



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

CREENCIAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DE  
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE SAN JUAN DE  
LURIGANCHO, LIMA 2019

**Línea de investigación:**

**Salud mental**

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología con  
mención en Psicología Clínica

**Autor:**

Bazán Vargas, Joseph Ricardo

**Asesora:**

Henostroza Mota, Carmela Reynalda  
(ORCID: 0000-0003-3762-3247)

**Jurado:**

Valdez Sena, Lucia Emperatriz  
Castillo Gómez, Gorki Baldomero  
Hervias Guerra, Edmundo Magno

**Lima - Perú**

**2021**

**Referencia:**

Bazán, J. (2021). *Creencias irracionales y autoconcepto en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, Lima 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/5366>



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada (CC BY-NC-ND)**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede generar obras derivadas ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**CREENCIAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO EN ALUMNOS DE  
SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE SAN JUAN  
DE LURIGANCHO, LIMA 2019**

**Línea de investigación:**

**Salud Mental**

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología con mención en  
Psicología Clínica

**Autor:**

Bazán Vargas, Joseph Ricardo

**Asesora:**

Henostroza Mota, Carmela Reynalda

(ORCID: 0000-0003-3762-3247)

**Jurado:**

Valdez Sena, Lucia Emperatriz

Castillo Gómez, Gorki Baldomero

Hervias Guerra, Edmundo Magno

Lima – Perú

2021

### **Dedicatoria**

A Dios que no se olvida de nadie, a mi familia que me acompaña siempre y a mis amigos, por su terquedad en seguir a mi lado en todo momento.

## **Agradecimiento**

Agradezco a Dios que no permitió que mi esperanza muera, ni el desánimo sea más fuerte que su propósito.

A mi familia, mis padres: Alfonso e Hilda, por su apoyo incondicional y mis hermanos: Jubert, Oryeli, Billi, Roger y Katherina, por, sin saberlo, animarme a seguir adelante.

A mi alma mater, la Universidad Nacional Federico Villarreal; por darme la oportunidad de ser un profesional en el área de la Psicología.

A mi asesora Carmela Henostroza, que con su ayuda, paciencia y dedicación llevo a buen puerto la presente investigación.

Y a todos aquellos que, con su oración y apoyo, hicieron posible el culminar la presente investigación. En especial, un agradecimiento a Juan Carlos Orihuela, Carlos Valladolid y Judith Torres, su motivación y compromiso, fueron de inspiración para el logro de mis objetivos.

## Índice

Portada	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Resumen	vi
Abstrac	vii
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>08</b>
1.1 Descripción y formulación del problema	09
1.2 Antecedentes	15
1.3 Objetivos	22
1.4 Justificación	23
1.5 Hipótesis	24
<b>II. MARCO TEÓRICO</b>	<b>29</b>
2. Bases Teóricas	26
2.1 Creencias Irracionales	26
2.1.1 Conceptualización de las Creencias Irracionales	26
2.1.2 Las Creencias Irracionales	27
2.2 Autoconcepto	33
2.2.1 Conceptualización del Autoconcepto	33
2.2.2 Modelos Explicativos del Autoconcepto	35
2.2.3 Dimensiones del Autoconcepto	38
2.2.4 Importancia del Autoconcepto en la Adolescencia	40
2.3 Autoconcepto y Creencias Irracionales	42

III.	MÉTODO	44
	3.1 Tipo de Investigación	44
	3.2 Ámbito Temporal y espacial	44
	3.3 Variables	44
	3.3.1 Operacionalización de las Variables	45
	3.4 Población y Muestra	48
	3.5 Instrumentos	49
	3.6 Procedimientos.	55
	3.7 Análisis de Datos	56
	3.8 Consideraciones Éticas	56
IV.	RESULTADOS	58
	4.1 Análisis descriptivo	58
	4.1.1 Análisis descriptivo de la variable creencias irracionales	58
	4.1.2 Análisis descriptivo de la variable autoconcepto	59
	4.2 Análisis de correlación	61
V.	DISCUSIÓN DE RESULTADO	66
VI.	CONCLUSIONES	74
VII.	RECOMENDACIONES	76
VIII.	REFERENCIAS	77
IX.	ANEXOS	85

**Creencias irracionales y autoconcepto en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.**

**Joseph Ricardo Bazán Vargas**

**Universidad Nacional Federico Villarreal**

**RESUMEN**

El objetivo de la presente fue determinar la relación que existe entre las creencias irracionales y el autoconcepto en estudiantes de secundaria del distrito de San Juan de Lurigancho. Se siguió un tipo de investigación cuantitativo, descriptivo- correlacional; la muestra estuvo conformada por 316 estudiantes de 1ro a 5to de secundaria, cuyas edades estaban comprendidas entre 12 y 19 años. Se emplearon como instrumentos el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) y la Escala de Autoconcepto Forma 5 (AF - 5). Se halló una relación estadísticamente significativa, de tamaño moderado y negativa entre las creencias irracionales y el autoconcepto ( $Rho = -.394$ ,  $p < .001$ ). Además, se encuentra que solo 4, de los 6 tipos de creencias irracionales, correlacionan con las 5 dimensiones del autoconcepto. Se concluye que, existe relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto.

