



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con
comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.**

**JARAMILLO JARAMILLO ANTHONY JERSON
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2024**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con
comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.**

**JARAMILLO JARAMILLO ANTHONY JERSON
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2024**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

ANÁLISIS DE CASOS

**Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con
comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.**

**JARAMILLO JARAMILLO ANTHONY JERSON
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

CRIOLLO ARMIJOS MARCO ADRIAN

**MACHALA
2024**

Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

2%

Textos sospechosos

< 1% Similitudes

- 0% similitudes entre comillas
- 0% entre las fuentes mencionadas
- 1% Idiomas no reconocidos**

<p>Nombre del documento: Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas..docx</p> <p>ID del documento: 9291b6315db9c4d52ee3009749d47520af51eeb7</p> <p>Tamaño del documento original: 136,67 kB</p> <p>Autor: Anthony Jerson Jaramillo Jaramillo</p>	<p>Depositante: Criollo Armijos Marco Adrián</p> <p>Fecha de depósito: 29/1/2025</p> <p>Tipo de carga: interface</p> <p>fecha de fin de análisis: 29/1/2025</p>	<p>Número de palabras: 9527</p> <p>Número de caracteres: 66.476</p>
---	---	---

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuente principal detectada

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	ESTILOS DE APEGO EN TRABAJADORAS DEL SEXO Y SU AFECTACION EMO... #747938 El documento proviene de mi grupo 1 fuente similar	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.utmachala.edu.ec https://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/21261/1/TTFC5-PSC-2023-00008_ELIZALDE...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (20 palabras)
2	www.mentesabiertaspsicologia.com Adicción al Juego: Impactos Psicológicos y S... https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/adiccion-al-juego-impactos-psicologic...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (20 palabras)
3	psicologiaymente.com Cómo las adicciones comportamentales cambian el cerebro https://psicologiaymente.com/drogas/como-adicciones-comportamentales-cambian-cerebro#:~:it...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (13 palabras)
4	revistas.ucv.es LA ADICCIÓN AL JUEGO ONLINE ENTRE LOS ADOLESCENTES ESPAÑ... https://revistas.ucv.es/edetania/index.php/Edetania/article/view/810/897	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (13 palabras)
5	Documento de otro usuario #858f0e El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (10 palabras)

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

El que suscribe, JARAMILLO JARAMILLO ANTHONY JERSON, en calidad de autor del siguiente trabajo escrito titulado Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas, otorga a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tiene potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

El autor declara que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

El autor como garante de la autoría de la obra y en relación a la misma, declara que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asume la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Anthony Jerson', with a horizontal line drawn through it.

JARAMILLO JARAMILLO ANTHONY JERSON

0706436318

INDEFENSIÓN APRENDIDA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN INDIVIDUOS CON COMPORTAMIENTO ADICTIVO HACIA LAS APUESTAS DEPORTIVAS

Autor: Anthony Jerson Jaramillo Jaramillo

CI: 0706436318

ajaramill8@utmachala.edu.ec

Tutor

Coautor: Marco Adrián Criollo Armijos

CI: 0706508934

macriollo@utmachala.edu.ec

Resumen

El comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas se manifiesta a través de una participación excesiva, compulsiva e incontrolable en dichas actividades, esta conducta conlleva resultados negativos como pérdidas económicas significativas e incapacidad del individuo para resistir los intensos impulsos o ansias de apostar. Por otra parte, la indefensión aprendida desempeña un papel crucial al mantener dicho comportamiento que a su vez afecta al bienestar psicológico de los individuos. La finalidad de esta investigación es analizar la indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas. Se llevó a cabo un estudio de alcance descriptivo de enfoque cualitativo empleando un diseño de estudio de caso. El tipo de muestra aplicado fue no probabilística por conveniencia que incluyó dos jóvenes adultos de 20 y 23 años, que cumplieran los criterios y que fueron seleccionados para comprender sus experiencias frente a la adicción. Los instrumentos utilizados son la entrevista semiestructurada y guía de observación. Como resultado, los adultos jóvenes con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas exhiben que la indefensión aprendida, caracterizada por la sensación de impotencia y la autoinculpación, juega un papel crucial en el mantenimiento de la adicción a las apuestas. Los participantes presentaron baja resiliencia y falta de autonomía, lo que afectó su bienestar psicológico. Además, el comportamiento adictivo se reflejó en el aislamiento social, la interferencia en relaciones personales y

el pensamiento obsesivo sobre las apuestas, evidenciando la profundidad del impacto de esta adicción en la vida cotidiana.

Palabras clave: Indefensión aprendida, bienestar psicológico, comportamiento adictivo, apuestas deportivas.

LEARNED HELPLESSNESS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN INDIVIDUALS WITH ADDICTIVE BEHAVIOR TOWARDS SPORTS BETTING

ABSTRACT

Author: Anthony Jerson Jaramillo Jaramillo

CI: 0706436318

ajaramill8@utmachala.edu.ec

Tutor

Coauthor: Marco Adrián Criollo Armijos

CI: 0706508934

macriollo@utmachala.edu.ec

Addictive behavior towards sports betting manifests itself through excessive, compulsive and uncontrollable participation in such activities. This behavior leads to negative results such as significant financial losses and the individual's inability to resist the intense impulses or cravings to bet. On the other hand, learned helplessness plays a crucial role in maintaining such behavior, which in turn affects the psychological well-being of individuals. The purpose of this research is to analyze learned helplessness and psychological well-being in individuals with addictive behavior towards betting. A descriptive, qualitative approach was carried out using a case study design. The type of sample applied was non-probabilistic for convenience, which included two young adults aged 20 and 23, who met the criteria and were selected to understand their experiences with addiction. The instruments used are the semi-structured interview and observation guide. As a result, young adults with addictive behavior towards sports betting exhibit that learned helplessness, characterized by the feeling of powerlessness and self-blame, plays a crucial role in maintaining gambling addiction. Participants presented low resilience and lack of autonomy, which affected their psychological well-being. Furthermore, addictive behavior was reflected in social isolation, interference in personal relationships, and obsessive thinking about gambling, evidencing the depth of the impact of this addiction on daily life.

Keywords: Learned helplessness, psychological well-being, addictive behavior, sports betting.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN
1.GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO
1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.....
1.2 Hechos de interés.....
1.3 Objetivos de la investigación.....
2.FUNDAMENTO TEÓRICO - EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO
2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.....
2.2 Bases teóricas de la investigación
3.PROCESO METODOLÓGICO
3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada.
3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación
3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos
4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN
4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados
CONCLUSIONES
RECOMENDACIONES
BIBLIOGRAFÍA
ANEXOS.....

INTRODUCCIÓN

Las apuestas deportivas pueden desencadenar un comportamiento adictivo caracterizado por una participación desmedida y fuera de control en estas actividades. Los individuos que desarrollan esta dependencia se encuentran dominados por un deseo irrefrenable de realizar apuestas, lo que genera una disrupción significativa en múltiples aspectos de su vida cotidiana. Este comportamiento trae consigo consecuencias devastadoras, principalmente en el ámbito financiero. Los afectados se ven atrapados en un ciclo donde pierden gradualmente el dominio sobre sus hábitos de apuesta, lo que eventualmente conduce a una crisis económica y un deterioro notable en su salud emocional.

A nivel mundial, las apuestas deportivas han sido y continúan siendo una forma de entretenimiento altamente popular, con aproximadamente 4.2 mil millones de personas participando al menos una vez al año, lo que representa alrededor del 26% de la población mundial (Guaranga-Chafla et al., 2023). En Ecuador, este fenómeno no cobró gran protagonismo hasta hace pocos años. Si bien no existen estadísticas específicas y confiables sobre su alcance en el país, se evidencia un crecimiento significativo.

La población con mayores problemas de comportamiento adictivo a las apuestas deportivas corresponde al de adultos jóvenes. La investigación realizada por García-Rabadán et al. (2023) demuestran que existe una mayor prevalencia de esta práctica en individuos cuyas edades oscilan entre los 18 y 25 años, superando significativamente la participación de otros grupos generacionales.

Esta problemática influye significativamente en el deterioro de la salud mental y las relaciones interpersonales del individuo. El bienestar psicológico se ve severamente afectado por la adicción al juego, ya que genera altos niveles de ansiedad y estrés debido a la preocupación constante por obtener dinero para apostar, sumada a la incapacidad para controlar los impulsos de jugar. Esta situación, junto con las pérdidas económicas y los problemas financieros resultantes, no solo provoca un estado de angustia y tensión permanente, sino que también desencadena graves conflictos y tensiones.

Este tema surge del interés por comprender por qué los jóvenes continúan apostando a pesar de las evidentes consecuencias negativas, como las pérdidas económicas y el deterioro de su estabilidad emocional. La investigación resulta particularmente relevante

dado que esta problemática está en constante crecimiento, mientras que los estudios al respecto son todavía escasos.

En el primer capítulo se definen y caracterizan las generalidades del objeto de estudio: el comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas, así como las variables estudiadas: la indefensión aprendida y el bienestar psicológico. Se presenta una investigación exhaustiva de los estudios previos realizados, los hechos de interés relevantes, y se establecen tanto el objetivo general como los específicos del estudio planteado

En el segundo capítulo, se aborda el enfoque teórico epistemológico, la investigación se basa en la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), que integra principios del conductismo y la psicología cognitiva, siendo efectiva en el tratamiento de trastornos como las adicciones. Se destaca la autoeficacia, un concepto de Bandura que refuerza la capacidad del individuo para manejar desafíos, especialmente en el tratamiento de adicciones como las apuestas. Técnicas como el modelado y la visualización positiva han mostrado eficacia al reducir conductas adictivas y mejorar el bienestar psicológico.

En el tercer capítulo, se describe la metodología planteada, que adoptó un enfoque cualitativo y de alcance descriptivo. La muestra no probabilística incluyó dos jóvenes adultos de 20 y 23 años, seleccionados para comprender sus experiencias y estrategias frente a la adicción. Los datos se recolectaron mediante entrevistas semiestructuradas y como método complementario, se empleó la observación utilizando un checklist para registrar aspectos emocionales y conductuales.

Por último, en el cuarto capítulo, se describen los resultados alcanzados, mostrando que la indefensión aprendida juega un papel crucial en el mantenimiento de la adicción a las apuestas. Los participantes reflejaron baja resiliencia y falta de autonomía, que afectó su bienestar psicológico. Además, el comportamiento adictivo se reflejó en el aislamiento social, la interferencia en relaciones personales y el pensamiento obsesivo sobre las apuestas.

Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.

Los juegos de apuestas se pueden clasificar en dos categorías principales: juegos de habilidad o estratégicos y juegos de azar o no estratégicos (Narros-González et al., 2022). En los juegos de azar puros o no estratégicos, como las máquinas tragamonedas, la lotería o el bingo, el apostador no tiene control alguno sobre los resultados, ya que éstos se determinan completamente por el azar. Por otro lado, en los juegos de apuestas de habilidad, como las deportivas, el resultado puede influirse en parte por el conocimiento o la destreza del jugador. Investigaciones recientes han demostrado que los jugadores que prefieren los juegos de apuestas estratégicos tienden a exhibir puntuaciones más elevadas en conductas adictivas en comparación con aquellos que participan exclusivamente en juegos de azar (Pilatti et al., 2020).

