



UNIVERSIDAD
PRIVADA
DEL NORTE

FACULTAD DE SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“CREENCIAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE TRUJILLO”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciado en Psicología

Autor:

Br. LUIGGY PAOLO GÁLVEZ DÁVILA

Asesor:

Mg. FRÍAS SAAVEDRA, LORENA

Trujillo – Perú
2019

APROBACIÓN DE LA TESIS

El Asesor y los Miembros del Jurado Evaluador asignados, **APRUEBAN** la tesis desarrollada por el Bachiller **Luiggy Paolo Gálvez Dávila**, denominada:

"CREENCIAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD DE TRUJILLO"

Mg. FRÍAS SAAVEDRA, LORENA
ASESOR

Dra. AZABACHE ALVARADO KARLA
JURADO
PRESIDENTE

Mg. VALDIVIA MORALES TANIA
JURADO

Mg. SARA VIA ANGULO BLANCA
JURADO

DEDICATORIA

A DIOS por su inmenso amor y apoyo que me ha brindado en el trascurso de mi vida.

A mis PADRES porque nunca se rindieron, a pesar de las dificultades que se presentaron, me dieron la confianza y amor para mantenernos unidos

A mis hermanos, porque con cada paso que dieron en su vida me enseñaron a través del ejemplo a seguir adelante y a ser responsable de mis acciones.

AGRADECIMIENTO

Es grato para mí agradecer en esta oportunidad: a Dios por haberme dado las fuerzas y haber sido mi guía en el cumplimiento de uno de mis objetivos profesionales, a mis queridos padres por su constante apoyo, por su cariño y amor incondicional, a mis hermanos y familiares por la confianza que depositaron en mí. Así mismo deseo destacar mi especial gratitud a mi Asesora; quien con su soporte y enseñanza constante me ha enseñado en el trascurso del desarrollo de esta investigación. Y así también a la Dra. Lucy Angélica Yglesias Alva por su colaboración y orientación en el proceso estadístico del presente trabajo.

Agradezco también a los representantes de Instituciones donde se desarrolló el estudio por que colaboraron permitiendo el acceso a sus centros de estudio, así como a los estudiantes por su colaboración y esfuerzo mostrado.

ÍNDICE

Pág.

Contenido

APROBACIÓN DE LA TESIS.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
ÍNDICE DE CONTENIDOS	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	vi
RESUMEN.....	vii
ABSTRACT.....	viii
CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO.....	15
CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA.....	39
CAPÍTULO 4. RESULTADOS	51
CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN	59
CONCLUSIONES.....	61
RECOMENDACIONES	62
REFERENCIAS.....	63
ANEXOS	69

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Operacionalización de la variable Creencias irracionales	35
Tabla 2: Operacionalización de la variable Autoconcepto	37
Tabla 3: Relación entre las creencias irracionales y el Autoconcepto General.....	47
Tabla 4: Distribución según nivel de las creencias irracionales (TCI)	48
Tabla 5: Distribución según nivel de Autoconcepto	49
Tabla 6: Relación entre las escalas del TCI y el factor Académico del Autoconcepto	50
Tabla 7: Relación entre las escalas del TCI y el factor social del Autoconcepto.	51
Tabla 8: Relación entre las escalas del TCI y el factor emocional del Autoconcepto.	52
Tabla 9: Relación entre las escalas del TCI y el factor familiar del Autoconcepto	53
Tabla 10: Relación entre las escalas del TCI y el factor físico del Autoconcepto.	54
Tabla 11: Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov del TCI	75
Tabla 12: Prueba de normalidad <i>de Kolmogorov-Smirnov del Cuestionario AF5</i>	76
Tabla 13: Índices de bondad de ajuste del modelo de Análisis factorial confirmatorio del TCI	77
Tabla 14: Cargas factoriales de los ítems del TCI	78
Tabla 15: Confiabilidad del Cuestionario de creencias irracionales (TCI)	79

RESUMEN

El estudio tuvo como finalidad determinar la relación de las creencias irracionales y el autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo. La muestra estuvo conformada por 371 estudiantes cuyas edades fueron entre 18 y 25 años, siendo el promedio 20 años, seleccionados con un muestreo estratificado, con un diseño de investigación Transversal Correlacional. Los instrumentos de recolección de datos: Cuestionario de Autoconcepto Forma 5 – AF5 (García y Musitu, 2001) adaptado por (Bustos, et. al 2015) y el Test de Creencias Irracionales (TCI), de Calvete y Cardeñoso (1999), adaptado en la presente investigación. La evaluación de la correlación entre las variables en estudio se realizó con el coeficiente de correlación rho de Spearman, evaluando la magnitud de la correlación con el tamaño del efecto. Los resultados mostraron evidencia de la existencia de correlación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña de las creencias irracionales con el autoconcepto en dichos estudiantes (de rho entre -0.11 y -0.27): necesidad de aprobación, culpabilización, indefensión acerca del cambio, evitación de problemas, dependencia, Influencia del pasado con el factor académico; así mismo entre necesidad de aprobación, altas autoexpectativas, culpabilización e indefensión acerca del cambio con el factor social; de igual manera entre dependencia e Influencia del pasado con el factor emocional; así como también entre necesidad de aprobación, altas autoexpectativas e indefensión acerca del cambio con el factor familiar; del mismo modo entre necesidad de aprobación y culpabilización y el factor físico de los referidos estudiantes. Resultados que confirman la hipótesis planteada en la presente investigación.

Palabras Claves: Creencias irracionales, autoconcepto, estudiantes universitarios

ABSTRACT

The purpose of the study was to determine the relationship of irrational beliefs and self-concept in students of a University of Trujillo. The sample consisted of 371 students whose ages were between 18 and 25 years, with an average of 20 years, selected with a stratified sample. The design of the research was Cross-sectional Correlational; the data collection instruments: Self-concept Questionnaire Form 5 - AF5 (García and Musitu, 2001) adapted by (Bustos, et al 2015) and the Irrational Belief Test (TCI), Calvete and Cardeñoso (1999), adapted in the present investigation. The evaluation of the correlation between the variables under study was performed with Spearman's rho correlation coefficient, evaluating the magnitude of the correlation with the size of the effect. The results showed evidence of the existence of inverse correlation with effect size of small magnitude of irrational beliefs with self-concept in said students (from rho between -0.11 and -0.27): need for approval, blame, defenselessness about change, avoidance of problems, dependence, Influence of the past with the academic factor; likewise between need for approval, high self-expectations, blame and defenselessness about change with the social factor; likewise between dependence and Influence of the past with the emotional factor; as well as between need for approval, high self-expectations and helplessness about the change with the family factor; in the same way between the need for approval and blame and the physical factor of the aforementioned students. Results that confirm the hypothesis raised in the present investigation.

Key words: Irrational beliefs, self-concept, university students

CAPÍTULO 1. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

En el marco de la Educación Superior de los futuros profesionales que egresan de la universidad, se considera que más allá de la formación disciplinar que habilita al estudiante para el ejercicio de una profesión desde su disciplina específica, está la apuesta curricular desde la cual se busca promover la formación integral. Es así que en la actualidad, las exigencias en el campo laboral y profesional son cada vez mayores y la educación superior se presenta ante los jóvenes como un medio relevante para alcanzar sus metas de realización personal, lo que representa un enriquecimiento personal, profesional y de su autoconcepto, que se determina a partir de su sistema de creencias y experiencias vividas. Es así que, la acción personal se genera a partir de la percepción a través de los sentidos, los cuales configuran una matriz de creencias, con los que las personas se influncian, educan y aprenden. Es así que el estímulo es procesado como autopercepción, concepto y del cual se compromete una acción y emociones, en la que muchas veces, la percepción puede ser incoherente con la realidad, teniendo como resultado un sistema inconsistente y desadaptado de acciones (Rosales, 2014).

Como dice Caballo (2001), las ideas que eligen las personas son poderosas, se pueden predecir y explicar, ya que las ideas, las conductas y las emociones están relacionadas. Por eso, como uno piensa repercute en su estado emocional y la acción que lleva a cabo. Además, la dinámica de acciones problemáticas y estados emocionales distorsionados, no son consecuentes con los hechos, sino de la distorsión e interpretación que se tiene de ellos (Riso, 2009).

En el modelo cognitivo encontramos que Mainieri (2012), quien refiere que los teóricos tales como Albert Ellis y Aarón Beck, enmarcan la importancia de estudiar las variables que acompañan la relación entre el comportamiento del individuo y lo que le rodea, de esta forma se considera al primero como quien opera activamente y regula la relación entre los estímulos que lo rodean y sus propias respuestas. En este modelo teórico se atribuye una gran importancia a los fenómenos que se dan en la mente de la persona, considerando especialmente, el rol que tienen las creencias como elementos causales del comportamiento y las reacciones emocionales de las personas (Fernández, 1997).

Las creencias irracionales son pensamientos ilógicos, automáticos, carentes de evidencia que se presentan en cualquier situación que se encuentre el individuo. Estos pensamientos perturban su capacidad para pensar de forma ordenada, y coherente, generando a su vez alteraciones en el comportamiento y en las emociones. Según el enfoque Cognitivo Conductual son las creencias irracionales de la persona las que causan la mayoría de las alteraciones psicológicas, de tal forma que si se eliminan la persona volverá a tener equilibrio en su vida.

Varias investigaciones empíricas muestran la importancia de las ideas limitantes en el desarrollo de los estudiantes universitarios. Según Chaves y Quiceno (2010), las ideas irracionales están caracterizadas porque no se asemejan con lo que sucede, suelen iniciarse con una deducción incorrecta y generar percepciones distorsionadas que no son respaldadas por los hechos y, con frecuencia, constituyen una exageración, representados a través de necesidades, deberes y órdenes que causan estados emocionales desadaptados como angustia e incertidumbre. En este sentido Calvete y Cardeñoso (2001) apreciaron en una muestra de estudiantes universitarios que las creencias irracionales se relacionan a las acciones pesimistas hacia los inconvenientes y al manejo de formas incongruentes para la solución de los mismos.

Así mismo Chang y Bridewell (1998), apreciaron que los estudiantes con mayor nivel de ideas irracionales muestran más actuaciones desfavorables. Presentan más sensaciones degradantes y aumento de la incertidumbre. Resultados parecidos fueron encontrados por Zumalde y Ramírez (1999), al comprobar la relación entre creencias irracionales y depresión, y por Amutio y Smith (2007), al identificar la asociación entre creencias limitantes y tensión percibida. Precisa mencionar que la primera y segunda investigación fue llevada a cabo en alumnos universitarios. Últimamente, Macavei y Miclea (2008), han corroborado la relación que existe entre ideas absurdas, tensión, decaimiento y pena.

A pesar que la información sobre el tema demuestra de manera habitual que las creencias irracionales se relacionan con actuaciones desfavorables de los estudiantes, dicha consecuencia no se ha dado siempre. Como se observa en la investigación de Durán, Gonzales y Rodríguez (2009), que no encontraron asociación significativa entre ideas irracionales y la clase de objetivos planteados por los alumnos o su concepto de capacidad propia. Así también Eppler y Harju (1997), hallaron que las creencias limitantes no se asocian con la capacidad de estudio, el tiempo que trascurren haciéndolo, y los objetivos relacionados que asumen los estudiantes de estatus no tradicional. No obstante, la información en su mayoría coincide que las creencias irracionales interrumpen las actitudes favorables ante el estudio (García, 2005).

Ante este contexto de las creencias irracionales, asociada, relevante y determinante aparece la llamada variable autoconcepto, la cual se entiende como un constructo que representa la concepción que uno tiene de sí mismo como ser físico, social y espiritual (García y Musitu, 2001). El componente afectivo-evaluativo que lo acompaña es la autoestima, siendo el grado de satisfacción personal del individuo consigo mismo. El autoconcepto vendría delimitado por cómo se ve uno a sí mismo y la autoestima por cómo valora y aprecia eso que uno ve. Ambos términos se han empleado, en ocasiones, como sinónimos, y en ocasiones como complementarios: serían dos caras de la misma moneda, integrando el uno la dimensión cognitiva y el otro afectiva de una misma realidad.

Otros autores incluyen también en el constructo la dimensión conativa (comportamental), interpretando esta tercera como autoeficacia (Ramírez, 1997). Lo habitual, en todo caso, es interpretar el autoconcepto como una conceptualización del propio sujeto sobre sí mismo, que se construye en interacción con el medio, y que va acompañada de connotaciones afectivas y evaluativas importantes. Se trata de un constructo multidimensional, desde nuestro punto de vista, complejo, sujeto a diversas interpretaciones (Ortega, Mínguez y Rodes, 2000), y relevante en educación.

Un autoconcepto vinculado a un concepto positivo de sí mismo, potencia la capacidad de la persona para desarrollar sus habilidades y aumentar el nivel de seguridad en el estudio (Rogers, 1995). Todo individuo necesita el respeto de sí misma, necesita experimentar tanto su valor como persona como la seguridad en sí mismo. Para alcanzar sus metas debe actuar y para poder hacerlo debe sentir que merece ser beneficiario de sus acciones (Branden, 2011).

Por otro lado, hoy en día, se vienen suscitando problemas en la sociedad, estos relacionados con un bajo autoconcepto y es así que p. ej.: Amar (2005, como se citó en Alemán, 2012), realizó una investigación en Colombia, donde se revela que el 100% de las adolescentes evaluadas presentaron un bajo nivel de identidad manifestando en que se sienten fracasadas, no amadas por la familia, se consideran malas y de poca relevancia para el grupo social.

En el ámbito de la formación impartida en la Educación Superior, se considera importante establecer un sano desarrollo del autoconcepto como condición de base para el adecuado desempeño personal y laboral, en la medida en que desde diversos estudios psicosociales el trabajo se considera como núcleo central en la construcción de la identidad personal y social.

En el Perú, se observan varios inconvenientes también, a veces como los descritos anteriormente; como se encontró (en la ciudad de Trujillo, con alumnos/as preuniversitarios/as en 2016) que, cuando la opinión y sensaciones positivas de felicidad, satisfacción, orgullo y confianza en lo físico (autoconcepto) no son buenas, el riesgo a desencadenar una alteración en el comportamiento alimentario aumenta y los síntomas asociados pueden acentuarse, (Quiñones, 2016). Estos han sido algunos estudios que respaldan la importancia de las variables de estudio.

Y es así, que como considera Avelino (1999), las creencias determinan nuestras acciones, y como lo hace Musitu, et al. (1997), el autoconcepto es la percepción que el ser humano posee de sí, a través de su relación con todo lo que le rodea; lo que significa que si posee creencias que no se relacionan con la realidad, como consecuencia se engendra una dinámica paradójica y desfavorable, así como la percepción de sí mismo acorde a este sistema degradante, que menoscaba a la persona en su relación con su entorno. De ésta forma el autor consideró iniciar un trabajo de investigación que permitió determinar la relación entre creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo?

1.3. Justificación

Esta investigación brinda un apoyo teórico, puesto que cubrirá un vacío teórico en este tipo de población, permitiendo establecer la relación entre creencias irracionales y autoconcepto y por ende, facilita la recopilación y verosimilitud para otros autores en futuras investigaciones.

Su importancia en el aspecto social, se centra en que los estudios sobre la relación entre estas variables son escasos y por ello se aporta una investigación para respaldar la intervención y abordaje de los jóvenes para prevenir desajustes psicológicos y contribuir a la formación de un autoconcepto positivo y determinante en el logro de metas de vida; de allí la enorme importancia de establecer cuales son aquellos esquemas de pensamiento erróneos, inadaptativos, irracionales que estarían perjudicando el desempeño académico, personal y social de los estudiantes, así como comprender e identificar el autoconcepto, que se generan de aquellos esquemas de pensamiento irracionales que se presentan.

En referencia a las implicancias prácticas la investigación sustenta su justificación aplicativa, ya que los resultados constituyen una contribución importante para complementar la creación de estrategias de prevención e intervención en los jóvenes y así con mayor factibilidad, poder desarrollar políticas de ayuda a los estudiantes, pues esta investigación, permitirá implementar talleres de desarrollo personal, charlas o programas psicoeducativos que de acuerdo a lo obtenido en esta investigación, posibilite a los estudiantes su autoconocimiento y darles un margen de autoayuda con respecto a estos esquemas de pensamiento, que no les permitiría actuar más funcionalmente, y alcanzar sus metas propuestas

1.4. Limitaciones

Entre las limitaciones a considerar, tenemos a los factores como la historia personal de cada participante puede haber intervenido en las respuestas hacia las variables estudiadas.

También se ha de considerar, que esta investigación corresponde a una muestra específica, es por ello que no debe considerarse generalizar los resultados en futuras investigaciones que deseen tomar como base a este estudio.

Por último, la falta de información respecto a las variables estudiadas en su relación, genera una dificultad para la descripción de resultados y también para un mayor sustento teórico. La investigación se limitó a las bases teóricas de los instrumentos utilizados, con su determinado autor o autores.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo general

Establecer la relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo.

1.5.2. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de creencias irracionales según indicador en estudiantes de una universidad de Trujillo.
- Identificar los niveles de autoconcepto según factor en estudiantes de una universidad de Trujillo.

- Establecer la relación entre los indicadores de creencias irracionales (necesidad de aprobación; altas expectativas; culpabilización; indefensión acerca del cambio; evitación del problema; dependencia; influencia del pasado y perfeccionismo) y los factores de autoconcepto (factor académico; factor social; factor emocional; factor familiar y físico) en estudiantes de una universidad de Trujillo.

CAPÍTULO 2. MARCO TEÓRICO

a) Antecedentes

Benalcázar (2017), hizo un estudio en Riobamba Ecuador, con el objetivo de analizar las creencias irracionales y el autoconcepto en personas con discapacidad física adquirida, en una muestra de 15 participantes. El diseño de investigación fue de tipo cuantitativo, con alcance descriptivo, no experimental de corte transversal. Las baterías psicológicas utilizadas son la "Escala de Autoconcepto Forma 5" - AF5 (2014) y el "Registro de Opiniones de Albert Ellis" (2015); el resultado fue que existe patología en 6 de las 10 ideas irracionales, siendo las que mayor predominan la 1 (para ser humanos es imprescindible ser amado o aceptado por cualquier otro miembro relevante del círculo) y la 9 (un suceso pasado es un decisivo determinante de la conducta presente, porque si algo nos afectó sobremanera una vez en la vida debe continuar perturbándonos indefinidamente) en iguales porcentajes 26.7%. Además, se identifica autoconcepto bajo entre las esferas: emocional 60,0%, física 26,7%, familiar 13,3%, y social 6,7%, sin existir problemática a nivel académico. La correlación de las variables con la prueba de Tau_de Kendall, estableció la existencia de una relación no significativa en todas las pruebas de correlación, siendo realizadas entre las variables y factores como edad, género, escolaridad y temporalidad de discapacidad. Concluyendo que no existe correlación entre creencias irracionales y autoconcepto.

