

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad De Ciencias De La Salud

Escuela Profesional De Psicología



TESIS

**Título : CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA
UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020**

Para Optar : Título profesional de Psicólogo

**Autores : Br. Maria Teresa Carrasco Araujo
Br. Evelyn Ventura Cataño**

**Asesores : Metodológico: Mg. Maena Rafael Pucuhuaranga
Temático: Mg. Yesenia Zúñiga Cabeza**

Línea de Investigación Institucional : Salud y Gestión de La Salud

Fecha de inicio y culminación : Marzo - Setiembre 2020

Huancayo – Perú – 2020

DEDICATORIA

A Dios que ilumina nuestro camino y padres que han contribuido en nuestro desarrollo profesional y de corazón estamos eternamente agradecidos con aquellas personas que han contribuido en el desarrollo del trabajo realizado.

Las autoras

AGRADECIMIENTO

A los estudiantes del primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana Los Andes quienes contestaron satisfactoriamente el Cuestionario de Creencias Irracionales.

A las psicólogas RAFAEL PUCUHUARANGA. Maena y ZÚÑIGA CABEZA, Yesenia; quienes fueron nuestras asesoras encargadas del proceso del desarrollo del proyecto de investigación, así mismo por brindándonos su tiempo y conocimientos para el mejoramiento de nuestro trabajo de investigación.

Evelyn y María

INTRODUCCIÓN

Las creencias irracionales son pensamientos erróneos que se han ido desarrollando a lo largo de la vida de una persona. Estos pensamientos son generados por la cultura o por el lugar en donde se encuentra el sujeto, a través de la historia nuestras creencias irracionales han provocado un desequilibrio, pudiendo producir diferentes enfermedades de salud mental como depresión, ansiedad, fobias, etc. lo cual se convierte en una causa de morbilidad que hace sufrir a la persona que lo padece.

En el trabajo final de la investigación se detalló las creencias irracionales que existen en los estudiantes del primer ciclo de la carrera profesional de psicología, el objetivo fue identificar las creencias irracionales en los alumnos de la escuela profesional de psicología una universidad de Huancayo, para ello se utilizó como método general el científico y como específico el descriptivo, ya que se va a explicar, conocer y observar el contexto actual; además el tipo de investigación es básica porque a través de ella se va a generar conocimientos; el nivel es descriptivo y de diseño descriptivo simple, este trabajo se realizó con 68 alumnos universitarios de ambos sexos, cuyas edades oscilaron entre 17 y 40 años, los cuales formaron parte de la población y muestra, fueron elegidos por muestreo no probabilístico por conveniencia y el instrumento que se usó fue el Cuestionario de Creencias Irracionales de Ellis. La recolección de datos fue de manera virtual, para ello se hizo uso de la plataforma virtual Google Forms. Así mismo se desarrolló bajo el marco teórico de la Terapia Racional Emotiva Conductual de Albert Ellis donde se detallan las 10 creencias irracionales.

Este trabajo de investigación se encuentra dividido en 5 capítulos, y a continuación se explicará el contenido de cada uno.

En el primer capítulo se detalla el planteamiento del problema, formulación del problema, objetivo y justificación de la investigación teniendo en cuenta la realidad problemática.

En el segundo capítulo comprende el marco teórico conceptual que detalla los antecedentes nacionales e internaciones, que tengan relación con el problema a investigar; definición conceptual y las bases teóricas planteadas por la teoría de Albert Ellis así mismo las dimensiones que aborda el test planteado por él.

En el tercer capítulo se encuentra la hipótesis que en este caso por ser una investigación descriptiva no necesita generar hipótesis así mismo se detalla la variable a estudiar y el concepto de esta.

En el cuarto capítulo se detalla lo relacionado a la metodología de la investigación, donde se detalla el método, el tipo y diseño de investigación así mismo los participantes, la recolección de datos que se dio al aplicar un cuestionario, también se encontraran las técnicas de procesamiento y análisis de datos y se detallan los artículos 27 y 28 del reglamento.

En el quinto capítulo se da a conocer la descripción de los resultados, dando a conocer los gráficos e interpretación de la misma.

Este trabajo también contiene el análisis y discusión de resultados, prosiguiendo con las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y los anexos del informe final de investigación.

CONTENIDO

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
INTRODUCCIÓN	iii
CONTENIDO.....	vi
CONTENIDO DE TABLAS.....	x
CONTENIDO DE FIGURAS	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT	xiii
CAPÍTULO I.....	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Delimitación del problema.	15
1.2.1. Delimitación Espacial	15
1.2.2. Delimitación Temporal	16
1.2.3. Delimitación Temática	16
1.3. Formulación del problema.....	16
1.3.1. Problema General.....	16
1.3.2. Problemas específicos	16
1.4. Justificación	17

1.4.1.	Social.....	17
1.4.2.	Teórica.....	18
1.4.3.	Metodológica.....	19
1.5.	Objetivos.....	19
1.5.1.	Objetivo general	20
1.5.2.	Objetivos específicos.....	20
CAPÍTULO II		21
MARCO TEÓRICO		21
2.1.	Antecedentes.....	21
2.1.1.	Antecedentes Internacionales	21
2.1.2.	Antecedentes Nacionales.....	24
2.2.	Bases teóricas o científicas	26
2.2.1.	Definición de Creencias Irracionales	26
2.2.3.	Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC).....	28
2.3.	Marco conceptual	32
2.3.1.	Creencias irracionales	32
CAPÍTULO III		35
HIPÓTESIS Y VARIABLES.....		35
3.1.	HIPÓTESIS	35
3.2.	VARIABLE.....	35

CAPÍTULO IV	36
METODOLOGÍA	36
4.1. Método de investigación.....	36
4.2. Tipo de investigación.....	36
4.4. Diseño de investigación.....	36
4.5. Población	37
4.6. Muestra y Tipo de Muestreo.....	37
4.7. Técnicas o instrumentos de recolección de datos.....	38
4.8 Aspectos éticos de la Investigación.....	41
CAPÍTULO V	43
RESULTADOS.....	43
5.1. DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS	43
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	55
CONCLUSIONES	60
RECOMENDACIONES	63
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	64
ANEXOS	
MATRIZ DE CONSISTENCIA	
MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	
MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO	

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

FICHA TÉCNICA

ASENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

CRITERIO DE JUECES

AUTORIZACION PARA REALIZACION DE INVESTIGACION

FORMULARIO DE GOOGLE FORMS

EVALUACIÓN VIRTUAL

INFORME DE RECOLECCION DE DATOS

AUTORIZACION PARA LA INVESTIGACION

REGLAMENTO GENERAL DE INVESTIGACION

DECRETO SUPREMO

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1 Confiabilidad del instrumento.....	40
Tabla 2 Validez del instrumento	40
Tabla 3 Frecuencia y porcentaje del nivel de creencias irracionales	43
Tabla 4 Frecuencia y porcentaje de la primera dimensión, necesidad de aprobación	45
Tabla 5 Frecuencia y porcentaje de la segunda dimensión, altas autoexpectativas	46
Tabla 6 Frecuencia y porcentaje de la tercera dimensión, culpabilización.....	47
Tabla 7 Frecuencia y porcentaje de la cuarta dimensión, reacción a la frustración	48
Tabla 8 Frecuencia y porcentaje de la quinta dimensión, control emocional	49
Tabla 9 Frecuencia y porcentaje de la sexta dimensión, ansiedad	50
Tabla 10 Frecuencia y porcentaje de la séptima dimensión evitación	51
Tabla 11 Frecuencia y porcentaje de la octava dimensión, dependencia.....	52
Tabla 12 Frecuencia y porcentaje de la novena dimensión, indefensión	53
Tabla 13 Frecuencia y porcentaje de la décima dimensión, pasividad	54

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1: Formula de confiabilidad de Kuder de Richardson	40
Figura 2: Nivel de creencias irracionales	43
Figura 3: Nivel de necesidad de aprobación	45
Figura 4: Nivel de altas autoexpectativas	46
Figura 5: Nivel de culpabilización	47
Figura 6: Nivel de reacción a la frustración	48
Figura 7: Nivel de control emocional	49
Figura 8: Nivel de ansiedad	50
<i>Figura 9:</i> Nivel de evitación	51
Figura 10: Nivel de dependencia	52
Figura 11: Nivel de indefensión.	53
Figura 12: Nivel de pasividad	54

RESUMEN

En la actualidad los adolescentes del primer ciclo que cursan la carrera de psicología atraviesan por una etapa en sus vidas que significa pasar del nivel secundario al nivel superior, a la vez está presente la crisis sanitaria es por ello se plantea como problema general ¿Qué creencias irracionales existen en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo? y el objetivo de este trabajo fue identificar las creencias irracionales en estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo – 2020. El método general y específico que se usó fue el método científico y descriptivo respectivamente, el tipo de investigación es básica, el nivel es descriptivo, el diseño de investigación es descriptivo simple, la población se formó de 140 universitarios y la muestra por 68 estudiantes del primer ciclo de la carrera de psicología de ambos sexos, el tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos se hizo virtualmente haciendo uso de la plataforma Google Forms. El instrumento fue el cuestionario de creencias irracionales de Ellis (2008) para la confiabilidad se usó el estadístico de Kuder de Richardson y la validez por el criterio de jueces. Los resultados de la investigación indican que los universitarios no presentan creencias irracionales en un 82.4% y un 17,6% si presenta creencias irracionales. Se concluye que los estudiantes de primer ciclo no presentan creencias irracionales, pero si predominan algunas dimensiones, por ello se recomienda ejecutar talleres respecto a los siguientes temas: Dependencia, reacción a la frustración, ansiedad, irresponsabilidad emocional y altas autoexpectativas.

Palabras clave: Creencias Irracionales, universitarios, evaluación virtual.

ABSTRACT

Adolescents go through a stage in their lives that means going from secondary level to higher level, which are going through the health crisis and for this reason it was raised as a general problem. What irrational beliefs exist in students of a professional school of psychology of a private university from Huancayo? and the objective of this work was to identify irrational beliefs in students of a professional school of psychology of a Private University of Huancayo - 2020. The general and specific method that was used was the scientific and descriptive method respectively, the type of research is basic, the level is descriptive, the research design is simple descriptive, the population was made up of 140 university students and the sample was made up of 68 students from the first cycle of the psychology career of both sexes, the type of sampling is non-probabilistic for convenience. Data collection was done virtually using the Google Forms platform. The instrument was the questionnaire of irrational beliefs of Ellis (2008) for reliability, the Kuder statistic of Richardson and validity were used by the criteria of judges. The results of the research were that the university students do not present irrational beliefs in 82.4% and 17.6% if they present irrational beliefs. It is concluded that first cycle students do not present irrational beliefs, but some dimensions predominate, for this reason it is recommended to run workshops on the following topics: Dependence, reaction to frustration, anxiety, emotional irresponsibility and high self-expectations.

Keywords: Irrational Beliefs, university students, virtual evaluation.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.Descripción de la realidad problemática

Es una época complicada para todos, actualmente a nivel mundial la población está siendo afectada por la pandemia; por el COVID 19; por lo cual las personas han modificado el estilo de vida por prevención y miedo a la muerte, muchos han perdido a seres queridos, también se ha observado que la economía ha sido afectada en todos los status sociales, además se incrementó el desempleo, estos son uno de los factores por lo cual los individuos han reforzado y generado ciertas creencias irracionales en ellos.

La familia es el principal medio donde el adolescente se va desarrollando, al atravesar por esta pandemia muchos de los padres han tomado ciertas medidas para proteger a los integrantes de su hogar, se observa reacciones distintas en cada persona, esto se debe al pensamiento que ha ido formando en cada uno en el núcleo familiar y se personaliza según su percepción en cada uno de los individuos y ellos lo manifiestan en su conducta, todo ello se puede observar en nuestro contexto actual.

Las personas se están adecuando a esta nueva forma de vivir y esto genera cambios en cada uno, algunos sujetos se adaptan con facilidad, otros les cuesta demasiado, y también

hay personas que han desarrollado enfermedades psicológicas en base a las creencias irracionales.

En relación a ello, Ellis, Dryden, & Cartón (1989) dan a conocer que las creencias irracionales, son ideas inflexibles, dogmáticos, por lo que llegan a originar conductas perjudiciales y alteraciones emocionales como ansiedad y depresión.

Al atravesar por una situación no se receptiona la información de forma pasiva es decir le atribuimos una emoción negativa o positiva de acuerdo a nuestro pensamiento, es como un diálogo interno que la persona realiza ante un acontecimiento y de acuerdo a ello el sujeto se va a desenvolver en el medio que le rodea. En una investigación del país de Argentina se trabajó con una muestra de 310 universitarios, la cual concluyó en que las creencias irracionales no tienen una correlación directa con el nivel de estudio. Argibay (2009).

Por ello, este proyecto de investigación se enfocará en los estudiantes ingresantes a la universidad, quienes han ingresados a una nueva etapa de vida es decir la vida universitaria, se orienta en esta población porque se quiere conocer que creencias ha generado en ellos vivir este nuevo estilo de vida.

El individuo forma sus creencias de acuerdo al medio en el que se desenvuelve, mucha de estas circunstancias puede ser desagradable para la persona y esto puede generar que el sujeto tenga conductas que lo limitan, también podría presentar sensaciones de insatisfacción. Es por esa razón que se formula esta interrogante:

¿Qué creencias irracionales presentan los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo?

1.2.Delimitación del problema.

1.2.1. Delimitación Espacial

El presente trabajo se realizó en la Universidad Peruana Los Andes, de la región Junín, provincia Huancayo, distrito Huancayo. La evaluación se realizó de manera virtual ya que no se tuvo acceso a los estudiantes de forma presencial por que se atraviesa por una crisis sanitaria mundial de esta manera los datos se recolectaron por la plataforma virtual Blackboard.

1.2.2. **Delimitación Temporal**

La investigación se desarrolló en los meses de marzo a setiembre del año 2020-I, en los cuales se efectuó la recolección del marco teórico, validez y confiabilidad del instrumento del cual se hizo uso, por otro lado, se recolectó los datos y el análisis estadístico seguidamente del informe final y la sustentación de la misma.

1.2.3. **Delimitación Temática**

Esta investigación se basa en las teorías sobre creencias irracionales por Albert Ellis. Entre estas tenemos a La Terapia Racional Emotiva Conductual, los principios terapéuticos del TREC y el modelo del A- B – C. El cual permitirá lograr el objetivo planteado.

1.3. Formulación del problema.

1.3.1. **Problema General**

¿Qué creencias irracionales existen en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo 2020?

1.3.2. **Problemas específicos**

- ¿La necesidad de aprobación existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?

- ¿Las altas autoexpectativas existen en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La culpabilización existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La reacción a la frustración existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020?
- ¿El control emocional existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La ansiedad existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La evitación existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La dependencia existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La indefensión existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?
- ¿La pasividad existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020?

1.4.Justificación

1.4.1. Social

Los resultados de esta investigación buscan tener un gran alcance en la sociedad, sobre creencias irracionales en los estudiantes ingresantes al primer

ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada y también como enfrentan el inicio de la vida universitaria, para ello se tiene la investigación de Medrano, Galleano, & Galera, (2010) quienes llegan a la conclusión de que existe una asociación entre creencias irracionales y deserción estudiantil por lo que recomienda realizar intervenciones preventivas en los ingresantes para que se adapten con mayor facilidad a la universidad; y por todo ello se podrá tener como referencia para futuras investigaciones en el área educativa, clínica ya que se da un cambio en el estilo de vida.

La investigación servirá a todos los profesionales que están en contacto con los estudiantes de grado superior porque conocerán que creencias irracionales existen en ellos para poder diseñar sesiones y talleres de acuerdo a los resultados que arroja esta investigación.

1.4.2. **Teórica**

La investigación tuvo un respaldo teórico propuesta por Albert Ellis quien nos da a conocer las creencias irracionales, estas son dogmáticas y absolutistas lo cual pueden provocar emociones negativas e inadecuadas provocando alteraciones de conducta que van a interferir en la obtención de nuevas metas, Ellis las agrupa en tres peticiones estas son: el primero es “tengo que actuar bien y ganar la aprobación por ello”, el segundo es “tú debes actuar de forma agradable y justa conmigo” y el tercero es “mi vida debe ser lo suficientemente buena y fácil para conseguir lo que quiero sin demasiado esfuerzo”.

Es así que en la actualidad las personas están empezando a valorar su salud mental, más por el contexto que estamos atravesando, siendo muy sobrevalorado preocuparse por lo que uno siente y piensa esto se da a conocer mayormente en los adolescentes según la investigación de Rangel (2018) quien da a conocer que

las creencias irracionales se observan con mayor frecuencia en los adolescentes, aunque ellos no estén conscientes de ellos y también perciben una salud mental adecuada.

Esta investigación se centró en la necesidad de generar nuevos conocimientos científicos que enfocan el interés en como este nuevo estilo de vida en los adolescentes universitarios pueden generar las creencias irracionales.

De este modo estaríamos aportando a los profesionales de psicología un nuevo conocimiento sobre “Creencias Irracionales En Estudiantes De Una Escuela Profesional De Psicología De Una Universidad Privada De Huancayo 2020”, esto nos permitirá crecer en conocimientos actuales y estaremos a la vanguardia.

1.4.3. **Metodológica**

Este estudio hizo uso del método científico, el inventario que se aplicó es el Cuestionario de Creencias Irracionales de Alber Ellis – 2008 cuya validación se dio por el criterio de juicio de expertos y para la confiabilidad se hizo uso del método de consistencia de Kuder Richardson y posteriormente aplicar el instrumento psicológico. El cual sirve para reforzar la teoría de Albert Ellis y permite conocer cada una de sus 10 dimensiones ya que actualmente se está a travesando por una crisis sanitaria (COVID-19) el cual contribuye a que toda persona pueda generar creencias irracionales.

Los resultados que aportan esta investigación son informaciones únicas y objetivas, los cuales van a servir para futuras investigaciones ya que las creencias irracionales son un problema que puede afectar a toda persona a nivel mundial.

1.5. **Objetivos.**

1.5.1. **Objetivo general**

Identificar las creencias irracionales en estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo 2020.