El comportamiento adictivo se caracteriza por una necesidad intensa e incontrolable de realizar una conducta de forma repetitiva y perjudicial para el individuo, inducida por factores externos que pueden establecer un condicionamiento. Cuando dicha conducta adictiva no se lleva a cabo, la tensión y el malestar se incrementan progresivamente hasta realizar el comportamiento adictivo, lo cual alivia la tensión temporalmente, pero refuerza el ciclo con un deseo intenso de repetir nuevamente conducta (Marcos, 2020).

Ahora bien, el comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas se manifiesta a través de una participación excesiva, compulsiva e incontrolable en dichas actividades (Estévez et al., 2021). En casos perjudiciales, esta conducta conlleva resultados negativos como pérdidas económicas significativas. Una característica clave es la incapacidad del individuo para resistir los intensos impulsos o ansias de apostar, lo que interfiere en diversos ámbitos de su vida. Las personas que padecen este problema experimentan graves dificultades para controlar su involucramiento con las apuestas deportivas, lo que a menudo desencadena problemas financieros graves y un impacto negativo en su bienestar físico y mental (Morera-Hernández, 2020).

Si bien algunas personas logran autocontrolarse y dejan de apostar cuando perciben que esta actividad comienza a afectar negativamente su bienestar, otros no logran hacerlo, experimentando comportamientos adictivos impulsados a recuperar o ganar dinero mediante las apuestas; esta búsqueda los lleva a un círculo vicioso de juego compulsivo y pérdidas recurrentes (Hernández-Ruiz, 2020). Al sentirse incapaces de controlar su comportamiento adictivo y percibir que sus esfuerzos por detenerse son infructuosos, suelen experimentar una sensación de resignación que los lleva a permanecer atrapados en un ciclo destructivo, profundizando aún más el deterioro de su bienestar psicológico y comportamental, lo cual en casos graves puede desembocar en el desarrollo de la ludopatía (González-Oñate et al., 2024).

Las conductas adictivas relacionadas con las apuestas deportivas son más frecuentes entre los adultos jóvenes. Según García-Rabadán et al. (2023), indican que las apuestas deportivas son más comunes entre los adultos jóvenes de mediana edad (18-25 años) en comparación con otros grupos etarios. Los adultos jóvenes suelen ser más propensos a participar en apuestas deportivas debido a factores como: un mayor interés en los deportes, una mayor exposición a la comercialización de apuestas, y una mayor independencia económica. No obstante, es importante destacar que la adicción a las apuestas puede afectar a personas de todas las edades, incluyendo adolescentes y adultos mayores.

La alta prevalencia de apuestas deportivas entre los adultos jóvenes se ha vuelto preocupante debido a la influencia de la publicidad en el país. Si bien a nivel mundial las apuestas deportivas han sido y son una forma de entretenimiento muy concurrida, no fue hasta hace unos pocos años que en Ecuador cobraron un gran protagonismo (Guaranga-Chafla et al., 2023). Esto se debe a la proliferación de propagandas en diversos medios locales, como: redes sociales, transmisiones de campeonatos de fútbol, establecimientos físicos dedicados a las apuestas y otros canales de promoción. Esta masiva campaña publicitaria ha llevado a un aumento significativo en la participación de la población ecuatoriana, especialmente de los adultos jóvenes (Cristancho-Triana et al., 2024).

Por otro lado, Tulai (2021) menciona que estas publicidades pueden influir en el pensamiento de los individuos, haciéndoles creer que pueden obtener ciertos beneficios al conseguir resultados positivos, como ingresos económicos extras. Aunque es cierto que algunas personas, con suerte, logran los resultados esperados, la mayoría de los

apostadores se encuentra solo con apuestas fallidas y pérdidas económicas. Esta percepción distorsionada y engañosa promovida por la publicidad puede contribuir a reforzar y perpetuar los comportamientos adictivos hacia las apuestas.

Ahora bien, con respecto a la indefensión aprendida, Naz et al., (2020) la define como un fenómeno psicológico que se caracteriza por la falta de control para responder ante situaciones adversas, incluso cuando existen oportunidades para cambiar o evitar dichas situaciones. Ocurre cuando un individuo ha experimentado previamente eventos aversivos incontrolables, llevándolo a creer que sus acciones no tendrán impacto y generando una sensación de impotencia.

Una persona que ha desarrollado indefensión aprendida suele verse afectada en distintos aspectos de su vida. En el contexto de las apuestas, esta condición puede influir de manera significativa en el comportamiento adictivo. Un estudio reciente realizado por Cobos-Sanchiz et al., (2022) sugiere que, en el caso de las conductas adictivas, la indefensión aprendida sería un proceso central que sustenta estos comportamientos problemáticos; los autores señalan que, a mayores niveles de indefensión aprendida, mayor será la adicción a las apuestas deportivas.

Además, la indefensión aprendida puede dificultar que la persona reconozca que tiene un problema con las apuestas o que pueda tomar medidas efectivas para cambiar ese comportamiento adictivo. Esto se debe a la creencia de que no pueden controlar sus acciones o que sus esfuerzos no tendrán impacto alguno, lo que perpetúa el ciclo adictivo de manera progresiva (Adeoye et al., 2020).

En este sentido, la percepción de falta de control y la sensación de impotencia estarían directamente relacionadas con la intensidad y cronicidad de la conducta adictiva hacia las apuestas. Cuanto mayor sea la sensación de indefensión y falta de control percibida por el individuo, mayor será la intensidad y el arraigo hacia las apuestas (Guerra-Díaz, 2021). Esta relación bidireccional perpetúa un círculo vicioso, donde la persona se siente cada vez más incapaz de dominar sus impulsos de apostar, lo que a su vez refuerza y agrava la adicción.

Por otro lado, según Ferrer (2020) el bienestar psicológico es el estado óptimo de salud mental y emocional, caracterizado por un equilibrio entre emociones, pensamientos y comportamientos. Este balance integral incluye satisfacción con la vida, capacidad para

afrontar situaciones adversas, habilidad para establecer relaciones interpersonales saludables, autoaceptación, autoestima positiva, autonomía en la toma de decisiones acordes con los valores personales y un sentido de propósito y significado vital.

El bienestar psicológico se ve gravemente afectado por la adicción al juego, ya que esta genera altos niveles de ansiedad y estrés en la persona. La preocupación constante por obtener dinero para apostar, sumada a la incapacidad para controlar los impulsos de jugar, provocan un estado de angustia y tensión permanente. A esto se añade, la pérdida de dinero y los problemas financieros resultantes, lo que contribuye a exacerbar en el sujeto el deterioro de su bienestar psicológico (Díaz-Esterri et al., 2021).

En el ámbito de las relaciones interpersonales, la adicción al juego suele provocar graves conflictos y tensiones con la familia y pareja. La naturaleza compulsiva de esta conducta adictiva, junto con los problemas financieros y el comportamiento errático que conlleva, genera un deterioro significativo en los vínculos más cercanos. En los casos más extremos, la desesperación y la sensación de desesperanza asociadas a esta adicción pueden llevar a la persona a experimentar pensamientos suicidas, poniendo en grave riesgo su bienestar o e incluso su vida (Hanawi et al., 2020).

Este estudio sobre la adicción a las apuestas deportivas se enfoca en una problemática novedosa y de creciente interés en el país. La investigación se realiza en la ciudad de Machala, con una muestra anónima y colaborativa de dos individuos de 20 y 23 años. Es importante destacar que la participación de los sujetos se realizó de manera voluntaria y consciente, previo consentimiento informado. Se tomaron todas las medidas éticas y de confidencialidad necesarias para proteger la identidad y los derechos de los participantes involucrados en la investigación de análisis de casos.

1.2 Hechos de interés

En un estudio realizado por Gozalo-Delgado (2023) en los años 2021 y 2022, se llevó a cabo una encuesta anónima y voluntaria a 469 estudiantes de distintas facultades de la Universidad de Extremadura. Esta abordó temas relacionados con hábitos saludables, participación en apuestas deportivas y creencias sobre el juego. Los resultados revelaron que aproximadamente la mitad de los participantes había apostado alguna vez, aunque la mayoría no lo hacía habitualmente. Se encontraron diferencias significativas asociadas al género, donde los varones tendían a apostar más que las mujeres, y los estudiantes que practicaban deportes tendían a apostar con mayor frecuencia.

Por otro lado, Sales-Triguero y Cloquell-Lozano (2021) analizaron la evolución del juego online en España y los factores que lo determinaban como patológico. Profundizaron en el perfil de los adolescentes consumidores de juegos online y expusieron prácticas educativas para prevenir la adicción. Los resultados mostraron un aumento progresivo en el consumo de juegos online entre los adolescentes de 14 y 18 años. En cuanto a los programas educativos para prevenir la adicción al juego online, se resalta la necesidad de actuar y llevar a cabo acciones de sensibilización y prevención en el ámbito educativo.

Gori et al. (2022) realizaron un estudio transversal con 253 individuos diagnosticados con Trastorno de Juego (82% hombres, 17% mujeres; edad media = 47 años). Los hallazgos revelaron que la alexitimia ejerce un efecto mediador significativo en la relación entre el apego inseguro y la disociación, impactando el bienestar psicológico de los participantes. Asimismo, se confirmó la influencia de la impulsividad y la compulsividad en la determinación de la obsesividad. Los resultados sugieren que la alexitimia podría incrementar el riesgo de desarrollar un trastorno de juego, mediando la asociación entre el apego inseguro y la disociación.

Una investigación con casi 15.000 aficionados al deporte australiano para analizar el comportamiento de las apuestas y las actitudes, revelaron que la probabilidad de apostar en deportes disminuye con la edad y es menor en mujeres y personas con educación universitaria, mientras que las actitudes permisivas hacia las apuestas deportivas son más fuertes entre los hombres jóvenes dentro de sus círculos de amistad. Este análisis ofrece perspectivas sobre el mercado objetivo más propenso a apostar en deportes, lo cual puede informar iniciativas de salud pública y campañas de reducción de daños (Seal et al., 2022).

Por otra parte, Chóliz et al. (2022) en su trabajo de investigación utilizaron "Ludens", un programa de prevención de la adicción al juego que se implementó en 42 escuelas secundarias españolas, dirigido por psicólogos especializados y basado en los principios del juego ético. Tras la aplicación de este programa, se observaron resultados significativos, con reducciones estadísticamente significativas en la frecuencia mensual de juego, el porcentaje de adolescentes con juego riesgoso y el porcentaje de adolescentes con trastorno de juego. Por tanto, el programa Ludens demostró ser efectivo como una estrategia de prevención universal para la adicción al juego en la población adolescente.

En la investigación de Grubbs y Kraus (2022) aplicaron una encuesta a adultos estadounidenses, abordando variables demográficas como edad, género, nivel educativo,

región y etnia, y reclutaron participantes adicionales que tenían experiencia en apostar en deportes. Los resultados mostraron que ser hombre, más joven, de mayor ingreso y residir en un estado donde las apuestas deportivas son legales se asociaba con una mayor probabilidad de participar en apuestas deportivas.

En su estudio, Lelonek-Kuleta y Piotr Bartczuk (2021) examinaron una muestra de apostadores de deportes electrónicos en Polonia, utilizando el Índice de Severidad del Problema de Juego (PGSI) y cuestionarios sobre motivación para apostar y estrategias de afrontamiento. Los resultados revelaron que el trastorno de juego entre los apostadores de deportes electrónicos se asocia con el tiempo dedicado al juego. Además, encontraron que las estrategias de afrontamiento de escape y la motivación financiera y de afrontamiento para apostar en resultados de deportes electrónicos son predictores del trastorno de juego.