Velásquez (2016), hizo un estudio en el área rural de Quetzaltenango, Guatemala, teniendo como objetivo establecer las ideas irracionales que obtienen mayor ponderación y la relación de las mismas con el autoconcepto de la mujer; con 50 mujeres de entre 20 y 45 años de edad, católicas que vivían en el cantón de Xecaracoj. La cual fue una investigación Descriptiva. Para determinar lo anterior se utilizaron las pruebas psicométricas: el cuestionario de creencias irracionales y la prueba AF5. Encontrándose que existe incidencia de las ideas irracionales en el autoconcepto, presentándose que las ideas irracionales (culpabilidad, dependencia, evitación de problemas e irresponsabilidad emocional) influyen en el autoconcepto (social, emocional y familiar); habiendo también apreciación en el autoconcepto físico y laboral.

Pinilla, et. al (2014), hicieron un estudio en Colombia, del autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales, Utilizando el test AF5 se midió el autoconcepto en estudiantes de primeros y últimos semestres. Mediante pruebas de hipótesis se estableció si existían diferencias entre los puntajes medios de los estudiantes al inicio y al finalizar su programa académico, así como contra los del baremo. Se evidenció que los

estudiantes tienen un buen nivel de autoconcepto en casi todos los factores medidos, así como un alto puntaje obtenido a nivel del autoconcepto físico que se hace más fuerte en los últimos semestres de la carrera. El factor emocional es el autoconcepto que puntuó más bajo.

Veliz y Apodaca (2012), han investigado en Chile, los niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. Se revisaron baremos de tres escalas en 691 sujetos, los instrumentos: escala de Autoconcepto AF5 (García y Musitu, 1999); escala de Autoeficacia Académica General (Torre, 2007) y escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989). Los resultados indican que los hombres presentan mayor nivel de Autoconcepto Emocional y Físico. A mayor edad mejoran los niveles de Autoconcepto Académico, Emocional, Familiar y Físico. En área disciplinar los estudiantes de salud presentan mejor Autoconcepto Académico, los de educación presentan mejor Autoconcepto Social y los del área psicosocial mayor nivel Emocional y Familiar. En Autoeficacia Académica no existe diferencia entre hombres y mujeres. En Bienestar Psicológico los hombres presentan mayor autonomía y las mujeres mayor dominio del entorno. Los estudiantes de Salud presentan los mejores niveles en las dimensiones evaluadas.

Medrano, Galleano, Galera y Del Valle (2010), realizaron un estudio en Córdoba, Argentina, y tuvo como objetivo examinar la relación entre creencias irracionales, rendimiento y deserción universitaria en una muestra de ingresantes universitarios. Con la participación de 31 ingresantes de la carrera de psicología, seleccionados por un muestreo no probabilístico accidental. Utilizando un estudio no experimental. Se optó por conseguir las recomendaciones de Goldenhersch et al. (2006), de esta forma, para evaluar las creencias de una manera más fidedigna se utilizaron preguntas abiertas; así mismo para evaluar la existencia de creencias irracionales en los ingresantes, se solicitó a jueces expertos que realizaran una evaluación de la racionalidad de cada respuesta considerando los criterios estipulados por Ellis (2000); finalmente los datos relativos al rendimiento académico y la deserción de los estudiantes se obtuvieron de los registros de la facultad. De manera que no se obtuvo una correlación significativa con el rendimiento académico ($r_s = -.17$; $p > .5$), Y sí se observó que los estudiantes que abandonaban la universidad presentaban mayores creencias irracionales ($U=28.00$; $Z=2.24$; $p < .05$).

Huerta (2010), llevó a cabo un trabajo de investigación en México, con el proyecto de: inteligencia e ideas irracionales en estudiantes universitarios. Se aplicó la escala de pensamientos irracionales de Albert Ellis y la prueba de inteligencia WAIS-III. Los resultados se analizaron por medio de correlaciones de Spearman entre las escalas de Ellis y el WAIS-III. Se obtuvieron 294 correlaciones, de las cuales sólo 5 apoyaron significativamente a la

hipótesis con valores r entre -0.42 y -0.69 . En conclusión, se encontró poca evidencia de que a mayor inteligencia menos ideas irracionales.

Coppari (2010), realizó una investigación en Paraguay de la relación entre creencias irracionales y los indicadores depresivos de 94 estudiantes del curso de admisión de una Universidad Privada de Asunción, seleccionados a través de una técnica no probabilística de muestreo intencional y de participación voluntaria. Los instrumentos aplicados son el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis (1962) y el Inventario de Depresión de Beck (1996), para luego establecer la relación existente entre ambas variables. Se obtuvo una relación significativa entre el Inventario de Ellis con el Inventario de Beck. Por lo tanto se podría sostener que "a mayor creencias irracionales mayor grado de depresión", aunque esta relación no sea causal.

Torres, et. al (2010), hicieron una tesis en México, en la que determinaron la relación entre autoconcepto y apoyo social en estudiantes universitarios con una muestra de ($n= 276$) con una media de 19.8 años de edad. Para medir el autoconcepto se utilizó AF5 (Autoconcepto Forma 5) y el cuestionario de Apoyo Social Percibido de Familia y Amigos (AFA). Se realizaron análisis de grupos entre las diferentes dimensiones de ambos constructos para analizar si existen diferencias por género en cada constructo. El análisis de los resultados demostró que existe una correlación entre apoyo social percibido y autoconcepto ($r=.666$, $p =.001$), lo que se confirma al dividir la muestra por género (hombres $r=.717$, $p =.001$; mujeres $r=.567$, $p =.001$). Confirmando la tendencia que ante un mayor apoyo social percibido se incrementa el auto concepto de los participantes.

Gargallo, et. al (2009), realizó una investigación en España, de acuerdo a la influencia del autoconcepto en el rendimiento académico en estudiantes universitarios de Valencia. En este trabajo se busca confirmar la influencia del autoconcepto en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Trabajaron con una muestra de 1298 estudiantes de las tres universidades de la ciudad de Valencia (España): Universidad de Valencia, Universidad Politécnica de Valencia y Universidad Católica de Valencia. Las dos primeras eran universidades públicas y la tercera lo era privada. Evaluaron el autoconcepto, mediante el cuestionario AF5. También tomamos datos del rendimiento obteniendo la media de cinco asignaturas troncales y obligatorias del curso en que se realizó la investigación. A partir de estas puntuaciones llevaron a cabo correlaciones entre puntuaciones de autoconcepto y calificaciones, y también el análisis de regresión lineal que reflejaron una relación moderada entre tres de los cinco tipos de autoconcepto que evalúa el cuestionario (académico, familiar y físico) y el rendimiento. También realizaron el análisis jerárquico de conglomerados (k-medias) con las puntuaciones de autoconcepto, encontrando tres grupos de estudiantes, uno

con buen perfil de autoconcepto y dos con peor perfil. El grupo con buen perfil tenía mejores calificaciones, aunque las diferencias existentes entre los tres grupos no llegaron a ser significativas en el ANOVA realizado. Estos resultados ayudan a tomar conciencia de la importancia de apoyar, como profesores, el desarrollo de un buen autoconcepto en nuestros estudiantes universitarios. Además complementan los resultados de otras investigaciones que han analizado otros constructos y su incidencia en el rendimiento de estos estudiantes.

En nuestro País, se hallaron las siguientes investigaciones:

De la Cruz (2017), ha hecho un estudio en Lima, con el propósito de estudiar las creencias irracionales de Albert Ellis en una muestra de 230 estudiantes de primer año de psicología de una universidad privada de Lima Este. Mediante un diseño transeccional de tipo descriptivo comparativo, se les administró el test de inventario de creencias irracionales de Albert Ellis (1980) el cual fue traducido al castellano por Navas. Se aplicó también una ficha sociodemográfica para conocer las características que presentan los estudiantes materia de investigación. Se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas en la presencia de las creencias irracionales en los mencionados estudiantes según el sexo, edad, estado civil y lugar de procedencia de los padres, así como en su situación laboral. Presentando un nivel de creencias irracionales leve por lo general. La creencia irracional seis "se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa", es la creencia que obtiene los porcentajes más elevados.

Oliva y Sánchez (2016), hicieron un estudio en una universidad de Trujillo Perú, donde se planteó como objetivos, identificar los niveles de ansiedad rasgo y estado e Identificar las creencias irracionales predominantes en alumnos de la escuela de psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI – 2016. Luego del proceso estadístico correspondiente se encontró que los alumnos constantemente tienden a presentar ansiedad rasgo; las creencias irracionales que se presentan con más frecuencia son la creencia irracional de evitación de problemas, necesidad de aprobación y control emocional. Finalmente se encuentra relación positiva y significativa entre las creencias irracionales de necesidad de aprobación, perfeccionismo, culpabilización, control emocional, infortunio, evitación de problemas, indefensión ante el cambio, dependencia, influencia del pasado e inactividad de inercia con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado.

Sánchez y Matalinares (2014), en su investigación en Perú, estudiaron los valores interpersonales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la carrera de ingeniería ambiental y administración de empresas de una universidad estatal, constituida por una muestra de 217 alumnos de ambos sexos del primer, tercer y quinto ciclo a quienes se aplicó el cuestionario de autoconcepto forma (AF5), de Fernando García y Gonzalo Musitu, validado

por Sandoval (2009) y Portilla (2011), y el cuestionario de valores interpersonales (SIV), de Leonard V. Gordon, adaptado por Higuera (1972) y Pérez (1987). Los resultados mostraron que existe correlación entre los valores interpersonales de soporte y conformidad con el autoconcepto general. En un análisis específico se observa que ningún valor interpersonal se relaciona con el autoconcepto familiar. Además se halló diferencias significativas en el autoconcepto físico y emocional, así como en el valor interpersonal de liderazgo. Por otro lado, no se observan diferencias estadísticas en los valores interpersonales y en el autoconcepto según la carrera profesional.

b) BASES TEÓRICAS

1. CREENCIAS IRRACIONALES

1.1. DELIMITACIÓN CONCEPTUAL

Prácticas filosóficas desde hace miles de años, del oriente y occidente, así como conocimientos psicológicos, con el pasar del tiempo, coinciden en el valor que tiene el pensar en el estado personal y emocional. Ya que el pensamiento desarrolla emociones, y que, por consiguiente, y de cualquier manera, se asocian el pensamiento al estado emocional y ésta, a la actuación (Almanza, 2011).

También se ha llamado a las creencias irracionales, de un modo más simbólico "ideas desequilibradas", traduciendo a éstas como ideas limitantes que se desarrollan como productivas. Son una exageración de las ideas. P. ej. "no se puede depositar la confianza en alguien", "los que poseen autoridad son siempre delincuentes", "son queridas las personas que consiguen satisfacer a los demás", etc. Detrás de las ideas desequilibradas hay sensaciones de angustia por ser aceptado. Estos pensamientos se relacionan a las características del individuo (Ellis, 1962).

En los hechos, el reconocimiento de las creencias irracionales no es rápida, ya que suele haber una idea vaga, incluso que se contradice, y que es lo que las personas creen al pensar y dan, por cierto. Contradictoriamente, lo que sucede es algo diferente, y las ideas escondidas son las que causan los estados emocionales confusos. Por eso, cuando las personas son conscientes de lo irracional y nocivo de su forma de pensar, se genera un cambio y desarrollo en las personas (Almanza, 2011).

1.2. DR. ALBERT ELLIS (1913-2007) Y LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA Y CONDUCTUAL

El Dr. Albert Ellis, nació en Pittsburgh el 27 de septiembre de 1913 y murió en Manhattan el 24 de julio de 2007; es considerado por muchos como el padre de las terapias cognitivas conductuales y uno de los psicoterapeutas más influyentes de la historia. Inicia esta corriente en 1955 con el nombre de "Rational Terapy", reemplazada posteriormente por la que denominada actualmente "Rational Emotive Behavior Terapy" (TREC, Terapia Racional Emotiva y Conductual) (Almanza, 2011).

- Principios Básicos de la TREC

Como dice Almanza (2011) el pensar es el papel más importante y generado por la persona como un ser integral. Expresado con otras palabras, sentimos de acuerdo a como pensamos (seamos o no conscientes de ello), no por las situaciones, ni por lo que nos hacen los demás.

La transformación de las vacilaciones emocionales y la mejora de los inconvenientes en los estados de ánimo y las actitudes, es importante mutar los sistemas desfavorables de pensamiento.

Las representaciones mal adaptativas del pensamiento son originadas por varios elementos, como influencia genética, de la biología y el entorno ambiental. Los seres humanos poseen una predisposición natural a generar sistemas incongruentes de pensamiento, incluso en entornos favorables.

A pesar que lo que se hereda y el entorno son significativos en la predisposición del sistema incongruente de las ideas, las personas mantienen las representaciones mal adaptativas por elección o hábitos del sistema en cuestión. Así que la manera en la que se mantiene la disfunción personal es el estar habituado a las creencias irracionales, más que a la manera en la que se predispuso o se adquirió. Entonces si los individuos transforman sus pensamientos, mutándolo, su actuar vendría hacer muy diferente.

No es sencillo transformar las creencias que se poseen, pero es un proceso viable, centrando la energía en lo que depende de uno, descubrir el entramado desfavorable de pensamiento y revertirlo.

El Dr. Albert Ellis utilizó Empleo un sistema práctico que nombró el "ABC" expresando la base de su marco teórico:

- ("A") (es "Activating Event ") Constituye el evento provocador, hecho o circunstancia. Quizá sea un evento externo o una circunstancia interna (idea, imaginación, hecho, sentimiento, estado emocional, etc.)
- ("B") (es "Belief System") Constituye el inicio del entramado del pensamiento, y se trae aparejado el sistema del mismo: ideas, representaciones, imaginación, credos, hipótesis, impresiones, información, etc.
- ("C") (es "Consequence") Constituye el efecto del evento "A". Las "C" son de estado emocional y actuación.

- **El principio de la emoción para A. Ellis en Almansa (2011):**

Según Albert Ellis, en su libro "Nueva guía para vivir racionalmente", en el capítulo dos describe cómo surgen las emociones, siguiendo una línea triple:

A través de algún tipo de estimulación física del centro emocional especial de nuestros cerebros (denominado el hipotálamo) y la red nerviosa de nuestros cuerpos (denominado el sistema nervioso autónomo).

A través de nuestros procesos de percepción y movimiento (técnicamente denominados nuestro sistema sensorio-motor).

A través de nuestros deseos y pensamientos (técnicamente cognición).

Entonces, el trabajo de gestión de emociones desfavorables, se da a por 3 vías. P. ej. Al sentirse muy ansioso y con ganas de conseguir alivio, se puede:

Intervenir mediante elementos eléctricos o bioquímicos nuestras sensaciones, p.ej. ingiriendo pastillas calmantes.

Hacer movimientos de tranquilización, como posturas, estiramientos y respiración yóguicas, activando el sistema de percepción-movimiento (sensorio-motor).

Mejorar mediante la mutación de ideas desequilibradas. *

Albert Ellis cree que hay prácticas que ayudan a aliviar los estados emocionales, aunque más que curar dice que son calmantes, es decir mejora el síntoma por un periodo de tiempo, pero no es sólido.

p.ej. las personas bajoneadas emocionalmente. Podrían sentirse mejor ingiriendo algún medicamento o método para calmar su estado. No obstante, si no hay una mutación o abandono del pensamiento limitante, se verán predispuestos a activar el mecanismo desfavorable al interrumpir el método externo o medicamento. Es decir, es necesario un trabajo con la consciencia.

- **Emociones potenciadoras y limitantes para A. Ellis**

Se experimenta una descompensación, intranquilidad y bajón, por los estados emocionales limitantes, distorsionado respecto a la realidad. Impulsándonos a actuaciones sobrepasadas, incluso en contra de nuestra utilidad. Obstruyendo el desarrollo del sistema de acciones potenciadoras para tener los objetivos personales.

Relacionados a las "creencias irracionales"

Las emociones negativas apropiadas son las que nos alertan de que nuestras metas están siendo bloqueadas, pero no nos inmovilizan. Nos impulsan a comprometernos en conductas de auto-superación. Nos alientan a la ejecución de la conducta necesaria para alcanzar las propias metas.

Los estados emocionales desfavorables, alertan que los objetivos están siendo interrumpidos, pero no destruidos. Pueden impulsar a transformar las acciones en post de mejorar. Y re-direccionar a lo que ayuda en cuanto al objetivo.

- **Sistema de creencias**

La organización de los pensamientos que A. Ellis dice, agrupa el siguiente conjunto de pensamientos:

- Información de lo que se observa: "la mujer está manejando"
- Deducciones que toman probabilidades que podrían ser ciertos o errados: "la mujer que está manejando está paseando"
- Calificaciones reclamantes o "deber-intranquilizadora:" "debe estar dispuesta a contestar cuando le llame por teléfono"; "necesita que le conteste el teléfono".

Ideas o Creencias

Según Beck (2000), Son disposiciones de pensamiento que se adquieren mediante las vivencias de la persona, así como de su entorno, dinámicas sociales y elementos biológicos. Se puede entender por creencias a cogniciones propias de cada persona que determinan su manera de actuar y el modo en que se evalúa las situaciones, a uno mismo y a otros.

Las creencias pueden ser, ideas, pensamientos, afirmaciones, o imágenes determinantes primarias de las emociones, pudiendo ser las creencias hipótesis absolutistas o preferenciales, comprobadas o rechazadas, pero no hechos basados en observaciones objetivas (Ellis, 1962),

Cruz (2008) resume los procesos del pensamiento destacando que los pensamientos son buenos precursores y creadores de creencias, los cuales se adquieren por medio de la cultura y se forma durante la infancia. A demás estas creencias se pueden extender a medida que el ser humano va desarrollándose y estas influyen en la comprensión de la realidad y de la persona.

La creencia es definida como una afirmación rígida y en conformidad con algo, también como la certeza que se le presta a una situación o dato como verdadero. Entre las creencias que pueden tener las personas las hay socialmente aceptadas, es decir que aceptan una sola visión racional y aceptada a nivel general. Sin embargo, hay creencias que no resaltan ninguna señal de racionalidad, pero eso no hace que dejen de creerlas o defenderlas con firmeza,

confirmándolas con seguridad. Algunos de los errores cognitivos más frecuentes se encuentran en la esfera de las creencias (Ellis, 1984).

Determinando así que las creencias determinan el modo de desenvolverse de la persona, ya que por medio de la percepción que tenga de su entorno éstas creencias determinan el comportamiento posterior de la persona.

