
Traumatismo Infantil	16.08(2.77)	15.78(2.86)	1.1(718)
Dependencia emocional			
Evitar Estar Sólo	2.47(2.45)	2.34(2.35)	.53(718)
Necesidad Exclusividad	2.90(2.95)	2.66(2.70)	.92(718)
Necesidad Agradar	3.46(2.88)	3.28(2.76)	.65(718)
Relación Asimétrica	2.94(2.92)	2.78(2.69)	.61(718)
Dependencia Emocional Total	11.78(9.56)	11.08(8.89)	.81(718)

*= p<.05

Discusión

En primer lugar, el primer objetivo de este estudio fue conocer la relación entre el apego, el uso de redes sociales y la dependencia emocional. Los resultados mostraron que las variables del estudio (apego, el uso de redes sociales y la dependencia emocional), correlacionan, en general, significativa y positivamente entre sí. Los resultados muestran que en la medida que el uso por las redes sociales aumenta, también aumentan el Valor de la Autoridad de los Padres, Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres, el Traumatismo Infantil, y la Interferencia de los Padres. Estos resultados coinciden con estudios previos en los que se pone de manifiesto que la ausencia de contacto y cuidado con las figuras de apego en la infancia predispone al desarrollo de conductas impulsivas, como podría ser el abuso de consumo de las redes sociales (Estévez et al., 2018; Barroso, 2014).

Por otro lado, todas las variables que hacen referencia al uso (o abuso) de redes sociales, se relacionaron con la dependencia emocional. Estos resultados vendrían a confirmar los hallazgos de estudios previos en los que se relaciona el abuso de internet y móvil con la dependencia emocional (Estévez et al., 2017; Rodríguez de Medina, 2013). También, los resultados ponen de manifiesto que en la medida que la dependencia emocional aumenta, también aumentan el Valor de la Autoridad de los Padres, la Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres, el Traumatismo Infantil, la Interferencia de los Padres, así como Permisividad Parental. Estos resultados coinciden con hallazgos previos, en los que la dependencia

emocional se ha visto asociada con la Permisividad Parental, Traumatismo Infantil (Estévez et al., 2018; Momeñe y Estévez, 2019), con el resentimiento contra los padres (Patock-Peckham y Morgan-López, 2006) y con aquellos estudios que sitúan el origen de la dependencia emocional en el comportamiento negligente y abuso recibido por las figuras de apego en la infancia (Castelló, 2005; Moral y Sirvent, 2009).

En segundo lugar, se quiso estudiar el rol predictivo de la dependencia emocional y el apego sobre el uso de redes sociales. Los resultados de este estudio indicaron que Autosuficiencia y Rencor Contra los Padres, y la dependencia emocional, fueron predictoras del uso de redes sociales. Estos hallazgos siguen la línea de estudios anteriores, como el de Estévez et al. (2021) donde se encontró que la dependencia emocional podría predecir el abuso de internet y móvil. A su vez, otros estudios han hallado una asociación significativa entre el apego y el uso de las redes sociales. Esta relación podría explicarse de la siguiente manera: las redes sociales podrían utilizarse como una forma de sustituir y compensar el afecto que les ha faltado (D'Arienzo et al., 2019).

En tercer lugar, se estudió el papel mediador de la dependencia emocional en la relación entre el apego y el uso problemático de redes sociales. Los resultados obtenidos mostraron que la dependencia emocional mediaba esta relación. Esto coincide con los hallazgos de Estévez et al. (2018) en los que se encontró que la dependencia emocional mediaba en la relación entre el apego y la impulsividad, y podrían explicarse debido a que la dependencia emocional ha sido asociada a los deficientes cuidados recibidos en la infancia por los cuidadores principales (Castelló, 2012), al igual que conductas adictivas (Díaz y Amaya, 2012; Estévez et al., 2017; Rodríguez de Quevedo, 2013).

Por último, se estudió si existen diferencias de género en el uso de redes sociales, apego y la dependencia emocional. Los resultados encontrados ponen de manifiesto que no hay diferencias significativas entre hombres y mujeres, a excepción de la subescala del apego "Interferencia de los Padres" en la que los hombres puntuaron significativamente más alto. Estos resultados son consistentes con estudios previos en los que se encontró que el sexo masculino puntúa más alto en apego ansioso (Levy, Shaver y Blatt, 1998).