Pérez-Albéniz et al. (2022) realizaron un estudio con 1790 estudiantes españoles de 14 a 19 años. Se utilizaron cuestionarios para evaluar la frecuencia y tipo de apuestas, problemas emocionales y conductuales, autoestima, depresión y bienestar psicológico. Los resultados indicaron que el 20% de los adolescentes habían apostado dinero en el último año, con una prevalencia significativamente mayor en varones y en adolescentes mayores de 16 años. Se observó una correlación entre el comportamiento de apuestas y diversos indicadores de salud mental. Este estudio subraya la necesidad de implementar programas de prevención contextualizados para jóvenes y la importancia de considerar las apuestas como un factor de riesgo potencial para la salud mental adolescente.

Vieira et al. (2023) realizaron un estudio con 920 adultos de Ontario, Canadá, que habían participado en apuestas deportivas en los tres meses previos. Se utilizaron cuestionarios para evaluar variables demográficas, psicológicas, severidad del juego patológico y daños relacionados con las apuestas. Los resultados revelaron que los apostadores in-play reportaron mayor severidad de juego patológico y daños más significativos relacionados con las apuestas en los ámbitos financiero, laboral, de bienestar psicológico, relacional y social, en comparación con otros grupos de apostadores. Adicionalmente, este grupo informó mayores dificultades de salud mental, uso de sustancias, impulsividad y desregulación emocional.

Brevers et al. (2022) analizaron el impacto de las apuestas deportivas en los jóvenes, basándose en estudios transversales recientes y encuestas realizadas en muestras de conveniencia. Los resultados revelaron que las apuestas deportivas son prevalentes entre

la población juvenil, especialmente entre los hombres jóvenes, y se encontraron asociadas con problemas psicosociales y de salud mental. El estudio destaca la necesidad de investigar para distinguir hábitos de juego temporales y patrones problemáticos que puedan prolongarse hasta la edad adulta, sugiriendo la implementación de programas educativos y regulaciones más estrictas para proteger a los jóvenes de los riesgos inherentes a esta actividad.

Jiménez-Murcia et al. (2021) realizaron un estudio con 352 apostadores deportivos españoles en tratamiento por trastorno de juego, evaluando los efectos de variables sociodemográficas, edad de inicio, perfil de personalidad y bienestar psicológico. Los resultados indicaron que una mayor edad y un nivel elevado de búsqueda de novedades fueron predictores significativos de la severidad del juego. Se observó que la frecuencia más alta de apuestas se presentaba en hombres con menor nivel educativo pero mayor estatus social. El estudio destaca la importancia de considerar las características únicas de los apostadores deportivos en el diseño de intervenciones terapéuticas y estrategias de prevención para el trastorno de juego.

El estudio de Ukhov et al. (2021) analizó los datos de comportamiento de 10.000 participantes utilizando un modelo predictivo, en relación con el juego problemático en línea, comparando a los jugadores de casinos en línea con los apostadores deportivos en línea. Los hallazgos revelaron que, para los apostadores deportivos en línea, el número de apuestas realizadas por día era un factor clave relacionado con el deterioro del bienestar debido al juego problemático. Además, el estudio sugirió que la "indefensión aprendida" podría ser una variable relevante para comprender mejor este fenómeno.

Vuorinen et al. (2021) realizaron un estudio basado en encuestas, aplicadas a jóvenes de 15 a 25 años en Finlandia, Estados Unidos, Corea del Sur y España. Se evaluaron variables como el juego excesivo, la angustia psicológica, la soledad y la indefensión aprendida. Los resultados revelaron que la soledad y la indefensión aprendida se asociaban indirectamente con el juego excesivo a través de la angustia psicológica en todas las muestras nacionales. Este estudio destacó el papel mediador de la angustia psicológica en la relación entre la soledad, el sentido de control y el juego excesivo. Los hallazgos sugieren que fortalecer el sentido de control entre los jóvenes podría ser beneficioso en la prevención y el tratamiento de los problemas de juego.

Marinaci et al. (2021) realizaron un análisis para examinar la influencia de las características sociodemográficas y los factores psicosociales en el juego problemático, el juego excesivo y el bienestar general. Los resultados indicaron que ser de género masculino, la falta de supervisión parental y la indefensión aprendida eran predictores significativos tanto del juego problemático como del juego excesivo, además de asociarse con un deterioro del bienestar. Estos hallazgos subrayan la importancia de investigar cómo los adolescentes, sus actividades y su entorno cultural construyen el significado que atribuyen al juego, así como el impacto subsecuente en su bienestar. El estudio destaca la necesidad de considerar estos factores en la comprensión y abordaje de los problemas relacionados con el juego en la población adolescente.

Por último, la investigación llevada a cabo por Wirkus et al. (2024), a través del estudio longitudinal RIGAB, ha analizado los factores de riesgo individuales y su relevancia clínica en los apostadores deportivos en línea. Se utilizó una muestra seleccionada a partir de proveedores y se realizaron encuestas en línea. Los resultados revelaron que la impulsividad, las dificultades en la identificación de emociones, los trastornos mentales comórbidos y el estrés se encontraban asociados con el trastorno de juego. Estos resultados muestran que es crucial considerar la impulsividad, el estrés y cómo enfrentarlo adecuadamente al tratar de prevenir y tratar problemas de juego en personas en riesgo.

1.3 Objetivos de la investigación

Objetivo general

Analizar la indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas.

Objetivos específicos

- Identificar la indefensión aprendida en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.
- Examinar el bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas.

2. FUNDAMENTO TEÓRICO – EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO

2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.

En cuanto al enfoque epistemológico de la presente investigación, se selecciona el enfoque cognitivo conductual, el cual combina los principios del conductismo y la psicología cognitiva. Este enfoque surgió a mediados del siglo XX como una integración de los conceptos del condicionamiento operante propuestos por Burrhus Frederic Skinner y los procesos cognitivos como pensamientos y creencias (Chamba-Landy et al., 2022). Skinner (1938) postuló que las conductas que tienen consecuencias positivas (refuerzos) tienden a repetirse, mientras que aquellas que conllevan consecuencias negativas (castigos) tienden a disminuir.

Aaron Beck consideraba que el conductismo no era suficiente para explicar el origen de la conducta, por lo que desarrolló la terapia cognitiva. En la década de los 60, la creó con el fin de tratar la depresión, centrándose en la reestructuración de los pensamientos y creencias desadaptativas (Beck, 1967). De igual forma, Albert Ellis desarrolló la terapia racional emotiva conductual que se enfocaba en los pensamientos irracionales como causa de las emociones y conductas desadaptativas (Ellis, 1962). Tanto Beck como Ellis reconocieron la importancia de los procesos cognitivos en la génesis de los trastornos psicológicos y la necesidad de ir más allá de los principios puramente conductuales para abordar los patrones de pensamiento disfuncionales (Lupiáñez, 2023).

El enfoque cognitivo-conductual emergió de las contribuciones de varios psicólogos influyentes, integrando técnicas conductuales con la reestructuración de pensamientos y creencias desadaptativas. Desde su desarrollo a mediados del siglo XX, la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) ha evolucionado significativamente, estableciéndose como uno de los enfoques terapéuticos más estudiados y aplicados en el tratamiento de diversos trastornos mentales (Rodríguez-Riesco et al., 2022).

Esta aproximación terapéutica se caracteriza por su énfasis en la modificación de patrones cognitivos y conductuales, reflejando la síntesis de múltiples perspectivas teóricas en un marco de intervención coherente y empíricamente respaldado, lo cual permite abordar de manera efectiva una amplia gama de problemas y trastornos psicológicos, promoviendo cambios significativos en el bienestar psicológico de las personas (González-Terrazas y Froxán-Parga, 2021).

Algunos trastornos psicológicos tratados con éxito mediante la TCC se encuentran los trastornos de ansiedad, las fobias, la depresión, la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno de estrés postraumático (TEPT). Además, la TCC se utiliza con éxito para abordar trastornos del estado de ánimo, trastornos de la conducta y problemas de sueño como el insomnio crónico. Todas estas aplicaciones de la TCC en los diferentes trastornos se basan en técnicas que modifican los pensamientos y promueven comportamientos adaptativos (van Loenen et al., 2022).

De igual manera, ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de conductas adictivas. Esta modalidad terapéutica se utiliza para abordar una variedad de adicciones, incluyendo el consumo de sustancias como el alcohol y las drogas, así como comportamientos adictivos como el juego patológico (Kisch y Hakansson, 2022). En el caso específico de las apuestas, esta terapia se enfoca en identificar y modificar los patrones de pensamiento y comportamiento que mantienen la adicción al juego. Se trabaja con los individuos para reconocer las distorsiones cognitivas relacionadas con las apuestas, como la ilusión de control o la falacia del jugador. Además, se enseñan técnicas de manejo de impulsos y estrategias de afrontamiento para resistir los deseos de jugar (Morales-Rodríguez et al., 2020).

Si bien la terapia ha demostrado ser eficaz para una amplia gama de trastornos psicológicos, su aplicación en casos complejos como la esquizofrenia o los trastornos de la personalidad presenta limitaciones significativas. Estos trastornos pueden requerir enfoques terapéuticos más especializados que aborden las complejidades subyacentes. En este contexto, terapias como el psicoanálisis o la terapia centrada en la persona pueden ser más apropiadas. Estas terapias, a diferencia de la TCC, enfatizan la exploración emocional profunda, el trabajo relacional y la reconstrucción del self (Cisneros-Herrera y Mejía-Olguín, 2023).

El enfoque cognitivo-conductual emplea diversos métodos y técnicas para abordar una amplia gama de problemas individuales. Más allá de la mera mitigación de estas dificultades, su objetivo primordial radica en fomentar el desarrollo y fortalecimiento de las habilidades personales. Este proceso busca facilitar una mayor aceptación de uno mismo dentro del entorno, lo que conduce a una mejora sustancial en la calidad de vida (Lorenzo-Diaz et al., 2021).

Una de sus técnicas más efectivas es la reestructuración cognitiva, la cual se centra en identificar y modificar pensamientos automáticos y creencias disfuncionales que contribuyen a estados emocionales negativos y patrones de comportamiento problemáticos. Esta técnica implica un proceso sistemático donde el individuo aprende a reconocer y cuestionar las interpretaciones distorsionadas o sesgadas de las situaciones, sustituyéndolas por pensamientos más realistas y adaptativos. A través de la reestructuración cognitiva, se promueve un cambio en la percepción del individuo sobre sí mismo, los demás y el mundo, facilitando así una mayor capacidad para enfrentar los desafíos con una perspectiva más equilibrada y constructiva (Kikelomo, 2024).

Esta terapia ofrece diversas ventajas reconocidas como la colaboración activa entre el terapeuta y el cliente, promoviendo un ambiente de aprendizaje donde se enseñan habilidades prácticas para identificar y modificar patrones de pensamiento y comportamiento disfuncionales. Además, esta terapia está fundamentada en principios teóricos sólidos y cuenta con un extenso respaldo empírico que valida su eficacia en la mejora del bienestar psicológico y la calidad de vida de los individuos (Guzmán-Sescosse, 2023).

2.2 Bases teóricas de la investigación

La autoeficacia, concepto desarrollado por Albert Bandura, se erige como el contrapunto de la indefensión aprendida. Este constructo se refiere a la creencia del individuo en su capacidad para ejecutar acciones efectivas frente a situaciones desafiantes. En el ámbito del comportamiento adictivo, la autoeficacia se manifiesta como la convicción del sujeto en su habilidad para controlar los impulsos de juego y mantener la abstinencia, incluso en circunstancias de alto riesgo (Soriano-Sánchez et al., 2023).