Creencias racionales

Cuando las creencias son abiertas (flexibles), se llamarán creencias racionales, las cuales aparecen como algo que se prefiere, quiere y gusta, además de lo que se anhela. Sin mantenerse de manera de los debo, tengo y demás. Los individuos al crear proposiciones de esta forma, a continuación el desenlace viene de esta manera (Almanza, 2011):

- **Evaluación moderada de lo malo:** el individuo dirá "está mal", pero no es "la gran cosa", en vez de "es una desgracia" cuando se encuentre en una situación que se da de forma negativa.
- **Enunciados de tolerancia:** el individuo va a decir formas de pensar tolerantes, dirá p. ej. "no es de mi agrado, pero puedo sobrellevarlo".
- **Aceptación de falibilidad:** el individuo va a ser consiente que no se puede generalizar y clasificar a alguien de una sola forma, como que es bueno y malo, sino que hay cosas buenas y otras no tanto, además de neutras.
- **Pensamiento flexible:** De acuerdo al desarrollo de hechos: el individuo se detendrá de creer que una situación se llevará a cabo o no lo será, a cambio de eso, entenderá que los sucesos con frecuencia se dan como un sistema, que oscila de menos a más y de muchas formas.

Creencias Irracionales

Las creencias irracionales son parte del enfoque teórico propuesto por Ellis (1958) que resalta en diferentes tipos de contenido representativo. Cree que las representaciones mentales y las creencias son las que causan el comportamiento. De la misma manera, propone que las cogniciones son matriz en el origen y desarrollo de los problemas emocionales, conductuales y sociales.

- Definición

Según Chaves y Quiceno (2010) las ideas irracionales están caracterizadas porque no se asemejan con lo que sucede, suelen iniciarse con una deducción incorrecta y generar percepciones distorsionadas que no son respaldadas por

los hechos y, con frecuencia, constituyen una exageración. Representados a través de necesidades, deberes y órdenes que causan estados emocionales desadaptados como angustia e incertidumbre.

- Características

Se estima que el pensamiento irracional es el primer causante del desequilibrio emocional, debido a que el individuo elige el sistema desfavorable y descalibrado de su manera de pensar exacerbada de lo real (Ellis y Lega, 1993).

Las creencias irracionales se caracterizan por:

1. Ser lógicamente inconsistentes (parten de premisas falsas o resultan de formas incorrectas de razonamiento).
2. Ser inconsistentes con la realidad (no concordantes con los hechos; distinto a lo observable).
3. Ser dogmáticas, absolutistas, expresadas con demandas* (en vez de preferencias o deseos). Aparecen términos como: necesito, debo, debe, no puedo, jamás, etc. En lugar de: prefiero, es mejor, no me gusta, es peor, etc.

Según Almansa (2011) Estas demandas pueden estar dirigidas hacia:

- Uno mismo, ej. "*yo debo ser exitoso*".
- Hacia los otros, ej. "*tú debes escucharme*".
- Hacia el mundo en general, ej. "*la vida debe ser fácil*".
- Conducir a conductas o emociones inapropiadas o auto-saboteadoras.
- No ayudar o impedir el logro de los objetivos de la persona.

Según la terapia racional emotiva (TREC), la evaluación irracional se configura a través de los "debo" y "tengo que", características dogmáticas que altera la consecución de metas y genera emociones y comportamientos disfuncionales. Pueden categorizarse en tres áreas principales de creencias: la primera tiene que ver con: tengo que actuar, funcionar muy bien, perfectamente", esta área se asocia con sentimientos de depresión, ansiedad y culpa, la segunda se relaciona con "Usted debe de tratarme muy bien, perfectamente", que generalmente facilitan sentimientos de ira u conductas pasivo – agresivas o violentas; la tercera y última área hace referencia a creencias como: las condiciones generales de mi vida tiene que ser muy buenas cómodas, fáciles", lo que produce como resultado sentimientos de

lastima por uno mismo problemas de autodisciplina (Lega, Caballo y Ellis, 1997).

Almanza (2011) refiere *que las creencias irracionales traen aparejadas:*

La "**tremendización**" o engrandecimiento del agravio o el significado de lo que pasa. Cuando lo que se cree se expresa de forma que lo que sucede es muy desgraciado, más de lo correspondería ser.

La "**no-soport-itis**" o poco soporte a lo frustrado, al/la individuo/a le es difícil concebir situaciones que suceden y se pueden soportar.

La "**condena global**", en lo personal, a los demás, o a todo lo que le rodea. La individua suele ser exageradamente crítica con ella misma, con los demás y/o con las formas de vida

Ejemplos:

- Sobre uno mismo: "*no sirvo*".
- Sobre los otros: "*como persona mala que es merece un castigo*".
- Sobre el mundo: "*el mundo es una basura*".

Ejemplo del proceso cognitivo, Almansa (2011):

(A) Situación: "*No estoy entendiendo muy bien cómo hacer esta investigación*".

(B) Pensamientos: (automáticos) "*quizá no pueda con esto (la investigación)*"; y "*se me dificulte titularme*".

(C) Consecuencias:

- a. **Emotiva:** Ansiedad y Frustración (o depresión).
- b. **Conductual:** Procrastino.
- c. **Fisiológica:** Opresión en el pecho, espalda. Cansancio.

Creencias intermedias que sustentan a (B), los pensamientos:

En esta parte está el enfoque que respalda el pensamiento, mi enfoque de la vida (lo que está bien y lo que no), mi modo de actuar frente al sexo, edad, cultura, etc.

- **Normas:** "*debería parecerme atractivo hacer el informe de mi tesis, de forma fácil, siempre, enseguida*".

- **Supuestos, inferencias:** *"Si no me parece atractivo significa que no soy capaz, que algo está mal conmigo y que no aprobaré la sustentación".*
 - **Actitudes:** *"No desarrollarla (o no aprobar) es detestable, horrible, insoportable".*
 - **Creencias nucleares:** Son interpretaciones fundamentales y profundas, desarrolladas desde la infancia, acerca de mí mismo, de los demás, y del mundo. En el ejemplo que se está desglosando, la creencia nuclear sería: *"Soy incompetente, incapaz, no sirvo".*
- **Las 8 creencias irracionales consideradas**

Las ideas irracionales descritas, son conceptos adaptados por Garner (1969), de la teoría de Albert Ellis para la adaptación de un cuestionario que mida creencias irracionales, los mismos que ayudaron para la adaptación y abreviación del cuestionario echo por Chaves y Quiceno (2010) en Colombia: Las creencias irracionales detalladas, son significados descritos por Garner (1969)

1. Creencia irracional (Necesidad de Aprobación)

Garner (1969) Dice que éste aspecto, se ve reflejado en la demanda de ser aceptado por las personas, un grupo o persona determinada o por el público en general. Manifestándose como un requerimiento fuera del alcance de la persona, y por ser una gestión imposible al no ser viable imponer una respuesta determinada como la aprobación. Y en tal intento la persona va desequilibrar su sistema generando toda clase de pérdidas de recursos valiosos como: energía física, mental; el tiempo invertido; desequilibrios emocionales y sabotaje de su autoconcepto.

2. Creencia irracional (Altas Autoespectativas)

Dentro de los individuos, se generan ideas acerca de sus labores, actuaciones y habilidades. Y es importante tomar en cuenta la limitación de su área de alcance y que a veces escapa de su sector de influencia (no depende de él). En ese aspecto viene la creencia número dos, que se caracteriza por el pensamiento de ser siempre calificado, lo necesario para llegar a el umbral de resultado más alto que cree posible; y si no se logra, se ve afectado frustradamente con sentimientos de minusvalía, incompetencia y ansiedad moderada a alta. También tiene que ver con el valor externo (que le da la sociedad al rol, al desempeño o a uno mismo)

contrario al valor interno (que es atribuido por uno mismo en sus participaciones) (Hartman, 1959, citado en Garner, 1969).

3. Creencia irracional (Culpabilización)

Ésta creencia nace de ideas tales así de la gente incorrecta y correcta, como p. ej. "La gente incorrecta y deshonestas, necesitan ser mortificados duramente por ser malosos". Tal alegato tiene alto contenido de subjetividad, debido a que se dirige a juicios de "incorrecto" y "correcto", lo cual carece de sustento científico. "Por otro lado, quienes punen al resto de gente, también se punen a ellos mismos; y la culpabilidad y medidas extremistas tales como hostilidad e ira incluso hacia uno mismo cortan la consecución de objetivos racionales hacia la autoaceptación de falibilidad, aparejada a la mejora del sistema personal de conducta de uno mismo" (Garner, 1969).

4. Creencias irracional (Indefensión acerca de los cambios)

La número cuatro, se asocia con ser flexible y adaptarse a las circunstancias y acontecimientos, con modificaciones contingentes a la idea previa o a lo que se había planeado. No obstante, suele aparecer un pensamiento exagerado y distorsionado relacionado al resultado no deseado o inesperado, así mismo es normal que afecte a las emociones las circunstancias cuando se interrumpe el plan inicial. El problema entra a calar, al momento de ser inflexible, se pretende demandar la consecución del acontecimiento y que satisfaga sus expectativas. De manera que es importante y favorable la adaptación a los hechos y contar con un sistema de flujo personal, y aunque se tenga expectativa, se tiene en cuenta el factor sorpresa e interrupción del mismo (Garner, 1969).

5. Creencias Irracional (Evitación de problemas)

Hay una manera de buscar la recompensa inmediata y el placer, pero también trae aparejada frustración, y es la evasión a la circunstancia que no genera con frecuencia satisfacción inmediata, ya que requiere salir de la zona conocida y esforzarse por mutar lo desfavorable y a la vez engendrar lo favorable, siendo un proceso desconocido, aunque estimulante y que genera desarrollo con satisfacción. De lo contrario cuando se evade la responsabilidad personal y evolución, se introduce en

un espiral destructivo junto a emociones de placer - frustración que saboteará constantemente a la persona. (Garner, 1969).

6. Creencia Irracional (Dependencia)

En la humanidad existe la predisposición en vivir a cuenta de alguien/algo o fijar una dependencia personal. De manera que, si se desarrolla este sistema, aparecen los desequilibrios eminentes, como pérdida del control personal y su entramado favorable desarrollo, manejándolo hacia circunstancias fuera de su alcance, el cual no tiene control, y genera sentimientos de frustración, lastre, inutilidad y desequilibrios emocionales (Garner, 1969).

7. Creencia Irracional (Influencia del pasado)

Los acontecimientos, o hechos ocurridos en el pasado, se pueden convertir en una influencia que sabotea a la persona constantemente, interrumpiendo su vida presente con pensamiento irracional que lo mantiene en una dinámica que no le ayuda a tomar el control de su vida y a no punir la organización de costumbres limitantes, que le alejan cada vez más de su evolución, convirtiéndose en una excusa para auto sabotearse y permanecer en la zona conocida Garner (1969).

8. Creencia Irracional (Perfeccionismo)

La creencia número ocho, es incuestionablemente idealista, y donde se generan actuaciones de acuerdo a eso. Por lo que el individuo se detiene en la exploración de comandos perfectos para emplearlos en su cotidianidad. Siendo una línea no racional y mucho menos viable. Ahondándose en una organización y un objetivo que busca irracionalmente profundizar en lo superfluo, y centrar la energía en cuestiones que no son relevantes, lo cual va a limitar la solución práctica a lo cotidiano y a los inconvenientes presentados, además resta energía a lo que es importante y pieza del desarrollo personal (Garner, 1969).

- El trío “debo” capital

Almansa (2011), Interpretando correctamente la concepción de "demandas", es conveniente diferenciar diversos empleos o expresiones del término "debe" o "debo", que no son considerados ideas irracionales de por si según la teoría de Ellis.

Ejemplos:

- “debe llegar en cualquier momento”: predictivo.
- “se debe leer el manual -del cual será tomado el examen- si desea aprobar”: condicional.
- “Debería decir la verdad, y no mentirme”: política que manifiesta la pretensión personal o social. La cual se cambia a no racional cuando se exige, y no vuelve intolerante.

El trío debo capital organizan las exigencias en las clases a continuación:

- Exigencias de uno propio. El presente “debo” se manifiesta con regularidad en expresiones así: “debo actuar de manera buena, y ser aceptado por la gente, de lo contrario está mal y me voy a deprimir, ya que soy rechazado y no me siento querido cuando no lo hago bien”.
Las ideas de esta clase de “debo” direccionan a la aflicción, cobardía, aprensión y la culpabilidad.
- Exigencias hacia los demás. El presente “debe” se manifiesta con regularidad en expresiones así: “debes darme mi lugar, y comportarte justamente conmigo, ya que no lo voy a tolerar si no lo haces” o “eres decepcionante al no comportarte como debes, y tienes que pagar cada una de esas injusticias”
Ideas direccionadas a esa clase de “debo” se relacionan a sensaciones de rabia, impulsividad, como también actos de violencia pasiva y activa.
- Exigencias de acuerdo al entorno/circunstancias de existencia. El presente “debe” se manifiesta con regularidad en expresiones así: “las circunstancias de la existencia en las que paso mi diario vivir deben siempre tornarse de forma que a mí me gustan, y si no es así es muy frustrante y no lo puedo concebir”
Las Ideas direccionadas a ésta línea se asocian a sensaciones de autocompasión, sufrimiento y vienen a la par con acciones destructivas hacia uno mismo.

2. AUTOCONCEPTO

a. DELIMITACIÓN CONCEPTUAL

La autopercepción es un factor existente las distintas áreas de la cotidianidad del ser humano, en este caso formulado por Shalvelson, Hubner y Stanton (1976, citado en Musitu, García y Gutiérrez, 1997) como marco organizado y pluridimensional, exponiendo que adhieren autopercepciones singulares y definidos presentes en cada parte de nuestro vivir.

De acuerdo a Musitu, et al. (1997) La autopercepción se entiende a modo de concepto que la persona posee hacia uno propio, fundado en puesta en marcha de las dinámicas sociales, y lo que atribuye de su mismo comportamiento. Participa los elementos de sentimientos, redes de contacto, hogar, cuerpo y de estudio. Es la clasificación configurada de conceptos de uno propio, que pasa por la consciencia y la información al alcance. También es una configuración del pensamiento entramado y hecho por el desempeño cotidiano en las relaciones.

La idea de autoconcepto no es reciente. Se da en la psicología a raíz del pensamiento ancestral sobre la vida propia: ¿yo quién soy? (Oñate, 1989 citado en Ocaña y Saenz, 2015). Existen muchas enunciaciones de acuerdo al autoconcepto, más nombrando a personas con teorías a presentar aquí, el autoconcepto es una configuración de sistema a partir de un factor general, que relaciona y entrama múltiples partes, significativamente asociados con las actuaciones y sus representaciones del individuo. Distinguiendo cinco representaciones del autoconcepto: estudios/trabajo, área sentimental, redes de contacto, hogar y cuerpo (Musitu y García, 2014).

También en más enunciados de la autopercepción, entre varias, y direccionadas a la línea, hubo algunas sobresalientes como la de: Goñi, Palacios, Zulaika, Madariaga y Ruiz en el 2002, la auto-percepción organiza uno de los más representantes y juez de la actuación del ser humano, significando de sumo valor y de persistente participación en su cotidianidad (Goñi, Esnaola, Ruiz de Azua, Rodríguez y Zulaika, 2003).

Se cree que el autoconcepto representado en las personas humanas, los presenta de manera singular como raza humana en el reino de la vida, además que el desarrollo y consciencia del "yo" ha ocasionado, engendrar el pensamiento como organización de las redes sociales de la raza humana (Véliz, 2010).

La auto-identidad dirige a representar un retrato personal, a través del que se observa la imagen propia, manifestando ser motor para la consciencia y desenvolvimiento, de acorde a como se percibe va a ocasionar la actuación en la vida.

b. MODELOS TEÓRICOS

Hay una caracterización manifestada a nombre de la organización del autoconcepto, y tiene que ver con dos representaciones así unidimensional y multidimensional, o sea, una auto-identidad general y una clasificación de autoconceptos (asociados aunque diferenciadas) en las distintas áreas de la vida (sentimientos, redes de contacto, hogar, trabajo, etc.).

- **Enfoque unidimensional**

La investigación del autoconcepto se configuraba a través de un enfoque unidimensional, que hacía simbolismo de un valor de autoconcepto habitual, autoconcepto plural, autoconcepto universal o también la estima propia completa.

Así el enfoque unidimensional, es conocido de igual manera como enfoque nomotético, según Soares y Soares (1983, Strein, 1993 citado en Veliz, 2010), vende la representación de autoconcepto generalizado, el cual direcciona la actuación, en vez de varias partes de conceptos propios en áreas distintas en las relaciones.

El modelo unidimensional de la auto-percepción estima que está simbolizado y consecuente con las participaciones de las acciones personales. La línea es enfocada por personajes teóricos que dirigen su aplicación en los factores habituales, en vez de las distintas reacciones de las personas, presentando una sola dimensión. Tomas y Oliver (2004, citando a Rosenberg, 1965 & Coopersmit, 1967) igualmente, Coopersmith y Marx y Winne (1967, 1978 citado en Veliz, 2010), respaldaron que la auto-percepción se organiza por una sola dimensión, y las demás dimensiones potenciales se configuran en base a una sola organización de dimensión capital.

Hay test unidimensionales, así está el Coopersmith y Rosenberg, las cuales se asientan en ese enfoque de uno sola dimensión; según Goñi (2009) a las que acaecen numerosas detracciones a comienzo de muchas investigaciones que dan respaldo empírico acerca de que existe dimensiones/partes diferentes del autoconcepto.

- **Enfoque multifuncional**

Entre las personas que describió empíricamente el autoconcepto como una construcción de varias dimensiones está Fitts (1965, citado en Veliz, 2010) atribuyéndole un trio de compuestos nucleares: propia identidad, propio placer y actuación. Y una quinta externa: cuerpo, juicio, individuo, hogar y relaciones.

Según González (2005) Diversas investigaciones se han demostrado a través de estudio de partes de configuración varias dimensiones del autoconcepto: Boersma y Chapman, 1979; Dusek y Flaherty, 1981; Soares y Soares, 1982; Harter, 1982; Marsh, Parker y Smith, 1983; Marsh, Barnes, Cairns y Tidman, 1984; Fleming y Courtney, 1984; Marsh, Barnes y Hocevar, 1985; Marsh, Parker y Barnes, 1985.

Aparece también un marco de teoría alterna que presta de mucha convicción, se trata del enfoque jerárquico y multifacético de Shavelson, Hubner y Stanton propuesto en 1976. Shavelson et al. (1976, citado en Musitu, & Gracia, 1997) define que la auto-percepción se divide también en uno de estudio y otro de no estudio, prendiéndose el que se acaba de mencionar así en elementos sentimentales (intangibles y de adentro); de relaciones (asociados con la representación de la participación de la persona en la gente) y cuerpo (donde toman parte la imagen y representación de la persona)

Este modelo jerárquico y multifacético de Shavelson, et. al (1976, Citado por Esnaola, Rodríguez y Goñi, 2011), han engendrado que la autopercepción se entiende a modo de concepto que la persona posee hacia uno propio, fundado en puesta en marcha de las dinámicas sociales, y lo que atribuye de su mismo comportamiento. Definen siete características básicas del auto-concepto.