1.5.2. **Objetivos específicos**

- Identificar la necesidad de aprobación en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar las altas autoexpectativas en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la culpabilización en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la reacción a la frustración en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar el control emocional en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la ansiedad en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la evitación en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la dependencia en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la indefensión en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020
- Identificar la pasividad en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Enriquez (2017) En la tesis de licenciatura en el país de Ecuador estudió las “*Creencias irracionales y resiliencia.*” El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre creencias irracionales y resiliencia en estudiantes de la carrera de psicología de la Universidad Técnica de Ambato. El nivel de investigación es correlacional, la muestra estaba conformada por 186 estudiantes mujeres y varones cuyas edades comprendidas son de 18 a 28 años estudiantes del primero a décimo semestres de la carrera de psicología, usaron las siguientes pruebas psicológicas, el Test de creencias irracionales de Ellis y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. Se obtuvo que las creencias irracionales promedio son de un 75.85% de la muestra así mismo por dimensiones se obtuvo los siguientes porcentajes, necesidad de aprobación 5.9%, altas autoexpectativas 30.11%, culpabilización 12.37%, reacción a la frustración 3.76%, control emocional 2.69%, ansiedad 23.66%, evitación 3.76%, dependencia 9.68%, indefensión 2.15% y pasividad 5.91%. La conclusión es que sí el sujeto posee un nivel medio de irracionalidad poseerá una capacidad alta de resiliencia y si tiene un nivel alto de irracionalidad tendrá un nivel bajo en resiliencia.

Llerena (2017) Realizó una investigación para obtener el título de Psicólogo Clínico, investigó las “*Creencias irracionales y Dependencia Emocional.*” Cuyo objetivo es determinar la relación entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de la carrera de Medicina en la Universidad Técnica de Ambato del país de Ecuador. La investigación es de tipo correlacional. La muestra se conformó por 120 estudiantes de Medicina de ambos sexos, abordando las edades de 18 y 21 años, aplicó el test de creencias irracionales de Ellis y el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño. Se obtuvo en las dimensiones los siguientes porcentajes de acuerdo a las creencias irracionales, necesidad de aprobación 1.66%, altas autoexpectativas 30.83%, culpabilización 11.66%, reacción a la frustración 1.66%, control emocional 0%, ansiedad 18.33%, evitación 2.5%, dependencia 15.83%, indefensión 4.15% y pasividad 13.33%. Se concluye que las creencias irracionales tienen relación directa con la dependencia emocional y tres de ellas tienen relación con la dependencia emocional bajo como la ansiedad, perfección y castigo.

Chan (2016). En su tesis para optar el grado de doctor en el país de China investigó las “*Creencias irracionales, depresión, ansiedad y estrés de estudiantes universitarios en Hong Kong.*” El objetivo de esta investigación fue medir las creencias irracionales en el contexto de chino de Hong Kong en los estudiantes universitarios para examinar la relación de creencias irracionales con trastornos emocionales (específicamente estrés, ansiedad y depresión) en estudiantes universitarios y las diferencias entre las mismas. Es una investigación de tipo correlacional. La muestra se ha conformado por 655 estudiantes universitarios de la Universidad de Hong Kong, la prueba que se

utilizó fue la construcción de la Escala de Creencias Irracionales Chinas y Actitud Racional (CIBRAS). Las conclusiones son que los alumnos que tienen alto nivel de creencias irracionales presentan tendencias a padecer depresión, ansiedad y estrés.

Huerta & Alcazar (2015) En su tesis de licenciatura en el país de México investigó *“La inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios.”* El objetivo de esta investigación fue conocer la correlación entre el puntaje del coeficiente intelectual y el puntaje de creencias irracionales. Es una investigación de tipo correlacional. Se trabajó con una muestra de 28 universitarios de ambos sexos, se usaron las siguientes pruebas psicológicas la Escala de Inteligencia de Adultos WAIS-III y el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis. Llegaron a la siguiente conclusión que a mayor inteligencia mayor nivel de irracionalidad.

Mendoza, Anaya, & Olmos, (2017) En su tesis de maestría en el país de Colombia investigó las *“Creencias irracionales e ideación suicida en estudiantes de educación media de un municipio de Bolívar.”* El objetivo principal fue describir las creencias irracionales e ideación suicida en estudiantes de educación media de un municipio de Bolívar. Es una investigación no experimental de tipo correlacional. Se trabajó con 260 estudiantes de educación media, se utilizaron dos pruebas, el test de creencias irracionales TCI y la escala de ideación suicida de Beck. se obtuvo los siguientes porcentajes de acuerdo a dimensiones de creencias irracionales necesidad de aprobación 18%, altas autoexpectativas 39%, culpabilización 39%, evitación 23%, dependencia 20% e indefensión 23% .La conclusión de esta investigación fue que las creencias

irracionales más prevalentes en la población estudiada son: perfeccionismo, evitación, indefensión ante el cambio y Culpabilización.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Albujar (2019) en su tesis de especialidad investigó las “*Creencias irracionales en estudiantes universitarios.*” Cuyo objetivo fue describir la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de psicología de una universidad nacional. Fue de diseño no experimental de tipo descriptivo. Los participantes de este proyecto fueron de 238 estudiantes universitarios del segundo al décimo ciclo, ambos géneros, se aplicó el cuestionario de Creencias Irracionales de Ellis versión reducida, las conclusiones son que los estudiantes poseen mayor prevalencia en la creencia irracional cuatro, tres, dos y uno, con los siguientes porcentajes de 73,5%, 21%, 4,2% y 1,3% respectivamente, en el análisis según sexo muestran que las mujeres están relacionadas a la idea irracional del control emocional y los hombres con las altas expectativas.

Gálvez (2019), en su tesis de licenciatura investigó las “*Creencias irracionales y auto concepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo*”. El objetivo de esta investigación es determinar la relación de las creencias irracionales y el auto concepto en los estudiantes de una universidad. El diseño de la investigación es descriptivo correlacional. Se trabajó con una muestra de 371 estudiantes universitarios cuyas edades están entre los 18 y 25 años. Aplicó los siguientes instrumentos el Cuestionario de Auto concepto 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 por esta investigación. Se obtuvo los siguientes porcentajes de acuerdo a dimensiones de creencias irracionales necesidad de aprobación 27.8%, altas autoexpectativas

20.2%, culpabilización 19.4%, evitación 38%, dependencia 28% e indefensión 17.1%. Las conclusiones fueron que los estudiantes poseen un nivel medio donde se abarca del 39.90 al 58.2% en creencias irracionales y auto concepto. También dio a conocer la correlación inversa entre la dimensión 1, 3, 4, 5, 6 y 7 de creencias irracionales con el factor académico de la segunda variable.

Marchena (2018), en la Tesis de especialización investigó el “*Neuroticismo y creencias irracionales en estudiantes Universitarios de una institución pública.*” El objetivo fue analizar la relación entre el neuroticismo y las creencias irracionales en estudiantes universitarios. El diseño de investigación es correlacional. Con una participación de 231 estudiantes, varones y mujeres, entre 18 y 22 años de la facultad de humanidades, se utilizaron las siguientes pruebas psicológicas la escala N del Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI- Forma B-2001) y 4 grupos de creencias irracionales de adaptación del registro de opiniones, forma A-REGOPINA de Guzmán (2009), se obtuvo los siguientes resultados de acuerdo a porcentajes en creencias irracionales de la siguiente manera necesidad de aprobación 50.52%, altas autoexpectativas 46.88%, reacción a la frustración 63.29%, control emocional 75.89. Se llegaron a las siguientes conclusiones las creencias irracionales de “la infelicidad humana es causada por hechos externos” y “debemos ser eficaces en todo” son las que prevalecieron.

Correa (2019). Tesis de Licenciatura investigó la “*Procastinación general y creencias irracionales en estudiantes de una Universidad Nacional de la Provincia de Tarma - 2018*” Cuyo objetivo fue determinar la relación entre la procrastinación general y las creencias irracionales. El tipo de investigación fue correlacional, se trabajó con 201 estudiantes del nivel universitarios de ambos

sexos que fueron la muestra, de segundo al décimo ciclo, de 16 a 25 años, se trabajó con los siguientes instrumentos la escala de Procastinación General (EPG; Busko, 1998) y el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA; Guzmán, 2009). Se concluyó en lo siguiente que los universitarios tienen mayor predominancia en expectativa social, aprobación, control externo y competencia absoluta en el siguiente porcentaje de 34,3%, 33,3%, 32,8% y 32,3%.

Ballero (2019). Tesis de maestría investigó las “*Creencias irracionales y espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima Metropolitana*”, el objetivo fue analizar la relación entre creencias irracionales y la espiritualidad, la investigación es de tipo correlacional, se trabajó con una muestra de 226 estudiantes de ambos sexos, entre 16 y 34 años la edad que se registró con mayor frecuencia fue la de 17 años, se utilizaron las siguientes pruebas psicológicas el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el Cuestionario de Espiritualidad creado por Parsian y Dunning. SE obtuvieron resultados de acuerdo a dimensiones de creencias irracionales con los siguientes porcentajes necesidad de aprobación 22.1%, altas autoexpectativas 47.4%, culpabilización 42.0%, reacción a la frustración 47.4%, control emocional 82.7%, ansiedad 27.9%, evitación 21.7%, dependencia 77.0%, indefensión 23.0% y pasividad 28.8%. Se llegó a la siguiente conclusión que las Creencia Irracional 5 (Determinismo de los hechos) y la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección); son las que se presentan con mayor frecuencia con el 82.7% y 77% respectivamente.

2.2. Bases teóricas o científicas

2.2.1. Definición de Creencias Irracionales

Las creencias irracionales son extremistas, tienden a distorsionar la realidad, enfocan la situación en lo negativo, se dejan llevar por lo subjetivo, tienden a la exageración, la idea que tendrá esta persona será repetitivo y no es objetivo sino algo compulsivo y a veces harán uso de los mecanismos de defensa como la negación o idealización. Lega, Caballo, & Ellis (2009).

Las creencias irracionales es cuando la persona tiende a tener pensamientos erróneos porque estos no van acorde a la situación dada, incluso las emociones que van a transmitir serán negativas y no va a tener relación con el contexto que está atravesando la persona. Aguinaga (2012).

La irracionalidad que tiene el sujeto se debe a la rigidez del pensamiento por lo cual esta persona solo asimila el contexto en base a lo que él cree, siendo inflexible con sus creencias, es decir para él puede ser todo blanco o negro, pero no gris. Lega, Sorribes, & Calvo (2017).

2.2.2. Creencias Irracionales

Existen 10 tipos de creencias irracionales. Ellis A. , Razón y emoción en psicoterapia. (2006).

- Creencia Irracional 1 (Necesidad de aprobación): Una persona tiene la necesidad de ser aprobado de las personas que le rodean y obtener el cariño de los demás.
- Creencia Irracional 2 (Altas autoexpectativas): El sujeto debe ser competente y si es posible ser perfecto en todo lo que se proponga.
- Creencia irracional 3 (Culpabilización): Considera que algunas personas son malvadas y malévolas por lo cual deben de ser castigadas.

- Creencia Irracional 4 (Reacción a la frustración): Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran.
- Creencia Irracional 5 (Control emocional): Las situaciones externas son las principales causas que generan desgracias en el ser humano; la persona va a reaccionar de acuerdo a su contexto el cual va a influir en sus emociones.
- Creencia Irracional 6 (Ansiedad): Ante un evento desconocido por lo general el primer sentimiento que se tiene es de miedo e incertidumbre por lo que se puede considerar como algo peligroso que nos puede ocasionar daño.
- Creencia Irracional 7 (Evitación): Es mejor evitar aquellas situaciones que pueden resultar ser incómodas, molestas, evitando la responsabilidad de afrontar esa realidad.
- Creencia Irracional 8 (Dependencia): El sujeto tiende a predisponerse a tener la necesidad de sentirse seguro con alguien o algo más, al cual considera poderoso.
- Creencia Irracional 9 (Indefensión): Considera que toda aquella situación del pasado tiende a tener una gran influencia en el presente.
- Creencia Irracional 10 (Pasividad): Cree que puede ser feliz sin hacer nada, pues la felicidad depende del ocio.

2.2.3. Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC)

Es la primera terapia que contribuyó en la formación de la Terapia Cognitivo Conductual, en 1955 lo nombró como la Terapia Racional el cual estaba enfocándose en lo cognición y filosofía, en este mismo año añadió ciertas

definiciones, que al ocurrirnos una situación la persona va a emitir una cierta emoción la cual va ser expresada ante los demás esta muestra de sensación va a ser en base a como el individuo categorizará de agradable o desagradable. Lega, Caballo, & Ellis (2009).

En el año 1962 pasó a ser llamado la Terapia Racional Emotiva las cuales se basaban en el razonamiento y emociones, en esta etapa se dio a conocer el modelo ABC, A es el factor detonante pero no es el motivo principal, B son todas las creencias que la persona almacena en su memoria y C es la reacción que va a expresar la persona en base a la circunstancia A.

Posteriormente se estableció esta teoría el cual tomó como principal base la filosofía dando a conocer tres componentes filosóficos como la aceptación incondicional cuya base es el amor propio; la aceptación incondicional de los otros es el darnos cuenta del valor que tiene el prójimo; y la aceptación incondicional de la vida se debe de saber que a lo largo de la vida el ser humano va a atravesar por ciertas dificultades y por ello se debe de aprender a sobresalir a través de las adversidades.

Ellis A., Rational emotive behavior therapy: A therapist's guide (1998) definió a la Terapia Racional Emotiva Conductual: "...un sistema de psicoterapia diseñado para ayudar a las personas a vivir más, minimizar sus trastornos emocionales y conductas auto derrotistas y autodestructivas, y fomentar la realización de sí mismos para que puedan vivir una existencia más feliz y gratificante" (p.60) Lo que da a conocer el autor es que se debe de tener una vida más plena sin dejarnos invadir por las emociones negativas pues lo único que provoca es malestar en la vida diaria del individuo.

2.2.4. Principios Básicos de la Terapia Racional Emotiva Conductual

La Terapia Racional Emotiva Conductual está basada en los siguientes principios. Diggiuseppe, Doyle, Dryden, & Backx (2014).

- a) La persona va a actuar de acuerdo a lo que piensa, las emociones que va a mostrar va a depender de como este sujeto percibe o interpreta la situación.
- b) El pensamiento que va a presentar la persona es irracional, ilógico; es decir no va ser lógica con las circunstancias que este atravesando.
- c) Esta teoría hace uso de la reacción de dos emociones, es decir ante se analizará las emociones que mostrarán ante una idea racional e idea irracional de una situación.
- d) El pensamiento irracional que va a poseer este individuo va a obedecer a dos factores los externos e internos.
- e) Lo más importante es enfocarse en el aquí y el ahora.
- f) Analizar lo que uno piensa y poder cambiar la emoción perturbadora.
- g) Al querer un cambio lo que se necesita es la disponibilidad de querer esa transformación de pensamiento.

- **Cuatro tipos de cogniciones (TREC)**

La Terapia Racional Emotiva Conductual da a conocer cuatro tipos de cogniciones y 3 niveles. Citado por Lega, Sorribes, & Calvo (2017), Wessler y Wessler, 1980.

- a) Descripciones: Observar nuestro entorno, es realista.
- b) Interpretaciones: Deducción de la realidad es de acuerdo a la percepción de cada uno.
- c) Inferencias: Existe interpretación, pero se añade la emoción que pudo a ver percibido la persona.

d) Evaluaciones: Se agrega el valor de positivo o negativo la percepción de esa situación. Siendo la emoción el componente principal.

- **Niveles (TREC)**

- a) Pensamiento automáticos**

- Es la percepción del entorno en lo cual obtendrán pensamientos automáticos y estos pueden ser recibidos de forma positiva o negativa.

- b) Creencias evaluativas**

- Existe una doble vía de creencias conocidas como las cogniciones frías y calientes, son ambivalentes, las cuales podrían generar conflicto en la persona y esto atribuye a que no solo se llegue a lo racional sino en creer y sentir para que ocurra cambio evaluativo.

- c) Esquemas nucleares**

- Es la estructura mental que orienta el ciclo de la información, es la parte interna del sujeto del cómo piensa, como se siente, como recibe, analiza, y evoca la información.

2.2.5. Características de los universitarios

La vida universitaria es un nuevo contexto para el adolescente y en este nuevo nivel educativo se presentan diferentes situaciones, por ejemplo: “El miedo a algo nuevo, la exigencia académica, la presión social en relación a que tienes que ser un buen estudiante, la adaptación al ambiente universitario, etc.” Esto provoca presión porque puede ocasionar inestabilidad emocional en el ingresante al primer ciclo de grado superior. Lancha y Carrasco 2003 citado por Grández Bardález (2017),

En la autovaloración se refiere a lo que la persona es y como quisiera ser, pero se relaciona con el juicio de valores es por ello que el estudiante interviene la relación entre estrés y presión académica, y esto genera disminución en la confianza de la capacidad que pueda tener esta persona es decir autoeficacia. Pérez, Martín, Borda y del Río, 2003; citado por Villalobos Pérez, (2008).

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Creencias irracionales

Es un conjunto de relaciones mentales que no va a tener relación objetiva con su entorno, la percepción nace de una idea errónea, que no es lógica, no es coherente con la situación dada. Ellis A. , Razón y emoción (2003).