Para fomentar la autoeficacia en personas con adicción a las apuestas, se ha demostrado la eficacia de la técnica del modelado o aprendizaje vicario. Esta estrategia, fundamentada en la teoría del aprendizaje social de Bandura, implica la observación e imitación de comportamientos exitosos de otros individuos que han superado la adicción. El proceso incluye la exposición a modelos positivos, el análisis detallado de sus estrategias de afrontamiento, y la práctica guiada de estas técnicas en situaciones simuladas de complejidad creciente (Negrete-Rodríguez y Saucedo-Ramos, 2024).

La implementación sistemática del modelado en el comportamiento adictivo conlleva múltiples beneficios. En primer lugar, proporciona evidencia tangible de que la recuperación es alcanzable, contrarrestando así las creencias de indefensión. Además, facilita la adquisición de estrategias concretas y aplicables para el manejo de los impulsos adictivos. La práctica gradual y la retroalimentación constructiva fomentan la confianza del paciente en sus propias capacidades, mientras que el establecimiento y logro de metas a corto plazo refuerza la percepción de autoeficacia (Rodríguez-Rey y Cantero-García, 2020).

Un estudio relevante que ha aplicado estos conceptos examinó la eficacia de intervenciones breves basadas en la terapia cognitivo-conductual y la entrevista motivacional para prevenir el juego problemático en estudiantes universitarios en riesgo. Los investigadores utilizaron técnicas que fomentaban la autoeficacia y abordaban la indefensión aprendida. La intervención incluyó componentes de modelado, donde se presentaron estrategias exitosas utilizadas por personas que habían superado problemas de apuestas. También se empleó la reestructuración cognitiva para desafiar las creencias distorsionadas sobre el juego y fomentar una percepción de control (Larimer et al., 2012).

Por otra parte, la Técnica de Visualización Positiva emerge como una estrategia prometedora para fortalecer el bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas. Esta intervención, que integra principios de la terapia cognitivo-conductual y la psicología positiva, pretende que la creación y el refuerzo sistemático de imágenes mentales positivas pueden influir significativamente en el pensamiento y comportamiento del sujeto (Simonsmeier, 2020).

El protocolo de implementación de esta técnica comprende varios componentes clave. Inicialmente, se guía al paciente en la identificación y establecimiento de metas positivas no relacionadas con las apuestas, seguido por la construcción detallada de escenarios mentales futuros donde estas metas se han alcanzado. Se enfatiza la incorporación de emociones positivas durante estas visualizaciones, así como la inclusión de escenas donde el individuo supera con éxito situaciones de riesgo relacionadas con el juego. La práctica regular y el anclaje sensorial son elementos cruciales para la efectividad de la técnica, facilitando la evocación de estas visualizaciones en momentos de tentación o estrés (Paris, 2000).

La eficacia de la Técnica de Visualización Positiva en el contexto de los comportamientos adictivos se sustenta en múltiples mecanismos psicológicos. En primer lugar, proporciona una dirección positiva y esperanzadora, contrarrestando la negatividad asociada con la adicción. Además, refuerza la autoeficacia del individuo al visualizar repetidamente escenarios de éxito en el manejo de impulsos adictivos. La conexión explícita con los valores personales del sujeto fortalece la motivación intrínseca para el cambio, mientras que la práctica regular puede reducir la ansiedad asociada con la abstinencia de las apuestas (Valiente, 2006).

La revisión sistemática de Pickering et al. (2018) identificó estudios que empleaban técnicas de imaginación y visualización en el tratamiento de problemas de juegos, incluyendo apuestas deportivas. Estas técnicas se utilizaron para visualizar un futuro sin apuestas, manejar situaciones de riesgo y reforzar la autoeficacia. Los resultados sugieren que estas intervenciones podrían reducir la frecuencia e intensidad de las conductas de apuestas deportivas y mejorar el bienestar psicológico.

La investigación sobre el tratamiento de la adicción a las apuestas enfatiza la importancia de la autoeficacia. Técnicas como el modelado, basado en la observación de comportamientos exitosos, y la Visualización Positiva, que integra principios de terapia cognitivo-conductual y psicología positiva, han demostrado ser efectivas para fortalecer la autoeficacia. Estudios, incluyendo intervenciones breves y revisiones sistemáticas como las anteriormente mencionadas, sugieren que estas estrategias pueden reducir la frecuencia de las conductas de apuestas y mejorar el bienestar psicológico. Estos hallazgos resaltan la eficacia de enfoques terapéuticos que abordan tanto la autoeficacia como la indefensión aprendida en el tratamiento de la adicción a las apuestas deportivas.

3. PROCESO METODOLÓGICO

3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada

Para esta investigación se eligió el enfoque cualitativo por su capacidad para proporcionar una comprensión profunda y detallada de las características y particularidades del objeto de estudio, esencial para analizar fenómenos complejos. Según Arribas-Llópis et al. (2021) el enfoque cualitativo es útil para interpretar, describir y comprender los fenómenos mediante experiencias y vivencias de los participantes. De esta manera, en esta investigación se buscó que las preguntas emergieran de manera dinámica durante el proceso, facilitando una exploración más rica y matizada del comportamiento humano, acorde con las experiencias individuales de los encuestados.

Este trabajo investigativo adopta el diseño de estudio de caso, ya que proporciona una comprensión precisa y detallada de un fenómeno específico, permitiendo una exploración profunda de sus particularidades. Según Canta-Honores y Quesada-Llanto (2021), este método es especialmente eficaz para caracterizar el desarrollo y los aspectos únicos de un caso, facilitando la descripción y el análisis exhaustivo del objeto de estudio. Además, este diseño permite abordar situaciones complejas y responder a las preguntas planteadas, considerando la influencia del contexto en el que se manifiesta el fenómeno.

El alcance descriptivo fue elegido para esta investigación debido a su enfoque detallado en la especificación y análisis de las características del comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas. Este tipo de alcance permite una descripción exhaustiva y minuciosa de los aspectos manifestados en los individuos afectados por esta condición, proporcionando una visión completa y precisa de los patrones y consecuencias del comportamiento adictivo en este escenario (Arias-González et al, 2020).

Según Hernández et al. (2014), el alcance descriptivo se centra en especificar las propiedades y perfiles de los fenómenos analizados, facilitando la recopilación de información sobre conceptos o variables relevantes. En el caso del comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas, este alcance de investigación permite identificar y documentar en detalle cómo se manifiestan estos comportamientos, las motivaciones subyacentes, y el impacto en la vida de los individuos, contribuyendo así a una comprensión más profunda y precisa del fenómeno.

La presente investigación adoptó un enfoque cualitativo, utilizando una muestra no probabilística por conveniencia. Las unidades de análisis están conformadas por dos adultos jóvenes con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas, residentes en la provincia de El Oro, específicamente en el cantón Machala, con edades comprendidas de 20 y 23 años. Esta selección se realizó para conocer en profundidad sus experiencias y cómo enfrentan esta problemática, permitiendo una comprensión más detallada del fenómeno estudiado.

3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación

La recolección de información se llevó a cabo mediante entrevista semiestructurada, un método que permite al entrevistador formular preguntas específicas. Esta técnica facilita una interacción dinámica entre investigador y participante, promoviendo una comprensión más profunda del fenómeno estudiado. Lopezosa y Codina (2022) destacan la eficacia de las entrevistas semiestructuradas en la investigación cualitativa, señalando que permiten un diálogo dirigido que se alinea con los objetivos del estudio mientras captura la perspectiva única del participante. Este enfoque enriquece la calidad de los datos recopilados, proporcionando una base sólida para el análisis posterior y contribuyendo a una comprensión más holística del tema investigado.

En base a este método se obtuvo información detallada sobre las percepciones de los participantes respecto a su capacidad de control sobre el hábito de apostar, las estrategias empleadas para manejar su comportamiento adictivo, y el impacto de este en su autoestima, relaciones interpersonales y sentido de propósito en la vida. La entrevista, exploró aspectos clave como la sensación de impotencia ante la adicción, la atribución de culpa, la pérdida de interés en otras actividades, y la capacidad de resiliencia frente a los desafíos relacionados con las apuestas. La entrevista se diseñó con 10 interrogantes, como ejemplo: “¿Siente que, sin importar lo que haga, nunca podrá controlar su hábito de apostar en eventos deportivos?”.

Por otra parte, la observación se utilizó como un método complementario para la recolección de datos, permitiendo captar no solo aspectos visuales, sino también impresiones del entorno a través de diversas capacidades humanas. Esta técnica puede llevarse a cabo mediante contacto directo con los sujetos o a través de métodos remotos, como audios o videograbación, lo que facilita el análisis de gestos y actitudes relevantes

para el estudio. Luna-Conejo (2022) destacan que una guía de observación es esencial para dirigir de manera metódica la recopilación de datos, orientando al investigador en la exploración estructurada de fenómenos específicos y contribuyendo al entendimiento del área de estudio.

Se utilizó un checklist para observar las dimensiones basadas en la guía de observación, que incluía aspectos como el discurso positivo o negativo, distorsiones cognitivas, contradicciones de ideas, entusiasmo por los proyectos, desinterés, autoinculpación y confianza. Esta observación sistemática permitió capturar manifestaciones conductuales y emocionales que complementan la información verbal obtenida en la entrevista, proporcionando una perspectiva más integral del fenómeno estudiado y enriqueciendo el análisis del estudio de casos.

3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos

Tema: Indefensión aprendida en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Desesperanza	<p>Caso 1: "No creo tener un problema, aunque dedico mucho tiempo analizando partidos y participando en grupos de WhatsApp de apuestas deportivas. Disfruto esta actividad y ocasionalmente gano, pero usualmente termino perdiendo dinero".</p> <p>Caso 2: "He logrado dejar las apuestas por períodos cortos, pero los bonos y promociones que ofrecen las casas de apuestas me hacen volver a jugar".</p>	<p>Regla: Es un estado emocional caracterizado por la pérdida total de expectativas y la creencia de que no hay solución o futuro positivo (Espinoza-Yong, 2021).</p> <p>Memo: Un participante indica desesperanza y el otro sugiere falta de control.</p>
Pasividad	<p>Caso 1: "A pesar de mis intentos por dejar de apostar, no he tenido éxito. Al tener ingresos laborales y sin responsabilidades familiares, dedico gran parte de mi tiempo libre y dinero a las apuestas, convirtiéndose en mi principal entretenimiento".</p> <p>Caso 2: "Suelo detenerme cuando acumulo pérdidas significativas, pero la necesidad de recuperar el dinero me lleva a realizar nuevos depósitos. Si la tendencia negativa persiste, vuelvo a abandonar temporalmente".</p>	<p>Regla: Actitud o comportamiento caracterizado por la falta de iniciativa, acción o reacción ante situaciones o estímulos externos (Fernández-Savater y Varela-Huerta, 2020).</p> <p>Memo: Los participantes manifiestan reflejar pasividad, ya que, reconocen el problema de las apuestas.</p>
Autoinculpación	<p>Caso 1: "Me siento culpable porque no dedico suficiente tiempo a analizar los partidos. A veces confío</p>	<p>Regla: Tendencia a culparse o responsabilizarse excesivamente a uno</p>