- 1) Data de un esquema sistematizado
- 2) Supone varias dimensiones, o sea, existen dimensiones visiblemente distinguibles
- 3) Tiene niveles, y se debe a que los conceptos de los hechos personales en condiciones concretas, se hayan en el primer nivel. Las ideas sobre uno propio en valores más extendidos (así las redes de contacto, la imagen corporal y el estudio p. ej.) se sientan en un nivel intermedio, y, por último, una auto-percepción universal sienta sobre el nivel superior
- 4) La auto-percepción universal (que sienta sobre el nivel superior) es firme, aunque a medida que se baja de nivel, la auto-percepción se convierte en más definido y a costa de las circunstancias, y es así que más flexible
- 5) La auto-percepción incrementa de varias dimensiones con el pasar de los años. Los recién nacidos no distinguen a su entorno y ellos propios; ya de niños

manifiestan una auto-percepción general, más todavía no distinguible en áreas, y ya al crecer, va desarrollando la auto-percepción visible, integral así a distinguibles dimensiones con una organización sistemática

- 6) La auto-percepción, así la percepción que la persona posee de uno propio, tiene cual formas de carácter y formas de calificación (estima propia)
- 7) Simboliza la auto-percepción una configuración de propio concepto: además visiblemente distinguible ante variables marcos que guarda asociación.

El enfoque de la teoría de Shavelson et al. (1976, citado en Tomás J. y Oliver. A. 2004) delimita un conjunto de caracteres pilotes del autoconcepto, resaltando las dimensiones múltiples del mismo.

Entonces por varias dimensiones o multidimensionalidad se comprende como el propio-concepto simbolizado en varios entramados asociados y diferenciados. Tal que, las formas se dan como partes en niveles estudiados a través de estudio de factores, Marsh (1993; en Musitu, García, y Gutiérrez, 1997) y que a su vez resaltan la descripción y carácter multidimensional del entramado del autoconcepto, con sus factores que se hayan distinguiblemente asociados a la participación de la persona como ente humano.

c. TIPOS DE AUTOCONCEPTOS

Musitu y García (2001), Han comenzado del marco de referencia de Shavelson, Hubner y Stanton, estiman que el autoconcepto como múltiple factorial, que coge la personificación del individuo en las diferentes áreas y partes de su vida, proponen cinco (5) áreas del autoconcepto (el respaldo y valor pentafactorial de la proposición como herramienta fue hecha en un estudio).

- Auto-concepto académico/laboral:

El concepto propio en el área denominada estudio/ trabajo es concepción que el individuo percibe en cuanto a su participación, en el carácter de su papel en lo que trabaja. Se entiende dos campos: campo de estudio y de trabajo, que es así una representación también de acción en el tiempo y de mismo papel.

El valor dado al dicho autoconcepto en las investigaciones de educación es consecuente con la teoría que es favorable entender la actitud en la escuela a raíz del concepto manejado por el estudiante de uno propio en relación a sus capacidades escolares.

- **Auto-concepto social:**

Es el concepto concebido por el individuo acerca de su participación en las dinámicas sociales. Hay dos líneas: una direccionada a las red de relaciones, junto a lo viable o la limitación a adaptarse e influir; y la otra línea a las destrezas favorables para acometer el hecho de adaptarse e influir en las relaciones, Musitu et al. (2001).

El auto-concepto social se correlaciona positivamente con el ajuste psicosocial, con el bienestar psicosocial, con el rendimiento académico y laboral, con la estima de profesores y superiores, con la aceptación y estima de compañeros, con la conducta prosocial y con los valores universalistas; y negativamente con los comportamientos disruptivos, la agresividad y la sintomatología depresiva (Cheal,1991; Broderick,1993; Pons, 1989; Lila, 1991; Molpeceres,1991; Herrero, 1992; Marchetti,1997; Gutierrez,1989 citado en Musitu et al, 2001).

Byrne (1984, citado por Goñi y Fernández, 2007) expone que el autoconcepto de relaciones sociales, enmarca la percepción propia en cuanto a destrezas para relacionarse interpersonalmente, así que se ocasiona en la vía de la valoración propia de la actuación en las partes de contacto social.

- **Auto-concepto emocional:**

Según Musitu et al. (2001) Concibe el valor del calibraje de las circunstancias en cuanto al estado sentimental y emocional personal. La calificación disminuida habla que la persona reacciona favorablemente y sin aflicción con frecuencia en su cotidianidad, y al revés una calificación aumentada, quiere decir q hay un estado emocional desfavorable.

Así mismo, se estima como auto-percepción emocional a "inteligencia del lado de las relaciones que involucra el porte del manejo de los sentimientos y la de las personas, calibrarlas, y emplear el conocimiento para direccionar el pensar y la actuación" (Salove & Mayer, 1990).

- **Auto-concepto familiar:**

De acuerdo a Musitu et al. (2001) Lo que significa el factor se asocia a dos líneas. Uno configura a los padres en representación de cercanía afectuosa y la seguridad, dos marcos sobresalientes de la familia. La otra línea se refiere a la familia y el hogar en general.

Es la comprensión que posee el individuo de su valor, prestaciones, y acercamiento en el entorno familiar. La concepción de este componente se manifiesta en base a dos títulos. El primero se refiere puntualmente a los padres o apoderados en dos imágenes pilotos de las dinámicas sociales familiares: el confiar/sentimiento de seguridad y suplencias afectuosas. El segundo título describe a la familia y el hogar, así en una cuarta de subtítulos, las primeras dos enunciadas de manera favorable (los dos pilotos de la familia), y las dos restantes, de manera desfavorable, hablan de las sensaciones asociadas al corte de consecución del compromiso y a la interrumpida aceptación de la familia entre uno o varios integrantes. Este elemento, que es uno de los preponderantes del autoconcepto. (García y Musitu, 1999 citado en Musitu y García, 2014).

Es así que la célula familiar, es una de las columnas elementales de la persona, en parte porque es el primer entorno primario donde crece y aprende, en comunicación con la sociedad. Además, cuestiones como las relaciones y las actitudes son modeladas por la red del hogar.

- **Auto-concepto físico:**

Se concibe como la manera en la que se ve reflejado corporalmente la persona. De manera así la gracia/ atracción, el cuidado físico y el desarrollo de actividad corporal y recreo. Por lo que, si se ve reflejado favorablemente, su autoconcepto se va haber beneficiado, de lo contrario, se vería limitado (Musitu et al. 2001).

Esta parte dice de la idea que tiene el individuo de su imagen y estado corporal. Además, se constituye seguido de dos líneas que se asocian. Una se direcciona a la actividad corporal en las relaciones, su capacidad y habilidad física. El otro se direcciona el reflejo o imagen de su físico en general. Una auto-percepción corporal favorable se relaciona con una sensación de bienestar física. Lo cual indica que la persona atiende el desarrollo de su cuerpo y lleva acabo algún ejercicio corporal de manera viable.

Desde la perspectiva de los autores de la Escala, el autoconcepto físico correlaciona de forma positiva con la noción de salud, el autocontrol, la idea de bienestar, y la intervención con los problemas similares (García y Musitu, 1999 citado en Musitu y García, 2014)

En las relaciones con individuos con discapacidad que puede ser física adquirida, es importante saber el estado y condición de su cuerpo en general y específico, además de la revelación de la percepción e imagen que poseen de esta parte de sí mismos.

3. CREENCIAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO

La relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto, son contiguas, en la exposición de las creencias irracionales, se posicionaron tres grupos macros a los que cada una pertenecen, en dónde tenemos las que se relacionan con el ambiente, con el medio y consigo mismos, mientras que en el autoconcepto se pueden divisar las dimensiones familiar, social, emocional, física y académica. Se muestra de esta forma que se direccionan al individuo de una manera global, al mismo y a la percepción que tiene del mundo y de sí mismo.

Por eso, como uno piensa repercute en su estado emocional y la acción que lleva a cabo (Caballo, 2001).

Para (González, C., González, P., Rodríguez, Núñez y Valle, 2005) los estudiantes que presentan creencias irracionales manifiestan dificultades para controlar sus emociones, un deficiente control de pensamientos distractores, déficit para restablecer la propia motivación y dificultades para acceder a la representación de las propias necesidades y valores.

Las creencias irracionales pueden interferir con las metas que los estudiantes se han establecido, afectar la dirección de los esfuerzos invertidos, la persistencia en la conducta y la adecuada adaptación a la nueva vida social y académica (González et al., 2005)

En este sentido Calvete y Cardeñoso (2001) observaron en una muestra de universitarios que las creencias irracionales se asocian a actitudes negativas hacia los problemas percibidos por uno mismo y al empleo de estrategias inadecuadas para la resolución de ellos.

Por lo cual si se habla de las ideas que se configuran en creencias ya estamos hablando también de la percepción que el individuo tiene de sí mismo que vendría a ser creencias de acuerdo a él mismo y/o autoconcepto

La auto-identidad dirige a representar un retrato personal, a través del que se observa la imagen propia, manifestando ser motor para la consciencia y desenvolvimiento, de acorde a como se percibe uno va a ocasionar la actuación en la vida del mismo.

También en más enunciados de la autopercepción, entre varias, y direccionadas a la línea, hubo algunas sobresalientes como la de Goñi, Palacios, Zulaika, Madariaga y Ruiz (2002, citado en Goñi, et al., 2003), la auto-percepción organiza uno de los más representantes y juez de la actuación del ser humano, significando de sumo valor y de persistente participación en su cotidianidad.

El autoconcepto es una configuración de sistema a partir de un factor general, que relaciona y entrama múltiples partes, significativamente asociados con las actuaciones y sus representaciones del individuo. Distinguiendo cinco representaciones del autoconcepto: estudios/trabajo, área sentimental, redes de contacto, hogar y cuerpo (Musitu y García, 2014).

El valor dado al dicho autoconcepto en las investigaciones de educación es consecuente con la teoría que es favorable entender la actitud en la escuela a raíz del concepto manejado por el estudiante de uno propio en relación a sus capacidades escolares.

En la presente investigación se estudia de ésta manera las creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo en el año 2016.

c) HIPOTESIS

- **HIPOTESIS GENERAL:**

Hg: Existe relación entre creencias irracionales y auto-concepto en estudiantes de una universidad de Trujillo.

- **HIPÓTESIS ESPECÍFICA:**

Hi: Existe relación entre los indicadores de creencias irracionales (necesidad de aprobación; altas expectativas; culpabilización; indefensión acerca del cambio; evitación del problema; dependencia; influencia del pasado y perfeccionismo) y los factores de autoconcepto (factor académico; factor social; factor emocional; factor familiar y físico) en estudiantes de una universidad de Trujillo.

CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA

1.1. Operacionalización de variables

Tabla N°1
Operacionalización de la variable Creencias irracionales

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS
Creencias irracionales	Las ideas irracionales están caracterizadas porque no se asemejan con lo que sucede, suelen iniciarse con una deducción incorrecta y generar percepciones distorsionadas que no son respaldadas por los hechos y, con frecuencia, constituyen una exageración. (Chaves y Quiceno, 2010)	Se midió a través del test de creencias irracionales de Chaves y Quiceno (2010) el cual consta de 42 ítems, consta de 4 factores, con cuatro opciones de respuesta: 1 = no estoy de acuerdo, 2 = desacuerdo, 3 = acuerdo moderado y 4 = estoy totalmente de acuerdo	F1 Necesidad de Aprobación	1. Es importante para mí que los otros me acepten 2. Me gusta el respeto de los otros, pero no necesito tenerlo 3. Quiero agradecerle a todo el mundo 4. Me siento bien conmigo mismo, aunque no les caiga bien a otras personas 5. Si no le agrado a otras personas es su problema, no el mío 6. Aunque me gusta la aprobación, no es una real necesidad para mi 7. Es molesto que no insoportable que me critiquen
			F2 Altas autoexpectativas	8. Odio Fallar en cualquier cosa 9. Me gusta tener éxito en cualquier cosa, pero no siento que lo tenga que lograr 10. Para mi es extremadamente importante tener éxito en todo lo que hago 11. No me importa realizar cosas que sé que no puedo hacer bien
			F3 Culpabilización	12. Las personas que actúan mal merecen que les vaya mal 13. Muchas personas malas, escapan al castigo que merecen 14. Aquellos que actúan mal, deben ser castigados 15. La inmoralidad debería castigarse drásticamente 16. Todo el mundo es esencialmente bueno 17. Es injusto que se traten por igual a buenos y a malos 18. Nadie es malo, incluso cuando sus actos lo sean

			F4 Indefensi ón acerca del cambio	<p>19. Si una persona quiere, puede ser feliz bajo cualquier circunstancia</p> <p>20. Las personas no se ven afectadas por las situaciones sino por la forma en que la ven</p> <p>21. Yo soy la causa de mis propios estados de animo</p> <p>22. Las personas que son infelices se han hecho a sí mismas de esa manera</p> <p>23. Una persona permanecerá mucho tiempo enojada o triste si se mantiene a si misma de esa manera</p> <p>24. Las cosas son insoportables dependiendo de cómo las interprete</p> <p>25. La persona hace su propio infierno dentro de sí misma</p>
			F5 Evitación de problema s	<p>26. La gente es más feliz cuando tiene problemas que superar</p> <p>27. Una vida fácil rara vez es recompensante</p>
			F6 Depende ncia	<p>28. Todo el mundo necesita alguien de quien depende para que los ayuden o aconsejen</p> <p>29. Considero adecuado resolver mis propios asuntos sin ayuda de nadie</p> <p>30. Finalmente soy yo quien realmente puede afrontar mis problemas</p> <p>31. Me disgusta que otros tomen decisiones por mi</p> <p>32. Necesito que otras personas me aconsejen</p> <p>33. Me gustaría tener que depender de otros</p> <p>34. Necesito que otros se preocupen por mi bienestar</p>
			F7 Influencia del pasado	<p>35. Siempre nos acompañaran los mismo problemas</p> <p>36. Es casi imposible superar las influencias del pasado</p> <p>37. Si algo me afecto en el pasado, no significa vaya a afectarme nuevamente</p>

				<p>38. Pienso que experiencias del pasado, no significa vaya a afectarme nuevamente</p> <p>39. Somos el resultado de nuestras experiencias pasadas</p> <p>40. Una vez que algo afecta mi vida siempre lo hará</p> <p>41. La gente nunca cambia</p>
			F8 Perfeccionismo	<p>42. Existe una forma correcta de hacer cada cosa</p> <p>43. No hay una solución perfecta para las cosas</p> <p>44. Es difícil encontrar la solución ideal a las dificultades de la vida</p> <p>45. Todo problema tiene una solución correcta</p> <p>46. Rara vez hay una solución ideal para las cosas</p>

Aplicación de la escala donde 1 = no estoy de acuerdo, 2 desacuerdo, 3 = acuerdo moderado y 4 estoy totalmente de acuerdo

Tabla N°2
Operacionalización de la variable Autoconcepto

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS
Autoconcepto	La autopercepción se entiende a modo de concepto que la persona posee hacia uno propio, fundado en puesta en marcha de las dinámicas sociales, y lo que atribuye de su mismo comportamiento. Participa los elementos de sentimientos, redes de contacto, hogar, cuerpo y de estudio. (Musitu, et al., 1997).	Puntuaciones obtenidas en el cuestionario de autoconcepto forma 5 (AF5) de F. García & G. Musitu, 2001, el cual consta de 30 ítems donde en cada dimensión se mide con 6 ítems, Así mismo cada ítem es respondido con un valor entre 1 y 99 según el grado de acuerdo que tenga la persona que lea cada una de las oraciones, donde 1 es el menor valor (de acuerdo) y 99 es el mayor valor (de acuerdo).	Escala I: Factor Académico	Hago bien los trabajos Universitarios (1) Las/os profesoras/es) consideran buen estudiante (6) Trabajo mucho en clase (11) Mis profesoras (es) me estiman (16) Soy un buen estudiante (21) Mis Profesores me consideran inteligente y trabajador/a (26)
			Escala II: Factor Social	Consigo fácilmente amigos/as (02) Soy amigable (07) Es difícil para mí hacer amigas/os (12) Soy un chico/a alegre (17) Me cuesta hablar con desconocidos/as (22) Tengo muchos amigos/as (27)
			Escala III: Factor Emocional	Tengo miedo de algunas cosas (03) Muchas cosas me ponen nerviosa/o (08) Me asusto con facilidad (13) Cuando los mayores me dicen algo me pongo nerviosa/o (18) Me pongo nerviosa/o cuando me pregunta el profesor/a. (23) Me siento nervioso/a (28).
			Escala IV: Factor Familiar:	Soy muy criticado(a) en casa (04) Me siento feliz en casa (09) Mi familia está decepcionada de mí (14) Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas (19) Mis padres me dan confianza (24) Me siento querido/a por mis padres (29)
			Escala V: Físico	Me cuido físicamente (05) Me buscan para realizar actividades deportivas (10) Me considero elegante (15) Me gusta como soy físicamente (20) Soy buena/o haciendo deporte (25) Soy una persona atractiva (30)

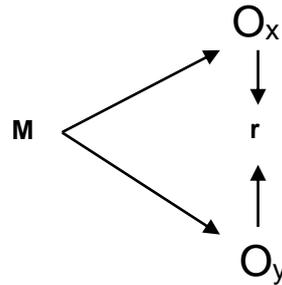
Aplicación de la escala donde 1 es el menor valor (de acuerdo) y 99 es el mayor valor (de acuerdo).

1.2. Diseño de investigación

No Experimental:

- Transversal Correlacional.

El diseño de la investigación es Transversal Correlacional, porque busca establecer el grado de relación existente entre las dos variables de interés, en una misma muestra de sujetos en un determinado momento, Hernández, et al. (2010).



Donde:

M = Es la muestra en la cual se realizó el estudio, es decir en los estudiantes universitarios

Ox = Creencias irracionales

Oy = Autoconcepto

R = Relación de creencias irracionales y autoconcepto

1.3. Unidad de estudio

Un Estudiantes de una universidad de Trujillo.

1.4. Población

La población para esta investigación estuvo conformada por 11000 estudiantes de una universidad de Trujillo, de las siguientes carreras profesionales: Derecho y Ciencias Políticas, Arquitectura y Diseño, Ingeniería, Comunicaciones, Salud y Negocios.