Este estudio no está exento de limitaciones. Es un diseño transversal y no puede determinarse la causalidad de los resultados. Las medidas utilizadas son además medidas de autoinforme, que podrían sesgar los resultados, y podrían estar afectadas por la deseabilidad social. Asimismo, la muestra se recogió mediante un

cuestionario on-line, lo cual puede sesgar los resultados debido a que la gente conteste sin un control externo. No obstante, investigaciones como la de Herrero-Fernández (2015) defienden que no existen discrepancias entre los diferentes procedimientos utilizados para la obtención de la muestra. También es necesario destacar que el tamaño de la muestra no es elevado, así como que la franja de edad no abarca todos los estratos existentes en la sociedad, por lo que los resultados hallados no son generalizables a la población general. Asimismo, todos los participantes eran universitarios, lo que podría suponer un manejo de redes sociales determinado, lo que podría limitar la diversidad de la muestra.

A pesar de estas limitaciones, los resultados del estudio muestran que el uso de redes sociales podría estar relacionado con el estilo de apego recibido y con la dependencia emocional, siendo ambas variables predictoras del uso de redes sociales. Asimismo, los hallazgos muestran que la dependencia emocional podría relacionada con el estilo de apego recibido.

Conclusiones

Por todo ello, y debido a la ausencia de estudios que relacionen el apego y el uso de redes sociales, y teniendo en cuenta el papel mediador de la dependencia emocional en dicha relación, los resultados de este estudio son novedosos y aportan valor clínico, pues proporcionan el desarrollo de estrategias terapéuticas específicas y eficaces en el tratamiento psicoterapéutico, así como los nuevos abordajes para la prevención del desarrollo de dichas relaciones.

Reconocimientos

La financiación de este estudio corrió a cargo de la Dirección General de Ordenación del Juego (ref.: SUBV23/00001). Los financiadores no intervinieron en el diseño del estudio, la recogida, el análisis o la interpretación de los datos, la redacción del manuscrito o la decisión de presentar el artículo para su publicación.

Referencias

- American Psychiatric Association (Ed.). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Amor, P. J., Echeburúa, E., Camarillo, L., Ferre, F., Sarasua, B., y Zubizarreta, I. (2022). Emotional dependency and abuse in female victims of intimate partner violence. *Psicología Conductual*, 31(1), 291-307. <https://doi.org/10.51668/bp.8322115s>

- Balluerka, N., Lacasa, F., Gorostiaga, A., Muela, A., y Pierrehumbert, B. (2011). Versión reducida del cuestionario CaMir (CaMir-R) para la evaluación del apego. *Psicothema*, 23(3), 486-494. <https://hdl.handle.net/2445/124587>
- Barbarias, O., Estévez, A. y Jáuregui, P. (2019). La dependencia emocional como factor mediador en la relación entre apego y el abuso de drogas y alcohol en jóvenes. *Revista española de drogodependencias*, 44(1), 44-58
- Barroso, O. (2014). El apego adulto: la relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(1), 1-25.
- Beranuy, M., y Carbonell, X. (2007). El móvil en la sociedad de la comunicación. En A. Talam (Ed.); *Globalización y salud mental* (pp. 369-391). Herder.
- Beranuy, M., Chamarro, A., Graner, C., y Carbonell, X. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, 21(3), 480-485.
- Blanco, M. (2014). Implicaciones del uso de las redes sociales en el aumento de la violencia de género en adolescentes. *Comunicación y medios* 30, 124 -141. <https://doi.org/10.5354/0719-1529.2015.32375>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2a ed.). Basic Books.
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M., y Harvey, I. (2019). La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano. *Revista Complutense de Educación*, 31(1), 1-12. <https://doi.org/10.5209/rced.61722>
- Carbonell, X., y Beranuy, M. (2007). La adicción a Internet como sobreadaptación social. En A. Talam (Ed.): *Psicopatología en la sociedad global* (pp. 341-367). Herder.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Alianza.
- Castelló, J. (2012). *La superación de la dependencia emocional. Cómo impedir que el amor se convierta en un suplicio*. Corona Borealis.
- D'Arienzo, M. C., Boursier, V., y Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: a systematic literature review. *International Journal of mental health and addiction*, 17(4), 1094-1118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00082-5>
- Díaz, K., y Amaya, M. C. (2012). Factores familiares, individuales y ambientales en el consumo y no consumo de drogas en adolescentes. *Avances en Enfermería*, 30(3), 37-59.
- Dutton, D. G. (1998). *The abusive personality: Violence and control in intimate relationships*. Guilford.
- Echeburúa, E., y Amor, P. J. (2020). Escala de Dependencia Emocional de la Pareja: propiedades psicométricas. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 48(4), 145-53.