	<p>ciegamente en que un equipo ganará, sin considerar otros factores, y cuando no sucede así, me culpo por ello".</p> <p>Caso 2: "Me invade un sentimiento de culpa cuando pierdo, al pensar que ese dinero pudo haberse destinado a cubrir necesidades personales importantes".</p>	<p>mismo por eventos negativos, incluso cuando no se tiene responsabilidad directa sobre ellos (Marsollier y Expósito, 2021).</p> <p>Memo: Los participantes mencionan culpa por sus pérdidas económicas.</p>
--	---	--

Tema: Bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Autonomía	<p>Caso 1: "Reconozco una dificultad para controlar mi conducta en relación con las apuestas, manifestada en la compulsión diaria por apostar y recargar dinero cuando se me agota. Pero, mantengo el control sobre otros aspectos de mi vida, como mi responsabilidad laboral, donde conservo una disciplina constante y cumplo con mis obligaciones".</p> <p>Caso 2: "Soy consciente de mi falta de autocontrol en relación con las apuestas. La presencia de dinero en mi cuenta se convierte en un impulso inmediato para apostar, sin capacidad de resistirme a ello".</p>	<p>Regla: Capacidad de una persona para tomar decisiones y actuar por su cuenta, sin depender de la influencia o el control de otros (Tuárez-Párraga y Tarazona-Meza, 2022).</p> <p>Memo: Los participantes manifiestan falta de autonomía ya que reconocen que no tienen el control total sobre este comportamiento.</p>
Competencia personal	Caso 1: "En general, me esfuerzo por cumplir todas las metas que me propongo, pero las apuestas son una excepción. He intentado	Regla: Conjunto de habilidades, conocimientos y capacidades que una persona posee y reconoce en sí misma para enfrentar

	<p>dejarlas, pero no lo he logrado; resulta ser algo adictivo".</p> <p>Caso 2: "Sí, me he propuesto alcanzar ciertos objetivos en el futuro, como trabajar en el extranjero. Todas mis metas siguen siendo las mismas; no cambian por el hecho de apostar".</p>	<p>desafíos y lograr objetivos de manera efectiva (Gil-Galván et al., 2021).</p> <p>Memo: Los participantes mencionan tener una competencia personal ambigua.</p>
Resiliencia	<p>Caso 1: "No logro recuperarme fácilmente de una apuesta perdida ni de las consecuencias inmediatas que conlleva. Me siento enojado y tiendo a culpar al equipo al que aposté. Generalmente, no me recupero bien después de una derrota, y si es una pérdida económica significativa, claro que me duele".</p> <p>Caso 2: "Normalmente no me recupero de inmediato, sino que me lleva tiempo, porque como mencioné, perder dinero complica muchas cosas en mi vida".</p>	<p>Regla: Capacidad de una persona para adaptarse, recuperarse y fortalecerse ante la adversidad, los traumas, las amenazas o situaciones estresantes (Román et al., 2020).</p> <p>Memo: Los participantes mencionan tener poca resiliencia frente a las pérdidas.</p>

Tema: Comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Interferencia social	<p>Caso 1: "Mi independencia al vivir solo me permite mantener mis actividades de apuestas en privado, ocultándolas de mi familia. En cambio, con mis amigos no solo comparto abiertamente esta práctica, sino que activamente los</p>	<p>Regla: Distanciamiento progresivo de familiares y amigos, causado por elegir las apuestas por encima de las interacciones sociales, llevando a un alejamiento social y una preferencia por dedicar tiempo a actividades centradas en las apuestas deportivas</p>

	<p>motivo y orientado para que participen en las apuestas".</p> <p>Caso 2: "Mi círculo social muestra reacciones divididas: algunos amigos comparten mi práctica de apostar, mientras otros expresan preocupación y me aconsejan detenerme. En la familia, la respuesta es negativa, manifestando molestia y desaprobación al considerar las apuestas como un desperdicio de dinero".</p>	<p>(García-Álvarez et al., 2022).</p> <p>Memo: Narraciones de distanciamiento familiar y conflictos por preferir las apuestas a la familia.</p>
Conducta de recuperación	<p>Caso 1: "Considero que el dinero que he invertido podría haber sido utilizado en otras cosas, como una moto o artículos para el hogar. Sin embargo, reconozco que esta inversión ha tenido cierta influencia en mi propósito de vida".</p> <p>Caso 2: "Creo que no ha cambiado en nada, ya que las metas que me he propuesto siguen siendo las mismas. Sin embargo, considero que, si gano dinero, será más fácil alcanzarlas, ya que el dinero facilita mucho las cosas".</p>	<p>Regla: Esfuerzos constantes por recuperar el dinero perdido a través de más apuestas, que resulta en un círculo vicioso donde las pérdidas se multiplican y aumentan continuamente (Giraldez-Hayes, 2020).</p> <p>Memo: Los participantes refieren una percepción ambigua de ganar o recuperar dinero perdido.</p>

Pensamiento obsesivo	<p>Caso 1: "Mi rutina diaria se limita al trabajo, y al llegar a casa, mi tiempo lo dedico exclusivamente a jugar en el celular y analizar los próximos partidos. No realizo otras actividades más allá de esta rutina".</p> <p>Caso 2: "Dedico una cantidad significativa de tiempo analizando y planificando apuestas potencialmente exitosas. Esta absorción mental en las apuestas ha desplazado mi interés y tiempo disponible para otras actividades cotidianas".</p>	<p>Regla: Pensamiento recurrente sobre apuestas que invaden la mente, ya sea anticipando futuras jugadas o recordando experiencias anteriores, los cuales persisten incluso durante momentos dedicados a otras actividades (Pacheco-Carrascal, 2015).</p> <p>Memo: Los participantes mencionan tener pensamientos obsesivos.</p>
-----------------------------	---	--

4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Discusión y argumentación teórica de los resultados.

En base a la metodología implementada en esta investigación, que comprendió la aplicación una entrevista semiestructurada y una guía de observación, se logró recopilar información fundamental para el análisis e interpretación de las unidades de estudio: indefensión aprendida y bienestar psicológico. La valiosa información obtenida mediante estos instrumentos ha sido determinante para alcanzar los objetivos planteados inicialmente en la investigación, permitiendo así desarrollar un análisis exhaustivo de los hallazgos, los cuales se detallarán a continuación.

Indefensión aprendida en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

La indefensión aprendida, la creencia de que uno no puede controlar eventos negativos, juega un papel crucial en el desarrollo y mantenimiento de las adicciones, especialmente en el ámbito de las apuestas. Según Naz et al. (2020), esta condición surge tras experiencias repetidas de situaciones adversas incontrolables, llevando al individuo a resignarse y creer que sus acciones no influyen en los resultados. En el contexto de las apuestas, sostiene que es un factor central que sustenta estas conductas problemáticas, donde una mayor sensación de impotencia se correlaciona con una adicción más severa. Esta percepción de falta de control dificulta el reconocimiento de la adicción y la implementación de cambios efectivos, ya que la persona cree erróneamente que no puede modificar su comportamiento (Adeoye et al., 2020).

La desesperanza, es uno de los indicadores de la indefensión aprendida, según Espinoza-Yong (2021), representa un estado emocional que refleja la ausencia total de esperanza, donde el individuo percibe un vacío existencial que anula cualquier posibilidad de perspectiva positiva o solución viable, esto se refleja en el entrevistado como: **Caso 2:** "He logrado dejar las apuestas por períodos cortos, pero los bonos y promociones...me hacen volver a jugar". En cuanto al **Caso 1:** "...dedico mucho tiempo analizando partidos y participando en grupos de WhatsApp de apuestas deportivas.... pero usualmente termino perdiendo dinero". La desesperanza está presente en un entrevistado, sin embargo, es importante recalcar que ha sido por periodos cortos su alejamiento de las apuestas, en el otro entrevistado no se encuentra este indicador.

Por otra parte, se encuentra **la pasividad**, Fernández-Savater y Varela-Huerta (2020), indican que es una total inhibición de respuesta, caracterizada por la ausencia de iniciativa o reacción ante los estímulos del entorno, esto se evidenció en el **Caso 1**: "A pesar de mis intentos por dejar de apostar, no he tenido éxito..., dedico gran parte de mi tiempo libre y dinero a las apuestas, convirtiéndose en mi principal entretenimiento". En cuanto el **Caso 2**: "Suelo detenerme cuando acumulo pérdidas significativas, pero la necesidad de recuperar el dinero me lleva a realizar nuevos depósitos...". Ambos casos reflejan pasividad, ya que, aunque las personas reconocen el problema de las apuestas, no toman decisiones firmes ni acciones concretas para cambiarlas.

De igual manera, otro indicador importante en este fenómeno es **la autoinculpación**, que refiere a la propensión a asumir una culpabilidad desproporcionada por acontecimientos adversos, incorporando una autoatribución excesiva de responsabilidad incluso en circunstancias donde la implicación personal es mínima o inexistente (Marsollier y Expósito, 2021). Esto se ve expresado en: **Caso 2**: "Me invade un sentimiento de culpa cuando pierdo...". En cuanto al **Caso 1**: "Me siento culpable porque no dedico suficiente tiempo a analizar los partidos...". En esta categoría, los dos reflejan autoinculpación, ya que las personas se sienten responsables de sus pérdidas y se critican por sus decisiones.

Bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

El bienestar psicológico, según Ferrer (2020), representa un estado de equilibrio emocional y mental que abarca satisfacción con la vida, relaciones saludables y un sentido de propósito. Sin embargo, la adicción al juego compromete severamente este equilibrio. La ansiedad, el estrés y la preocupación constante por las apuestas generan un estado de angustia crónico. A esto se suma el deterioro financiero y los conflictos interpersonales que la adicción provoca, llevando a la persona a experimentar sentimientos de desesperanza y, en casos extremos, pensamientos suicidas.

Uno de los indicadores del bienestar psicológico es **la autonomía**, entendida según Tuárez-Párraga y Tarazona-Meza (2022) como la facultad individual de elegir y ejecutar acciones de manera independiente, sin someterse a la dirección o manipulación externa. En el presente estudio, esta dimensión se analiza a través del **Caso 1**: "Reconozco una dificultad para controlar mi conducta en relación con las apuestas.... Pero, mantengo el control sobre otros aspectos de mi vida...". En cuanto al **Caso 2**: "Soy consciente de mi

falta de autocontrol en relación con las apuestas..., sin capacidad de resistirme a ello". Ambos casos reflejan falta de autonomía en relación con las apuestas, ya que las personas reconocen que no tienen el control total sobre este comportamiento.

En cuanto a la **competencia personal**, Gil-Galván et al. (2021) aseguran que es la composición de capacidades y conocimientos que un sujeto ha desarrollado y detecta en sí mismo, constituyendo un instrumento fundamental para enfrentar desafíos y cumplir propósitos. Este concepto se refleja claramente en el **Caso 2**: "Sí, me he propuesto alcanzar ciertos objetivos en el futuro.... Todas mis metas siguen siendo las mismas; no cambian por el hecho de apostar". En cuanto el **Caso 1**: "...me esfuerzo por cumplir todas las metas que me propongo, pero las apuestas son una excepción...". Ambos casos reflejan una competencia personal ambigua, pero con diferentes matices.