1.5. Muestra (muestreo o selección)

La muestra estuvo conformada por 371 estudiantes que se sitúan entre las edades entre 18 a 25 años de edad, con un promedio 20 años, además el 51% son mujeres y el 49% hombres, que se encontraban estudiando en dicha Universidad, donde el 35% pertenecían a la carrera profesional negocios, ingeniería en 40%, derecho en 6%, psicología 4%, comunicación 5% y arquitectura con un 10%.de ésta muestra, asimismo se determinó con un nivel de significación de 0.01, margen de error de 0.05 y desviación estándar de 3.47.

El tipo de muestreo es probabilístico estratificado, puesto que se dividió a la población en grupos o estratos con el fin de dar representatividad a los distintos factores que integran

población de estudio, y para la selección de los elementos representantes de cada estrato se utilizó el método del muestreo aleatorio o al azar (Hernández, et al. 2006).

- **Criterios de inclusión**

- Estudiantes de pregrado de una universidad privada de Trujillo, entre 18 a 25 años edad.
- Estudiantes que estuvieron de acuerdo con su participación en el estudio, previa información de los objetivos de investigación.

- **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no contestaron adecuadamente los cuestionarios.
- Estudiantes que se mostraron indispuestos a contestar los cuestionarios.

1.6. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

- **Técnicas de recolección de datos:**

- Evaluación psicométrica

- **Instrumentos de Recolección de datos**

- Test de Creencias Irracionales (TCI)
- Cuestionario de Autoconcepto Forma 5 –AF5

a) **Test de Creencias Irracionales (TCI)**

Para la evaluación de la población censal se utilizó el Test de Creencias Irracionales (TCI) creado por Calvete y Cardeñoso (1999), el cual fue adaptado por Chaves Castaño, Liliana y Quiceno Pérez, Natalia en el año 2009 en la ciudad de Medellín-Colombia. En la presente investigación se realizó la adaptación psicométrica del test antes mencionado de Creencia Irracionales en la población de estudiantes universitarios de una Universidad de Trujillo.

Descripción de la prueba:

El instrumento que hizo parte del estudio fue el test de creencias irracionales TCI. Este instrumento fue desarrollado por Calvete y Cardeñoso (1999), y es aplicable desde los 18 hasta los 70 años, sin límite de tiempo para la evaluación de creencias irracionales, dentro de los materiales se cuenta con un cuadernillo lápiz y borrador, y su calificación puede ser manual o computarizada para evaluar ocho ideas irracionales.

Consta de 46 ítems con cuatro opciones de respuesta: 1 = no estoy de acuerdo, 2 desacuerdo, 3 = acuerdo moderado y 4 estoy totalmente de acuerdo. Las ideas irracionales que se incluyen en este instrumento son:

- F1: Necesidades de aprobación por parte de los demás: 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7.
- F2: Altas autoexpectativas: 8, 9, 10 y 11.
- F3: Culpabilización: 12, 13, 14, 15, 16, 17 y 18.
- F4: Indefensión ante el cambio: 19, 20, 21, 22, 23, 24 y 25.
- F5: Evitación de problemas: 26 y 27.
- F6: Dependencia: 28, 29, 30, 31, 32, 33 y 34.
- F7: Influencia del pasado: 35, 36, 37, 38, 39, 40 y 41.
- F8: Perfeccionismo: 42, 43, 44, 45 y 46.

*factores descritos en el marco teórico.

Validez y confiabilidad de la prueba

En el Test de Chaves y Quiceno (2009) del Cuestionario de Creencia irracionales, llevaron a cabo el análisis factorial utilizando como método las componentes principales con rotación ortogonal tipo varimax, determinando que la prueba quedada estructurada en ocho factores. El primer factor "Necesidad de Aprobación", las cargas oscilaron entre 0.53 y 0.75, con un alfa de 0.78. En el segundo factor "altas autoexpectativas", las cargas oscilaron entre 0.40 y 0.75, con un alfa de 0.79. Para el tercer factor denominado "Culpabilización", se obtuvo un alfa de 0.63. Las cargas para este factor fluctuaron entre 0.55 y 0.78. En el cuarto factor "Indefensión acerca del cambio", sus cargas oscilaron entre 0.46 y 0.78, con un alfa de 0.79. Para el quinto factor "Evitación de problemas" sus cargas fluctuaron entre 0.74 y 0.76, el alfa para este factor fue de 0.66. "Dependencia" es el sexto factor cuyas cargas oscilan entre 0.45 y 0.78; con un alfa de 0.73. "Influencia del pasado" es el séptimo factor, las cargas para este factor oscilaron entre 0.44 a 0.81; el alfa obtenido es de 0.84. En el último factor "Perfeccionismo", las cargas fluctuaron entre 0.59 y 0.74; con un alfa de 0.70.

En el análisis de confiabilidad realizado mediante el omega, se obtuvo un 0.77. Previo al análisis factorial se realizó una indagación de las comunidades y se observó que ningún ítem tuvo una carga inferior a 0.40. En esta investigación todo los ítems cargaron por encima de 0.40; entre 0.47 hasta 0.73, eso refleja que es posible realizar el análisis factorial con todos los ítems. Otro análisis realizado fue el káiser – Meyer – Olkin (KMO), en el cual se obtuvo un resultado de 0.70, lo que indica que la muestra tiene una buena adecuación.

También se realizó el análisis de la varianza, y se encontró que para el TCI la varianza total explicada es de 86, 34%; el primer factor explica el 29, 23% del total de la prueba, el segundo factor explica el 17, 24%, el tercero el 16, 50%, el cuarto el 8, 90%, el quinto el 4, 09%, el sexto el 3, 74%, del total, el séptimo el 3,46% y el octavo factor explica el 3, 18% del total de la prueba. Como se puede observar, el factor con mayor porcentaje de varianza explicada es el primero "Necesidad de aprobación", con un 29, 23% y el factor con menor porcentaje es el octavo "Perfeccionismo" que explica un 3, 18% del total de la varianza.

En la presente investigación, se realizó la adaptación psicométrica del Cuestionario de Creencias irracionales en la población de estudiantes de la universidad privada donde se realizó el estudio, debido a que en el Cuestionario original se emplearon métodos cuestionables sobre todo en la evaluación de la validez de constructo. Por tanto, para establecer evidencias de validez de constructo del Cuestionario de Creencias irracionales en la población investigada, se aplicó el Análisis Factorial confirmatorio a través del método de los mínimos cuadrados para la estimación de parámetros; encontrado que el índice de ajuste absoluto CMIN/gl, fue igual a 2.04 registra un valor menor a 4, establecido como valor mínimo aceptable como indicador de buen ajuste; el error cuadrático medio de aproximación igual a .05, menor a .08, establecido como mínimo aceptable; índice de bondad de ajuste GFI igual a .906, e índice de bondad de ajuste ajustado AGFI igual a .894, siendo el valor mínimo igual a .90 para indicar un buen ajuste; Los resultados de este análisis indican que hay evidencia un buen ajuste del modelo estructurado en las ocho dimensiones establecidas por el autor, en los estudiantes de la referida universidad, por presentar los índices de bondad de ajuste del modelo dentro del rango de aceptación o muy próximos como es el caso del índice de bondad de ajuste ajustado.

Respecto a las evidencias de confiabilidad del Cuestionario de Creencias irracionales en los estudiantes universitarios participantes en la investigación llevada a cabo, fue evaluada por consistencia interna, a través del coeficiente omega, de cada uno de los factores; evidenciando un nivel de confiabilidad muy bueno en el factor Culpabilización con un valor del coeficiente de confiabilidad de .822; una confiabilidad respetable en los factores: Necesidad de aprobación, Indefensión acerca del cambio e Influencia del pasado; y una confiabilidad aceptable en los factores: Altas autoexpectativas, Evitación de problemas y Perfeccionismo cuyos valores del coeficiente de confiabilidad oscilan entre ,628 a ,661.

b) **Cuestionario de Auto-concepto Forma 5 –AF5**

Para la evaluación se utilizó el cuestionario de Auto-concepto Forma 5 –AF5 de Musitu y García (2001), validado por Bustos, Oliver y Galiana (2015), en una muestra de 527 estudiantes universitarios peruanos. El Cuestionario de Autoconcepto tiene como objetivo la evaluación de la percepción que el individuo tiene de sí mismo en 5 aspectos o dimensiones que son; académico, emocional, familiar, social y Físico. Por otro lado, su ámbito de aplicación se puede dar en el área Educativa, Clínica, Laboral y social; es aplicable desde niños a adultos, de edades de niños en 5º grado de primaria a adultos de 68 años; teniendo en cuenta que el instrumento puede ser aplicable de forma individual y colectiva.

- **Descripción del instrumento**

El instrumento aborda el estudio del auto-concepto desde una perspectiva multidimensional y considera en él 5 factores o dimensiones en su formación: académico, social, emocional, familiar y físico.

El instrumento consta de 30 ítems donde en cada dimensión se mide con 6 ítems, lo cual permite medir con un único instrumento las principales dimensiones del auto-concepto. La suma de las puntuaciones de las cinco dimensiones corresponde al auto-concepto general o total. Así mismo cada ítem es respondido con un valor entre 1 y 99 según el grado de acuerdo que tenga la persona que lea cada una de las oraciones.

Por otro lado el tiempo de aplicación del instrumento es de aproximadamente 15 minutos.

- **Calificación**

Para calcular las puntuaciones directas de cada factor se tiene que sumar los ítems de cada dimensión o factor y dividirlo entre 60. Sin embargo, se presenta ítems que miden todo lo contrario a auto-concepto por lo cual se invierten las respuestas de estos que son los ítems 4,12, 14 y 22. Para ellos se resta 100 a cada ítem negativo respondido por el sujeto que estamos evaluando, Por ejemplo, si en el ítem 4 nuestro evaluado responde 25, la respuesta transformada será resultado de restar $100-25=75$.

Se suman las respuestas a los ítems que componen cada dimensión (recordar que en los ítems 4, 12,14 y 22 se suma la puntuación invertida).

Por otro lado, el cuestionario presenta en la tercera dimensión; emocional todos los ítems expresados en sentido inverso, es decir son negativos, por lo cual a diferencia de lo anteriormente mencionado esta vez, no se invierte la puntuación de uno, sino que se le resta a 600 el valor de la suma de los ítems.

Finalmente, al cociente arrojado después de sumar y dividir- no olvidarse invertir los ítems negativos así como el área inversa- es la puntuación final y real de cada factor. A continuación, se presenta los ítems pertenecientes a cada factor.

- Escala I: Factor Académico: 1, 6, 11, 16, 21, 26
 - Escala II: Factor Social: 2, 7, 12, 17, 22, 27, 23
 - Escala III: Factor Emocional: 3, 8, 13, 18, 23, 28.
 - Escala IV: Factor Familiar: 4, 9, 14, 19, 24, 29.
 - Escala V: Físico: 5, 10, 15, 20, 25 y 30
- *Factores descritos en marco teórico

- **Validez y confiabilidad de la prueba**

La validez de la prueba en la versión española de García y Musitu (2001), editado por TEA Ediciones, S. A., Madrid, España y denominado AF5 Autoconcepto Forma 5, se halló mediante análisis exploratorio y confirmatorio este último para contrastar empíricamente la validez teóricamente de los cinco componentes. Como pre-requisito para el análisis factorial se usó la técnica de Oblimin con normalización de kaiser, por tratarse de dimensiones relacionadas. Los 5 factores se confirman satisfactoriamente, ya que hay una varianza total de 51%.

La confiabilidad hallada por los autores en su versión original fue usando la técnica estadística de consistencia interna que es estimada a través del coeficiente omega. La cual presentó un índice de fiabilidad general alfa es de 0.815. En el análisis detallado por sub escalas se comprueba que la dimensión Académica/laboral explica la mayor proporción de varianza (18.7 %) y tiene también, el mayor índice de teniendo un alpha de Cronbach de 0.88. En las otras cuatro dimensiones, la consistencia interna de cada sub escala resulta inferior al coeficiente alpha de todo el cuestionario. Así mismo la menor consistencia interna de las 5 sub escalas corresponde a la dimensión social que tiene un alpha de Cronbach de 0.70.

En la adaptación del Cuestionario de Autoconcepto Forma 5 en Universitarios peruanos, en el cual se basa la presente investigación, se evaluó la validez de

constructo mediante el análisis factorial confirmatorio, obteniendo como resultados índices adecuados de bondad de ajuste del modelo, tales como: CFI = .93; BBNFI = .92; IFI = .93; y RMSEA = .07, todos estos índices presentaron valores dentro de los rangos establecidos como aceptables.

La confiabilidad del Cuestionario de Autoconcepto Forma 5, en Universitarios peruanos, fue evaluada por consistencia interna a través del coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach cuyos valores fluctuaron entre .75 a .82. Por tanto, el Cuestionario de Autoconcepto forma 5, aplicado en universitarios peruano mostró evidencias de validez de constructo y de fiabilidad. Asimismo, se buscó evidencias de validez criterial correlacionando las dimensiones del autoconcepto con la esperanza y la satisfacción con la vida, encontrando evidencias de correlación directa del autoconcepto, tanto con la esperanza y la satisfacción con la vida.

1.7. Métodos, instrumentos y procedimientos de análisis de datos

Al conocer la cantidad de estudiantes de la Universidad de Trujillo investigada, dato proporcionado por la Universidad, se seleccionó la muestra mixta de hombres y mujeres de entre 18 y 25 años y estratificada por facultades. Haciendo pruebas piloto y mejorando el entendimiento a la población. Aplicando luego el Cuestionario de Creencias Irracionales (TCI) de Calvete y Cardeñoso (1999), adaptado mediante la presente investigación, y el Cuestionario de Autoconcepto de Musitu y García, adaptado por (Bustos, et. al 2015).

Una vez aplicados los Instrumentos pasamos a depurar los mismos, teniendo en cuenta los criterios de rango de edad y ausencia de respuestas o de datos personales necesarios requeridos. Se realizó la calificación de los Instrumentos y a la elaboración de la base de datos en el programa Excel 2013, asimismo para el procesamiento de los datos se usó el programa SPSS 24.0. Por lo que se procedió tanto al empleo de la estadística descriptiva como inferencial. En cuanto a la estadística descriptiva se manejaron tablas de distribución de frecuencias simples y porcentuales, así como el cálculo de medidas de correlación; a nivel de la estadística inferencial se aplicó la prueba de Kolmogorov- Smirnov, para evaluar el cumplimiento del supuesto de normalidad de las variables en estudio. Para establecer

Las evidencias de validez del Cuestionario de Creencias irracionales se aplicó el Análisis Factorial Confirmatorio utilizando el método de estimación de parámetros; se calcularon índices para establecer la bondad de ajuste del modelo tales como: índices absolutos CMIN/gl, y RMSEA, e índices comparativos como el GFI, AGFI y las cargas factoriales; El cociente de la chi-cuadrado entre sus grados de libertad ($CMIN/gl < 4$), a menor índice

mejor ajuste (Brooke, Russell & Price, 1988); Raíz cuadrada media residual ($RMSEA \leq .08$), Índice de bondad de ajuste ($GFI \geq .90$), Índice ajustado de bondad de ajuste ($AGFI \geq .90$), (Meda, Moreno, Morante y Ortiz, 2008); en cuanto a las cargas factorial suele considerarse como relevante desde el punto de vista práctico un valor en torno a .30 como mínimo, que explicaría aproximadamente el 10% de la varianza; en torno a .40 ya es más relevante, y valores en torno a .50 son ya de clara relevancia práctica (Morales, 2013, p.15). Respecto, a la evaluación de la correlación entre las creencias irracionales y el autoconcepto se usó el coeficiente de correlación rho de Spearman, midiendo la magnitud del tamaño de efecto de la correlación, según el criterio de Cohen (1998) (citado por Castillo, 2014, p. 32 y p. 34); quien sugiere el cálculo del coeficiente r, para medir el tamaño del efecto de la correlación entre dos variables, señalado los siguientes rangos de categorización del tamaño del efecto: "pequeño", "mediano" y "grande" en el caso de la correlación de dos variable, considerando como puntos de corte .10, .30, y .50. En lo que respecta a los intervalos de confianza del coeficiente de correlación se utilizaron las fórmulas propuestas por Merino y Livia (2007), para el coeficiente rho de Spearman, cuyo método se basa en la transformación arco tangente. Finalmente, en lo que respecta a la evaluación de la confiabilidad del cuestionario de Creencias irracionales se realizó por el método de consistencia interna, a través del coeficiente omega, de cada uno de los factores, por presentar este coeficiente mayor estabilidad que el coeficiente alfa de Cronbach y no exige el principio de la tau-equivalencia y de la no correlación de los errores (Ventura-León & Caycho-Rodríguez, 2017). En la construcción de los Intervalos de Confianza para el coeficiente de confiabilidad omega (ω), se aplicó el método Bootstraps, usando el *lenguaje* de programación R, cargando la librería MBESS mediante el código respectivo; activando luego la función correspondiente sobre confiabilidad, esperando el tiempo necesario de acuerdo al número de iteraciones solicitadas (Ventura-León, 2017).

Una vez realizado los procesos estadísticos teniendo como soporte software estadísticos, se procedió a realizar la discusión de resultados, teniendo en cuenta las bases teóricas y antecedentes encontrados. Luego de ello se pasó a documentar y sustentar la investigación.

CAPÍTULO 4. RESULTADOS

Tabla N° 03: Relación entre las creencias irracionales y el Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Autoconcepto (rho)	IC al 95% ^(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,36	-0,44	-0,24	Mediano
Altas autoexpectativas	-0,18	-0,24	-0,04	Pequeño
Culpabilización	-0,24	-0,33	-0,12	Pequeño
Indefensión acerca del cambio	-0,22	-0,28	-0,08	Pequeño
Evitación de problemas	-0,19	-0,29	-0,09	Pequeño
Dependencia	-0,35	-0,42	-0,22	Mediano
Influencia del pasado	-0,29	-0,38	-0,17	Pequeño
Perfeccionismo	-0,10	-0,18	0,02	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

En la tabla 3, se observa las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y el Autoconcepto a nivel general en estudiantes de una universidad de Trujillo; donde se encontró una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud mediana de las creencias irracionales: Necesidad de aprobación y Dependencia con el Autoconcepto; Igualmente se identificó una correlación inversa con tamaño de efecto de la correlación de magnitud pequeña las dimensiones de creencias irracionales: Altas autoexpectativas, Culpabilización, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas e influencia del pasado; mientras que no se encontró evidencia de correlación entre la dimensión Perfeccionismo con el autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

Tabla N° 04: Distribución según nivel de las creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

Creencias irracionales	Nivel	N	%
Necesidad de aprobación	Bajo	120	32,3
	Medio	148	39,9
	Alto	103	27,8
	Total	371	100.0
Altas autoexpectativas	Bajo	80	21,6
	Medio	216	58,2
	Alto	75	20,2
	Total	371	100.0
Culpabilización	Bajo	122	32,9
	Medio	177	47,7
	Alto	72	19,4
	Total	371	100.0
Indefensión acerca del cambio	Bajo	111	29,9
	Medio	164	44,2
	Alto	96	25,9
	Total	371	100.0
Evitación de problemas	Bajo	100	27,0
	Medio	130	35,0
	Alto	141	38,0
	Total	371	100.0
Dependencia	Bajo	91	24,5
	Medio	176	47,4
	Alto	104	28,0
	Total	371	100.0
Influencia del pasado	Bajo	96	25,9
	Medio	204	55,0
	Alto	71	19,1
	Total	371	100.0
Perfeccionismo	Bajo	76	20,5
	Medio	184	49,6
	Alto	111	29,9
	Total	371	100.0

Fuente: Base de datos test de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

Los resultados de la tabla 4, muestran el nivel según factor de las creencias irracionales en estudiantes de una institución universitaria de Trujillo que formaron parte de la investigación, evidenciando que en siete de los factores hay predominancia del nivel medio con porcentajes que varían entre 39.9% y 58.2%; solamente en el factor evitación de problemas predomina ligeramente el nivel alto con el que se identificó al 38.0% de los referidos estudiantes; Igualmente se observa que en cinco de los factores en los que predomina el nivel medio, continua el nivel bajo con porcentajes que oscilan entre 21.6% y 32.9%.