Existen 10 creencias irracionales. Ellis A. , Razón y emoción en psicoterapia. (2006).

a) Necesidad de aprobación

La primera creencia irracional dice que la persona tiene la necesidad de sentirse amada y tener la aprobación de aquellas personas que presentan un significado para este sujeto en la sociedad que se está desarrollando. Y si cree no tener la aprobación de las personas va a generarle preocupación, angustia e inseguridad.

b) Altas autoexpectativas

La segunda creencia irracional da a conocer que existe el deseo de ser considerado competente y valioso en todos los aspectos de la vida, esta persona quiere completar todas sus metas, pero de no cumplir con alguna meta este sujeto de sentirá preocupado, insatisfecho y miedo.

c) Culpabilización

La tercera creencia irracional menciona que la mayoría de personas actúa de forma automática sin medir las consecuencias de sus acciones esto puede llevar a que el sujeto siga cometiendo las mismas acciones lo ideal es un cambio de actitud, pero muchas veces lo que ocurre es auto culpa y esto va a generar angustia, preocupación o depresión y al dirigir la culpa a las demás personas genera conflictos interpersonales con un comportamiento hostil hacia los demás.

d) Reacción a la frustración

La cuarta creencia irracional dice que al planear una meta lo usual es querer que se dé la situación como queremos, pero sino ocurre esto no hay razón para frustrarnos, pero en muchos casos lo que ocurre es que la persona termina angustiada, frustrado porque al planearse algo lo observan como si fuera un caso de vida o muerte.

e) Control emocional

En la quinta creencia da a conocer que las personas reaccionan de acuerdo a los acontecimientos externos.

f) Ansiedad

La sexta creencia irracional es sentir miedo ante una situación desconocida por ende lo relaciona con algo peligroso.

g) Evitación

La séptima creencia irracional consiste en evitar aquellas situaciones que puedan causar malestar.

h) Dependencia

La octava creencia irracional tiene la necesidad de contar con alguien o algo que lo haga sentir más fuerte.

i) Indefensión

La novena creencia irracional se enfoca más en el pasado pues piensa que esto va influir de manera muy determinante en su presente, es decir, todo lo que está escrito va a suceder.

j) Pasividad

La décima creencia irracional consiste en creer que la felicidad se consigue sin hacer nada, que estar inactivo es mucho mejor que realizando alguna situación.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. HIPÓTESIS

La presente investigación no requiere de hipótesis por el tipo de investigación planteada. Hernández Sampieri & Mendoza (2018).

3.2. VARIABLE

Variable: Creencias Irracionales.

Definición Conceptual:

El concepto de creencias irracionales “... *es cualquier pensamiento, emoción o comportamiento que lleva a consecuencias auto-derrotistas o autodestructivas que interfieran de forma significativa con la supervivencia y felicidad del organismo*” Ellis (2003) p.78.

Definición Operacional:

Las creencias irracionales que genera la persona se debe a cada una de las experiencias por las que ha pasado a lo largo de su vida, estas creencias generalmente producen malestar y van acompañados de reacciones que no van acorde a la situación. Esto se logrará medir con el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis (2008).

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

En este proyecto se destinó como método general el método científico como la metodología de investigación, se puede emplear en varios contextos y utiliza diferentes técnicas e instrumentos de recolección de datos el cual se elige de acuerdo a nuestra investigación. Y al método específico se destinó el método descriptivo ya que describiremos, analizaremos e interpretaremos los hechos y fenómenos que se organizan en situaciones reales. Sánchez & Reyes (2015).

4.2. Tipo de investigación

El presente trabajo es de tipo básica porque se basa en generar un nuevo conocimiento, la información se obtiene de la realidad. Sánchez Carlessi (2015).

Además, es descriptivo porque *“miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar”* Hernández, Fernández, & Baptista (2003).

4.3. Nivel de investigación

La investigación es de nivel descriptivo porque identifica, describe y analiza las características de la variable creencias irracionales. Sánchez & Reyes (2015).

4.4. Diseño de investigación

El diseño de la investigación que pertenece nuestro trabajo es al diseño descriptivo simple. Sánchez & Reyes (2015).



Dónde:

M = Muestra (Estudiantes del primer ciclo de la carrera de psicología)

O = Observación de la variable creencias irracionales

4.5. Población

La población se conformó por 140 estudiantes del primer ciclo de la Universidad Peruana Los Andes de la provincia de Huancayo de la escuela profesional de psicología del año académico 2020 – I.

4.6. Muestra y Tipo de Muestreo

Para la muestra se eligió el muestreo no probabilístico por conveniencia, la muestra se conformó por los 68 estudiantes de ambos sexos del primer ciclo de la escuela profesional de psicología de una Universidad privada de la ciudad de Huancayo 2020-I.

Criterios de inclusión

- Estudiantes que brindan la autorización para realizar el cuestionario
- Estudiantes de la Universidad Peruana Los Andes.
- Estudiantes del primer ciclo de la carrera de psicología del 2020-I.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no pertenezcan al primer ciclo 2020-I.
- Estudiantes que no dieron su autorización al estudio.

- Estudiantes de carreras diferentes a la de psicología.
- Estudiantes que no estuvieron en la fecha de evaluación.

4.7. Técnicas o instrumentos de recolección de datos

• Técnicas

Para este proyecto se hizo uso de la técnica de la encuesta, y para la recolección de datos se utilizó el cuestionario de Ellis (2008) a los alumnos de manera virtual: de acuerdo al Decreto Supremo N° 087-2020 anunciado desde el 01 de abril del presente año las clases a nivel nacional en todos los niveles se efectuarán de forma virtual; el acceso a las aulas del primer ciclo fue previa coordinación con las tutoras de cada aula virtual 1A, 1B, 1C, 1D, al comenzar la sesión educativa se les brindó información sobre el proyecto de investigación, nombre de la misma, objetivos y de qué manera se les aplicaría el instrumento. De este modo se recolectaron los datos, se elaboró el consentimiento y asentimiento informado el cual los estudiantes leyeron y rellenaron el documento dando autorización para después rellenar el formulario electrónico del Cuestionario de Creencias Irracionales en el Google Forms, los cuales se enviaron a través de la plataforma blackboard a cada estudiante, el alumno pudo visualizar y responder el cuestionario en un tiempo aproximado de 45 minutos; cuyas evidencias están anexadas en este informe final; de esa forma se logró conocer y observar el problema planteado en un contexto determinado.

• Instrumentos

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos es el cuestionario de Creencias irracionales – Albert Ellis (2008), el cual sirvió para conocer las creencias irracionales que tienen los universitarios del primer ciclo de psicología. El

instrumento de creencias irracionales de Ellis está constituido por 100 preguntas las cuales se dividen en 10 dimensiones: la primera dimensión busca si es necesario que toda persona tenga el cariño y aprobación de los demás; la segunda dimensión detalla si se debe ser perfecto en todo lo que se emprende; la tercera dimensión precisa si todas las personas malas deberían ser castigadas, la cuarta dimensión especifica la reacción a la frustración; la quinta dimensión detalla el control de emociones que tiene cada persona y como está reacciona; la sexta dimensión describe si se debe sentir miedo o ansiedad ante lo desconocido; la séptima dimensión precisa que es más fácil evadir las complicaciones que enfrentarlas y buscar soluciones; la octava dimensión especifica si se necesita de apoyo de alguien externo en vez de confiar en uno mismo; la novena dimensión detalla si el pasado tiene influencia en el presente y como decima dimensión tenemos a si para ser feliz se necesita estar inactivo, y con tiempo libre indefinido. Cada una de las dimensiones cuenta con 10 preguntas.

Confiabilidad y validez del instrumento

○ Confiabilidad

Para la confiabilidad del cuestionario se utilizó el método de consistencia interna la Kuder de Richardson, puesto que se trabajó con un instrumento nominal dicotómico con los valores de SI (1) Y NO (2), según lo reafirma Hernández Sampieri & Mendoza (2018). Para poder determinar la confiabilidad del Cuestionario de Creencias Irracionales se realizó el procedimiento mediante la siguiente formula:

Figura 1: formula de confiabilidad de Kuder de Richardson

$$r = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^K p_i q_i}{\sigma_x^2} \right]$$

K = Número de ítems

$\Sigma p_i q_i$ = Sumatoria de proporciones de aciertos por desaciertos

σ_x^2 = Varianza del total de aciertos

Tabla 1

Confiabilidad del instrumento

Kuder de Richardson	Nro del Elementos
0,808	15

Fuente: Kuder y Richardson (1937).

Interpretación: En la tabla 1, se observa la administración que se realizó a 15 estudiantes universitarios de la escuela profesional de psicología de la ciudad de Huancayo, se aplicó el método de Kuder de Richardson el cual arrojó como resultado de coeficiente de 0,808 es decir este cuestionario es altamente confiable.

○ **Validez**

La validación del instrumento se realizó por el criterio de juicio de expertos, propiamente seleccionados, sus informes se encuentran en los anexos.

Tabla 2

Validez del instrumento

Validador	Valoración
Mg. Vasquez Vilcas Williams Luis	Adecuado
Mg. Rafael Pucuhuaranga Karina Rosario	Adecuado
Lic. Gaspar Orihuela Alan Nico	Adecuado

Fuente: Elaboración propia, 2020.

Interpretación: En la tabla 2, se observa la validez del instrumento, realizado por 3 expertos los cuales son 2 magísteres y un licenciado en psicología se calificó el instrumento como adecuado.

• **Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para el procesamiento de datos se realizó el siguiente proceso, lo primero fue ingresar los datos que se obtuvieron después de la evaluación, estas fueron seleccionadas de acuerdo a las dimensiones del cuestionario y para este proceso estadístico se utilizó el software SPSS 22 y se usó el gráfico de frecuencias y porcentajes para el análisis de los datos registrados.

4.8 Aspectos éticos de la Investigación

Para el desarrollo de la siguiente investigación se hizo uso del reglamento general de investigación, en el capítulo IV “Ética de Investigación” se encuentra dos artículos, el primero que es el artículo 27 que da a conocer sobre los “Principios que rigen la actividad investigativa” donde da a conocer que al investigar se debe proteger la identidad de la persona, contando con el consentimiento informado, buscando su bienestar e integridad del sujeto, también se debe proteger el contexto en el que se está realizando la

investigación y el investigador debe ser responsable y garantizar la veracidad en todo el proceso de investigación.

El segundo es el artículo 28 “Normas de comportamiento ético de quienes investigan” menciona que la investigación debe ser original y coherente, asegurando la credibilidad de todo el proceso y asumir responsabilidad y tener en cuenta que se debe de mantener la confidencialidad del participante, los resultados que se obtengan se deben de dar a conocer a la comunidad científica, así mismo la información no debe ser usada para fines de lucro o daño, no se debe de manipular los datos obtenidos y dar a conocer las investigaciones de acuerdo al reglamento de la Universidad y respetar la propiedad intelectual.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. DESCRIPCIÓN DE RESULTADOS

Tabla 3

Resumen de frecuencia y porcentaje de los datos de los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana los Andes de acuerdo si presentan o no presentan creencias irracionales.

Creencias Irracionales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	SI presenta creencias irracionales	12	17,6	17,6	17,6
	NO presenta creencias irracionales	56	82,4	82,4	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias irracionales

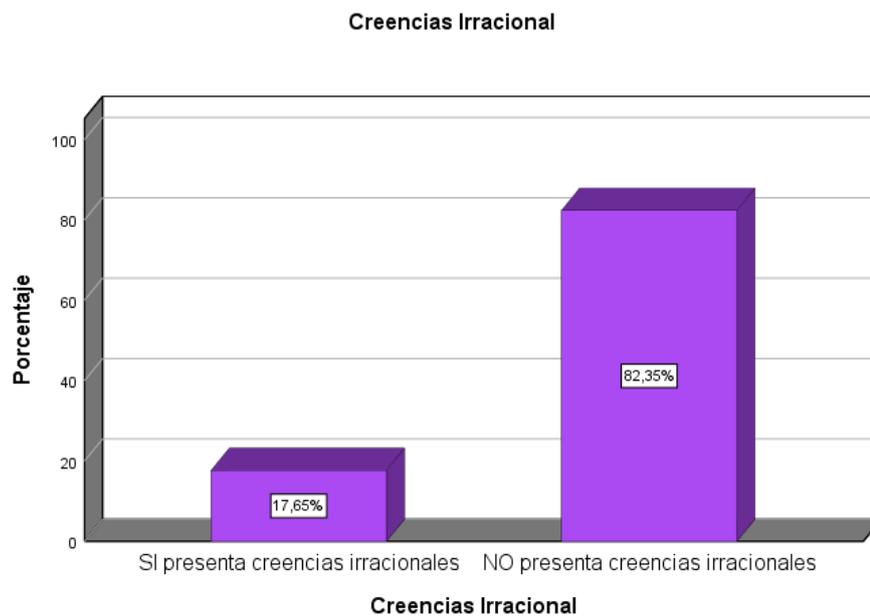


Figura 2: Nivel de creencias irracionales de los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I

Interpretación: En la tabla 3 figura 2, se observa los datos de frecuencia y porcentaje de los alumnos del primer ciclo de acuerdo a SI presentan creencias irracionales con un 17.65%, o NO presentan creencias irracionales con un 82.35%. Lo que evidencia que en los evaluados NO existen creencias irracionales. Esto refiere que la gran mayoría de estudiantes no distorsiona su realidad, siendo objetivos en su vivir diario.

TABLA DE FRECUENCIA POR DIMENSIONES

Tabla 4

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la primera dimensión, necesidad de aprobación percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020- I

Dimensión necesidad de aprobación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta necesidad de aprobación	42	61,8	61,8	61,8
	SI presenta necesidad de aprobación	26	38,2	38,2	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

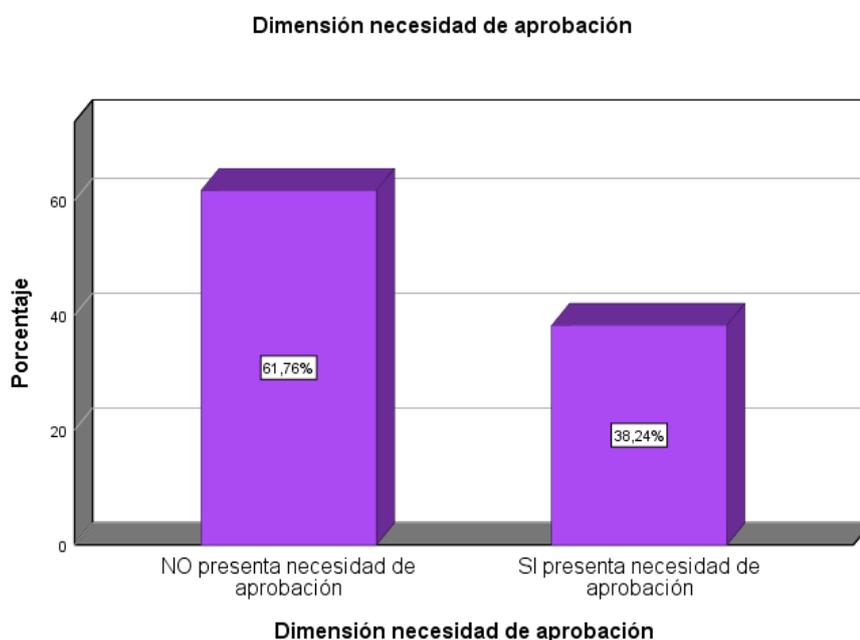


Figura 3: Nivel de necesidad de aprobación de los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I

Interpretación: En la tabla 4 figura 3, se observa que de los 68 encuestados, 42 equivalen al 61.76 % los cuales no presentan necesidad de aprobación, así mismo el 26 equivale a 38.24 % los que si presentan necesidad de aprobación, lo cual hace referencia que la

mayoría de los estudiantes no necesitan la aprobación de los demás para realizar su vida cotidiana.

Tabla 5

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la segunda dimensión altas autoexpectativas percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I

Dimensión altas autoexpectativas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta altas autoexpectativas	32	47,1	47,1	47,1
	SI presenta altas autoexpectativas	36	52,9	52,9	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

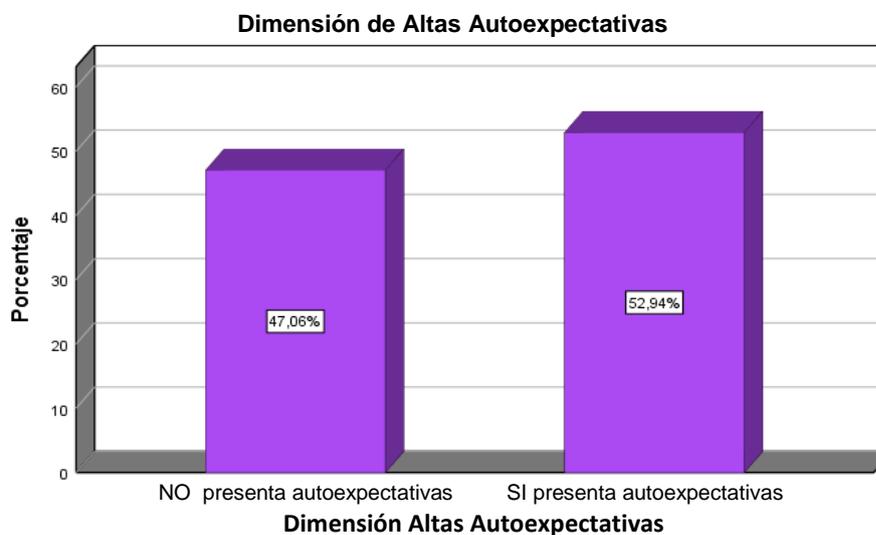


Figura 4: nivel de altas autoexpectativas que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 5 y figura 4, se observa que de los 68 encuestados, 32 encuestados equivalen al 47.06 % los cuales no presentan altas autoexpectativas, así mismo 36 equivale a 52.94 % los que si presentan altas autoexpectativas. Se observa que

los universitarios en su mayoría presentan ideas irracionales, los cuales creen que deben ser perfectos y competentes.

Tabla 6

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la tercera dimensión, culpabilización percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión culpabilización

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta culpabilización	49	72,1	72,1	72,1
	SI presenta culpabilización	19	27,9	27,9	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

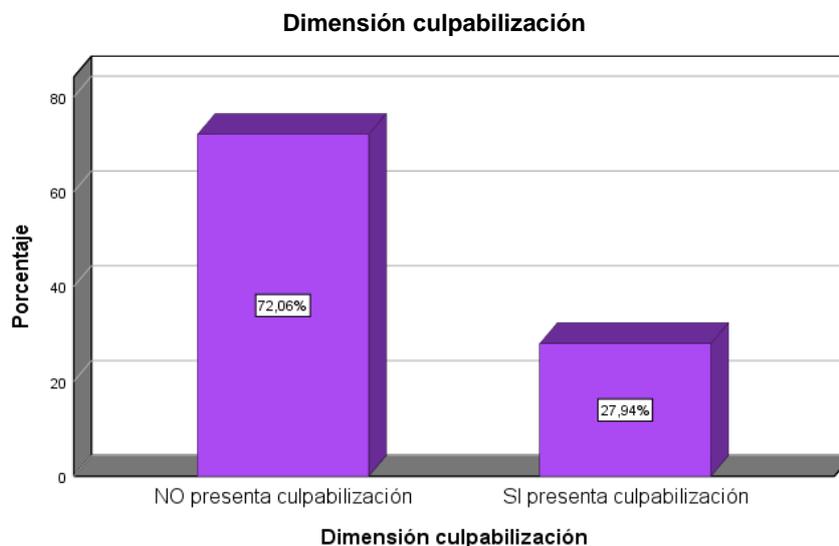


Figura 5: Nivel de culpabilización que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 6 y figura 5, se observa que de los 68 encuestados, 49 encuestados equivalen al 72.06 % los cuales no presentan culpabilización, así mismo 19 equivale a 27.94 % los que si presentan culpabilización lo que quiere decir que algunas personas perciben que deben ser castigadas por ser malas personas.