Por último, en lo que respecta a la **resiliencia**, Román et al. (2020) la conceptualizan como la habilidad de un individuo para reaccionar de manera flexible y positiva frente a circunstancias traumáticas o amenazantes, emergiendo fortalecido tras cada desafío. Esta condición se manifestó en el **Caso 2**: "Normalmente no me recupero de inmediato, sino que me lleva tiempo...". En cuanto el **Caso 1**: "No logro recuperarme fácilmente de una apuesta perdida ni de las consecuencias inmediatas que conlleva... Generalmente, no me recupero bien después de una derrota...". Ambos casos reflejan baja resiliencia frente a las pérdidas, ya que las personas tienen dificultades para manejar las emociones negativas y el impacto de perder dinero.

Comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

En lo que respecta a los indicadores del comportamiento adictivo, García-Álvarez et al., (2022) indican que la **interferencia social** es la separación gradual de familiares y amigos, ocasionada por priorizar las apuestas sobre las relaciones sociales, lo que resulta en un aislamiento social y una inclinación a dedicar tiempo a actividades relacionadas con el juego, esto se evidenció en el **Caso 2**: "...algunos amigos comparten mi práctica de apostar, mientras otros expresan preocupación... En la familia, la respuesta es negativa...". En cuanto el **Caso 1**: "...con mis amigos no solo comparto abiertamente esta práctica, sino que activamente los motivo y oriento para que participen en las apuestas". Ambos casos reflejan relaciones conflictivas, ya que las dinámicas familiares y con los amigos están marcadas por desacuerdos y reacciones negativas debido a las apuestas.

De igual forma, otro indicador importante en este fenómeno es la **conducta de recuperación**, que refiere a esfuerzos continuos por recuperar el dinero perdido mediante más apuestas, lo que genera un ciclo vicioso en el que las pérdidas se incrementan y se multiplican constantemente. (Giraldez-Hayes, 2020). Esto se ve expresado en el **Caso 1**: "Considero que el dinero que he invertido podría haber sido utilizado en otras cosas...". En cuanto el **Caso 2**: "...si gano dinero, será más fácil alcanzarlas, ya que el dinero facilita mucho las cosas". Ambos casos reflejan una percepción ambigua de ganar o recuperar dinero perdido en relación con las apuestas.

En cuanto a el **pensamiento obsesivo**, Pacheco-Carrascal, (2015) asegura que es un estado caracterizado por pensamientos invasivos sobre apuestas futuras y pasadas que interfieren con la atención durante actividades cotidianas., Este concepto se refleja claramente en el **Caso 1**: "...mi tiempo lo dedico exclusivamente... analizar los próximos partidos...". En cuanto el **Caso 2**: "Dedico una cantidad significativa de tiempo analizando y planificando apuestas potencialmente exitosas...". Ambos casos reflejan pensamiento obsesivo, ya que las personas parecen estar atrapadas en un ciclo de comportamiento repetitivo, dedicando gran parte de su tiempo analizando las apuestas.

CONCLUSIONES

- La presente investigación detalla la relación entre la indefensión aprendida y el bienestar psicológico en adultos jóvenes con comportamientos adictivos hacia las apuestas deportivas. Los resultados evidencian que estos individuos han desarrollado un alto nivel de indefensión aprendida, lo cual se manifiesta en su dificultad para abandonar las apuestas y en su susceptibilidad a las recaídas. Asimismo, se concluye que su bienestar psicológico se ve significativamente deteriorado como consecuencia de las pérdidas económicas y los resultados negativos que estas conductas conllevan.
- Los jóvenes con comportamientos adictivos hacia las apuestas deportivas exhiben diversas características propias de la indefensión aprendida, las cuales limitan significativamente su capacidad para superar esta condición dañina. Este patrón se evidencia a través de múltiples manifestaciones, como la desesperanza, pasividad, autoinculpación, desinterés y baja autoestima. Estos hallazgos son preocupantes, ya que reflejan una marcada dificultad para desarrollar estrategias de afrontamiento frente a los problemas relacionados con su adicción.
- Por último, los resultados del estudio revelan que los dos jóvenes participantes con comportamientos adictivos hacia las apuestas deportivas presentan un deterioro significativo en su bienestar psicológico, el cual se manifiesta en múltiples áreas fundamentales como la autonomía, resiliencia, competencia personal, establecimiento de relaciones positivas, y propósito y significado en sus vidas.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere que las casas de apuestas implementen publicidad responsable que incluya mensajes claros y prominentes de concientización sobre los riesgos asociados a las apuestas deportivas. Estos mensajes deberían destacar no solo las posibles pérdidas económicas, sino también el impacto en el bienestar psicológico y la calidad de vida.
- Es necesario implementar en los colegios campañas preventivas sobre los riesgos de las apuestas, enfocadas específicamente en estudiantes del último año de bachillerato que se aproximan a la mayoría de edad. Esta intervención educativa permitirá concientizar a los jóvenes antes de que puedan acceder legalmente a las apuestas.
- Se recomienda que las personas involucradas en prácticas de apuestas deportivas que muestren señales de comportamiento adictivo busquen apoyo psicológico. Es fundamental para abordar no solo la conducta adictiva, sino también los aspectos subyacentes como la indefensión aprendida, la baja autoestima y el deterioro del bienestar psicológico.
- Para futuras investigaciones, se sugiere expandir este estudio mediante una investigación más amplia que incorpore una muestra poblacional mayor y heterogénea, lo que proporcionará hallazgos más concluyentes sobre cómo la indefensión aprendida afecta el bienestar psicológico de las personas con adicción a las apuestas deportivas. Este enfoque permitirá establecer conclusiones más sólidas y extrapolables a diversos contextos.

Referencias bibliográficas

- Arribas-Llópis, P., Gómez, Y., Guillen, A., y Ramírez, C. (2021). La comunicación científica en investigaciones que asumen el enfoque cualitativo: una mirada valorativa. *Edumecentro*, 13(2), 172
[191.http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000200172](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000200172)
- Adeoye, O., Fasanmi, S., & Igo, J. (2020). Self-concept clarity, learned helplessness and fatigue severity as predictors of psychoactive drug use and abuse among undergraduates. *International Journal of Sciences*, 53(2), 198-210.
<https://www.gssrr.org/index.php/JournalOfBasicAndApplied/article/view/11597>
- Arias-González, J., Covinos, M., y Cáceres, M. (2020). Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación. *Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 1-11. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v4i2.73
- Beck, A. (1967). *Depression: Clinical experimental and theoretical aspects*.
- Brevers, D., Vögele, C., & Billieux, J. (2022). The evolving landscape of sports betting: A risk for young people? *Springer*, 363-392. https://doi.org/10.1007/978-3-658-35744-3_17
- Canta-Honores, J., y Quesada-Llanto, J. (2021). El uso del enfoque del estudio de caso: Una revisión de la literatura. *Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5(19), 775 - 786.
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i19.236>
- Chamba-Landy, K., Pozo-Neira, J., y Reivan-Ortiz, G. (2022). Terapia cognitivo conductual en el tratamiento de las adicciones a los videojuegos: una revisión sistemática. *ProSciencias*, 6(42), 301-322. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol6iss42.2022pp301-322>
- Chóliz, M., Marcos, M., & Bueno, F. (2022). Ludens: a gambling addiction prevention program based on the principles of ethical gambling. *Journal of Gambling Studies*(38), 993-1008. <https://doi.org/10.1007/s10899-021-10066-7>
- Cisneros-Herrera, J., y Mejía-Olguín, D. (2023). La noción de representación en psicoanálisis y en la terapia cognitiva. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 10(20), 18-22. <https://doi.org/10.29057/esat.v10i20.10546>
- Cobos-Sanchiz, D., Perea-Rodríguez, M., Morón-Marchena, J., & Muñoz-Díaz, M. (2022). Positive adult education, learned helplessness and the pygmalion effect. *International Journal of Environmental Research and Public Health*(19), 1-13.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19020778>
- Cristancho Triana, G., Barón Barón, L., Castro Daza, M., y Franco Parada, A. (2024). Aspectos de marketing que influyen en la motivación intrínseca y extrínseca para hacer apuestas online. *Irocamm*, 7(1), 87-104.
<https://dx.doi.org/10.12795/IROCAMM.2024.v07.i01.05>

- Díaz-Esterri, J., Goig-Martínez, R., y De Juanas-Oliva, A. (2021). Juventud en riesgo social y bienestar psicológico: análisis documental contemporáneo. *Dialnet*(4), 1-6. <https://portalcientifico.uned.es/documentos/6100c2097df8c57203a7da0a>
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Espinoza-Yong, N. (2021). Desesperanza aprendida en sentenciados a cadena perpetua. *Revista de Investigación y Cultura*, 10(4), 1-7. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/ucv-hacer/article/view/1999>
- Estevez, A., Jáuregui, P., y Macía, L. (2021). Perfiles de jugadores con trastorno de juego en función de la impulsividad y regulación emocional. *Psicología Conductual*, 29(3), 681-697. <https://doi.org/10.51668/bp.8321310s>
- Fernandez-Savanter, A., y Varela-Huerta, A. (2020). Silencio, pasividad y disimulo: Maneras de escapar cuando no hay salida y una postdata. *Acta poética*, 41(2), 29-46. doi:10.19130/iifl.ap.2020.41.2.0003
- Ferrer, C. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 5(199), 1-14. <https://doi.org/10.32351/rca.v5.199>
- García Rabadán, J., Fernández Aragón, I., y Baranda Ortíz, A. (2023). La socialización de la juventud en materia de juegos de azar en Euskadi. *revista de ciencias sociales*, 11(2), 1-18. <http://dx.doi.org/10.17502/mrcs.v11i2.685>
- García-Álvarez, D., Rincón, B., y Urdaneta, M. (2022). Autopercepción de adultez emergente y sus relaciones con gratitud, ansiedad y bienestar. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9(2), 186-206. <https://doi.org/10.17979/reipe.2022.9.2.9085>
- Gil-Galván, R., Martín, I., y Gil, F. (2021). Percepciones de los estudiantes universitarios sobre las competencias adquiridas mediante el aprendizaje basado en problemas. *Redalyc*, 24(1), 271-295. <https://doi.org/10.5944/educXX1.26800>
- Giraldez-Hayes, A. (2020). Artes y bienestar psicológico: Las artes como intervenciones positivas. *Revista do Programa de Pós-graduação em Artes*, 10(20), 72-85. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.20711>
- González-Oñate, C., Fanjul-Peyró, C., y Gautier Comes, C. (2024). Apuestas deportivas y publicidad: Estudio de su influencia en los jóvenes españoles. *Revista internacional de cultura visual*, 16(2), 81-94. <https://doi.org/10.62161/revvisual.v16.5216>
- González-Terrazas, R., y Froxán-Parga, M. (2021). Saber qué y saber cómo. Una propuesta explicativa de tres técnicas terapéuticas empíricamente validadas. *Clínica Contemporánea*, 12(3), 1-16. <https://doi.org/10.5093/cc2021a22>
- Gori, A., Topino, E., Craparo, G., Bagnoli, I., Caretti, V., & Schimmenti, A. (2022). A comprehensive model for gambling behaviors: assessment of the factors that can contribute to the vulnerability and maintenance of gambling disorder. *Journal of Gambling Studies*(38), 235–251. <https://doi.org/10.1007/s10899-021-10024-3>