Tabla N° 05: Distribución según nivel de Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo – 2017.

Autoconcepto	Nivel	N	%
Factor Académico	Bajo	89	24,0
	Medio	162	43,7
	Alto	120	32,3
	Total	371	100.0
Factor Social	Bajo	89	24,0
	Medio	171	46,1
	Alto	111	29,9
	Total	371	100.0
Factor Emocional	Bajo	97	26,1
	Medio	174	46,9
	Alto	100	27,0
	Total	371	100.0
Factor familiar	Bajo	111	29,9
	Medio	120	32,3
	Alto	140	37,7
	Total	371	100.0
Factor físico	Bajo	99	26,7
	Medio	179	48,2
	Alto	93	25,1
	Total	371	100.0

Fuente: Base de datos del Cuestionario de Autoconcepto forma 5 - AF5, en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

Los resultados de la tabla 5, corresponden al nivel de Autoconcepto en estudiantes de una institución universitaria del norte del país que participaron en el estudio, donde se observa que, en los factores: académico, social, emocional y físico predomina el nivel medio con porcentajes que fluctúan entre 43.7% a 48.2%; únicamente en el factor emocional predomina el nivel alto en el que se ubicó el 37.7% de los mencionados estudiantes.

Tabla N° 06: Relación entre las escalas del test de creencias irracionales y el factor Académico del Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Factor académico (rho)	IC al 95% ^(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,20	-0,30	-0,10	Pequeño
Altas autoexpectativas	-0,03	-0,13	0,07	Trivial
Culpabilización	-0,16	-0,26	-0,06	Pequeño
Indefensión acerca del cambio	-0,14	-0,24	-0,04	Pequeño
Evitación de problemas	-0,13	-0,23	-0,03	Pequeño
Dependencia	-0,12	-0,22	-0,02	Pequeño
Influencia del pasado	-0,11	-0,21	-0,01	Pequeño
Perfeccionismo	-0,04	-0,14	0,06	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

En la tabla 6, se observa las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y factor Académico del autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo; donde se encontró una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Culpabilización, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas, Dependencia e Influencia del pasado, con el factor académico del Autoconcepto; mientras que no se encontró evidencia de correlación entre las dimensiones: Altas autoexpectativas y Perfeccionismo con el factor académico del autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

Tabla N° 07: Relación entre las escalas del test de creencias irracionales y el factor social del Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Factor social (rho)	IC al 95%(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,11	-0,21	-0,01	Pequeño
Altas autoexpectativas	-0,13	-0,23	-0,03	Pequeño
Culpabilización	-0,13	-0,23	-0,03	Pequeño
Indefensión acerca del cambio	-0,16	-0,23	-0,03	Pequeño
Evitación de problemas	-0,05	-0,15	0,05	Trivial
Dependencia	-0,07	-0,17	0,03	Trivial
Influencia del pasado	-0,09	-0,19	0,01	Trivial
Perfeccionismo	-0,05	-0,15	0,05	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

En la tabla 7, se observa las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y factor Social del autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo; donde se encontró una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas, Culpabilización e Indefensión acerca del cambio con el factor social del Autoconcepto; mientras que no se encontró evidencia de correlación entre las dimensiones: Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado y Perfeccionismo con el factor Social del autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

Tabla N° 08: Relación entre las escalas del test de creencias irracionales y el factor emocional del Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Factor emocional (rho)	IC al 95% ^(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,06	-0,16	0,04	Trivial
Altas autoexpectativas	0,00	-0,10	0,10	Trivial
Culpabilización	-0,07	-0,17	0,03	Trivial
Indefensión acerca del cambio	-0,06	-0,17	0,03	Trivial
Evitación de problemas	0,00	-0,10	0,10	Trivial
Dependencia	-0,19	-0,29	-0,09	Pequeño
Influencia del pasado	-0,27	-0,38	-0,17	Pequeño
Perfeccionismo	-0,02	-0,12	0,08	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

En la tabla 8, se presentan las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y factor Emocional del autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo; Encontrando evidencia de una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Dependencia e Influencia del pasado con el factor emocional del autoconcepto; en tanto que, no se encontró evidencia de correlación entre las dimensiones: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas, Culpabilización, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas, y Perfeccionismo con el factor Emocional del autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

Tabla N° 09: Relación entre las escalas del test de creencias irracionales y el factor familiar del Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Factor familiar (rho)	IC al 95% ^(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,15	-0,25	-0,05	Pequeño
Altas autoexpectativas	-0,11	-0,21	-0,01	Pequeño
Culpabilización	-0,10	-0,20	0,00	Trivial
Indefensión acerca del cambio	-0,19	-0,24	-0,04	Pequeño
Evitación de problemas	0,00	-0,10	0,10	Trivial
Dependencia	-0,10	-0,20	0,00	Trivial
Influencia del pasado	-0,05	-0,15	0,05	Trivial
Perfeccionismo	0,00	-0,10	0,10	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

Los resultados que se muestran en la tabla 9, corresponden a las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y factor Familiar del autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo; Encontrando evidencia de una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña de las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas e Indefensión acerca del cambio, con el factor familiar del autoconcepto; en tanto que, no se encontró evidencia de correlación entre las dimensiones: Culpabilización, Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado y Perfeccionismo con el factor Familiar del autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

Tabla N° 10: Relación entre las escalas del test de creencias irracionales y el factor físico del Autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo.

	Factor físico (rho)	IC al 95% ^(a)		TE
		LI	LS	
Necesidad de aprobación	-0,14	-0,24	-0,04	Pequeño
Altas autoexpectativas	-0,01	-0,11	0,09	Trivial
Culpabilización	-0,11	-0,21	-0,01	Pequeño
Indefensión acerca del cambio	-0,01	-0,13	0,07	Trivial
Evitación de problemas	-0,10	-0,20	0,00	Trivial
Dependencia	-0,06	-0,16	0,04	Trivial
Influencia del pasado	-0,06	-0,16	0,04	Trivial
Perfeccionismo	0,02	-0,08	0,12	Trivial

Nota:

rho: Coeficiente de correlación rho de Spearman; TE: Tamaño de efecto de la correlación

IC: Intervalo de confianza para el coeficiente de correlación rho de Spearman

LI: Límite inferior del intervalo; LS: Límite superior del intervalo

En la tabla 10, se observa las correlaciones entre las escalas de las creencias irracionales y el factor Físico del autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo; los referidos resultados señalan la existencia de evidencia de una correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud de las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación y Culpabilización, con el factor físico del autoconcepto; en tanto que, no se encontró evidencia de correlación entre las dimensiones: Altas autoexpectativas, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado y Perfeccionismo con el factor Físico, del autoconcepto, mostrando un tamaño de efecto de la correlación de magnitud trivial o insignificante.

CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN

Ésta investigación tuvo como motivo determinar la relación entre creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo. Encontrándose una correlación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña significativa entre creencias irracionales y autoconcepto, es decir que al aceptar y tener creencias irracionales o rígidas y demandantes, actuando por ende de acuerdo a ellas, el autoconcepto o la percepción e idea de sí mismos se ve afectada negativamente, saboteando y menoscabándolos como personas y con ello su actitud ante la vida.

Como dice Gonzales, et al. (2005, Citado en Medrano, Galleano, Galera & Valle, 2010), las creencias irracionales pueden interferir con las metas que los estudiantes se han establecido, afectar la dirección de los esfuerzos invertidos, la persistencia en la conducta y la adecuada adaptación a la nueva vida social y académica. Lo mismo que es compartido por Medrano, et al. (2010), quienes observaron que los estudiantes que abandonaban la universidad presentaban mayores creencias irracionales, por lo que sugiere llevar a cabo intervenciones preventivas con el fin de entrenar a los ingresantes en el control y gestión de creencias, favoreciendo así su adaptación académica y persistencia en los estudios.

Entonces, de acuerdo a lo encontrado tras el estudio, se confirma que existe relación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña significativa entre creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo.

Ahora, de acuerdo a las creencias irracionales, se encontró tenencia significativa de las mismas, lo que significa que los estudiantes poseen ideas acerca de la vida que se alejan de lo que ellos pueden controlar, o que son demandantes y rígidas o absolutistas, como enunciados de "debe ser así" y si no lo es afecta mucho, deprimiendo y/o activando una serie de emociones y actitudes negativas en cadena y que no ayudan a vivir con bienestar y desarrollo, como encontró Gonzales, et al (2005). Este resultado se relaciona con, De la Cruz (2017) en su de estudio creencias irracionales en 230 universitarios peruanos, encontrando tenencia de las mismas en grado leve. Así mismo Medrano, et al. (2010), demostraron que las creencias irracionales pueden interferir con las metas de los estudiantes, perjudicar su actitud frente a la vida y su adaptación a la sociedad y retos presentados, desertando en muchos casos al compromiso asumido. Como también Coppari (2010) encontró relación entre las creencias irracionales y los indicadores depresivos de 94 estudiantes universitarios, sosteniendo que a mayor creencias irracionales mayor grado de depresión.

Y de acuerdo a el autoconcepto, se encontró del mismo modo tenencia significativa de autoconcepto bajo o que no ayuda a desenvolverse con bienestar en muchos casos, lo que se deduce que los

estudiantes testeados se encontraron con una percepción de sí mismos que les sabotea o que les hace estar en conflicto consigo mismo debido a que dista de generar bienestar, salud, y complicando el desenvolvimiento y desarrollo en las áreas de sus vidas, como social, familiar, físico, académico y emocional. Este resultado se relaciona con Gargallo, et. al (2009) en su estudio del autoconcepto en el rendimiento académico en 1298 estudiantes de 3 universidades de España, en tres grupos de estudiantes, uno con buen perfil de autoconcepto y dos con peor perfil; el grupo con buen perfil tenía mejores calificaciones, aunque las diferencias existentes entre los tres grupos no llegaron a ser significativas en el ANOVA realizado. Así mismo Torres, et. al (2010) en su tesis del autoconcepto y apoyo social en 276 universitarios encontraron que existió correlación entre ambas variables, confirmando la tendencia que ante un mayor apoyo social percibido se incrementa el autoconcepto de los participantes; los resultados de Anova de un solo factor ($F=8.273$, $p=.004$) reflejaron que existe una diferencia significativa entre hombres y mujeres en donde estas últimas perciben un mayor apoyo social a diferencia de los hombres; al separar por genero se observa que existe una correlación más fuerte por parte de los hombres ($r= .717$ $p=.001$) en comparación a las mujeres ($r=.567$ $p=.001$).

Así mismo Veliz y Apodaca (2012) han investigado los niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios en Chile, indicando que los hombres presentan mayor nivel de Autoconcepto Emocional y Físico. A mayor edad mejoran los niveles de Autoconcepto Académico, Emocional, Familiar y Físico. En área disciplinar los estudiantes de salud presentan mejor Autoconcepto Académico, los de educación presentan mejor Autoconcepto Social y los del área psicosocial mayor nivel Emocional y Familiar. En Autoeficacia Académica no existe diferencia entre hombres y mujeres; en Bienestar Psicológico los hombres presentan mayor autonomía y las mujeres mayor dominio del entorno; los estudiantes de Salud presentan los mejores niveles en las dimensiones evaluadas; (Siendo evidente las marcadas diferencias entre estudiantes por genero, edad y carreras profesionales, así como las tendencias de los mismos desde manejar menos factores personales a tener un mayor control de ellos).

Sin embargo estos resultados no han sido del todo corroborados, como es el caso de Pinilla, et. al (2014) y su estudio autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios en Colombia, evidenciando que los estudiantes tienen un buen nivel de autoconcepto en casi todos los factores medidos a excepción del emocional. No obstante estos resultados ayudan a tomar conciencia de la importancia de apoyar, el desarrollo de un buen autoconcepto de los estudiantes universitarios.

Por otro lado se halló correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre la dimensión Necesidad de aprobación con el factor Académico de (-0,20), con el factor Social de (-0,11), con el factor Familiar de (-0,15), y con el factor Físico de (-0,14); así mismo entre la dimensión Culpabilización con el factor Académico de (-0,16), con el factor Social de (-0,13), y con el factor Físico de (-0,11), traduciéndose que cuando hay necesidad por la validación de los demás

(de un grupo o alguien) hacia uno mismo, primero incluso que la validación propia, las personas no valorarían al individuo detrás de eso, ya que si la persona misma no se valora primero, ¿por qué lo harían los demás? Debido que no es percibido en la sociedad con valor que cualifica (cualidad que posee y tenga demanda) lo cual le hace un individuo que no es percibido con suficiente valor, lo que significa que su valía cae y/o es escasa para la sociedad y sobre todo consciente o inconscientemente para él, lo cual va sabotearlo, así como en relación a las áreas importantes para él como social, universitaria, familiar, fisiológica y físicamente, como la autopercepción física de acuerdo a como se relaciona con su entorno, el estado físico y las respuestas fisiológicas del mismo, las cuales si se rigen de ideas no potenciadoras o que no ayudan a mejorar la situación actual la declinan y rigen un estado desfavorable general.

Lo cual se asocia, como también lo describe (Garner, 1969) en pensamientos y sentimientos de culpabilidad, lo cual es traducido con frecuencia en ideas de que hay cosas correctas e incorrectas, partiendo de una percepción rígida de las cosas y generalizándolas, volviéndose un patrón poco factible de desempeñar y volviendo a repetir la conducta poco favorable como Necesidad de Aprobación y necesitar factores externos para sentir un poco de satisfacción superficial por el desadaptado manejo de las cosas, sin por ejemplo estrategias escalonadas y más flexibles que calcen la actividad con la tolerancia de las emociones, cortando la consecución de objetivos racionales hacia la autoaceptación de falibilidad, aparejada a la mejora del sistema personal de conducta de uno mismo.

El resultado se relaciona con Oliva y Sánchez (2016) trabajaron una tesis de niveles de ansiedad rasgo y estado y creencias irracionales en universitarios de psicología, encontrando que una de las creencias irracionales que se presentan con más frecuencia es de necesidad de aprobación. Finalmente se encuentra relación positiva y significativa entre las creencias irracionales de necesidad de aprobación, culpabilización con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado. Así mismo se asemeja con Veliz y Apodaca (2012) quienes indicaron que los hombres presentan mayor nivel de Autoconcepto Emocional y Físico. A mayor edad mejoran los niveles de Autoconcepto Académico, Emocional, Familiar y Físico. En área disciplinar los estudiantes de salud presentan mejor Autoconcepto Académico, los de educación presentan mejor Autoconcepto Social y los del área psicosocial mayor nivel Emocional y Familiar. En Autoeficacia Académica no existe diferencia entre hombres y mujeres. En Bienestar Psicológico los hombres presentan mayor autonomía y las mujeres mayor dominio del entorno. Los estudiantes de Salud presentan los mejores niveles en las dimensiones evaluadas.

De igual manera Sánchez y Matalinares (2014) investigo los valores interpersonales y autoconcepto en universitarios en Perú, mostrando que existe correlación entre los valores interpersonales de soporte y conformidad con el autoconcepto general. Además Medrano et. al (2010) observaron que los estudiantes que abandonan la universidad presentan mayores creencias irracionales ($U=28.00$;

$Z=2.24$; $p<.05$). Sin embargo Huerta (2010) trabajó inteligencia e ideas irracionales en estudiantes universitarios en México encontrando poca evidencia de que a mayor inteligencia menos ideas irracionales, es decir las ideas irracionales como por ejemplo necesidad de aprobación y dependencia podría ser motivo para un rendimiento académico esperado o alto.

Se encontró también relación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña entre la dimensión Indefensión acerca del cambio y el factor Académico de (-0,14), factor Social de (-0,13), factor Familiar de (-0,14); así mismo entre la dimensión Evitación de problemas con el factor Académico de (-0,13), lo que significa que cuando uno se encuentra indefenso ante el cambio o no se encuentra preparado para adaptarse a las circunstancias, debido a las ideas rígidas que se posee, con probabilidad va a verse saboteada el área de aprendizaje de las personas (factor académico) y su consecución o falta del mismo, así como la calidad y deterioro en su aprendizaje general, estudio y desempeño cotidiano, como en lo que trabaja o deja de trabajar, que p. ej. Tienen su carrera universitaria, implicaciones y relaciones académicas y sociales.

De manera que cuando hubieron problemas se creyó mejor evadirlos ya que se siente en parte alivio pero por otra malestar, la cual no desaparece e incluso se intensifica a menos que se resuelva el problema, creándose así una necesidad o dependencia hacia algo o alguien con tal de encontrar placer o escapatoria a algo que no se ha manejado con eficacia, como p. ej. encargarse de los deberes universitarios (los estudiantes) ya que lo asocian con una actividad aburrida y que prefieren otra que estimule más sus sentidos como ver videos o salir de fiesta. Así (Garner, 1969) dijo que al evitar el problema se da más énfasis al placer o dolor del momento, que darse cuenta de los beneficios de enfrentar el problema, llevándolo a estar propenso a factores externos que no puede manejar, tanto por su inexperiencia, como de la falta de preparación, haciéndolo sentir incapaz de manejar su vida. Resultado similar han encontrado Oliva y Sánchez (2016), con frecuencia la creencia Evitación de problemas, además de relación positiva y significativa entre las creencias irracionales evitación de problemas e indefensión ante el cambio con la ansiedad rasgo y la ansiedad estado.