Tabla 7

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la cuarta dimensión, reacción a la frustración percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión reacción a la frustración

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta reacción a la frustración	20	29,4	29,4	29,4
	SI presenta reacción a la frustración	48	70,6	70,6	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

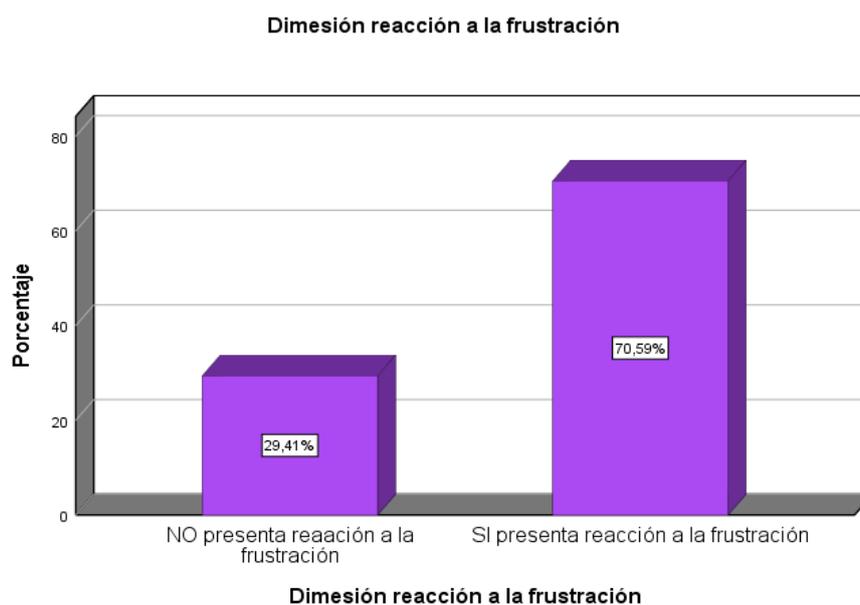


Figura 6: Nivel de reacción a la frustración que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 7 y figura 6, se observa que de los 68 encuestados, 20 encuestados equivalen al 29.41 % los cuales no presentan reacción a la frustración, así mismo 48 equivale a 70.59 % los que si presentan reacción a la frustración de este modo las personas creen que es horrible cuando las cosas no salen como ellas quisieran.

Tabla 8

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la quinta dimensión, control emocional percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I

Dimensión control emocional

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta control emocional	7	10,3	10,3	10,3
	SI presenta control emocional	61	89,7	89,7	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

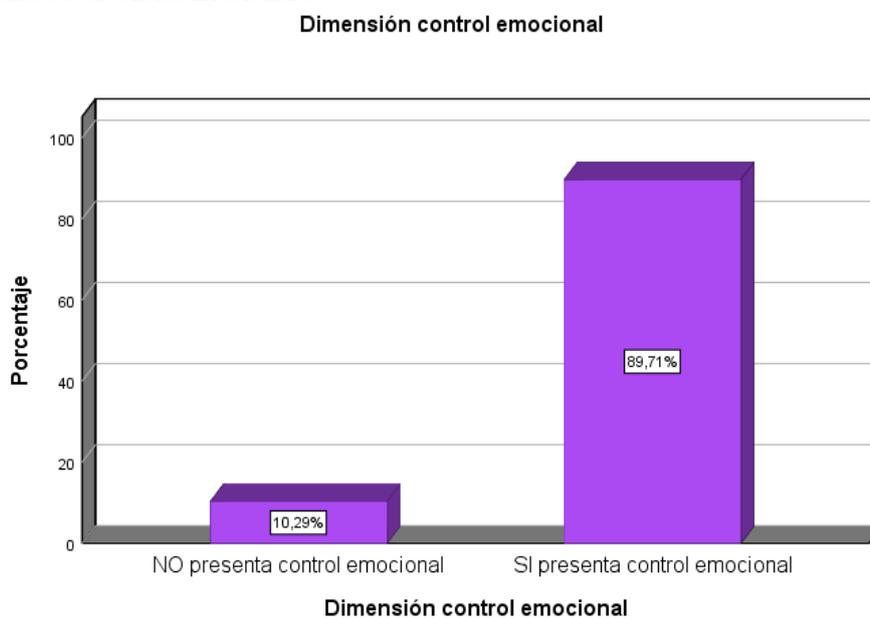


Figura 7: Nivel de control emocional que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 8 y figura 7, se observa que de los 68 encuestados, 7 encuestados equivalen al 10.29 % los cuales no presentan control emocional, así mismo 61 equivale a 89.71 % los que si presentan control emocional, esta dimensión hace referencia de como las personas reaccionan a los acontecimientos y como estos inciden sobre sus emociones.

Tabla 9

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la sexta dimensión, ansiedad percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión ansiedad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta ansiedad	26	38,2	38,2	38,2
	SI presenta ansiedad	42	61,8	61,8	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

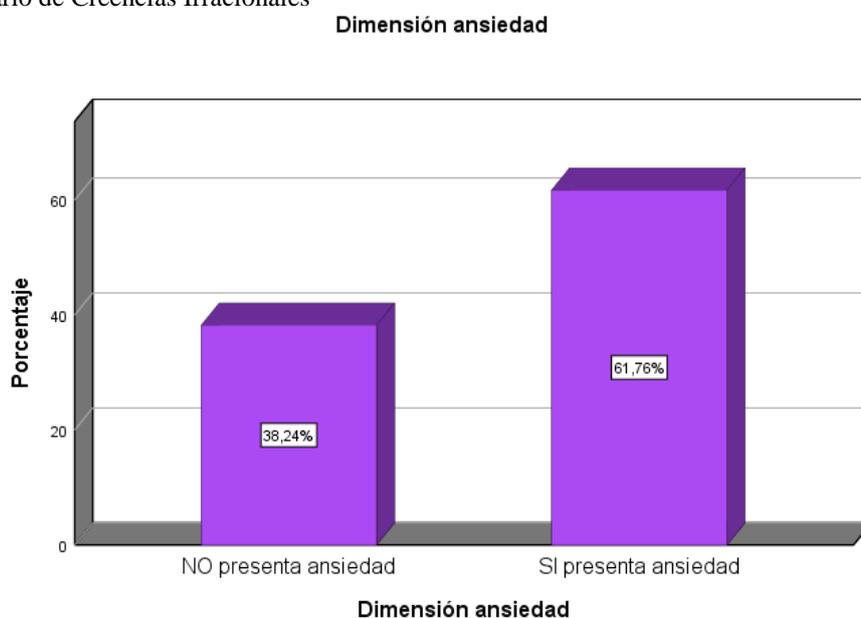


Figura 8: Nivel de ansiedad que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 9 y figura 8, se observa que de los 68 encuestados, 26 encuestados equivalen al 38.24% los cuales no presentan ansiedad, así mismo 42 equivale a 61.76%, los estudiantes que si presentan la creencia irracional de la dimensión ansiedad, se sienten con miedo ante cualquier hecho extraño o desconocido.

Tabla 10

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la séptima dimensión, evitación percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión evitación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta evitación	38	55,9	55,9	55,9
	SI presenta evitación	30	44,1	44,1	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

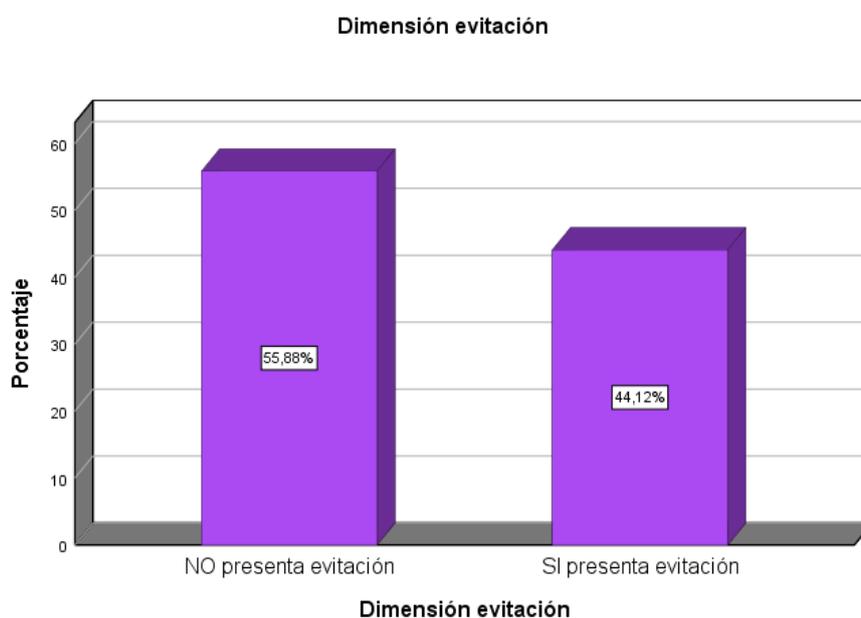


Figura 9: Nivel de evitación que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 10 y figura 9, se observa que de los 68 encuestados, 38 encuestados equivalen al 55.88% los cuales no presentan evitación, así mismo 30 equivale a 42.12% los cuales presentan la dimensión evitación de este modo los evaluados tienden a evitar más fácil los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente.

Tabla 11

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la octava dimensión, dependencia percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión dependencia

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta dependencia	10	14,7	14,7	14,7
	SI presenta dependencia	58	85,3	85,3	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fu

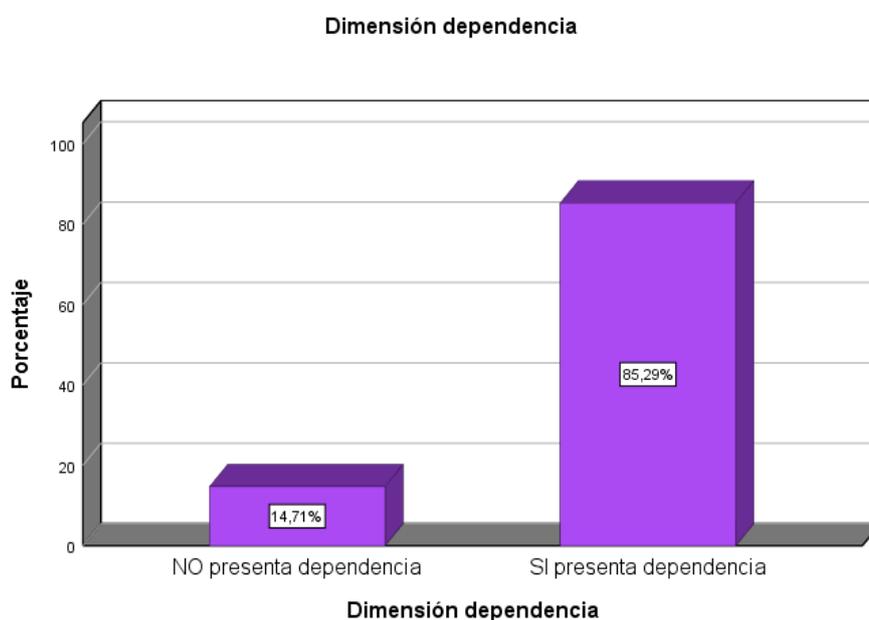


Figura 10: *Nivel de dependencia que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.*

Interpretación: En la tabla 11 y figura 10, se observa que de los 68 encuestados, 10 encuestados equivalen al 14.71% los cuales no presentan dependencia, así mismo 58 equivale a 85.29% en los cuales existe dependencia; esto hace referencia a que las personas necesitan contar con alguien más grande y más fuerte que les ayude con ellos mismos.

Tabla 12

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la novena dimensión, indefensión percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión Indefensión

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NO presenta indefensión	39	57,4	57,4	57,4
	SI presenta indefensión	29	42,6	42,6	100,0
	Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

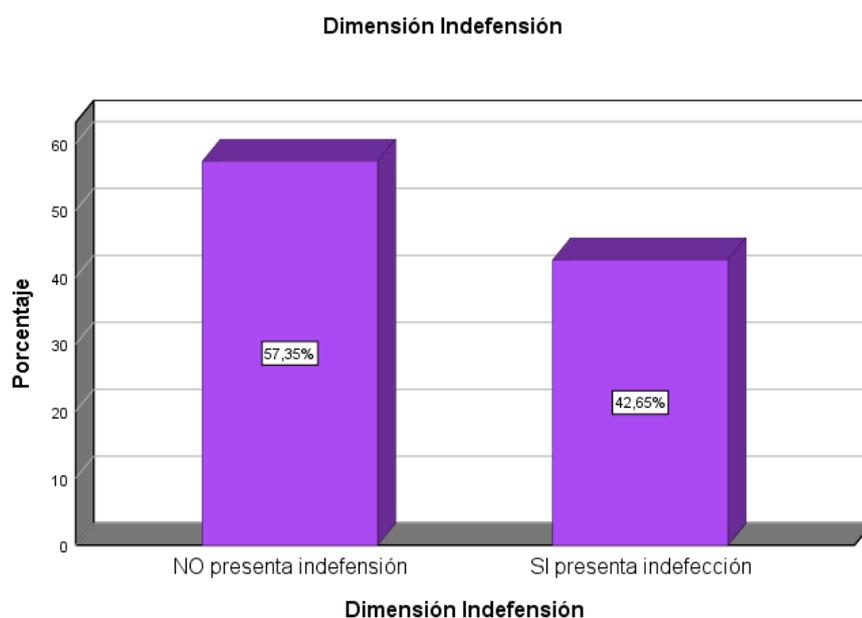


Figura 11: Nivel de indefensión que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 12 y figura 11, se observa que de los 68 encuestados, 39 encuestados equivalen al 57.35% en los cuales no existe indefensión, así mismo 29 equivale a 42.65% a los cuales presentan la dimensión indefensión; lo que quiere decir que el pasado tiene más influencia en la determinación del presente.

Tabla 13

Resumen de la frecuencia y porcentaje de la décima dimensión, pasividad percibido por los alumnos del primer ciclo de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana de los Andes Huancayo 2020-I.

Dimensión pasividad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido NO presenta pasividad	31	45,6	45,6	45,6
SI presenta pasividad	37	54,4	54,4	100,0
Total	68	100,0	100,0	

Fuente: Inventario de Creencias Irracionales

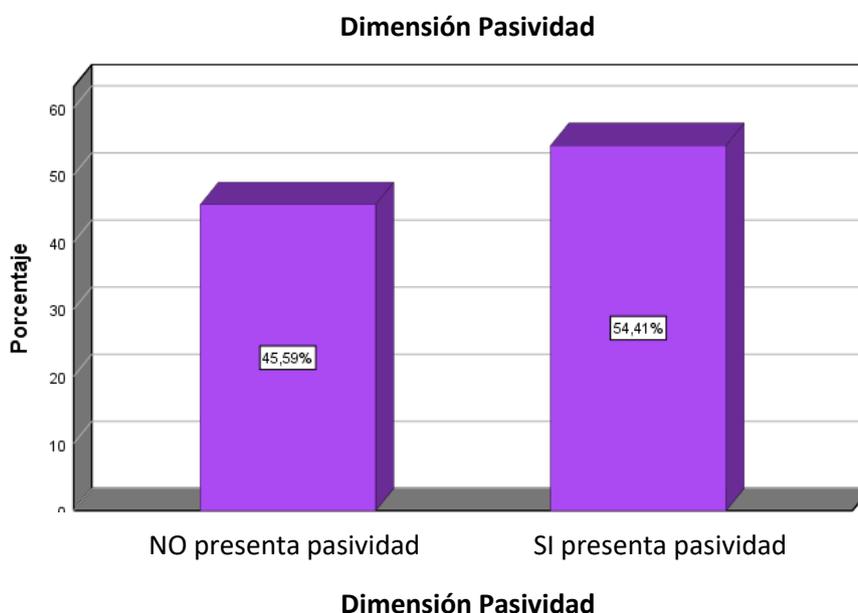


Figura 12: Nivel de pasividad que presentan los alumnos de primer ciclo de la escuela profesional de psicología de la Universidad Peruana los Andes Huancayo 2020-I.

Interpretación: En la tabla 13 y figura 12, se observa que de los 68 encuestados, 31 encuestados equivalen al 45.59% los cuales no presentan pasividad, así mismo 37 equivale a 54.41% los que si presentan pasividad lo cual quiere decir que la felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Al comenzar esta investigación se estableció como objetivo general: “Identificar las creencias irracionales en estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo 2020”. El resultado que se obtuvo es que los estudiantes no presentan creencias irracionales presentándose en un 82,4% es decir 56 alumnos de la muestra y 12 personas si presentan creencias irracionales que es un 17,6%. Este resultado concuerda con la investigación de Enríquez (2017) quien da a conocer que los estudiantes presentan creencias irracionales en el nivel promedio siendo un 75.81% de la muestra es decir no tienen creencias irracionales que resulten autodestructivas ni que generen consecuencias negativas ya que pueden ser controladas y no afectan significativamente a los evaluados. Esta investigación refuerza la teoría de Ellis (2003) quien menciona que las creencias irracionales se dan porque se presentan pensamientos distorsionados ya que estos no tienen una relación objetiva con su realidad, estas creencias emergen por la demanda del universitario que tiene sobre los acontecimientos que se presentan en su vida diaria; según los resultados una gran parte de los evaluados no presentan creencias irracionales es decir, presentan relaciones interpersonales adecuadas, metas personales y facilidad al tomar decisiones.