- Gozalo-Delgado, M. (2023). Hábitos de consumo de apuestas deportivas en estudiantes universitarios extremeños. *Revista de Psicología, 1*(1), 125-134. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2023.n1.v1.2493>
- Grubbs, J., & Kraus, S. (2022). Symptoms of problem gambling among US adults who wager on sports. *Network Open, 5*(10), 1-4. doi:10.1001/jamanetworkopen.2022.39670
- Guaranga Chafla, J., Vargas Adriano, J., Villacres Mejia, J., y Berrones Lluquay, G. (2023). Universidades y regulaciones tributarias: Casas de apuestas y bienestar social. *Revista Conrado, 19*(3), 94-102. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/3484>
- Guerra-Díaz, F. (2021). Plebiscito constitucional, indefensión aprendida y locus de control en Chile. 1-6. doi: 10.13140/RG.2.2.26263.50084
- Guzmán-Sescosse, M. (2023). La relación terapeuta-paciente como elemento clave en la terapia cognitivo conductual. *Revista de Psicoterapia, 34*(126), 189-204. <https://doi.org/10.5944/rdp.v34i126.38036>
- Hanawi, S., Saat, N., Zulkafly, M., Hazlenah, H., Taibukahn, N., Yoganathan, D., & Abdul-Rahim, N. (2020). Impact of a healthy lifestyle on the psychological well-being of university students. *International Journal of Pharmaceutical Research, 9*(2), 1-7. <https://ijpras.com/article/impact-of-a-healthy-lifestyle-on-the-psychological-well-being-of-university-students>
- Hernández, C. M. (2020). La publicidad televisiva sobre el juego online: narrativas y estrategias. *Revista de ciencias sociales*(85), 8-30. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=495965265001>
- Jimenez-Murcia, S., Gimenez, M., Granero, R., Lopez-Gonzalez, H., Gomez-Peña, M., & Moragas, L. (2021). Psychopathological status and personality correlates of problem gambling severity in sports bettors undergoing treatment for gambling disorder. *Journal of Behavioral Addictions, 10*(3), 422-434. doi:10.1556/2006.2020.00101
- Kikelomo, A., Akolade, L., & Ogagaoghene, I. (2024). The effects of cognitive restructuring technique in the management of exhibitionism among female adolescent students in Lagos State. *World Journal of Educational Research, 11*(2), 71-81. doi:10.22158/wjer.v11n2p71
- Kisch, M., & Håkansson, A. (2022). Associations between addictive behaviors, individual characteristics, and the use of gambling services within the world of gaming: cross-sectional survey study. *JMIR Serious Games, 10*(2), 1-11. doi: 10.2196/29077
- Larimer, M., Neighbors, C., Lostutter, T., Whiteside, U., Crouce, J., Kaysen, D., & Walker, D. (2012). Brief motivational feedback and cognitive behavioral interventions for prevention of disordered gambling: A randomized clinical trial. *Addiction, 107*(6), 1-17. doi:10.1111/j.1360-0443.2011.03776.x

- Lelonek-Kuleta, B., & Piotr Bartczuk, R. (2021). Online gambling activity, pay-to-win payments, motivation to gamble and coping strategies as predictors of gambling disorder among e-sports bettors. *Journal of Gambling Studies*(37), 1079–1098. <https://doi.org/10.1007/s10899-021-10015-4>
- Lopezosa, C., y Codina, L. (2022). MAXQDA para el análisis cualitativo de entrevistas: una guía para investigadores. *DigiDoc Research Group*, 26, 1-26. <https://repositori.upf.edu/handle/10230/54943>
- Lorenzo-Díaz, J., Díaz-Alfonzo, H., Carrete, Z., Hernández-Quiñones, O., y Barrios-Licor, R. (2021). Efectividad de la terapia cognitivo conductual en el episodio depresivo. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 25(6), 1-9. <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/5311>
- Luna-Conejo, B. (2022). Diseño de guías de observación a docentes para analizar su práctica con una enseñanza socioformativa mediante las comunidades de aprendizaje. *Ecociencia International Journal*, 4(6), 1-11. <https://doi.org/10.35766/j.ecociencia.22463>
- Lupiañez, M. (2023). Cómo hacer frente a un ataque cognitivo: Prototipo de detección de la propaganda y manipulación en operaciones psicológicas dirigidas a civiles durante un conflicto. *Revista del Instituto Español de Estudios Estratégicos*, 22, 61-93. <https://revista.ieee.es/article/view/6058>
- Marcos, M. (2020). Juego online: tratamiento de un caso de adicción a apuestas deportivas. *Liberabit*, 26(2), 1-15. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2020.v26n2.04>
- Marinaci, T., Venuleo, C., Ferrante, L., & Della, S. (2021). What game we are playing: the psychosocial context of problem gambling, problem gaming and poor well-being among Italian high school students. *Helyon*, 7, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07872>
- Marsollier, R., y Expósito, C. (2021). Afrontamiento docente en tiempos de Covid-19. *CienciAmérica*, 10(1), 1-20. <http://dx.doi.org/10.33210/ca.v10i1.357>
- Morales-Rodríguez, F., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. (2020). The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 1-20. doi:10.3390/ijerph17134778
- Narros-González, M., Galmés-Cerezo, M., y Carcelén-García, S. (2022). La percepción de las familias sobre el juego de azar online: factores de riesgo asociado a los menores. *Revista española de Investigaciones Sociológicas*(180), 105-126. doi: 10.5477/cis/reis.180.105
- Naz, M., Khanum, M., Mufassir, D., Rizvi, T., Muzaffar, R., & Shoaib, S. (2022). Relationship of learned helplessness and social integration with psychological distress in medical students. *Khyber Med Univ*, 14(4), 263-268. <https://doi.org/10.35845/kmu.j.2022.20848>

- Negrete-Rodríguez, O., y Saucedo-Ramos, C. (2024). Aprendizaje vicario en contextos digitales: su importancia en la autoeficacia de estudiantes a distancia. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 27(2), 637-665.
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/89047>
- Pacheco-Carrascal, N. (2016). La motivación y las matemáticas. *Journal of Mathematical Sciences*, 7(1), 149-158.
<http://dx.doi.org/10.22463/17948231.1026>
- Paris, C. (2000). Las técnicas de visualización positiva y su efectividad en pacientes oncológicos. *Medicatrix*(56), 1-4.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4988984>
- Pérez-Albéniz, A., Gil, M., Díez-Gómez, A., Martín-Seoane, G., & Lucas-Molina, B. (2021). Gambling in spanish adolescents: prevalence and association with mental health indicators. *International Journal of Environmental Research and Public Health*(19), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010129>
- Pickering, D., Keen, B., Entwistle, G., & Blaszczynski, A. (2017). Measuring treatment outcomes in gambling disorders: a systematic review. *Addiction*, 113, 411–426. doi:10.1111/add.13968
- Pilatti, A., Michelini, Y., y Pautassi, R. (2020). Juegos de apuestas en estudiantes universitarios: diferencias en impulsividad rasgo, distorsiones cognitivas y severidad en función del tipo de apuestas. *Psicología*, 13(2), 46-60.
<https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.4>
- Rodríguez-Rey, R., y Cantero-García, M. (2020). Albert Bandura: impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres y Maestros*(384), 72-76. doi:10.14422/pym.i384.y2020.011
- Rodríguez-Riesco, L., Vivas, S., Mateos-Herrera, A., Pérez-Calvo, C., y Ruiz-Duet, A. (2022). Terapia de conducta: raíces, evolución y reflexión sobre la vigencia del conductismo en el contexto clínico. *Papeles del Psicólogo*, 43(3), 209-217.
<https://doi.org/10.23923/pap.psicol.2994>
- Román, F., Fores, A., Calandri, I., Gautreaux, R., Antúnez, A., Ordhei, D., y Calle, L. (2020). Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *Journal of Neuroeducation*, 1(1), 76-87. doi:10.1344/joned.v1i1.31727
- Ruiz, A. H. (2020). La protección al consumidor en las webs de juego online de los operadores con licencia en España. *Adicciones*, 32(3), 216-224.
<https://doi.org/10.20882/adicciones.1262>
- Sales-Triguero, I., y Cloquell-Lozano, A. (2021). La adicción al juego online entre los adolescentes españoles propuestas de prevención en el marco educativo. *EDETANIA*(59), 85-103. https://doi.org/10.46583/edetania_2021.59.810
- Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed ed.). McGraw-Hill.

- Seal, E., Cardak, B., Nicholson, M., Donaldson, A., O'Halloran, P., Randle, E., & Staley, K. (2022). The gambling behaviour and attitudes to sports betting of sports fans. *Journal of Gambling Studies*(38), 1371–1403.
<https://doi.org/10.1007/s10899-021-10101-7>
- Simonsmeier, B., Androniea, M., Buecker, S., & Frank, C. (2020). The effects of imagery interventions in sports: a meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-22.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1780627>
- Skinner, B. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. Appleton Century-Crofts.
- Soriano-Sánchez, J., Jiménez-Vázquez, D., y Sastre-Riba, S. (2023). Una revisión sistemática de la importancia del ejercicio físico sobre la autoeficacia y aprendizaje del estudiante. *Retos*, 48, 911-918.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/97581>
- Tuárez Párraga, J., y Tarazona Meza, A. (2022). Metodología ludica en la construcción de la identidad y autonomía de los niños de educación inicial. *Educare*, 26, 459-476. <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1682>
- Tulai, I. (2021). Las casas de apuestas: una nueva forma de ocio. *Revista estudiantil de analisis interdisciplinario*(5), 174-195.
<https://revistes.ub.edu/index.php/audens/article/view/36343/35366>
- Ukhov, I., Bjurgert, J., Auer, M., & Griffiths, M. (2021). Online problem gambling: A comparison of casino players and sports bettors via predictive modeling using behavioral tracking data. *Journal of Gambling Studies*, 37, 877–897.
<https://doi.org/10.1007/s10899-020-09964-z>
- Valiente, M. (2006). El uso de la visualización en el tratamiento psicológico de enfermos de cáncer. *Psicooncología*, 3(1), 19-34.
https://www.researchgate.net/publication/27593278_El_uso_de_la_visualizacion_en_el_tratamiento_psicologico_de_enfermos_de_cancer
- van-Loenen, I., Scholten, W., Muntingh, A., Smit, J., & Batelaan, N. (2022). The effectiveness of virtual reality exposure-based cognitive behavioral therapy for severe anxiety disorders, obsessive-compulsive disorder, and posttraumatic stress disorder: Meta-analysis. *Journal Medical Internet Research*, 24(2), 1-12.
<https://www.jmir.org/2022/2/e26736>
- Vieira, J., Coelho, S., Snaychuk, L., Parmar, P., Keough, M., & Kim, H. (2023). Who makes in-play bets? Investigating the demographics, psychological characteristics, and gambling-related harms of in-play sports bettors. *Journal of Behavioral Addictions*, 12(2), 547-556. doi:10.1556/2006.2023.00030
- Vourinen, I., Oksanen, A., Savolainen, L., Sirola, A., Kaakinen, M., & Zych, I. (2021). The mediating role of psychological distress in excessive gambling among

young people: a four-country study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136973>

Wirkus, T., Czernecka, R., Bühringer, G., & Kräplin, A. (2024). Individual risk factors and prediction of gambling disorder in online sports bettors - the longitudinal RIGAB study. *Frontiers in Psychiatry*(15), 1-13.
doi:10.3389/fpsy.2024.1320592

Anexos

Anexo A



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
D.L. No. 69-04 DE 14 DE ABRIL DE 1969 PROVINCIA DE EL ORO – REPUBLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE CIENCIAS QUIMICAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
“Calidad, pertinencia y calidez”

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este estudio de investigación tiene como objetivo analizar la indefensión aprendida y el bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas, como parte de un Análisis de caso de Pregrado. Si decide participar, se le realizará una entrevista de aproximadamente 30 a 45 minutos. Su participación es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento sin consecuencias negativas. Aunque no habrá remuneración, su colaboración contribuirá a un mejor entendimiento de las características de las personas con este tipo de comportamiento adictivo, lo cual podría beneficiar a la sociedad en general.