Por otro lado se encontró relación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña entre la dimensión Dependencia con el factor Académico de (-0,12), y con el factor Emocional de (-0,19); así mismo la dimensión Influencia del pasado con el factor Académico de (-0,11), y con el factor Emocional de (0,27), Como dice también (Garner, 1969) los seres humanos poseen una predisposición de depender de alguien más, de los demás, o algo; de manera que cuando el ser humano va creciendo sin desarrollar su independencia, se va involucrando a depender de factores externos al individuo, estando a merced de factores fuera de su control y que se alejan de su área de influencia, conllevándole a reaccionar de acuerdo a esos factores y no a lo que depende de él o está dentro de su área de influencia, como es la misma persona en relación con áreas importantes de su vida como su aprendizaje, área universitaria y estudio en general, declinando el estado

personal y sus emociones a merced de la dependencia, sabotando su equilibrio y calibrage emocional. Además, cuando hay influencia del pasado y se mantiene aferrado a él, lo cual quiere decir que es un inconveniente que viene adherido a la persona o que éste lo arrastra a lo largo del tiempo hasta la actualidad la cual no ha sido arreglado o solucionado, sabotando de nuevo a la persona y su influencia con su entorno, a que esté latente el problema, como refieren (Salove & Mayer, 1990) al sabotear las emociones se va a estar propensos a reaccionar desfavorablemente y con aflicción con frecuencia en su cotidianidad.

Resultado que se relaciona con Velásquez (2016), quien hizo un estudio de las ideas irracionales que obtienen mayor ponderación y la relación de las mismas con el autoconcepto de la mujer, presentándose que las ideas irracionales (culpabilidad, dependencia, evitación de problemas e irresponsabilidad emocional) influyen en el autoconcepto (social, emocional y familiar); habiendo también apreciación en el autoconcepto físico y laboral. Estos resultados se relacionan con Benalcázar (2017), creencias irracionales y el autoconcepto, quien halló 2 ideas predominantes en su estudio: 1 (Para ser humanos es imprescindible ser amado o aceptado por cualquier otro miembro relevante del círculo) y la 9 (Un suceso pasado es un decisivo determinante de la conducta presente, porque si algo nos afectó sobremanera una vez en la vida debe continuar perturbándonos indefinidamente.) en personas con discapacidad física adquirida.

De igual manera Coppari (2010) estudió creencias irracionales e indicadores depresivos hayando que se correlacionan, por lo que sostuvo que a mayor creencias irracionales mayor depresión. Así mismo Veliz y Apodaca (2012), observaron que los estudiantes de salud presentan mejor Autoconcepto Académico, los de educación presentan mejor Autoconcepto Social y los del área psicosocial mayor nivel Emocional y Familiar. Además como se vió, Pinilla, et. al (2014) encontraron el factor emocional del autoconcepto puntuando más bajo en estudiantes universitarios.

Por último se encontró relación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña entre la dimensión altas autoexpectativas con el factor Familiar de (-0,11), y con el factor Social de (-0,13), lo que se traduce que al tener y adolecer de altas autoexpectativas, plantearse objetivos inalcanzables o grandes de buenas a primeras, como se dice (sin ir gradualmente) genera frustración y con frecuencia genera el deseo e intento de perfección por lograr el alto objetivo y poco realista, desarrollando un espiral destructivo; además pasado el tiempo, al activar los mismos mecanismos se dan cuenta que se encuentran en ninguna parte (o en el mismo lugar prácticamente donde empezaron, sin lograr lo que se habían planteado) y con probabilidad se cansen y piensen que no se puede lograr, no viendo otra forma de hacerlo u otra salida, sintiéndose atrapados por lo que cree que le ha sucedido (los problemas a los que atribuyen responsabilidad), y que ya no pueden mejorar; viéndose desgastados cada vez más emocionalmente, sintiendo que tienen menos recursos con el tiempo. Resultado similar tuvieron Torres, et. al (2010) Confirmaron la tendencia que ante un mayor apoyo social percibido se incrementa el auto concepto de los participantes. No

obstante Sánchez y Matalinares (2014) en un análisis específico observaron que ningún valor interpersonal se relaciona con el autoconcepto familiar, sin embargo hubo una tenencia del autoconcepto de nivel medio del 52%.

Lo cual continua una sinergia coherente con las actuaciones con limitaciones y desfavores hechas por los estudiantes y respondidas por su entorno relacional que con frecuencia tiende al rechazo y desinterés propio de la dinámica con cuestiones repulsivas, ocasionando un sabotaje de la forma como es percibido por sí mismo en sus relaciones, y como describe (García y Musitu, 1999 citado en Musitu y García, 2014) las sensaciones asociadas al corte de consecución del compromiso y a la interrumpida aceptación de la familia entre uno o varios integrantes. Este elemento, que es uno de los preponderantes del autoconcepto.

CONCLUSIONES

Los resultados mostraron la existencia de correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las creencias irracionales y el autoconcepto en dichos estudiantes

Existió un porcentaje de creencias irracionales mayoritario de nivel medio que varía entre 39.9% y 58.2% en los estudiantes de una universidad de Trujillo.

Existió un porcentaje de autoconcepto mayoritario de nivel medio que varía entre 39.9% y 58.2% en los estudiantes de una universidad de Trujillo.

Existió correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Culpabilización, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado y el factor académico. Así mismo existió correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas, Culpabilización e Indefensión acerca del cambio y el factor social del autoconcepto. De igual manera existió correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Dependencia e Influencia del pasado de los referidos estudiantes y factor emocional del autoconcepto. Así como también existió correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas e Indefensión acerca del cambio de los referidos estudiantes y el factor familiar del autoconcepto. Del mismo modo existió correlación inversa con tamaño de efecto de correlación de magnitud pequeña entre las dimensiones de creencias irracionales: Necesidad de aprobación y Culpabilización de los referidos estudiantes y el factor físico del autoconcepto de los referidos estudiantes.

RECOMENDACIONES

De acuerdo a los resultados en esta investigación, se recomienda:

- En base a los resultados obtenidos de las ideas irracionales y autoconcepto en estudiantes universitarios, se torna esencial generar políticas de intervención preventiva, que no solo aluda a las dificultades académicas de por sí, sino, que se tomen diversos factores de riesgo para la salud mental de la población universitaria en general.
- Desde el departamento psicopedagógico de la universidad, es necesario establecer una terapia efectiva de corte cognitivo (TRE), que a más de centrarse en las creencias irracionales utilice técnicas de intervención rápidas y efectivas; con el recurso de tareas para los estudiantes, permitiéndoles llevar el control de su propio proyecto de vida y lograr establecer una buena relación entre pensamiento, afecto y conducta, monitoreada a través de programas, talleres o sesiones grupales.
- Se propone que los estudiantes universitarios puedan acceder con facilidad al servicio de atención psicológica de su universidad o a centros de psicología (mediante campañas de atracción y atenciones oportunas) que les permitan identificar y clarificar sus problemáticas, estableciendo la terapia psicológica para fortalecer la salud mental de los estudiantes universitarios, haciendo énfasis en el autoconcepto y las ideas irracionales; estableciendo sesiones grupales, puesto que el intercambiar vivencias personales entre estudiantes crea genera identificación con otros estudiantes, estimulando así un sentimiento de empatía y acompañamiento, lo que contribuye a recrear vínculos más sanos con el entorno.
- Generar mayor número de investigaciones en el estudio de las creencias irracionales y los diferentes tipos de cogniciones asociadas a la perturbación con el autoconcepto, pues al realizar la búsqueda de investigaciones parecidas, nos dimos con la sorpresa de que en nuestro medio, poco se investiga.

REFERENCIAS

- Alemán, A. (2012). *Autoconcepto y la Motivación en alumnos del centro pre-universitario de la Universidad Cesar Vallejo de la Ciudad de Trujillo*. (Tesis de Licenciatura Inédita). Universidad Privada Cesar Vallejo, Trujillo.
- Almansa, C. (2011). *Las doce creencias irracionales que sustentan la neurosis (A. Ellis) y los doce curadores (E. Bach): estudio de su correspondencia*. Congreso sedibac de terapia floral - 2011.
- Amutio, A. & Smith, J. C. (2008). Stress and irrational beliefs in college students. *Ansiedad y Estrés*, 14 (2-3), 211-220.
- Avelino, J. (1999). Filosofía de las Creencias. *Filosofía Universal Costa rica*. XXXVII (92), 239-248. Recuperado en <http://inif.ucr.ac.cr/recursos/docs/Revista%20de%20Filosof%C3%ADa%20UCR/Vol.XXXVII/No.%2092/Filosofia%20de%20las%20creencias.pdf>
- Beck, J (2000). *Terapia Cognitiva: Conceptos básicos y conceptualización*. Barcelona: Gedisa.
- Benalcázar, M. (2017). *Creencias irracionales y autoconcepto en personas con discapacidad motora adquirida, del Centro Comunitario Capodarco, Cantón Penipe, Provincia de Chimborazo*. (Tesis para Licenciatura). Universidad Nacional de Chimborazo. Ecuador.
- Brooke, P. P., Jr., Russell, D. W. & Price, J. L. (1988). Discriminant validation of measures of job satisfaction, job involvement, and organizational commitment. *Journal of Applied Psychology*, 73, 139-145.
- Bustos, V. Oliver, A. y Galiana, L. (2015). Validación del Autoconcepto Forma 5 en Universitarios Peruanos: Una Herramienta para la Psicología Positiva. *Psicología: Reflexão e Crítica*, 28(4), 690-697.
- Caballo, V. (2001). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. España.
- Calvete, E. & Cardeñoso, O. (1999). Creencias y síntomas depresivos: Resultados preliminares en el desarrollo de una escala de creencias irracionales abreviada. *Anales de Psicología*, 15, 179- 190.

- Calvete, E. & Cardeñoso, O. (2001). Creencias, resolución de problemas sociales y correlatos psicológicos. *Psicothema*, 31(1), 96-100.
- Castillo, R. W. (2014). *Reporte del tamaño del efecto en los artículos de tres revistas de psicología peruanas en los años 2008 al 2012* (Tesis de pregrado). Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Chang, E. & Bridewell, W. (1998). Irrational beliefs, optimism, pessimism and psychological distress: A preliminary examination of differential effects in a college population. *Journal of Clinical Psychology*, 54(2), 137-142.
- Chaves, L. & Quiceno, N. (2010). Validación del Cuestionario de Creencias Irracionales (TCI) en población colombiana. *Grupo de Investigación en Psicología Cognitiva*. 2(3), 41-56.
- Coppari, N. (2010). "Relación entre Creencias Irracionales e Indicadores Depresivos en Estudiantes Universitarios". *Eureka*, 7(2), 32-52.
- Cruz, I. (2008). Creencias Pedagógicas de Profesores: El caso de la Licenciatura en nutrición y ciencias de los alimentos en México. *Revista Currículum*, 1(21), 137-156.
- De la Cruz, F. (2017). Las creencias irracionales de Albert Ellis en los estudiantes de una universidad privada de Lima Este. *PsiqueMag*, 6 (1), 165 – 182.
- Duran, M., González, A. & Rodríguez, M. (2009). Motivaciones de Carrera, Creencias irracionales y Competencia personal en Estudiantes de Psicología. *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia*, 5 (1), 50-63.
- Ellis, A. & Lega, L. (1993). Como aplicar algunas reglas básicas del método científico al cambio de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Revista de Psicología Conductual*, 1(1), 101 – 110.
- Ellis, A. (1958). Rational psychotherapy. *Journal of General Psychology*, 59(1), 35-49.
- Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (1984). The essence of Ret. *Journal of Rational Emotive Therapy*, 2(1), 19-25.
- Eppler, M. & Harju, B. L. (1997). Achievement motivation goals in relation to academic performance in traditional and nontraditional college students. *Research in Higher Education*, 38 (5), 557-573.

- Esnaola, L., Rodríguez, A. & Goñi, E. (2011). Propiedades psicométricas del cuestionario de AutoconceptoAF5. *Anales de psicología*, 27(1), 109-117. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/167/16717018013.pdf>
- Fernández, H. (1997). *Fundamentos de un modelo integrativo en psicoterapia*. Buenos Aires: Paidós.
- Ferrel, F., González, J. & Padilla, Y. (2013). Esquemas mal adaptativos tempranos y creencias irracionales en un grupo de homosexuales masculinos, de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Psicología desde el Caribe*, 30 (1), 36-66.
- Garalgordobll, M., & Duré, A. (2006). Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad. *Análisis y Modificación de conducta*. 32(141), 37-64. Recuperado en <http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/amc/article/viewFile/2132/2107>.
- García, H. (2005). El Pensamiento Constructivo y su relación con la visión de sí mismo, del Mundo y del Futuro en Ingresantes de la facultad de ciencias humanas de San Luis. *Fundamentos en Humanidades*, 6(1), 199-219.
- Gargallo, B., Garfella, P., Sánchez, F., Ros, C. y Serra, B. (2009). La influencia del autoconcepto en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *REOP*, 20 (1), 16-28.
- Garner, R. (1969). *A factored measure of Ellis irrational belief system, with personality and maladjustment correlates*. (For the Degree of Doctor of Philosophy). Texas Technological College. USA.
- González, N., Abad, J. & Lévy, J.P. (2006). Normalidad y otros supuestos en análisis de covarianzas en Lévy. J. (Ed.). *Modelización con estructuras de covarianzas* Netbiblo. La Coruña (31-57)
- González, O. (2005). Estructura multidimensional del autoconcepto físico. *Revista de Psicodidáctica*, 10(1), 21-129. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=17514745011>
- González, R., González, J. A., Rodríguez, S., Núñez, J.C. & Valle, A. (2005). *Estrategias y Técnicas de Estudio*. España: Pearson Prentice Hall.
- Goñi, A., Esnaola, I., Ruiz de Azua, S., Rodríguez, A. y Zulaika, L. (2003). Autoconcepto físico y desarrollo personal: Perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*. 15(16), 7-62

- Goñi, E. & Fernández, A. (2007). Los dominios social y personal del autoconcepto. *Revista de Psicodidáctica*, 12 (2), 179-194. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=17512202>
- Goñi, E. (2009). El autoconcepto personal, estructura interna, medida y variabilidad Universidad de Euskadi (tesis doctoral). Universidad de país vasco (pp. 20 - 23) Recuperado de: http://www.ehu.es/argitalpenak/images/stories/tesis/Ciencias_Sociales/EI%20autoconcepto%20personal.%20Estructura%20interna,%20medida%20y%20variabilidad.pdf
- Guzmán, P. (2012). *Ideas irracionales y dimensiones de la personalidad en adolescentes con intento de suicidio*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw- Hill Interamericana.
- Huerta, J. (2012). *Inteligencia e ideas irracionales en estudiantes universitarios*. (Tesis de Maestría). Universidad Iberoamericana Puebla. Mexico.
- Lega, Caballo & Ellis, (1997). *Teoría y práctica de la terapia racional emotiva conductual*. Madrid.
- Macavei, B. & Miclea, M. (2008). An empirical investigation of the relationship between religious beliefs, irrational beliefs, and negative emotions. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 8 (1), 1-16.
- Mainieri, R. (2012). El modelo de terapia cognitiva conductual. Recuperado en http://cognitivapanama.bravehost.com/modelo_tcc.pdf
- Meda, R., Moreno, B., Rodríguez, A., Morante, M. y Ortiz, G. (2008). Análisis Factorial Confirmatorio del MBI-HSS en una muestra de Psicólogos Mexicanos. *Psicología y Salud*, 18(1), 107-116.
- Medrano, L., Galleano, C., Galera, M. & Del Valle, R. (2010). Creencias Irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *LIBERABIT* 16(2), 183-192. Recuperado en <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v16n2/a08v16n2.pdf>
- Merino, C y Livia, J. (2007). Rho, Tau y "r" de Pearson: Un programa Visual Basic para su transformación e intervalos de confianza. *Avances en medición*, 5(1), 145-152
- Musitu, G. & García (2001). *AF5 Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.
- Musitu, G. & García, F. (1997). *AF5 Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.

- Musitu, G. y García, J. (2014). *AF5: Autoconcepto forma 5*. Madrid: TEA Ediciones
- Musitu, G; García, J; & Gutiérrez, M (1997) *AF5 Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.
- Ocaña, N., y Sáenz, N. (2015). *Familias Disfuncionales y Autoconcepto en los adolescentes de la fundación Amiguitos de Cristo, Riobamba, periodo febrero – julio 2014*. (Tesis de Licenciatura) Universidad Nacional de Chimborazo. Ecuador.
- Oliva, L. y Sánchez, E. (2016). *Creencias irracionales y ansiedad en alumnos de la escuela de psicología de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI. Trujillo.
- Pinilla, S., Montoya, D., Dussán, C. y Hernández, J. (2014). Autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales. *Hacia promoc. Salud*, 19(1), 114-127
- Quiñones, S. (2016). *Autoconcepto Físico y Trastornos de Conducta Alimentaria en estudiantes de un centro pre-universitario – Trujillo*. (Tesis para Licenciatura). Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo.
- Riso, W. (2009). *Terapia Cognitiva*. Barcelona: Paidós.
- Rosales, M. (2014). Proceso evaluativo: Evaluación sumativa, evaluación formativa y Assesment su impacto en la educación actual. *Congreso Iberoamericano de ciencia, tecnología, innovación y educación* (1-13). Buenos Aires. OEI.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(1), 185-211.
- Sánchez, P. y Matalinares, C. (2014). Valores interpersonales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la carrera de Ingeniería Ambiental y Administración de Empresas de una universidad estatal. *Revista de Investigación Psicológica*, 17(1), 55 – 80.
- Tomas, J. y Oliver, A. (2004) Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima. *Boletín de Psicología*, 1(88), 7-25.
- Tomás, J. y Oliver, A. (2004). Análisis Psicométrico Confirmatorio de una Medida Multidimensional del Autoconcepto en Español. *Revista Interamericana de Psicología*, 2(38) 285-293. Recuperado de: <http://www.psicorip.org/Resumos/PerP/RIP/RIP036a0/RIP03830.pdf>
- Torres, F., Pompa, E., Meza, C., Ancer, L. y González, M. (2010). Relación entre Auto Concepto y Apoyo Social en Estudiantes Universitarios *International Journal of Good Conscience*, 5(2), 298-307

- Vallejo, P. (15 de septiembre de 2013). *El Análisis Factorial en la construcción e interpretación de test, escalas y cuestionarios*. Obtenido de <http://www.upcomillas.es/personal/peter/investigacion/Analisis>
- Velásquez, A. (2016). *Ideas Irracionales y autoconcepto*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Veliz, A. (2010). *Dimensiones del autoconcepto en estudiantes chilenos: un estudio psicométrico*, recuperado en <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do>
- Veliz, A. y Apodaca, P. (2012). Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. *Salud & Sociedad*, 3(2), 131-150.
- Ventura-León, J y Caycho-Rodríguez, T. (2017). El coeficiente Omega: un método alternativo para la estimación de la confiabilidad. *Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud*, 15(1), 625-527.
- Zumalde y Ramírez (1999). Creencias y síntomas depresivos: Resultados preliminares en el desarrollo de una escala

ANEXOS

Anexo Nº 01

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado Estudiante:

La referida investigación es conducida por Luiggy Paolo Gálvez Dávila, estudiante del último ciclo de la carrera profesional de Psicología, perteneciente a la Facultad de ciencias de la Salud - Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada del norte. Este estudio se realiza en una universidad de Trujillo, y con la finalidad de elaborar una investigación para determinar la relación de creencias irracionales y autoconcepto. Los resultados de este estudio serán parte de una Tesis y a la vez servirán para ayudar a incrementar los conocimientos de dicho fenómeno, así como también ser una herramienta útil para los psicólogos de nuestra localidad.