Se planteó el primer objetivo específico: “Identificar la necesidad de desaprobación en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”; el resultado que se obtuvo es que los estudiantes no presentan necesidad de aprobación siendo el 61.8% de la muestra. El resultado obtenido concuerda con las siguientes investigaciones de Enríquez (2017), Llerena (2017), Mendoza, Anaya y Olmos (2017) y Albuja (2019); quienes mencionan que en todos estos trabajos de investigación se encontró que la primera creencia irracional no afecta a una gran parte de los universitarios es decir que los alumnos no creen que sea relevante sentir cariño o aprobación de las personas que se encuentran dentro de su círculo social este resultado concuerda con Ellis (2003) quien refiere

que para el universitario es irracional buscar la aprobación al 100% de las personas que conoce, porque a lo largo de la vida se enfrentaran a diversas situaciones buscando el bienestar aunque esto implique la desaprobación de algunas personas. Además, ser empático todo el tiempo resultaría ser absurdo, porque absorbería demasiado tiempo en ganar la aprobación de otras personas y esto le impediría ejecutar otras actividades.

El segundo objetivo específico fue “Identificar las altas autoexpectativas en los estudiantes de una escuela profesional de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”. Se observa que los alumnos si presentan alta autoexpectativas con el 52,9% de los evaluados. Este resultado concuerda con las investigaciones de Enríquez (2017), Llerena (2017), Mendoza, Anaya y Olmos (2017) y Gálvez (2019) en todos estos trabajos se puede encontrar que los estudiantes presentan altas autoexpectativas pues buscan el perfeccionismo. Esta dimensión se trabajó con la variable de dependencia emocional en la investigación de Llerena (2017) quien dice que esta dimensión se relaciona con la otra variable de investigación es decir es una de las creencias irracionales que influye en que el universitario desarrolle dependencia emocional. Según Lega, Caballo y Ellis (2009) mencionan que, si el universitario presenta esta creencia irracional y no es cumplida, esta persona creerá que no sirve para nada y por ende no debería merecer algo de la vida es por ello que tiene la necesidad de ser competente, inclinado al perfeccionismo pues buscan ser idóneos en todos los aspectos, coincidiendo con la teoría de Ellis (2006).

Continuando con el tercer objetivo específico que fue: “Identificar la culpabilización en los estudiantes de una escuela profesional de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”. El resultado que se encontró en este trabajo fue que los evaluados no presentan culpabilización siendo el 72,1% del total, no creen que las personas que les rodea sean perversas ni que ocasionen algún daño. Este trabajo concuerda con las investigaciones de Enríquez (2017), Llerena (2017) y Gálvez (2019) ya que comparten este mismo resultado, pues esta creencia no resultó ser predominante en sus investigaciones sin embargo difiere en el trabajo de Mendoza,

Anaya y Olmos (2017) quienes relacionaron esta variable con el suicidio, en esta investigación concluyeron que esta creencia irracional influye en el riesgo de conducta suicida. Concuerta con Ellis (2003) menciona que esta creencia es irracional porque al castigar a cada persona por un comportamiento inadecuado o error, provocaría que este sujeto genere sentimientos de infelicidad además se debería de comprender que las personas pueden cometer errores y lo que se puede hacer es entender de esa forma de actuar con la finalidad de corregir esas faltas.

El cuarto objetivo de la tesis fue: “Identificar la reacción a la frustración en los estudiantes de una escuela profesional de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”. El resultado fue que la muestra evaluada si presenta reacción a la frustración con el 70,6%. Este trabajo coincide con las investigaciones de Albuja (2019) y Marchena (2018). Donde dan a conocer que los universitarios presentan el mismo resultado respecto a esta dimensión con un 63,29% de su muestra. Concuerta con Ellis (2006) quien indica que los estudiantes que presentan esta creencia irracional comienzan a sentirse horrible cuando sus planes no suceden como ellos quisiera que ocurriera. Esta creencia es irracional porque no debe de existir razones para creer que los hechos deban darse como uno lo desea pues las situaciones que se dan no dependen de uno mismo ya que existen diversos factores externos es por ello que no se puede controlar una situación.

El quinto objetivo específico fue: “Identificar el control emocional en los estudiantes de una escuela profesional de una Universidad Privada de Huancayo, 2020” La investigación de esta dimensión arrojó como resultado que los universitarios si presentan control emocional siendo el 89,71%. En efecto concuerda con los siguientes autores Ballero (2019) con el 82,7%, Albuja (2019) con el 73,5%. Por otro lado, en la investigación de Marchena (2018) coincidió con el resultado de este trabajo con un 75,89% quien relacionó la variable de creencias irracionales con neuroticismo quien menciona que esta dimensión influye para que exista neuroticismo en los universitarios. Concuerta con la teoría de Ellis (2006) quien dice que los estudiantes van a

reaccionar de acuerdo a sus acontecimientos externos y estas influyen en sus emociones, por lo que los alumnos creen que todo lo malo que pueda sucederle no es por su culpa sino es por todo aquello que pueda ocurrir externamente afectando sus emociones.

Continuando, el sexto objetivo específico es: “Identificar la ansiedad en los estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”, la investigación da a conocer que los alumnos si presentan ansiedad con el 61,8% de los evaluados. Coinciden con los resultados según dimensión en las investigaciones de Enríquez (2017) y Llerena (2017) quien relacionó esta variable con la dependencia emocional, en sus resultados da a conocer que la dimensión de ansiedad es uno de los factores que influye en la dependencia emocional de los universitarios. Concuerta con la teoría de Ellis (2006) quien da a conocer que el estudiante va a sentir ansiedad ante una situación incierta para el sujeto, este tipo de creencia impedirá que la persona afronte situaciones desconocidas con eficiencia, además visualizará lo catastrófico en algún nuevo suceso; también se debería comprender que por más que se tenga miedo a algo no va a cambiar el hecho de que suceda, sino se debería de buscar estrategias para afrontar situaciones nuevas.

El séptimo objetivo específico fue: “Identificar la evitación en los estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”, en los datos estadístico se puede encontrar que los universitarios no presentan evitación con el 55,9% de los evaluados, entonces se podría decir que los sujetos prefieren no evitar situaciones problemáticas, asumiendo las responsabilidades que conlleva ello. Esta investigación coincide con Ballero (2019), Enríquez (2017), Llerena (2017) este último investigador relacionó con la variable de dependencia emocional el cual mencionó que esta creencia irracional no es predominante para tener dependencia emocional, por lo contrario, el investigador Gálvez (2019) difiere con el resultado de esta investigación quien relaciona con la variable de autoconcepto quien menciona que la evitación influye en esa variable. Concuerta con la teoría

de Ellis (2003) pues da a conocer que es irracional porque prefieren evitar los conflictos y responsabilidades pues es más fácil no asumir compromisos así se evita tomar una decisión y las consecuencias, es por ello que el universitario sabe que cosas realizar para conseguir sus metas y esto origina satisfacción en esta persona, también sabe evitar actividades innecesarias.

El octavo objetivo específico fue: “Identificar la dependencia en los estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”, el resultado es que si presentan dependencia en un 85,3% de los evaluados. Este resultado coincide con los obtenidos por la investigación de Ballero (2019) con el 77%. Concuerta con la teoría de Ellis (2006) que dice que los alumnos necesitan contar con el apoyo de alguien más grande y con mucha más sabiduría que ellos. Empieza a originarse cuando la persona está perdiendo su individualidad, se puede ver que todas las personas tienen un cierto grado de dependencia, pero eso no quiere decir que el sujeto deje que otra persona piense por él, pues en el proceso pierde su seguridad personal y no sería capaz de tomar sus propias decisiones.

El noveno objetivo específico fue “Identificar la indefensión en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”. Los resultados que se encontraron en la investigación arroja que el 57.35% de los evaluados no presentan indefensión. Este resultado presenta similitudes con las siguientes investigaciones de Enríquez (2017), Llerena (2017), Mendoza, Anaya y Olmos (2017) y Ballero (2019). Concuerta con la teoría de Ellis (2003) porque los estudiantes creen que las experiencias pasadas no determinan el presente, no se puede negar que los hechos que ocurrieron antes influyen en el presente, pero se puede aprender a modificar ciertas conductas con esfuerzo, promoviendo una modificación, además deberían de esforzarse en su presente pues el pasado de mañana, sería su presente de hoy.

Por último, se tiene el décimo objetivo que fue “Identificar la pasividad en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020”. En los resultados estadísticos se ve que el 54.41% de alumnos evaluados presentan la creencia irracional de pasividad. El resultado de esta investigación difiere con los siguientes investigadores de Enriquez (2017), Llerena (2017) y Ballero (2019). Este resultado concuerda con la teoría de Ellis (2006) quien detalla que la felicidad aumenta con la inactividad y el ocio indefinido. Es decir, los universitarios creen que la felicidad se incrementa al no hacer nada, pues estar inactivos es sinónimo de ser feliz; además los estudiantes que presentan esta creencia por lo general se están defendiendo a sus temores como el ser un fracasado. Las personas rara vez podrían sentirse vivos sin hacer nada, al menos que después de una actividad que genere desgaste físico o emocional necesite descansar.

CONCLUSIONES

- En el proceso llevado en esta investigación se puede concluir que los estudiantes del primer ciclo de la escuela profesional de psicología no presentan creencias irracionales con el 82.35% de los evaluados es decir 56 estudiantes. cuyos resultados se obtuvieron por medio de la prueba creencias irracionales de Albert Ellis.
- En función a la dimensión uno, se concluye que en los universitarios del primer ciclo existe esta creencia irracional necesidad de aprobación en un 38.24%, la cual refiere que buscan tener la aprobación de todo su entorno, por otro lado el 61,76 % de los evaluados no presenta esta creencia irracional.
- En cuanto a la dimensión dos, se concluye que en los universitarios del primer ciclo existe la creencia de altas autoexpectativas en un 52.94% ya que piensan que deben ser perfectos y competentes es todos los aspectos de la vida, sin equivocarse, así mismo el 47,06% no presentan altas autoexpectativas.

- La dimensión tres culpabilización, se puede encontrar que un 27,94% de los estudiantes del primer ciclo presentan la existencia de esta creencia, es decir, tienden a juzgar las conductas de otras personas y buscan que estos sujetos con conductas inadecuadas sean castigados siendo esta creencia con menor representatividad de este modo no existe culpabilización en un 72,06% de los evaluados.
- En relación a la dimensión cuatro, reacción a la frustración se concluye que el 70.59% de los universitarios del primer ciclo presentan la existencia de esta creencia, por lo tanto, se puede decir que estas personas se sienten mal cuando las cosas no les van como quisieran que fueran así mismo el 29,41% de los evaluados no presentan dicha creencia irracional.
- En referencia a la dimensión cinco Control emocional, la cual se encuentra en el 89,71% de los alumnos del primer ciclo en las cuales existe esta creencia irracional lo que quiere decir es que todas las desgracias que puedan suceder se debe a causas externas, pero no existe esta creencia en el 10.29% de los evaluados.
- En la dimensión seis, que es la creencia de ansiedad, se concluye que existe en un 61.76% de los universitarios del primer ciclo esta creencia ya que sienten miedo ante cualquier cosa desconocida o nuevas por otro lado no existe ansiedad en un 38.24% de los evaluados.
- En la dimensión siete, creencia evitación, se encontró que existe en un 44.12% de los estudiantes esta creencia irracional es decir creen que es mejor evitar los problemas y responsabilidades que se dan en el transcurso de la vida así mismo el 55.88% de los alumnos no presenta esta creencia irracional.
- En cuanto a la dimensión ocho, existe en los universitarios esta creencia de dependencia en un 85.29% dando a conocer que se necesita contar con alguien más fuerte que uno

mismo. Por lo contrario el 14.71% de la población no presenta dicha creencia irracional de dependencia.

- En relación a la dimensión nueve, se concluye que en los estudiantes existe esta creencia de indefensión en un 42.65%, es decir, piensan que el pasado influye en todo lo que pueda ocurrir en el presente por otro lado en un 57.35% de los estudiantes no existe esta creencia.
- En la décima dimensión, los universitarios en los cuales existe esta creencia de pasividad son un 54.41% la cual detalla que se sienten más felices no haciendo nada y estando pasivos la mayor parte del tiempo por lo contrario en un 45.59% de los evaluados no existe pasividad.
- Las ideas irracionales con mayor prevalencia en los estudiantes de primer ciclo de la escuela profesional de psicología son la dimensión N° 8 dependencia con un 85,29% seguida por la dimensión N°4 reacción a la frustración con un 70.59%, así mismo la dimensión N°6 ansiedad con un 61,76% también la dimensión N° 10 pasividad con un 54.41%, y por último la dimensión N°2 altas autoexpectativas con un 52.94% lo cual quiere decir que existen estas creencias irracionales en mayor porcentaje en los evaluados.

RECOMENDACIONES

- Se sugiere a la Escuela profesional de Psicología ejecutar talleres respecto a los siguientes temas: Dependencia, reacción a la frustración, ansiedad, pasividad y altas autoexpectativas a fin de disminuir en ellos dichas creencias irracionales las cuales arrojaron puntajes más altos.
- Se recomienda al área psicopedagógica diseñar sesiones de aprendizaje y talleres educativos los cuales estén enfocados a reforzar a todos aquellos alumnos en los cuales no existe creencia irracional a fin de reforzar o mantener la no presencia de estas creencias las cuales son necesidad de aprobación, culpabilización, evitación e indefensión.
- Focalizar a los estudiantes que presentan creencias irracionales de las siguientes dimensiones de altas autoexpectativas, pasividad, ansiedad, reacción a la frustración y dependencia; para así poder reestructurar las creencias distorsionadas que presentan.
- Realizar sesiones de trabajo de forma individual a fin de atender las inquietudes de los estudiantes y así trabajar en áreas específicas que se requieran mejorar.
- Se recomienda trabajar la dependencia, reacción a la frustración, ansiedad, pasividad y altas autoexpectativas con los estudiantes que presentaron creencias irracionales en cada dimensión, haciendo uso de la terapia racional emotiva conductual (TREC) formulado por Ellis, ya que no son conscientes de estas dificultades.
- Presentar y compartir los resultados obtenidos a fin de fomentar la educación sobre las creencias irracionales en los alumnos ingresantes a distintas carreras universitarias para así lograr un mejor rendimiento académico.
- Tener en cuenta los resultados que se obtuvo en esta investigación para nuevas investigaciones que se podrían realizar en otras áreas.

- Se recomienda hacer estudios con una población mucho más grande, en distintas facultades y en otras universidades de cualquier región del país para que así se vea la diferencia tanto en el nivel cultural, económico y social.
- Se recomienda una nueva evaluación dentro de un periodo determinado a la misma población con el fin de evaluar si la prevalencia de creencias irracionales encontradas persiste en dicho grupo o por el contrario se observan diferencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, M. E. (2018). *Diferencias en las creencias irracionales según la condición diagnóstica en un grupo de pacientes que asisten a un servicio de salud mental de lima metropolitana*. Lima.
- Aguinaga, A. (2012). *Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas de violencia infligida por la pareja*. Obtenido de cybertesis Unmsm: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/1464/Aguinaga_aa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Albujar, Z. (2019). *Creencias irracionales en estudiantes universitarios*. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Argibay, J. (2009). *Creencias irracionales, nivel de estudio, neuroticismo y conducta depresiva*. Argentina.
- Ballero, R. (2019). *Creencias irracionales y espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima Metropolitana*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B., & Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión*. España: Desclée de Brouwer.
- Chan, H. (2016). *Creencias irracionales, depresión, ansiedad y estrés de estudiantes universitarios en Hong Kong*. Hong Kong.
- Correa, N. (2019). *Procastinación general y creencias irracionales en estudiantes de una Universidad Nacional de la Provincia de Tarma - 2018*. Tarma: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Digiuseppe, R., Doyle, K., Dryden, W., & Backx. (2014). *Una guía para profesionales de la terapia racional emotiva*. Londres: Oxford.

- Ellis, A. (1998). *Rational emotive behavior therapy: A therapist's guide*. Atascadero: Impact Publishers.
- Ellis, A. (2003). *Razón y emoción*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (2006). *Razón y emoción en psicoterapia*. . España: Desclée Brouwer.
- Ellis, A. (2008). *Inventario de creencias irracionales*. Estados Unidos : Psicho Metric.
- Ellis, A., Dryden, W., & Cartón, E. (1989). *Práctica de la terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Enriquez, M. d. (2017). *Creencias irracionales y Resiliencia*. Ecuador: Universidad Técnica De Ambato.
- Fernandez, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill Education.
- Gálvez, L. (2019). *Creencias irracionales y autoconcepto en estudiantes de una Universidad de Trujillo*. Trujillo: Universidad Privada del Norte.
- Grández, R. (2017). *Creencias irracionales en estudiantes del primer ciclo de una Universidad de Lima Metropolitana*. Lima.
- Hernández, Fernández, & Baptista. (2003). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hernandez, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGrawHill.
- Huerta, J., & Alcazar, R. (febrero de 2015). *La inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios*. Obtenido de Redalyc: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29238007003>

- Lega, L., Caballo, V., & Ellis, A. (2009). *Teoría y Práctica de la Terapia Racional Emotivo Conductual*. Madrid: siglo XXI.
- Lega, L., Sorribes, F., & Calvo, M. (2017). *Terapia Racional Emotiva Conductual*. España: Ediciones Paidós.
- Llerena, S. d. (2017). *Creencias irracionales y Dependencia Emocional*. Ecuador : Universidad Tecnica de Ambato.
- Marchena, C. (2018). *Neuroticismo y creencias irracionales en estudiantes Universitarios de una institución pública*. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Medrano, L., Galleano, C., & Galera, M. (2010). *Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios*. Argentina.
- Mendoza, L., Anaya, A., & Olmos, M. (2017). *creencias irracionales e ideacion suicida en estudiantes de educacion media de un minicipio de bolivar*. cartagena, colombia: Universidad de San Buenaventura .
- Rangel, Z. (2018). *Ideas irracionales y salud mental*. Quetzaltenango.
- Sánchez, H. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica* (Vol. Quinta edición). Perú: Visión Universitaria.
- Sánchez, H., & Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Perú: Bussiness Support Aneth S.R.L.
- Villalobos, A. (2008). *Características emocionales en estudiantes de psicología; Un estudio basado en el enfoque de investigación formativa*. Costa Rica.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO DE LA TESIS: Creencias Irracionales En Estudiantes De Una Escuela Profesional De Psicología De Una Universidad Privada De Huancayo 2020

AUTOR: Carrasco Araujo, María; Ventura Cataño, Evelyn

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Problema general ¿Qué creencias irracionales existen en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo 2020?</p>	<p>Objetivo General Identificar las creencias irracionales en estudiantes de una escuela profesional de psicología de una universidad privada de Huancayo 2020.</p>	<p>La presente investigación no requiere de hipótesis por el tipo de investigación planteada.</p>	<p>Variable Creencias irracionales</p> <p>Dimensiones</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Necesidad de aprobación. 2. Altas Autoexpectativas 3. Culpabilización. 4. Reacción a la Frustración. 5. Control emocional. 6. Ansiedad 7. Evitación. 8. Dependencia 9. Indefensión. 10. Pasividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Método de la investigación - Método científico • Método específico - Método descriptivo • Tipo de investigación - Investigación básica • Nivel de investigación - Nivel Descriptivo • Diseño de investigación - Diseño Descriptivo simple <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; text-align: center; width: fit-content; margin: 0 auto;">M - O</div>
<p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿La necesidad de aprobación existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020? • ¿Las altas autoexpectativas existen en los estudiantes de una 	<p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar la necesidad de aprobación en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar las altas autoexpectativas en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. 			