Toda la información recopilada durante la entrevista será tratada con estricta confidencialidad. En el análisis de caso, los participantes serán identificados únicamente mediante números o letras, sin revelar datos personales que permitan su identificación. El estudio no presenta riesgos para su integridad, pero si en algún momento se siente incómodo con las preguntas, tiene el derecho de no responderlas o de finalizar su participación. Si está de acuerdo con lo expuesto y desea participar voluntariamente, por favor firme este documento. (Se le proporcionará una copia).

Si tiene alguna duda o inquietud, no dude en consultar al investigador antes de firmar.

Nombre: _____ Firma: _____

Anexo B



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
Calidad, Pertinencia y Calidez
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA



Tema de Investigación: Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas

Objetivo de la Investigación: Analizar la indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas.

ENTREVISTA PERSONAL ESTRUCTURADA

1. ¿Siente que, sin importar lo que haga, nunca podrá controlar su hábito de apostar en eventos deportivos?

2. ¿Qué tipo de acciones ha tomado para tratar de controlar o reducir su comportamiento adictivo hacia las apuestas?

3. Cuando enfrenta dificultades relacionadas con las apuestas deportivas, ¿tiende a culparse a sí mismo por la situación?

4. ¿Ha notado una disminución en su interés por actividades que solían motivarle antes de involucrarse en las apuestas deportivas?

5. ¿En qué medida cree que su autoestima se ha visto afectada por su comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas?

6. ¿En qué medida siente que tiene control sobre sus decisiones relacionadas con las apuestas deportivas, en comparación con otras áreas de su vida?

7. ¿De qué manera ha impactado su comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas en sus relaciones con amigos, familiares y otras personas cercanas?

8. ¿De qué manera su involucramiento en las apuestas deportivas ha influido en su propósito o dirección en la vida?

9. ¿Cómo evaluaría su capacidad para lograr metas en su vida diaria?

10. Cuando enfrenta dificultades relacionadas con las apuestas, ¿cómo describe su capacidad para recuperarse y seguir adelante?

Anexo C



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
Calidad, Pertinencia y Calidez
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA



Tema de Investigación: Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas

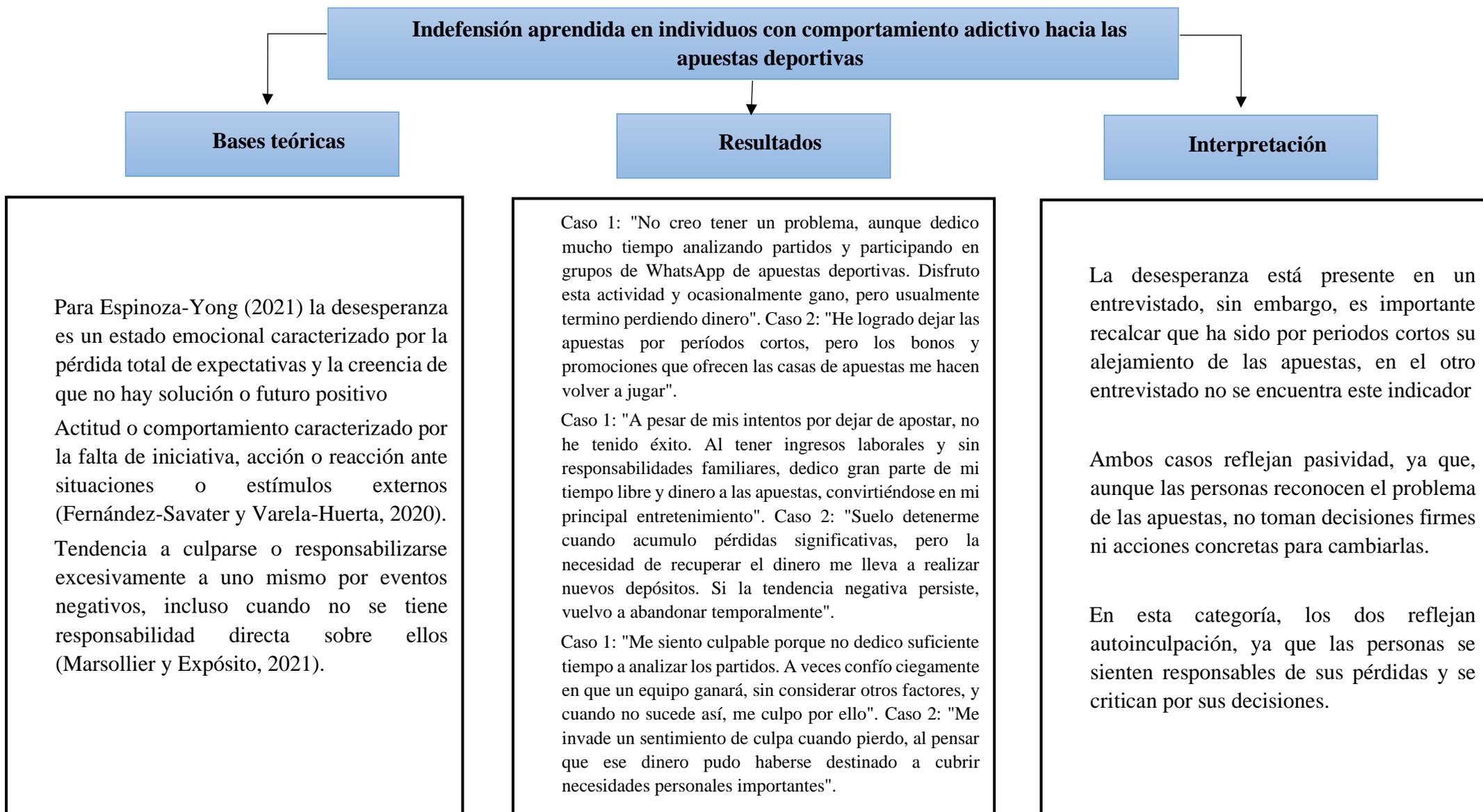
Objetivo de la Investigación: Analizar la indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas.

GUÍA DE OBSERVACIÓN ESTRUCTURADA

No.	Indicadores	si	no	Observaciones
1	Discurso positivo			
2	Muestra interés			
3	Autoinculpación			
4	Entusiasmo por proyectos			
5	Contradicción de ideas			
6	Distorsiones cognitivas			
7	Muestra confianza			

Anexo D

Tema: Indefensión aprendida y bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas



Bienestar psicológico en individuos con comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas

Bases teóricas

Capacidad de una persona para tomar decisiones y actuar por su cuenta, sin depender de la influencia o el control de otros (Tuárez-Párraga y Tarazona-Meza, 2022).

Conjunto de habilidades, conocimientos y capacidades que una persona posee y reconoce en sí misma para enfrentar desafíos y lograr objetivos de manera efectiva (Gil-Galván et al., 2021).

Capacidad de una persona para adaptarse, recuperarse y fortalecerse ante la adversidad, los traumas, las amenazas o situaciones estresantes (Román et al., 2020).

Resultados

Caso 1: "Reconozco una dificultad para controlar mi conducta en relación con las apuestas, manifestada en la compulsión diaria por apostar y recargar dinero cuando se me agota. Pero, mantengo el control sobre otros aspectos de mi vida, como mi responsabilidad laboral, donde conservo una disciplina constante y cumplo con mis obligaciones". Caso 2: "Soy consciente de mi falta de autocontrol en relación con las apuestas. La presencia de dinero en mi cuenta se convierte en un impulso inmediato para apostar, sin capacidad de resistirme a ello".

Caso 1: "En general, me esfuerzo por cumplir todas las metas que me propongo, pero las apuestas son una excepción. He intentado dejarlas, pero no lo he logrado; resulta ser algo adictivo". Caso 2: "Sí, me he propuesto alcanzar ciertos objetivos en el futuro, como trabajar en el extranjero. Todas mis metas siguen siendo las mismas; no cambian por el hecho de apostar".

Caso 1: "No logro recuperarme fácilmente de una apuesta perdida ni de las consecuencias inmediatas que conlleva. Me siento enojado y tiendo a culpar al equipo al que aposté. Generalmente, no me recupero bien después de una derrota, y si es una pérdida económica significativa, claro que me duele".

Caso 2: "Normalmente no me recupero de inmediato, sino que me lleva tiempo, porque como mencioné, perder dinero complica muchas cosas en mi vida".

Interpretación

Los participantes reflejan falta de autonomía en relación con las apuestas, ya que las personas reconocen que no tienen el control total sobre este comportamiento

Se pudo reflejar la existencia de una competencia personal ambigua en ambos casos, pero con diferentes matices.

Ambos casos reflejan baja resiliencia frente a las pérdidas, ya que las personas tienen dificultades para manejar las emociones negativas y el impacto de perder dinero.

Comportamiento adictivo hacia las apuestas deportivas

Bases teóricas

Distanciamiento progresivo de familiares y amigos, causado por elegir las apuestas por encima de las interacciones sociales, llevando a un alejamiento social y una preferencia por dedicar tiempo a actividades centradas en las apuestas deportivas (García-Álvarez et al., 2022).

Esfuerzos constantes por recuperar el dinero perdido a través de más apuestas, que resulta en un círculo vicioso donde las pérdidas se multiplican y aumentan continuamente. (Giraldez-Hayes, 2020).

Pensamiento recurrente sobre apuestas que invaden la mente, ya sea anticipando futuras jugadas o recordando experiencias anteriores, los cuales persisten incluso durante momentos dedicados a otras actividades. (Pacheco-Carrascal, 2015).

Resultados

Caso 1: "Mi independencia al vivir solo me permite mantener mis actividades de apuestas en privado, ocultándolas de mi familia. En cambio, con mis amigos no solo comparto abiertamente esta práctica, sino que activamente los motivo y oriento para que participen en las apuestas". Caso 2: "Mi círculo social muestra reacciones divididas: algunos amigos comparten mi práctica de apostar, mientras otros expresan preocupación y me aconsejan detenerme. En la familia, la respuesta es negativa, manifestando molestia y desaprobación al considerar las apuestas como un desperdicio de dinero".

Caso 1: "Considero que el dinero que he invertido podría haber sido utilizado en otras cosas, como una moto o artículos para el hogar. Sin embargo, reconozco que esta inversión ha tenido cierta influencia en mi propósito de vida". Caso 2: "Creo que no ha cambiado en nada, ya que las metas que me he propuesto siguen siendo las mismas. Sin embargo, considero que, si gano dinero, será más fácil alcanzarlas, ya que el dinero facilita mucho las cosas".

Caso 1: "Mi rutina diaria se limita al trabajo, y al llegar a casa, mi tiempo lo dedico exclusivamente a jugar en el celular y analizar los próximos partidos. No realizo otras actividades más allá de esta rutina".

Interpretación

Ambos casos reflejan relaciones conflictivas, ya que las dinámicas familiares y con los amigos están marcadas por desacuerdos y reacciones negativas debido a las apuestas.

Ambos casos reflejan una percepción ambigua de ganar o recuperar dinero perdido en relación con las apuestas.

Ambos casos reflejan pensamiento obsesivo, ya que las personas parecen estar atrapadas en un ciclo de comportamiento repetitivo, dedicando gran parte de su tiempo analizando las apuestas.