- Etxaburu, N., Momeñe, J., Herrero, M., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., Iruarrizaga, I., y Estévez, A. (2023). Buying-shopping disorder, impulsivity, emotional dependence and attachment in adolescents. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04425-3>
- Escurra, M., y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91.
- Estévez, A., Chávez-Vera, M.D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., y Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Anales de Psicología*, 34(3), 438-445. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en el noviazgo y consecuencias psicológicas del abuso de internet y móvil en jóvenes. *Anales de psicología*, 33(2), 260-268. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.255111>
- Fuentes, J.L., Esteban, F., y Caro, C. (2015). *Vivir en Internet. Retos y reflexiones para la educación*. Síntesis.
- Gámez-Guadix, M., Borrajo, E., y Calvete, E. (2018). Abuso, control y violencia en la pareja a través de Internet y los smartphones: características, evaluación y prevención. *Papeles del Psicólogo*, 39(3), 218-227. <https://doi.org/hs4r>
- García del Castillo, J.A., García del Castillo-López, A., Dias, P.C., y García-Castillo, F. (2019). Conceptualización del comportamiento emocional y la adicción a las redes sociales. *Health and Addictions*, 19(2), 173-181. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.525>
- García-Umaña, A., y Tirado-Morueta, R. (2018). Digital media Behaviour of School Students: abusive use of the Internet. *Journal New Approaches in Educational Research*, 7(2), 140-147. <https://doi.org/10.7821/naer.2018.7.284>
- Gil, F., Orbest, U., Valle, G., y Chamarro, A. (2015). Nuevas tecnologías - ¿Nuevas patologías? El Smartphone y el fear of missing out. *Aloma*, 33(2), 77-83. <https://doi.org/10.51698/aloma.2015.33.2.77-83>
- Golpe, S., Gómez, P., Braña, T., Varela, J., y Rial, A. (2017). The relationship between consumption of alcohol and other drugs and problematic Internet use among adolescents. *Adicciones*, 29, 268-277. <https://doi.org/10.20882/adicciones.959>
- Gori, A., Topino, E., & Griffiths, M. D. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, 107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>
- Hayes, A. F. (2013). *Methodology in the social sciences. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.

- Herrero-Fernández, D. (2015). A comparison of Internet-based and paper-and-pencil questionnaires in assessing driving anger in a Spanish sample. *REMA: Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, 20, 1-15. <https://doi.org/m9jz>
- Instituto Nacional de Estadística (2022). *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación en los hogares 2022*. <https://tinyurl.com/mwdfej3u>
- Isidro, A.I., y Moreno, T. (2018). Redes sociales y aplicaciones de móvil: uso, abuso y adicción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology; INFAD*, 4(1), 203-212. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v4.1295>
- Islam, M. R., Apu, M. M. H., Akter, R., Tultul, P. S., Anjum, R., Nahar, Z., Shahriar, M. y Bhuiyan, M. A. (2023). Internet addiction and loneliness among school-going adolescents in Bangladesh in the context of the COVID-19 pandemic: Findings from a cross-sectional study. *Heliyon*, 9(2). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e13340>
- Izquierdo, S., A., y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia (Universidad San Buenaventura)*, 7(1),81-91. <https://doi.org/10.21500/19002386.1196>
- Jensen, T.M., Willoughby, B.J., Holman, T.B., Busby., D.M. y Shafer, K. (2014). Associations Between Family and Interpersonal Processes and Emerging Adult Marital Paradigms: Does Adult Attachment Mediate? *Journal of Adult Development*. 22(1). <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9200-3>
- Levy, K.N., Shaver, P.R., y Blatt, S.J. (1998). Attachment Styles and Parental Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 407-419. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.407>
- Malo, S., Martín M.M., y Viñas, F. (2018). Uso excesivo de redes sociales: Perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Comunicar*, 26(56). <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>
- Momeñe, J., y Estévez, A. (2018). Los estilos de crianza parentales como predictores del apego adulto, de la dependencia emocional y del abuso psicológico en las relaciones de pareja adultas. *Psicología Conductual*, 26(2), 359-378.
- Momeñe, J. y Estévez, A. (2019). El papel de la resiliencia en la dependencia emocional y el abuso psicológico. *Revista española de drogodependencias*, 44(1), 28-43
- Moral, M.V., y Sirvent, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240.
- Patock-Peckham, J. A. y Morgan-López, A. A. (2006). College drinking behaviors: mediational links between parenting styles, impulse control, and alcohol-related outcomes. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20(2), 117-125. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.20.2.117>
- Peck, M. S. (1978). *The road less traveled*. Simon y Schuster