Palabras Clave: Creencias Irracionales, autoconcepto, adolescencia.

**Irrational beliefs and self-concept in high school students of a public educational institution in San Juan de Lurigancho, Lima 2019.**

**Joseph Ricardo Bazán Vargas**

**Universidad Nacional Federico Villarreal**

**ABSTRACT**

The objective of this paper was to determine the relationship between irrational beliefs and self-concept in high school students from the San Juan de Lurigancho district. A type of quantitative, descriptive-correlational research was followed; The sample consisted of 316 students from 1st to 5th grade of secondary school, whose ages ranged from 12 to 19 years. The Form A Opinion Registry (REGOPINA) and the Form 5 Self-Concept Scale (AF-5) were used as instruments. A statistically significant relationship was found, of moderate size and inversely proportional between irrational beliefs and self-concept ( $Rho = -.394$ ,  $p < .001$ ). In addition, it is found that only 4, of the 6 types of irrational beliefs, correlate with the 5 dimensions of self-concept. It is concluded that there is a relationship between irrational beliefs and self-concept

Key Words: Irrational Beliefs, self-concept, adolescence.

## I. INTRODUCCIÓN

En la presente investigación, se busca establecer la relación existente entre las creencias irracionales y el autoconcepto. Constructos asociados a diversas dimensiones del quehacer humano, por una parte, las creencias irracionales, parten de un modelo teórico que busca comprender y explicar el comportamiento humano, dando relevancia a la interpretación que se crea de los acontecimientos externos para explicar el malestar emocional. Por otro lado, el autoconcepto, teoriza que el ser humano genera una percepción de sí mismo en diferentes áreas, el cual se alimentara de las experiencias vividas, sean éstas positivas o negativas. Ambos constructos, han sido estudiados en su relación con la salud mental y el éxito en diversas áreas.

En un contexto, donde la importancia de la salud mental se ve reflejada en las consecuencias perniciosas que año con año van sumando, el estudio de dichas variables aporta información relevante para comprender mejor su influencia. Y si nos referimos al ámbito escolar, sobre todo en su interacción con la adolescencia; La depresión, ansiedad, bajo rendimiento escolar, conductas de consumo entre otros, son algunas variables con quien las creencias irracionales y el autoconcepto tienen relación. Dada la escases de investigaciones que encaren la relación entre dichos constructos en adolescentes, el presente estudio busca contribuir con un antecedente más para quienes desean ampliar el conocimiento de ambas variables. Además de sumar evidencia de validez y confiabilidad de los instrumentos empleados en su medición.

El estudio es presentado en VIII capítulos; el primer capítulo aborda la descripción y formulación del problema, los antecedentes los objetivos, justificación e hipótesis. El segundo capítulo versará sobre las bases teóricas del estudio, definiendo las creencias irracionales y el autoconcepto. El tercer capítulo contendrá la metodología de investigación, incluyendo el tipo de investigación, su ámbito, la definición de las variables, población y muestra, instrumentos,

análisis de datos y aspectos éticos. El cuarto capítulo presentará los resultados del procesamiento de la información obtenida. En el quinto capítulo se discutirá lo hallado en los resultados, en el sexto capítulo se presentará las conclusiones, en el séptimo las recomendaciones y en el octavo las referencias bibliográficas consultadas.

### **1.1. Descripción y formulación del problema**

Según la Encuesta Mundial de Salud a Escolares (GSHS) elaborada por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), algunas de las áreas clave asociadas a factores de protección y riesgo entre los jóvenes son: el consumo de alcohol, comportamiento en cuanto a drogas, el consumo de tabaco, la violencia y lesiones no intencionadas, la salud mental, entre otros. Tomando en cuenta que gran parte de la etapa escolar se traslapa con la adolescencia, que para la OMS abarca desde los 10 a 19 años, obtienen realce ciertos temas, que podrían poner en riesgo el adecuado desenvolvimiento del escolar adolescente.

Según la OMS (2020), promover el bienestar de los adolescentes en cuanto a su sentir, pensar y actuar; procurando el desarrollo de todo su potencial, es clave para su salud física y mental en la edad adulta. Objetivo que resalta un contexto en el que, entre el 10 y 20 por ciento de adolescentes, sufre de algún trastorno mental; haciéndolos más susceptibles a exclusión social, discriminación, estigmatización, dificultades educativas, comportamientos de riesgo, mala salud física y transgresión de los derechos humanos.

Hablar de salud mental resulta clave para el bienestar personal y el adecuado desarrollo del adolescente. No abordar los problemas mentales en la adolescencia, afectará directamente el bienestar en la adultez, limitando oportunidades de llevar una vida satisfactoria (OMS, 2020).