Si usted está de acuerdo se le aplicará dos cuestionarios. La duración de toda la evaluación levará alrededor de 15 a 20 minutos previamente coordinados con su docente. Las encuestas se responden de forma anónima. La información recopilada se tratará en forma confidencial. La información se usará para fines del estudio y sin ningún otro propósito. Los padres de familia, el personal de la universidad y otros estudiantes no tendrán acceso a esta información. No se usará su nombre en ninguno de los reportes.

Su decisión sobre la participación en este estudio es completamente voluntaria. La presente investigación está autorizada por las autoridades de la universidad.

Lea la información a continuación y marque uno de los recuadros.

ACEPTO

-NO ACEPTO participar en las encuestas para esta investigación.

Firma del participante

Fecha: _____

- Desde ya le agradecemos su participación -

Anexo N° 02

TEST DE CREENCIAS IRRACIONALES

(TCI)

Calvete & Cardeñoso (1999)

Nombre original	: Test de creencias irracionales (TCI)
Autor	: Calvete y Cardeñoso
Año de elaboración	: 1999
Procedencia	: Colombia
Adaptación colombiana:	Chaves Castaño, Liliana y Quiceno Pérez Natalia
Año de Adaptación	: 2009
Forma	: completa
Duración	: sin límite de tiempo
Aplicación	: 18 a 70 años
Puntuaciones	: Manual o computarizada
Significación	: Evalúa creencias irracionales
Materiales	: Cuestionario, lápiz, borrador

Descripción de la prueba:

El instrumento que hizo parte del estudio fue el test de creencias irracionales TCI. Este instrumento fue desarrollado por Calvete y Cardeñoso (1999) para evaluar ocho ideas irracionales.

Consta de 46 ítems con cuatro opciones de respuesta: 1 = no estoy de acuerdo, 2 desacuerdo, 3 = acuerdo moderado y 4 estoy totalmente de acuerdo. Las ideas irracionales que se incluyen en este instrumento son: Necesidades de aprobación por parte de los demás, altas autoexpectativas, culpabilización, control emocional, evitación de problemas, dependencia, indefensión ante el cambio y perfeccionismo.

FACTORES	ITEMS QUE LO componen	ALFA	PERCENTILES 20-50-70	MEDIA/DESVIACIÓN ESTÁNDAR
F1 Necesidad de Aprobación	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	0,78	18-20-22	20 (3)
F2 Altas autoexpectativas	8, 9, 10, 11	0,79	9-11-12	11 (3)
F3 Culpabilización	12,13, 14, 15, 16, 17, 18	0,63	14-18-20	18 (4)
F4 Indefensión acerca del cambio	19,20,21,22,23, 24,25	0,79	20-24-26	23 (4)
F5 Evitación de problemas	26, 27	0,66	4-6-6	5 (2)
F6 Dependencia	28,29,30,31,32, 33,34	0.73	18-20-22	20 (3)
F7 Influencia del pasado	35, 36,37,38,39,40, 41	0.84	12-15-17	15 (3)
F8 Perfeccionismo	42,43,44,45,46	0.70	12-14-16	14 (3)

TEST DE CREENCIAS IRRACIONALES (TCI)

Calvete & Cardenoso (1999)

Adaptado en la población de la ciudad de Medellín Chaves y Quiceno (2009)

CARRERA PROFESIONAL:.....**FECHA DE APLICACIÓN:**.....
LUGAR DE NACIMIENTO:.....**EDAD:**.....**SEXO:**.....

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará una serie de frases que una persona podría emplear para describirse a sí misma. Por favor lea cada frase y decida que tan bien lo describen a usted, luego evalúe que grado de acuerdo o desacuerdo tiene usted sobre las frases y señale la opción adecuada según la siguiente escala.

1	2	3	4
No estoy de acuerdo	Desacuerdo moderado	Acuerdo Moderado	Estoy totalmente de acuerdo

	1	2	3	4
1. Es importante para mí que los otros me acepten	1	2	3	4
2. Me gusta el respeto de los otros pero no necesito tenerlo	1	2	3	4
3. Quiero agradecerle a todo el mundo	1	2	3	4
4. Me siento bien conmigo mismo, aunque no le caiga bien a otras personas	1	2	3	4
5. Si no le agrado a otras personas es su problema, no el mío	1	2	3	4
6. Aunque me gusta la aprobación, no es una real necesidad para mi	1	2	3	4
7. Es molesto pero no insoportable que me critiquen	1	2	3	4
8. Odio fallar en cualquier cosa	1	2	3	4
9. Me gusta tener éxito en cualquier cosa, pero no siento que lo tenga que lograr	1	2	3	4
10. Para mi es extremadamente importante tener éxito en todo lo que hago	1	2	3	4
11. No me importa realizar cosas que sé que no puedo hacer bien	1	2	3	4
12. Las personas que actúan mal merecen que les vaya mal	1	2	3	4
13. Muchas personas malas escapan al castigo que merecen	1	2	3	4
14. Aquellos que actúan mal deben ser castigados	1	2	3	4
15. La inmoralidad debería castigarse drásticamente	1	2	3	4
16. Todo el mundo es esencialmente bueno	1	2	3	4
17. Es injusto que se trate por igual a buenos y a malos	1	2	3	4

18. Nadie es malo, incluso cuando sus actos lo sean	1	2	3	4
19. Si una persona quiere puede ser feliz bajo cualquier circunstancia	1	2	3	4
20. Las personas no se ven afectadas por las situaciones sino por la forma en que la ven	1	2	3	4
21. Yo soy la causa de mis propios estados de animo	1	2	3	4
22. Las personas que son infelices se han hecho a sí mismas de esa manera	1	2	3	4
23. Una persona permanecerá mucho tiempo enojada o triste si se mantiene a si misma de esa manera	1	2	3	4
24. Las cosas sin soportables dependiendo de cómo las interprete	1	2	3	4
25. La persona hace su propio infierno dentro de sí misma	1	2	3	4
26. La gente es más feliz cuando tiene problemas que superar	1	2	3	4
27. Una vida fácil rara vez es recompensante	1	2	3	4
28. Todo el mundo necesita alguien de quien depende para que los ayuden o aconsejen	1	2	3	4
29. Considero adecuado resolver mis propios asuntos sin ayuda de nadie	1	2	3	4
30. Finalmente soy yo quien realmente puede afrontar mis problemas	1	2	3	4
31. Me disgusta que otros tomen decisiones por mi	1	2	3	4
32. Necesito que otras personas me aconsejen	1	2	3	4
33. Me gustaría tener que depender de otros	1	2	3	4
34. Necesito que otros se preocupen por mi bienestar	1	2	3	4
35. Siempre nos acompañarán los mismo problemas	1	2	3	4
36. Es casi imposible superar las influencias del pasado	1	2	3	4
37. Si algo me afecto en el pasado, no significa vaya a afectarme nuevamente	1	2	3	4
38. Pienso que experiencias del pasado me afectan ahora	1	2	3	4
39. Somos el resultado de nuestras experiencias pasadas	1	2	3	4
40. Una vez que algo afecta mi vida siempre lo hará	1	2	3	4
41. La gente nunca cambia	1	2	3	4
42. Existe una forma correcta de hacer cada cosa	1	2	3	4
43. No hay una solución perfecta para las cosas	1	2	3	4
44. Es difícil encontrar la solución ideal a las dificultades de la vida	1	2	3	4
45. Todo problema tiene una solución correcta	1	2	3	4
46. Rara vez hay una solución ideal para las cosas	1	2	3	4

Anexo Nº 03

CUESTIONARIO DE AUTOCONCEPTO FORMA 5

AF5

Autores F. García y G. Musitu

CARRERA PROFESIONAL:.....**FECHA DE APLICACIÓN:**.....
LUGAR DE NACIMIENTO:.....**EDAD:**.....**SEXO:**.....

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará una serie de frases. Lea cada una de ellas cuidadosamente y conteste con un valor entre 1 y 99, según su grado de acuerdo con cada frase.

Por ejemplo:

Si una frase dice "La música ayuda al bienestar humano" y Ud. está muy de acuerdo contestará con un valor alto, (94).

Vea como se anotaría en la Hoja de respuesta

"La música ayuda al bienestar humano"..... (94)

Por el contrario si Ud. no está de acuerdo contestará con un valor bajo, (09).

"La música ayuda al bienestar humano"..... (09)

No olvide que dispone de 99 opciones de respuesta. Escoja el que mejor se adecúe a su criterio.

RECUERDE CONTESTE CON LA MÁXIMA SINCERIDAD PUEDEN VOLTEAR LA HOJA Y COMENZAR.

(NOTA: SE HAN REDACTADO LAS FRASES EN MASCULINO PARA FACILITAR SU LECTURA. CADA PERSONA DEBERÁ ADAPTARLA A SU PROPIO SEXO)

Nº	Ítems		
01	Hago bien los trabajos universitarios		
02	Consigo fácilmente amigos/as		
03	Tengo miedo de algunas cosas		
04	Soy muy criticado(a) en casa		
05	Me cuido físicamente		
06	Los profesoras/es) consideran buen estudiante.		

07	Soy amigable.		
08	Muchas cosas me ponen nerviosa/o		
09	Me siento feliz en casa		
10	Me buscan para realizar actividades deportivas		
11	Trabajo mucho en clase.		
12	Es difícil para mí hacer amigas/os		
13	Me asusto con facilidad		
14	Mi familia está decepcionada de mí		
15	Me considero elegante		
16	Mis profesoras (es) me estiman		
17	Soy un chico/a alegre		
18	Cuando los mayores me dicen algo me pongo nerviosa/o		
19	Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas		
20	Me gusta como soy físicamente		
21	Soy un buen estudiante.		
22	Me cuesta hablar con desconocidos/as		
23	Me pongo nerviosa/o cuando me pregunta el profesor/a.		
24	Mis padres me dan confianza		
25	Soy buena/o haciendo deporte		
26	Mis Profesores me consideran inteligente y trabajador/a		
27	Tengo muchos amigos/as		
28	Me siento nervioso/a		
29	Me siento querido/a por mis padres		
30	Soy una persona atractiva		

Anexo N°04

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Tabla 11: *Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones del Cuestionario de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo.*

	K-S	Sig.(p)
Necesidad de aprobación	,126	,000 **
Altas autoexpectativas	,127	,000 **
Culpabilización	,090	,000 **
Indefensión acerca del cambio	,134	,000 **
Evitación de problemas	,179	,000 **
Dependencia	,116	,000 **
Influencia del pasado	,068	,000 **
Perfeccionismo	,120	,000 **

Nota:

n : Tamaño de muestra

KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

**p<.01

En la tabla 11, se observa que la distribución de las puntuaciones obtenidas por los en estudiantes de una Universidad de Trujillo que formaron parte del estudio, los factores del Cuestionario de creencias irracionales: Necesidad de aprobación, Altas autoexpectativas, Culpabilización, Indefensión acerca del cambio, Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado y Perfeccionismo, difieren de manera altamente significativa ($p<.01$) de la distribución normal.

Anexo N°05

Tabla 12: *Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov de las puntuaciones en el Cuestionario de Autoconcepto. Forma 5 AF5 en estudiantes de una Universidad de Trujillo.*

Factores	K-S	Sig.(p)
Académico	,071	,000 **
Social	,085	,000 **
Emocional	,052	,019 *
Familiar	,111	,000 **
Físico	,042	,176 *

Nota:

n : Tamaño de muestra

KS: Estadístico de Kolmogorov-Smirnov

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

En la tabla 12, se observa que la distribución de las puntuaciones obtenidas por los en estudiantes de una Universidad de Trujillo que formaron parte del estudio, los factores del Cuestionario de Autoconcepto: Académico, Social, Emocional, Familiar y Físico difieren de manera altamente significativa ($p<.01$), o significativamente ($p<.05$) de la distribución normal. De los resultados presentados en las tablas 8 y 9, se dedujo que para evaluar la correlación entre las variables investigadas se usaría la estadística no paramétrica de correlación de Spearman.

Validez de constructo del Cuestionario de Creencias irracionales

Anexo N°06

Tabla 13: Índices de bondad de ajuste del modelo de Análisis factorial confirmatorio en el Cuestionario de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo

Índices de ajuste del modelo	Valor
Índices de ajuste globales o absolutos	
CMIN/gl	2,04
RMSEA	.05
Índices de ajuste comparativos	
GFI	.906
AGFI	.894

Nota

RMSEA : Error cuadrático medio de aproximación

GFI : Índice de bondad de ajuste ; AGFI: Índice ajustado de bondad de ajuste

Los resultados que se presentan en la tabla 13, corresponden al análisis factorial confirmatorio para contrastar el modelo teórico multidimensional del Cuestionario de Creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo, aplicando el método de los mínimos cuadrados para la estimación de parámetros; observando que los índices de ajuste absoluto: CMIN/gl, igual a 2.04 registra un valor menor a 4, establecido como valor mínimo aceptable como indicador de buen ajuste; el error cuadrático medio de aproximación igual a .05, menor a .08, establecido como mínimo aceptable; índice de bondad de ajuste GFI igual a .906, e índice de bondad de ajuste ajustado AGFI igual a .894, siendo el valor mínimo igual a .90 para indicar un buen ajuste; Por tanto los resultados señalan que hay evidencia un buen ajuste del modelo estructurado en las ocho dimensiones establecidas por el autor, en los estudiantes de la referida universidad, por presentar los índices de bondad de ajuste del modelo dentro del rango de aceptación o muy próximos como es el caso del índice de bondad de ajuste ajustado.

Anexo N°07

Tabla 14: Cargas factoriales de los ítems del Cuestionario de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo

Item	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8
Ítem01	0,53							
Ítem02	0,53							
Ítem03	0,53							
Ítem04	0,65							
Ítem05	0,58							
Ítem06	0,64							
Ítem07	0,46							
Ítem08		0,55						
Ítem09		0,48						
Ítem10		0,65						
Ítem11		0,54						
Ítem12			0,64					
Ítem13			0,63					
Ítem14			0,70					
Ítem15			0,98					
Ítem16			0,42					
Ítem17			0,62					
Ítem18			0,34					
Ítem19				0,67				
Ítem20				0,66				
Ítem21				0,52				
Ítem22				0,39				
Ítem23				0,47				
Ítem24				0,47				
Ítem25				0,43				
Ítem26					0,62			
Ítem27					0,78			
Ítem28						0,44		
Ítem29						0,47		
Ítem30						0,55		
Ítem31						0,35		
Ítem32						0,47		
Ítem33						0,26		
Ítem34						0,53		
Ítem35							0,62	
Ítem36							0,65	
Ítem37							0,34	
Ítem38							0,60	
Ítem39							0,49	
Ítem40							0,69	
Ítem41							0,49	
Ítem42								0,55
Ítem43								0,49
Ítem44								0,52
Ítem45								0,55
Ítem46								0,44

F1: Necesidad de aprobación
F2: Altas autoexpectativas
F3: Culpabilización
F4: Indefensión acerca del cambio
F5: Evitación de problemas
F6: Dependencia
F7: Influencia del pasado
F8: Perfeccionismo

Los resultados que se exponen en la tabla 14, corresponden a las cargas factoriales, que reporta el análisis factorial confirmatorio, de los ítems del Cuestionario de creencias irracionales (TCI), en estudiantes de una Universidad de Trujillo, donde se evidencia que los valores de las referidas cargas factoriales de cuarenta y cinco de los ítems oscilan entre .34 y .89; presentando solamente el ítem 33 una carga de .26; cuatro ítems presentan cargas de .34, .39 y .34 y .35; en tanto que el resto de los ítems muestran cargas factoriales con valores superiores a .40.

Anexo N°08

Tabla 15: *Confiabilidad del Cuestionario de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo*

	ω	N° ítems	IC 95%	
			Li	Ls
Necesidad de aprobación	0,763	7	0,75	0,78
Altas autoexpectativas	0,642	4	0,62	0,66
Culpabilización	0,822	7	0,81	0,83
Indefensión acerca del cambio	0,720	4	0,70	0,74
Evitación de problemas	0,661	2	0,64	0,68
Dependencia	0,628	7	0,61	0,65
Influencia del pasado	0,760	7	0,75	0,77
Perfeccionismo	0,638	5	0,62	0,66

Nota:

ω : Coeficiente de confiabilidad omega

IC: Intervalos de confianza; LI: Límite inferior; LS: Límite superior

En la tabla 15, se presentan los resultados de la confiabilidad medida por consistencia interna a través del coeficiente de confiabilidad omega, del Cuestionario de creencias irracionales (TCI) en estudiantes de una Universidad de Trujillo, evidenciando un nivel de confiabilidad muy bueno en el factor Culpabilización con un valor del coeficiente de confiabilidad de .822; una confiabilidad respetable en los factores: Necesidad de aprobación, Indefensión acerca del cambio e Influencia del pasado; y una confiabilidad aceptable en los factores: Altas autoexpectativas, Evitación de problemas y Perfeccionismo cuyos valores del coeficiente de confiabilidad oscilan entre ,628 a ,661.

ANEXO N°11: Tamaño de la Muestra

Para determinar el tamaño de muestra se hizo uso de la fórmula que es la siguiente:

$$n = \frac{N * Z^2 * PQ}{(N - 1) * E^2 * Z^2 * PQ}$$

- P : Proporción de elementos con la característica de interés.
- Q : Proporción de elementos sin la característica de interés (Q=1-P).
- Z : Valor de la distribución normal estándar para un nivel de confianza especificado
- E : Error de muestreo
- N : Tamaño de población
- N : Tamaño de muestra

Asumiendo una confianza del 95%, (Z=1.96), un error de muestreo de 5.54% (E=0.0554, y una varianza máxima (PQ=0.25, con P=0.5 y Q=0.5) para asegurar un tamaño de muestra lo suficientemente grande respecto al tamaño de la población (N=894) de los referidos pacientes.

$$n = \frac{11000 * 1.96^2 * 0.25}{(11000 - 1) * 0.05^2 + 1.96^2 * 0.25}$$

$$n=371$$