- Peng, Y., Mao, H., Zhang, B., Zhang, A., Zeng, Y., Zeng, C. y Li, J. (2022). Depression and loneliness as mediators between social support and mobile phone addiction. *Psychiatria Danubina*, 34(3), 475-482. <https://doi.org/10.24869/psyd.2022.475>
- Rodríguez, A., Prats, M.A., Oberst, U. y Carbonell, X. (2018). Diseño y aplicación de talleres educativos para el uso saludable de internet y redes sociales en la adolescencia: descripción de un estudio piloto. *PixelBit, Revista de Medios y Educación*, 52, 111-124. <https://doi.org/10.12795/pixelbit.2018.i52.08>
- Rodríguez de Medina Quevedo, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *Reidocrea*, 2(19) 143-148. <https://doi.org/10.30827/Digibug.27754>
- Sánchez, E., Cantero-Téllez, R. y Rodríguez-Martínez, M.C. (2016). Adicción a Internet En Futuros Profesores. Un Estudio De Caso Con Alumnado Universitario. *Innoeduca. International Journal of Technology and Educational Innovation* 2(1), 46-53. <http://dx.doi.org/10.20548/innoeduca.2016.v2i1.1063>
- Sanz, E., Alonso, R.A., Sáenz de Jubera, M., Ponce de León, A. y Valdemoros, M.A. (2018). Ocio, redes sociales y estudiantes españoles. *Educación XX1*, 21(2), 59-78, <https://doi.org/10.5944/educXX1.19538>
- Scott, M. (1997). *La nueva psicología del amor*. Emecé.
- Secades, R., Calafat, A., Fernández, J. R., Juan, M., Duch, M., Skärstrand, E, Becoña, E. y Talic, S. (2014). Duration of Internet use and adverse psychosocial effects among European adolescents. *Adicciones*, 26, 247-253. <https://doi.org/10.20882/adicciones.6>
- Skvortsova, S.N. y Shumskiy, V.B. (2014). Existential-phenomenological analysis of dependence in close interpersonal relationships. *Existenzanalyse*, 31, 4-13.
- Thompson, R. A., Simpson, J. A. y Berlin, L. J. (2022). Taking perspective on attachment theory and research: Nine fundamental questions. *Attachment & human development*, 24(5), 543-560. <https://doi.org/10.1080/14616734.2022.2030132>
- Urbiola, I. y Estévez, A. (2015). Dependencia Emocional y Esquemas Desadaptativos Tempranos en el Noviazgo de Adolescentes y Jóvenes. *Psicología Conductual*, 23(3), 571-587.
- Urbiola, I., Estévez, A. e Iraurgi, I. (2014). Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes (DEN): Desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad y Estrés*, 20(2-3), 101-114
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., Momeñe, J., Jáuregui, P., Bilbao, M. y Orbegozo, U. (2019). Dependencia emocional en el noviazgo: papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes. *Revista Española de Drogodependencias*, 44(1), 13-27.
- Valle, L. y Moral, M. V., (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 2741. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>

World Medical Association (2013). Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 21912194. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>

Xu, X., Han, W. y Liu, Q. (2023). Peer pressure and adolescent mobile social media addiction: Moderation analysis of self-esteem and self-concept clarity. *Frontiers in Public Health*, 11, 1115661. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1115661>

Para citar en APA

Barbarias-García, O., Jauregui, P., Etxaburu-Azpeitia, N., Iruarizaga, I., Olave-Porrúa, L., Muñiz, J. A. y Estévez, A. (2024). La dependencia emocional como factor mediador en la relación entre el apego y el uso de redes sociales en jóvenes. *Terapia Psicológica (En línea)*, 42(2), 217-236. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082024000200217>