<p>escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿La culpabilización existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020? • ¿La reacción a la frustración existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020? • ¿El control emocional existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020? • ¿La ansiedad existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020? • ¿La evitación existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la culpabilización en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar la reacción a la frustración en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar el control emocional en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar la ansiedad en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar la evitación en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar la dependencia en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020. • Identificar la indefensión en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una 			<ul style="list-style-type: none"> • Población Los Estudiantes del primer ciclo de la carrera de psicología de la Universidad Peruana Los Andes • Muestra. La muestra está conformada por 68 estudiantes. Técnica e instrumento - La técnica que se va a usar es la encuesta. - El instrumento será el Cuestionario de Creencias irracionales
---	--	--	--	---

<p>Privada de Huancayo, 2020?</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿La dependencia existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020?• ¿La indefensión existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020?• ¿La pasividad existe en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020?	<p>Universidad Privada de Huancayo, 2020.</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificar la pasividad en los estudiantes de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo, 2020.			
--	--	--	--	--

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

• **CREENCIAS IRRACIONALES - Ellis, Inventario de creencias irracionales (2008)**

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
CREENCIAS IRRACIONALES	“... es cualquier pensamiento, emoción o comportamiento que lleva a consecuencias auto-derrotistas o autodestructivas que interfieran de forma significativa con la supervivencia y felicidad del organismo” Ellis (2003) p.78.	Las creencias irracionales que genera la persona se debe a cada una de las experiencias por las que ha pasado a lo largo de su vida, estas ideas generalmente producen malestar y van acompañados de reacciones que no van acorde a la situación. Esto se va a medir con el Inventario de Creencias irracionales de Ellis (2008).	IDEA IRRACIONAL 1. “Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes familia y amigos”	Necesidad de aprobación	1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 2. “Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que enfrenta”	Altas autoexpectativas	2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 3. “Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas”	Culpabilización	3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 4. “Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fuera”	Reacción a la frustración	4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 5. “Los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente racional según como los	Control emocional	5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95.	Nominal

			acontecimientos inciden sobre sus emociones”			
			IDEA IRRACIONAL 6. “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”	Ansiedad	6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 7. “Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente”	Evitación	7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 8. “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”	Dependencia	8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, 98.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 9. “El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente”	Indefensión	9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99.	Nominal
			IDEA IRRACIONAL 10. “La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido”	Pasividad	10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100.	Nominal

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO

Ellis, Inventario de creencias irracionales (2008)

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA VALORATIVA	INSTRUMENTO
CREENCIAS IRRACIONALES	IDEA IRRACIONAL 1. “Para un adulto es absolutamente es necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes familia y amigos”	Necesidad de aprobación	1. Es importante para mí el que otras personas me aprueben 11. Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo. 21. Yo quiero agradecerle a todo el mundo 31. Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan. 41. Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo 51. Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás. 61. Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí. 71. Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan. 81. Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí. 91. Es incomodo, pero perturbador el ser criticado.	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	Cuestionario de Creencias Irracionales
	IDEA IRRACIONAL 2. “Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que enfrenta”	Altas autoexpectativas	2. Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa. 12. Yo evito las cosas que no hago bien. 22. No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo 32. Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.		

			<p>42. Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.</p> <p>52. Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.</p> <p>62. Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.</p> <p>72. Me perturba cometer errores</p> <p>82. Frecuentemente me incomodo bastante por cosa pequeñas.</p> <p>92. Yo no tengo temor de hacer cosas la cuales ni puedo hacer bien.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 3. “Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas”</p>	Culpabilización	<p>3. Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.</p> <p>13. Muchas personas salvadas escapan del castigo que ellas merecen.</p> <p>23. Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.</p> <p>33. La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.</p> <p>43. Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.</p> <p>53. El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.</p> <p>63. Todo el mundo es básicamente bueno.</p> <p>73. Es una injusticia que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”</p> <p>83. Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.</p> <p>93. Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.</p>		

	<p>IDEA IRRACIONAL 4. “Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fuera”</p>	<p>Reacción a la frustración</p>	<p>4. Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente. 14. Las frustraciones no me perturban. 24. Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son. 34. Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan. 44. Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aun si ellas no me agradan. 54. Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro. 64. Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso. 74. Yo “tomo las cosas como vienen” 84. Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar. 94. Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 5. “Los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente racional según como los acontecimientos</p>	<p>Control emocional</p>	<p>5. Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia 15. Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas. 25. Yo produzco mis propias emociones. 35. Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera. 45. Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera. 55. Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.</p>		

	inciden sobre sus emociones”		<p>65. Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.</p> <p>75. La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.</p> <p>85. No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.</p> <p>95. Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 6. “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”</p>	Ansiedad	<p>6. Yo tengo temor a ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.</p> <p>16. Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.</p> <p>26. Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.</p> <p>36. Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.</p> <p>46. No puedo tolerar el tomar riesgos.</p> <p>56. Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro</p> <p>66. Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro</p> <p>76. En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.</p> <p>86. Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o alguna guerra atómica.</p> <p>96. Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificado lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 7. “Es más fácil evitar los</p>	Evitación	<p>7. Usualmente hago a un lado decisiones importantes.</p> <p>17. Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.</p>		

	<p>problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente”</p>		<p>27. Yo evito enfrentar mis problemas. 37. Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo. 47. La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables. 57. Casi nunca dejo las cosas sin hacer. 67. Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras. 77. Una vida de comodidades es raras veces muy recompensaste 87. Me desagrada la responsabilidad. 97. Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cado aun cuando no sea placentera.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 8. “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”</p>	<p>Dependencia</p>	<p>8. Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo. 18. Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes. 28. Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas. 38. Hay personas de las cuales dependo grandemente. 48. Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo (a). 58. Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas. 68. Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí. 78. Yo encuentro fácil el buscar un consejo. 88. Me desagrada tener que depender de los demás. 98. Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.</p>		

	<p>IDEA IRRACIONAL 9. “El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente”</p>	<p>Indefensión</p>	<p>9. “Una cebra no puede cambiar sus rayas” 19. Es casi imposible vencer la influencia del pasado 29. Solamente porque alguna cosa en una ocasión afecto fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro. 39. Las personas sobrevaloran la influencia del pasado. 49. Si hubiese tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser. 59. Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente. 69. Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales. 79. Si algo afecto fuertemente tu vida, siempre será de esa manera. 89. Realmente las personas nunca cambian en sus raíces. 99. No me incomoda lo que he hecho en el pasado.</p>		
	<p>IDEA IRRACIONAL 10. “La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido”</p>	<p>Pasividad</p>	<p>10. Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas. 20. Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez. 30. Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer. 40. Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo. 50. Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo. 60. Demasiado tiempo libre es aburrido.</p>		

			<p>70. En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre</p> <p>80. Me agrada estar sin hacer nada</p> <p>90. La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.</p> <p>100. Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada.</p>		
--	--	--	---	--	--

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

INVENTARIO DE CREENCIAS.

Edad:..... Sexo:..... Cielo:.....

Fecha de Evaluación:.....

INSTRUCCIONES.

Este inventario de creencias está dirigido para descubrir creencias irracionales particulares, las cuales contribuyen con la infelicidad y la tensión.

No es necesario pensar mucho en ninguna oración, marque su respuesta en la tarjeta de respuestas.

En primer lugar coloque los datos que se le solicitan en el protocolo de respuestas adjunto a este cuadernillo, luego comience por la primera oración, asegúrese de marcar como Ud. Piensa en el momento presente acerca de la declaración o pregunta y no la manera en que Ud. Piensa que "debería Pensar".

PREGUNTAS

Nº	PREGUNTAS	SI	NO	P
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben			
2	Yo odio el fallar en cualquier cosa			
3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede			
4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente			
5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia			
6	Yo tengo temor a ciertas cosas que frecuentemente me incomodan			
7	Usualmente hago a un lado decisiones importantes			
8	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo			
9	"Una cebra no puede cambiar sus rayas"			
10	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas			
11	Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo.			
12	Yo evito las cosas que no hago bien			
13	Muchas personas salvadas escapan del castigo que ellas merecen			
14	Las frustraciones no me perturban			
15	Las personas se perturban no por las situaciones sino por las visiones que tienen de ellas			
16	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros			
17	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen			

18	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes			
19	Es casi imposible vencer la influencia del pasado			
20	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez			
21	Yo quiero agradarle a todo el mundo			
22	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo			
23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados			
24	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son			
25	Yo produzco mis propias emociones.			
26	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones			
27	Yo evito enfrentar mis problemas			
28	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas			
29	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afecto fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro.			
30	Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.			
31	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.			
32	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.			
33	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.			
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.			
35	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.			
36	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso			
37	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.			
38	Hay personas de las cuales dependo grandemente.			
39	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado			
40	Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo			
41	Si no le agrada a los demás, eso es su problema, no el mío.			
42	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.			
43	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones			
44	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aun si ellas no me agradan.			
45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera			
46	No puedo tolerar el tomar riesgos			
47	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.			
48	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo (a).			
49	Si hubiese tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.			
50	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.			
51	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.			
52	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.			
53	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas			
54	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro			
55	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.			
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro			
57	Casi nunca dejo las cosas sin hacer			
58	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas			
59	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente.			

60	Demasiado tiempo libre es aburrido			
61	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.			
62	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa			
63	Todo el mundo es básicamente bueno			
64	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.			
65	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.			
66	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro			
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.			
68	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.			
69	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.			
70	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en a playa para siempre.			
71	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.			
72	Me perturba cometer errores			
73	Es una injusticia que "la lluvia caiga sobre el justo y el injusto"			
74	Yo "tomo las cosas como vienen"			
75	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.			
76	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.			
77	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensaste			
78	Yo encuentro fácil el buscar un consejo			
79	Si algo afecta fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.			
80	Me agrada estar sin hacer nada			
81	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.			
82	Frecuentemente me incomodo bastante por cosa pequeñas.			
83	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad			
84	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.			
85	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.			
86	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o alguna guerra atómica.			
87	Me desagrada la responsabilidad			
88	Me desagrada tener que depender de los demás			
89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.			
90	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.			
91	Es incomodo, pero perturbador el ser criticado.			
92	Yo no tengo temor de hacer cosas la cuales ni puedo hacer bien.			
93	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo			
94	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.			
95	Las personas hacen su propio infierno dentro de si mismos.			
96	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificado lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.			
97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.			
98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.			

99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.			
100	Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada.			

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES.

FICHA TÉCNICA

AUTOR:	Albert Ellis
TRADUCCIÓN:	Davis Mc. Kay y Eshelman Robleto Navas
EDITADO:	Psicho Métric

DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO.

El inventario de Creencias Irracionales, es un registro de opiniones que se basa en las 10 principales ideas irracionales propuestas por Ellis, que según el autor, causa y mantienen las perturbaciones emocionales.

Este inventario se utiliza en los Estados Unidos desde 1968, siendo publicados en versión castellana por Davis Mc. Kay y Eshelman (1986) y Navas Robleto (1987).

La amplia aceptación y el uso de los expertos en la clínica y en la investigación le otorgan al instrumento validez de contenido.

El registro está constituido por 100 ítems en total, cuya facilidad de comprensión permite que sea administrado en sujetos a partir de los 12 años de edad, de manera individual o grupal, llevando su aplicación un tiempo aproximado de 30 minutos, Aquí se evalúan las diez principales concepciones erróneas que son aprendidas e incorporadas en nuestro repertorio comportamental a lo largo de nuestra crianza.

En el registro, estas concepciones han sido organizadas de manera sistemática de forma tal que cada concepción errónea está contenida en una oración cada 10 ítems.

El instrumento nos permite conocer sobre las creencias irracionales las cuales cuentan con validez y confiabilidad.

FORMA DE CALIFICACION

Al responder en el registro se tienen dos opciones de respuesta:

- Si estoy de acuerdo
- No estoy de acuerdo

Los ítems del 1 a al 100, se agrupan en 10 grupos, de tal manera que en cada grupo se presentan las 10 creencias distorsionadas. Los ítems llevan como marca al costado, un paréntesis con uno o dos puntos, así: (.) (..).

En cuanto a la calificación se debe anotar un punto en cada espacio designado, si el ítem tiene u solo punto (.) y ha contestado Estoy de acuerdo, y también si el ítem tiene dos puntos (..) y ha contestado No estoy de acuerdo.

Finalmente de forma independiente obteniendo así un puntaje total para cada una de ellas. Los ítems evalúan la frecuencia de las ideas distorsionadas, considerando CERO (0) como la inexistencia de la frecuencia y el puntaje de 10 como el más elevado. Las puntuaciones de 8 o arriba de los 8 son considerados como indicadores de trastorno emocional. En general, mientras más alto sea el puntaje total por sección, mayor será e acuerdo con la idea irracional.

CALIFICACION.

Para calificar el inventario de Creencias Irracionales cada Ítem está compuesto de 10 ítems cada uno, en el protocolo de respuestas ubique los ítems siguientes y escriba el total de puntos obtenidos en el recuadro correspondiente.

- 1) 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91: Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional

de que **“En para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos”**.

2) 2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende”**.

3) 3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas”**.

4) 4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran”**.

5) 5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según como los acontecimientos inciden sobre sus emociones”**.

6) 6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”**.

7) 7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional

de que **“Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente”**.

8) 8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, 98; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”**.

9) 9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente”**.

10) 10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100; Escriba el total en el recuadro correspondiente; cuanto mayor haya sido la puntuación alcanzada, mayor es su conformidad con la idea irracional de que **“La felicidad aumenta con la inactividad, pasividad y el ocio indefinido”**.

ASENTIMIENTO INFORMADO

1. DATOS GENERALES

Título del proyecto : "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020"

Escuela profesional : Psicología

Asesores : Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA Maena
Mg. ZUÑIGA CABEZA Yesenia

Duración del estudio : Del 01/03/2020 al 15/09/2020

Institución : Universidad Peruana Los Andes

Departamento: Junín

Provincia: Huancayo

Distrito: Huancayo

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

Yo,
identificado(a) con DNI N° de años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", llevado a cabo por las investigadoras CARRASCO ARAUJO María Teresa y VENTURA CATANO Evelyn.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares, uno de los cuales queda en mi poder y otro en de las investigadoras responsables del estudio.



Huancayo, de de 2020

.....
(Huella y nombre)

• RESPONSABLES DE LA INVESTIGACIÓN

CARRASCO ARAUJO María Teresa
DNI: 76981084
964070796
maite_06_16@hotmail.com

VENTURA CATANO Evelyn
DNI:48102141
995193054
julie4vent15@gmail.com

• ASESORAS DE LA INVESTIGACIÓN

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA Maena
DNI: 20069907
maenarafael@gmail.com

Mg. ZUÑIGA CABEZA Yesenia
DNI: 41374507
yze09aa@gmail.com

ASENTIMIENTO INFORMADO

1. DATOS GENERALES

Título del proyecto : "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020"

Escuela profesional : Psicología

Asesores : Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA *Maena*
Mg. ZUNIGA CABEZA *Yesenia*

Duración del estudio : Del 01/03/2020 al 15/09/2020

Institución : Universidad Peruana Los Andes

Departamento: Junín

Provincia: Huancayo

Distrito: Huancayo

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

Yo [REDACTED] identificado(a) con DNI N° [REDACTED] años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", llevado a cabo por las investigadoras CARRASCO ARAUJO María Teresa y VENTURA CATANO Evelyn.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares, uno de los cuales queda en mi poder y otro en de las investigadoras responsables del estudio.

Huancayo 19 de agosto de 2020



[Firma manuscrita]

[REDACTED]
(Huella y nombre)

• RESPONSABLES DE LA INVESTIGACIÓN

CARRASCO ARAUJO María Teresa	VENTURA CATANO Evelyn
DNI: 76981084	DNI:48102141
964070796	995193054
maite_06_16@hotmail.com	julie4vent15@gmail.com

• ASESORAS DE LA INVESTIGACIÓN

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA <i>Maena</i>	Mg. ZUNIGA CABEZA <i>Yesenia</i>
DNI: 20069907	DNI: 41374507
maenaraafael@gmail.com	yzc09uu@gmail.com

ASENTIMIENTO INFORMADO

1. DATOS GENERALES

Título del proyecto : "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020"

Escuela profesional : Psicología

Asesores : Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA *Magna*
Mg. ZUÑIGA CABEZA *Yesenia*

Duración del estudio : Del 01/03/2020 al 15/09/2020

Institución : Universidad Peruana Los Andes

Departamento: Junín

Provincia: Huancayo

Distrito: Huancayo

- Estimado menor, en estricto respeto a su opinión y de sus derechos de libre elección, usted tiene derecho a negarse a participar de esta investigación o retirarse del estudio en cualquier momento. De todas maneras, agradecemos el tiempo dedicado a conocer este estudio.
- Si crees conveniente recibir información durante el proceso de la investigación o sobre los resultados del estudio, no dudes en consultar y solicitar a los investigadores, cuyos datos se encuentran al final del documento, asimismo, se consigna los datos del(a) asesor(a).

Yo [REDACTED] o identificado(a) con DNI N° [REDACTED] años de edad, doy mi consentimiento para la participación en el proyecto de investigación titulado en el estudio de investigación "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", llevado a cabo por las investigadoras CARRASCO ARAUJO María Teresa y VENTURA CATAÑO Evelyn.

Pongo mi nombre y/o huella digital en señal de aceptación, dos ejemplares, uno de los cuales queda en mi poder y otro en de las investigadoras responsables del estudio.

Huancayo 19 de agosto de 2020



(Huella y nombre)

• RESPONSABLES DE LA INVESTIGACIÓN

CARRASCO ARAUJO María Teresa
DNI: 76981084
964070796
maite_06_16@hotmail.com

VENTURA CATANO Evelyn
DNI:48102141
995193054
julie4vent15@gmail.com

• ASESORAS DE LA INVESTIGACIÓN

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA *Magna*
DNI: 20069907
maenarafeel@gmail.com

Mg. ZUNIGA CABEZA *Yesenia*
DNI: 41374507
yzc09aa@gmail.com

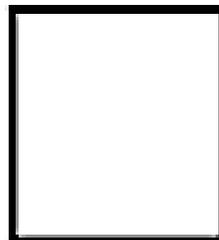
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores "Bachiller CARRASCO ARAUJO Maria Teresa y la Bachiller VENTURA CATANO Evelyn".

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, 15 de julio de 2020



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres:

N° DNI:.....

- **RESPONSABLES DE LA INVESTIGACIÓN**

CARRASCO ARAUJO Maria Teresa
DNI: 76981084
964070796
maite_06_16@hotmail.com

VENTURA CATANO Evelyn
DNI:48102141
995193054
julie4vent15@gmail.com

- **ASESORAS DE LA INVESTIGACIÓN**

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA Maena
DNI: 20069907
maenarafael@gmail.com

Mg. ZUÑIGA CABEZA Yesenia
DNI: 41374507
yzc09aa@gmail.com

(SI ERES MAYOR DE EDAD)

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores "Bachiller CARRASCO ARAUJO María Teresa y la Bachiller VENTURA CATANO Evelyn".

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, 19 de agosto de 2020



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: [REDACTED]

N° DNI: [REDACTED]

- RESPONSABLES DE LA INVESTIGACION

CARRASCO ARAUJO María Teresa
DNI: 76981084
964070796
maite_06_16@hotmail.com

VENTURA CATANO Evelyn
DNI:48102141
995193054
julie4vent15@gmail.com

- ASESORAS DE LA INVESTIGACION

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA Maena
DNI: 20069907
maenaraafael@gmail.com

Mg. ZUNIGA CABEZA Yasenia
DNI: 41374507
yzc09aa@gmail.com

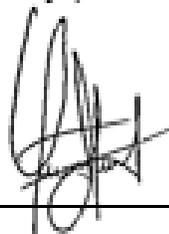
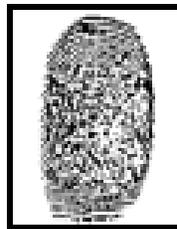
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores "Bachiller CARRASCO ARAUJO María Teresa y la Bachiller VENTURA CATANO Evelyn".

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Huancayo, 19 de agosto de 2020



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: [REDACTED]

N° DNI: [REDACTED]

• RESPONSABLES DE LA INVESTIGACION

CARRASCO ARAUJO María Teresa
DNI: 76981084
964070796
maite_06_16@hotmail.com

VENTURA CATANO Evelyn
DNI: 48102141
995193054
julie4vent15@gmail.com

• ASESORAS DE LA INVESTIGACION

Mg. RAFAEL PUCUHUARANGA ~~Maena~~
DNI: 20069907
maenarafael@gmail.com

Mg. ZUNIGA CABEZA ~~Yesenia~~
DNI: 41374507
yzc09aa@gmail.com

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, CARRASCO ARAUJO María Teresa, identificada con DNI N° 76981084 , bachiller de la escuela profesional de PSICOLOGÍA, vengo implementando el proyecto de tesis titulado "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en artículos 27 y 28 del Reglamento General de investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 15 de julio de 2020



A handwritten signature in black ink, appearing to read "María Teresa Carrasco Araujo", written over a horizontal line.

Apellidos y nombres: CARRASCO ARAUJO María Teresa

Responsable de la Investigación

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, VENTURA CATANÑO Evelyn, identificada con DNI N° 48102141, bachiller de la escuela profesional de PSICOLOGÍA, vengo implementando el proyecto de tesis titulado "CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020", en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en artículos 27 y 28 del Reglamento General de investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 15 de julio de 2020



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Evelyn Ventura Catanño', written over a horizontal line.

Apellidos y nombres: VENTURA CATANÑO Evelyn

Responsable de la Investigación

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Karina Rosario Rafael Pucuhuaranga
TÍTULO PROFESIONAL : Psicóloga
CARGO : Psicólogo Forense
ESPECIALIDAD : Psicoterapia sistémica
AÑOS DE EXPERIENCIA : 13 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Unidad médico legal- Yauli La Oroya
POST GRADO : Magister en Psicología educativa
DONDE LA OBTUVO : Universidad Cesar Vallejo
AÑO : 2017
TRABAJOS PUBLICADOS : --
OTROS MERITOS : --

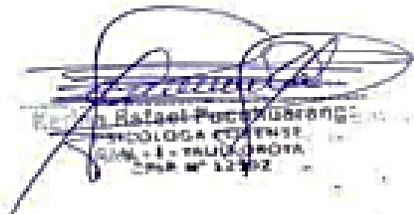
EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1

MEDIANAMENTE ADECUADO 2

INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....


Karina Rosario Rafael Pucuhuaranga
PSICÓLOGA FORENSE
UNIDAD MÉDICO LEGAL - YAULI LA OROYA
C.P.S. N° 12345

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: **Karina Rosario Rafael Pucuhuaranga**

Cargo: **Psicóloga**

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del cuestionario respectivamente en seis aspectos diferentes:
 Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check () si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.
 La modificación que deba realizarse podrá ser detallada al final en el espacio de observaciones y sugerencias.

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES

N°	JUICIO		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde al propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?
	ÍTEMS							
1	Es importante para mí al que otras personas me aprueben		ok	ok	ok	ok	ok	ok
2	Yo odio el fallar en cualquier cosa		ok	ok	ok	ok	ok	ok
3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede		ok	ok	ok	ok	ok	ok
4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente		ok	x	ok	ok	ok	ok
5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia		ok	ok	ok	ok	ok	ok
6	Yo tengo temor a ciertas cosas que		ok	ok	ok	ok	ok	ok

	pasado.							
100	Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada.	ok						

Observaciones y sugerencias:

Item 4: no me resulta muy clara su forma de planteamiento, es decir no entiendo que quiere decir, creo que se debe mejorar.

Item 49: mejorar su redacción, no se entiende lo que quiere decir.

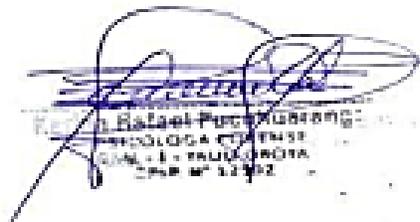
Handwritten signature in blue ink over a circular stamp. The stamp contains the text: "Educativa Pucallpa", "PSICOLOGA COORDINADORA", "C.A. J. RAMOS", and "2008 07 11 07".

Constancia

JUICIO DE EXPERTO

Yo, **Karina Rosario Rafael Pucuhuaranga.**, con Documento Nacional de Identidad N°. **41359796**; certifico que realicé el juicio de experto al instrumento presentado por las bachilleres **Carrasco Araujo Maria Teresa** y **Ventura Cataño Evelyn** en la investigación titulada: **"CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020"**

Huancayo, 17 de julio de 2020



Karina Rosario Rafael Pucuhuaranga
PSICOLOGA COLEGIADA
C.O.P. N° 12392

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : WILLIAMS LUIS VÁSQUEZ VILCAS
TÍTULO PROFESIONAL : PSICÓLOGO
CARGO : PSICÓLOGO CLÍNICO Y PSICOTERAPEUTA
ESPECIALIDAD :PSICOTERAPIA GESTALT CORPORAL, ESPECIALISTA
ENTERAPIA DE PAREJA Y FAMILIA GESTALT,
ESPECIALISTA EN INTERVENCIÓN EN VIOLENCIA
FAMILIAR EN GESTALT
AÑOS DE EXPERIENCIA : 18 AÑOS
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : HOSPITAL DEPARTAMENTAL DE MUCA Y DIRECTOR
DEL CENTRO PSICOLÓGICO Y PSICOTERAPIA
GESTALT
POST GRADO : EGRESADO DE LA MAESTRIA POLÍTICAS SOCIALES
DONDE LA OBTUVO : UNIVERSIDAD DEL CENTRO DEL PERÚ-UNCP
AÑO : 2006-2008
TRABAJOS PUBLICADOS : MÓDULOS DE PSICOTERAPIA GRUPAL GESTALT
PARA PADRES (2017-2019) DREDH
OTROS MERITOS : DOCUMENTOS DE FELICITACIÓN Y
AGRADECIMIENTO POR ACTIVIDADES Y TRABAJOS
REALIZADOS

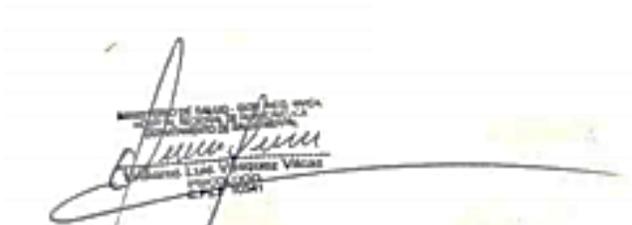
EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1

MEDIANAMENTE ADECUADO 2

INADECUADO 3

OBSERVACIONES:



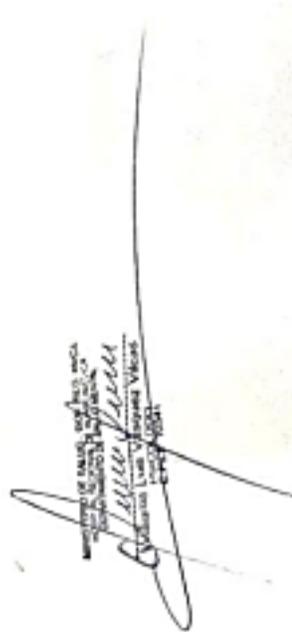
MINISTERIO DE SALUD - GOBIERNO REGIONAL
DEPARTAMENTO DE MUCA
Luis Williams Vásquez Vilcas
PSICÓLOGO

96	Frecuentemente me encuentro a mi mismo(a) planificado lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cado aun cuando no sea placentera.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
100	Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Observaciones y sugerencias:

.....

.....



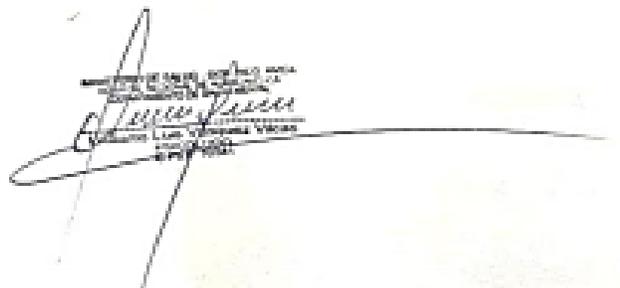
 WILLIAM LUIS V. TORRES VÉLEZ

Constancia

JUICIO DE EXPERTO

Yo, Williams Luis VASQUEZ VILCAS, con Documento Nacional de Identidad No. 20072591, certifico que realicé el juicio de experto al instrumento presentado por las bachilleres CARRASCO ARAUJO María Teresa y VENTURA CATAÑO Evelyn, en la investigación titulada **"CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020"**

Huancayo, 29 de julio de 2020



Williams Luis Vasquez Vilcas
DNI: 20072591

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : ALAN NICO GASPAR ORIHUELA
TÍTULO PROFESIONAL : PSICÓLOGO
CARGO : PSICÓLOGO EDUCATIVO
ESPECIALIDAD : EDUCATIVO
AÑOS DE EXPERIENCIA : 2 AÑOS
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : UGEL TAYACAJA
POST GRADO :-
DONDE LA OBTUVO :-
AÑO :-
TRABAJOS PUBLICADOS :-
OTROS MERITOS :-

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....


Lic. Alan Nico Gaspar Orihuela
Psicólogo - JEC C/PS.P N° 35984

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: **GASPAR ORIHUELA Alan Nico**

Cargo: **Psicólogo**

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del cuestionario respectivamente en seis aspectos diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check () si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación que deba realizarse podrá ser detallada al final en el espacio de observaciones y sugerencias.

(NOMBRE DEL INSTRUMENTO)

N°	ÍTEM	JUICIO	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es el adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben		✓	✓	✓	✓	✓	✓
2	Yo odio el fallar en cualquier cosa		✓	✓	✓	✓	✓	✓
3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede		✓	✓	✓	✓	✓	✓
4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente		✓	✓	✓	✓	✓	✓
5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia		✓	✓	✓	✓	✓	✓
6	Yo tengo temor a ciertas cosas que frecuentemente me incomodan		✓	✓	✓	✓	✓	✓
7	Usualmente hago a un lado decisiones importantes		✓	✓	✓	✓	✓	✓

96	Frecuentemente me encuentro a mi mismo(a) planificado lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
100	Yo no puedo sentirme realmente contento(a) a menos que me encuentre relajado(a) y sin hacer nada.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Observaciones y sugerencias:


 M. Alan Mico Gaspar Ortueta
 Psicólogo - JEC C/PS. P. N° 35584

Constancia

JUICIO DE EXPERTO

Yo, GASPAR ORIHUELA ALAN NICO, con Documento Nacional de Identidad No. 43473710, certifico que realicé el juicio de experto al instrumento presentado por las bachilleres CARRASCO ARAUJO María Teresa y VENTURA CATAÑO Evelyn, en la investigación titulada **“CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO 2020”**

Huancayo, 17 de julio de 2020



Lic. Alan Nico Gaspar Orihuela
Psicólogo - JEC C/PS.P N° 35984

AUTORIZACION PARA REALIZACION DE INVESTIGACION



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"Excelencia en Salud.... De los Andes al Mundo"

Huancayo, 06 de agosto de 2020

OFICIO N° 252-FPP-FCS-UPLA-2020

SEÑORES DOCENTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

Presenta:

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR INVESTIGACIÓN.

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente a nombre de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes, y por intermedio de la presente solicitarle tenga a bien autorizar el permiso correspondiente para la realización del proyecto titulado: **"CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE 2020"**, realizado por las bachilleres **Carrasco Arango María Teresa y Ventura Cataño Evelyn**, el cual se desarrollará bajo la asesoría de las docentes **Mg. Yesenia Zúñiga Cabeza** y **Mg. Moena Rafael Pucuhuaranga**. Motivo por el cual se agradece su apoyo invaluable a la formación profesional y científica de nuestros estudiantes.

Sin otro en particular me suscribo de usted, expresándole las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
Facultad de Ciencias de la Salud


DRA. MARIEL RUIZ BALVIN
DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL
DE PSICOLOGÍA

FORMULARIO DE GOOGLE FORMS

INVESTIGACIÓN - CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO.

*Obligatorio

ASENTIMIENTO Y CONSENTIMIENTO INFORMADO

La investigación tienen como objetivo identificar las creencias irracionales en estudiantes de una escuela profesional de psicología.

Tu participación es totalmente voluntaria y no será obligatorio rellenar estos cuestionarios si no lo deseas. La información recolectada es totalmente confidencial y anónimo

Revisar en el siguiente enlace los documentos de asentimiento y consentimiento informado.

<https://drive.google.com/file/d/1w5PYGEEQGaG704X2gXc-ajRkS8UNaMry/view>

Deseo participar en la investigación *

- SI
- NO

Siguiente

Página 1 de 3

Datos personales del participante

TE INFORMAMOS QUE ESTOS DATOS SOLO SON PARA LOS DOCUMENTOS DE ASENTIMIENTO Y CONSENTIMIENTO INFORMADO. LOS FORMULARIOS SE MANTENDRÁN EN EL ANONIMATO

APELLIDOS *

Tu respuesta

NOMBRES *

Tu respuesta

CICLO *

Tu respuesta

CARRERA PROFESIONAL *

Tu respuesta

LUGAR DE RESIDENCIA. *

Tu respuesta

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES

Albert Ellis

INSTRUCCIONES

Este inventario de creencias está dirigido para descubrir creencias irracionales particulares, las cuales contribuyen con la infelicidad y la tensión.

No es necesario pensar mucho en ninguna oración, marque su respuesta según crea conveniente.

Comience por la primera oración, asegúrese de marcar como Ud. Piensa en el momento presente acerca de la declaración o pregunta y no la manera en que Ud. Piensa que "debería Pensar".

1. Es importante para mí el que otras personas me aprueben *

SI

NO

2. Yo odio el fallar en cualquier cosa *

SI

NO

3. Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede *

SI

NO

EVALUACIÓN VIRTUAL

 (10)





-  
-  

Otras personas en la reunión (6)

-  
-  
-  
-  
-  
-  



The main meeting area features a dark background with a grid of video thumbnails. Each thumbnail is a circle with a white border. Some thumbnails show a person's video feed, while others are black with a white letter representing the participant's name. The visible initials are 'M', 'F', 'E', and 'B'. Below each video thumbnail is a horizontal bar with a red microphone icon and a red mute icon. At the bottom of the grid, there are two volume icons: a speaker icon on the left and a muted speaker icon on the right.

Detalles de la reunión

X

Personas (32)

Chat (1)

A horizontal bar at the top of the meeting interface displays a list of participants. Each participant is represented by a circular profile picture icon and a name. The visible names are 'G', 'Q', 'F', and 'C'. To the right of the bar, there are icons for 'Activar P...' and 'Ve a Configuración'.

Presentar ahora

A set of three circular control icons: a red circle with a white microphone icon, a red circle with a white video camera icon, and a red circle with a white screen icon.

Detalles de la reunión ^

Detalles de la reunión



Personas (41)



A 3x3 grid of video thumbnails on a dark background. The top-left thumbnail shows a person's video feed with a name label 'Maite Carrasco Araujo' and a microphone icon. The other eight thumbnails are either black circles with white letters (M, P, L) or empty circles. Each thumbnail has a red mute icon at the bottom.

Maite Carrasco Araujo 19:45

<https://forms.gle/JGhtfv6QD8HWSi5AE9>



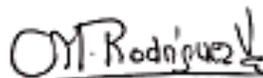
INFORME DE EVALUACIÓN – RECOLECCIÓN DE DATOS

A : Mg. RODRIGUEZ VALDEZ, Marlene
Docente de la Escuela Profesional de Psicología
DE : CARRASCO ARAUJO, María Teresa
VENTURA CATANO Evelyn
Bachilleres en psicología
ASUNTO : INFORME DE RECOLECCIÓN DE DATOS PARA TRABAJO DE
INVESTIGACIÓN
FECHA : Huancayo, 24 de agosto de 2020.

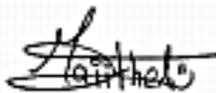
Por medio del presente, cumpla con informar que se ha procedido con la recolección de datos para el trabajo de investigación "Creencias irracionales en estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020". Teniendo acceso a 43 alumnos del primer ciclo sección A y B a cargo de la psicóloga Ps. RODRIGUEZ VALDEZ, Marlene quien nos añadió a un grupo virtual para la coordinación con los estudiantes, los cuales contestaron satisfactoriamente al Cuestionario de CREENCIAS IRRACIONALES – Ellis, bajo su consentimiento expreso.

Es cuanto informo para los fines convenientes.

Atentamente,



Ps. RODRIGUEZ VALDEZ, Marlene



Bach. CARRASCO ARAUJO, María Teresa
DNI: 76981084



Bach. VENTURA CATANO Evelyn
DNI: 48102141



UPLA
UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

INFORME DE EVALUACIÓN – RECOLECCIÓN DE DATOS

A : Ps. SINCHE RAMOS, Yolanda
Docente de la Escuela Profesional de Psicología
DE : CARRASCO ARAUJO, Maria Teresa
VENTURA CATAÑO Evelyn
Bachilleres en psicología
ASUNTO : INFORME DE RECOLECCIÓN DE DATOS PARA TRABAJO DE
INVESTIGACIÓN
FECHA : Huancayo, 24 de agosto de 2020.

Por medio del presente, cumpla con informar que se ha procedido con la recolección de datos para el trabajo de investigación "Creencias irracionales en estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020". Teniendo acceso a 17 alumnos del primer ciclo sección C a cargo de la psicóloga SINCHE RAMOS, Yolanda quien nos añadió a un grupo virtual para la coordinación con los estudiantes, los cuales contestaron satisfactoriamente al Cuestionario de CREENCIAS IRRACIONALES – Ellis, bajo su consentimiento expreso.

Es cuanto informo para los fines convenientes.

Atentamente,

Psc. SINCHE RAMOS, Yolanda

Bach. CARRASCO ARAUJO, Maria Teresa
DNI: 76981084

Bach. VENTURA CATAÑO Evelyn
DNI:48102141

INFORME DE EVALUACIÓN – RECOLECCIÓN DE DATOS

A : Ps. ALANIA CONCHA, María Isabel
Docente de la Escuela Profesional de Psicología

DE : CARRASCO ARAUJO, María Teresa
VENTURA CATANO Evelyn
Bachilleres en psicología

ASUNTO : INFORME DE RECOLECCIÓN DE DATOS PARA TRABAJO DE
INVESTIGACIÓN

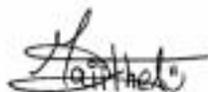
FECHA : Huancayo, 24 de agosto de 2020.

Por medio del presente, cumpla con informar que se ha procedido con la recolección de datos para el trabajo de investigación "Creencias irracionales en estudiantes universitarios de una escuela profesional de psicología de una Universidad Privada de Huancayo 2020". Teniendo acceso a 8 alumnos del primer ciclo sección D a cargo de la psicóloga Ps. ALANIA CONCHA, María Isabel quien nos añadió a un grupo virtual para la coordinación con los estudiantes, los cuales contestaron satisfactoriamente al Cuestionario de CREENCIAS IRRACIONALES – Ellis, bajo su consentimiento expreso.

Es cuanto informo para los fines convenientes.

Atentamente,

Ps. ALANIA CONCHA, María Isabel



Bach. CARRASCO ARAUJO, María Teresa
DNI: 76981084



Bach. VENTURA CATANO Evelyn
DNI:48102141

AUTORIZACION PARA LA INVESTIGACION

INFORME Nº 008 DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

A : Mg. Carlos Enrique Quispe Eulogio
Director de la Unidad de Investigación
DE : Ps. Paola Guerra Rojas
Revisor (a) de tesis o Docente responsable del eje de investigación
ASUNTO : INFORME DE REVISIÓN DE TESIS
FECHA : Huancayo, 08 de junio de 2020.

Por medio del presente, cumpro con informar que se ha procedido con la revisión de contenidos, diseño metodológico, procesamiento de datos, redacción, sistema de citas y referencias exigidas por la Universidad y de acuerdo al reglamento general de investigación, así como los derechos de propiedad intelectual contenidos en la legislación vigente del trabajo titulado:

**“CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE UNA ESCUELA
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
HUANCAYO 2020”**

Presentado por:

- Bach. Maria Teresa Carrasco Araujo
- Bach. Evelyn Ventura Cataño

Escuela Profesional:

Psicología

Luego del análisis correspondiente y subsanadas las observaciones, se emite el dictamen de opinión de asesoría siendo: APROBADO (X) DESAPROBADO () para continuar con los trámites correspondientes.

Es cuanto informo para los fines convenientes.

Atentamente,



Ps. Paola Guerra Rojas
Revisor (a) de tesis

REGLAMENTO GENERAL DE INVESTIGACION

CAPÍTULO IV **Ética de Investigación**

Art. 27°. PRINCIPIOS QUE RIGEN LA ACTIVIDAD INVESTIGATIVA

La actividad investigativa que se realiza en la Universidad Peruana Los Andes se rige por los siguientes principios:

a. Protección de la persona y de diferentes grupos étnicos y socio culturales.

La persona en toda investigación es el fin y no el medio, por ello se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la libertad, el derecho a la autodeterminación informativa, la confidencialidad y la privacidad de las personas involucradas en el proceso de investigación.

b. Consentimiento informado y expreso.

En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad informada, libre, inequívoca y específica, mediante la cual las personas como sujeto de investigación o titular de los datos consisten en el uso de la información para los fines específicos establecidos en los proyectos de investigación.

c. Beneficencia y no maleficencia.

En toda investigación debe asegurarse el bienestar e integridad de las personas que participan en las investigaciones. Por lo que, durante la investigación no se debe causar daño físico ni psicológico; asimismo se debe minimizar los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

d. Protección al medio ambiente y el respeto de la biodiversidad

Toda investigación debe evitar acciones lesivas a la naturaleza y a la biodiversidad, implica el respeto al conjunto de todas y cada una de las especies de seres vivos y de sus variedades, así como a la diversidad genética.

e. Responsabilidad

Los investigadores, docentes, estudiantes y graduados deberán actuar con responsabilidad en relación con la pertinencia, los alcances y las repercusiones de la investigación, tanto a nivel individual e institucional, como social.

f. Veracidad

Los investigadores, docentes, estudiantes y graduados deberán garantizar la veracidad de la investigación en todas las etapas del proceso, desde la formulación del problema hasta la interpretación y la comunicación de los resultados.

Así como el estricto cumplimiento de lo normado en el código de ética y el reglamento de propiedad intelectual.

Art. 28°. NORMAS DE COMPORTAMIENTO ÉTICO DE QUIENES INVESTIGAN

Los investigadores, docentes, estudiantes y graduados de la Universidad Peruana Los Andes cuando realizan su actividad investigadora deben regirse a las normas del Código de Ética de la Universidad, que son:

- a. Ejecutar investigaciones pertinentes, originales y coherentes con las líneas de investigación Institucional.
- b. Proceder con rigor científico asegurando la validez, la fiabilidad y credibilidad de sus métodos, fuentes y datos.
- c. Asumir en todo momento la responsabilidad de la investigación, siendo conscientes de las consecuencias individuales, sociales y académicas que se derivan de la misma.
- d. Garantizar la confidencialidad y anonimato de las personas involucradas en la investigación, excepto cuando se acuerde lo contrario.
- e. Reportar los hallazgos de la investigación de manera abierta, completa y oportuna a la comunidad científica; así mismo devolver los resultados a las personas, grupos y comunidades participantes en la investigación cuando el caso lo amerita.
- f. Tratar con sigilo la información obtenida y no utilizarla para el lucro personal, ilícito o para otros propósitos distintos de los fines de la investigación.
- g. Cumplir con las normas institucionales, nacionales e internacionales que regulen la investigación, como las que velan por la protección de los sujetos humanos, sujetos animales y la protección del ambiente.

- h. Revelar los conflictos de intereses que puedan presentarse en sus distintos roles como autor, evaluador y asesor.
- i. En las publicaciones científicas, deben evitar incurrir en las siguientes faltas deontológicas:
 - Falsificar o inventar datos total o parcialmente con fines de ajuste, tergiversar o sesgar los resultados de la investigación
 - Plagiar lo publicado por otros autores de manera total o parcial.
 - Incluir como autor a quien no ha contribuido sustancialmente al diseño y realización del trabajo
 - Publicar repetidamente los mismos hallazgos.
- j. No aceptar subvenciones o contratos de investigaciones que especifiquen condiciones inconsistentes con su juicio científico, con la Visión y Misión de la Universidad Peruana Los Andes, o que permitan a los patrocinadores vetar o retrasar la publicación académica, porque no están de acuerdo con los resultados.
- k. Publicar los trabajos de investigación en estricto cumplimiento al Reglamento de Propiedad Intelectual de la Universidad Peruana Los Andes y normas referidas a derecho de autor.

DECRETO SUPREMO



Decreto Supremo

Nº 087-2020-PCM

DECRETO SUPREMO QUE DISPONE LA PRÓRROGA DE LA SUSPENSIÓN DEL CÓMPUTO DE PLAZOS REGULADA EN EL NUMERAL 2 DE LA SEGUNDA DISPOSICIÓN COMPLEMENTARIA FINAL DEL DECRETO DE URGENCIA N° 026-2020, AMPLIADO POR EL DECRETO SUPREMO N° 076-2020-PCM Y DE LO DISPUESTO EN EL ARTÍCULO 28 DEL DECRETO DE URGENCIA N° 029-2020, AMPLIADO POR EL DECRETO DE URGENCIA N° 053-2020

EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA

CONSIDERANDO:

Que mediante Decreto Supremo N° 008-2020-SA se declaró la Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa (90) días calendario, y se dictaron medidas para la prevención y control para evitar la propagación del COVID-19;

Que, mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, publicado en el Diario Oficial El Peruano el 15 de marzo de 2020, se declaró el Estado de Emergencia Nacional por el término de quince (15) días calendario y se dispuso el aislamiento social obligatorio (cuarentena), por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19;

Que, como consecuencia de dicha declaratoria se dispuso la restricción del ejercicio de los derechos constitucionales relativos a la libertad y la seguridad personales, la inviolabilidad del domicilio, y la libertad de reunión y de tránsito en el territorio, estableciendo una serie de medidas para el ejercicio del derecho a la libertad de tránsito durante la vigencia del Estado de Emergencia Nacional; así como para reforzar el Sistema de Salud en todo el territorio nacional, para asegurar el suministro de bienes y servicios necesarios para la protección de la salud pública, entre otras medidas necesarias para proteger eficientemente la vida y la salud de la población, reduciendo la posibilidad del incremento del número de afectados por el COVID-19;

Que a través del Decreto Supremo N° 083-2020-PCM se prorroga el Estado de Emergencia Nacional declarado mediante Decreto Supremo N° 044-2020-PCM, ampliado temporalmente mediante los Decretos Supremos N° 051-2020-PCM, N° 064-2020-PCM y N° 075-2020-PCM; y precisado o modificado por los Decretos Supremos N° 045-2020-PCM, N° 046-2020-PCM, N° 051-2020-PCM, N° 053-2020-PCM, N° 057-2020-PCM, N° 058-2020-PCM, N° 061-2020-PCM, N° 063-2020-PCM, N° 064-2020-PCM, N° 068-2020-PCM y N° 072-2020-PCM, por el término de catorce (14) días calendario, a partir del lunes 11 de mayo de 2020 hasta el domingo 24 de mayo de 2020;

Que, mediante el numeral 2 de la Segunda Disposición Complementaria Final del Decreto de Urgencia N° 026-2020, publicado en el Diario Oficial El Peruano el 15 de marzo de 2020, se dispone la suspensión por treinta (30) días hábiles, contados a partir del día siguiente de su publicación, del cómputo de los plazos de tramitación de los procedimientos administrativos sujetos a silencio positivo y negativo que se encontraran

en trámite desde su entrada en vigencia, con excepción de aquellos que cuenten con un pronunciamiento de la autoridad pendiente de notificación a los administrados;

Que, la norma antes señalada dispone que el plazo de treinta (30) días puede ser prorrogado mediante Decreto Supremo refrendado por el Presidente del Consejo de Ministros;

Que, de otro lado, con fecha 20 de marzo de 2020, se publica en el Diario Oficial El Peruano, el Decreto de Urgencia N° 029-2020, que dicta medidas complementarias destinadas al financiamiento de la micro y pequeña empresa y otras medidas para la reducción del impacto del Covid-19 en la economía peruana, cuyo artículo 28 dispone la suspensión por treinta (30) días hábiles contados a partir del día siguiente de publicado el citado Decreto de Urgencia, del cómputo de los plazos de inicio y de tramitación de los procedimientos administrativos y procedimientos de cualquier índole, incluso los regulados por leyes y disposiciones especiales, que se encuentren sujetos a plazo, que se tramiten en entidades del Sector Público, y que no estén comprendidos en los alcances de la Segunda Disposición Complementaria Final del Decreto de Urgencia N° 026-2020; incluyendo los que se encuentran en trámite a la entrada en vigencia de la citada norma;

Que, mediante Decreto Supremo N° 076-2020-PCM, publicado en el Diario Oficial El Peruano el 28 de abril de 2020, se dispone la prórroga del plazo de suspensión del cómputo de los plazos de tramitación de los procedimientos administrativos sujetos a silencio positivo y negativo al amparo del numeral 2 de la Segunda Disposición Complementaria Final del Decreto de Urgencia N° 026-2020, Decreto de Urgencia que establece medidas excepcionales y temporales para prevenir la propagación del Coronavirus (COVID-19) en el territorio nacional, por el término de quince (15) días hábiles contados a partir del 29 de abril del 2020 hasta el 20 de mayo del 2020;

Que, con fecha 5 de mayo del 2020, se publica en el Diario Oficial El Peruano, el Decreto de Urgencia N° 053-2020 "Decreto de Urgencia que otorga un bono extraordinario al personal del Instituto Nacional Penitenciario, del Programa Nacional de Centros Juveniles, al personal del Ministerio de Defensa y al personal del Ministerio del Interior, por cumplir acciones de alto riesgo ante la emergencia producida por el COVID-19 y dicta otras disposiciones", cuyo artículo 12 señala que la prórroga por el término de quince (15) días hábiles, de la suspensión del cómputo de plazos de inicio y tramitación de los procedimientos administrativos y procedimientos de cualquier índole, incluso los regulados por leyes y disposiciones especiales, que se encuentran previstos en el artículo 28 del Decreto de Urgencia N° 029-2020, se cuenta a partir del 7 de mayo de 2020; facultándose la prórroga del plazo mediante Decreto Supremo refrendado por el Presidente del Consejo de Ministros;

Que, se ha visto por conveniente prorrogar la suspensión del cómputo de los plazos de tramitación referidos en los considerandos precedentes, en concordancia con las medidas de aislamiento social dispuestas por el gobierno con la declaratoria del Estado de Emergencia Nacional;

Decreto Supremo

De conformidad con lo establecido por el numeral 8) del artículo 118 de la Constitución Política del Perú, y la Ley N° 29158, Ley Orgánica del Poder Ejecutivo;

DECRETA:

Artículo 1. Prórroga de la suspensión del cómputo de plazos regulado en el numeral 2 de la Segunda Disposición Complementaria Final del Decreto de Urgencia N° 026-2020, ampliado por el Decreto Supremo N° 076-2020- PCM

Prorrogar hasta el 10 de junio del 2020 la suspensión del cómputo de los plazos de tramitación de los procedimientos administrativos sujetos a silencio positivo y negativo que se encuentren en trámite a la entrada en vigencia de la presente norma, regulado en el numeral 2 de la Segunda Disposición Complementaria Final del Decreto de Urgencia N° 026-2020, ampliado por el Decreto Supremo N° 076-2020-PCM.

Artículo 2. Prórroga de la suspensión del cómputo de plazos regulado en el artículo 28 del Decreto de Urgencia N° 029-2020 ampliado por el Decreto de Urgencia N° 053-2020

Prorrogar hasta el 10 de junio del 2020 la suspensión del cómputo de plazos de inicio y tramitación de los procedimientos administrativos y procedimientos de cualquier índole, incluso los regulados por leyes y disposiciones especiales previstos en el artículo 28 del Decreto de Urgencia N° 029-2020, ampliado por el Decreto de Urgencia N° 053-2020.

Las entidades de acuerdo a lo dispuesto en el numeral 12.2 del artículo 12 del Decreto de Urgencia N° 053-2020 están facultadas a aprobar mediante resolución de su titular, el listado de procedimientos que no se encuentra sujeto a la suspensión de plazos.

Artículo 3. Refrendo

El presente Decreto Supremo es refrendado por el Presidente del Consejo de Ministros.

Dado en la Casa de Gobierno, en Lima, a los diecinueve días del mes de mayo del año dos mil veinte.



MARTÍN ALBERTO VIZCARRA CORNEJO
Presidente de la República



VICENTE ANTONIO ZEBALLOS SALINAS
Presidente del Consejo de Ministros