Es cierto que malestar emocional es parte inherente del ser humano y que las experiencias que vivimos pueden resultar desagradables, inconvenientes, perjudiciales y ocurrir sin previo aviso suscitando una serie de respuestas diferentes en cada persona. Esta respuesta puede ser productiva, y ayudar a la resolución y/o afronte de dicha situación, generando en la persona bienestar; pero también, puede ser improductiva, dando lugar a reacciones desproporcionadas, inconsistentes que, de forma general, producen mayor malestar. Según Ellis (2005), una persona con sentimientos inadecuados, que actúa de forma poco productiva o dañina, y que la lleva a experimentar regularmente ansiedad o depresión, puede ser catalogada como neurótica. Y, desde este punto de vista, de alguna manera podríamos afirmar que casi todos actuamos de forma neurótica en algún momento, llegando a reaccionar de manera inadecuada ante situaciones inconvenientes.

Para la Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC), desarrollada por Albert Ellis en la década de los 50, la clave del malestar emocional estriba la forma en que interpretamos los acontecimientos y no en ellos mismos; Ellis (1962, como se citó en Castanedo, 2008) menciona que los trastornos emocionales y psicológicos provienen en su mayoría de la manera ilógica o irracional de pensar, y son adquiridos a través de tres agentes principales: los padres, la sociedad y la autosugestión; aunque toma en cuenta también la predisposición biológica como factor importante. Además, denomina a esta cognición ilógica y que conduce a conductas autodestructivas, Creencia Irracional (CI), la cual se enmarca en un enfoque de intervención más amplio, la Terapia Cognitiva Conductual.

La TREC, plantea el modelo ABC para explicar el trastorno emocional y el pensamiento irracional; según dicho modelo, (A) representa los sucesos que funcionan como activadores, los cuales sirven como preludeo a (C), consecuencias cognitivas, emocionales y conductuales de (A). Además, estos (A), casi siempre interactúan o incluyen creencias, cogniciones,

pensamientos e ideas (B), que tienen gran influencia sobre sus consecuencias (C) cognitivas, conductuales y emocionales; por ende, también sobre las perturbaciones emocionales (Ellis y Grieger, 1990). El modelo contempla también que uno de los mejores métodos para ayudar a mitigar o eliminar las perturbaciones emocionales es el discutir (D) esas creencias irracionales hasta que lleguen a una nueva forma de pensar y sentir (E) que lleve a actuar de modo más racional.

Para la TREC, el foco principal de intervención se encontraría en el punto B del modelo antes mencionado, el cual haría referencia al sistema de creencias que motiva la conducta de las personas en general (Rojas, 2007); éstas pueden ser creencias racionales, siendo productivas y acordes a la realidad objetiva o creencias irracionales (CI), caracterizándose por ser falsas, es decir, no coinciden con la realidad, se expresan como demandas, necesidades o deberes y llevan a emociones inadecuadas como por ejemplo la depresión y la ansiedad. Finalmente, no ayudan a conseguir los objetivos personales. En definitiva, este tipo de creencias propician conductas destructivas para la sociedad y para el individuo (Ellis y Bernard, 1990, como se citó en Aguinaga, 2011).

Durante el trabajo de Ellis, y desarrollo de la TREC, se identificaron hasta 12 creencias irracionales, cada una con una temática específica: 1) La necesidad del ser humano de ser amado y aceptado por toda persona significativa. 2) El deber de ser competente en todos los aspectos posibles. 3) El creer que las personas malas deben ser castigadas. 4) El creer que es catastrófico que las cosas no sean como uno espera. 5) Tomar como causante del sufrimiento variables externas, ante las cuales no podemos actuar. 6) El estar a la expectativa de las cosas que podrían resultar peligrosas, ante las cuales debemos estar terriblemente inquietos. 7) El creer que es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades o dificultades. 8) La necesidad de depender de los demás o alguien más fuerte que uno. 9) El pensar que no puede superarse

la influencia del pasado. 10) Debemos sentirnos preocupados por las perturbaciones de los demás. 11) El creer que debemos buscar la solución perfecta a las dificultades humanas. 12) La felicidad máxima se consigue con la inactividad. Posteriormente dichas creencias fueron agrupadas tomando en cuenta la distinción entre contenido y proceso, entendiéndose por contenido el tema donde lo irracional o exigencias rígidas es preponderante: aprobación/aceptación, perfeccionismo/éxito y comodidad/justicia. Por otra parte, el proceso incluye las tres inferencias principales: condenación o evaluación global, tremendismo o catastrofismo y baja tolerancia a la frustración (Lega et al., 2017).

A partir del planteamiento de Ellis, se desarrollaron estudios e instrumentos, con el fin de identificar y medir dichas creencias irracionales. En el Perú, Guzmán desarrolla una investigación en adolescentes, donde identifica a 6 creencias, como “las más importantes ideas irracionales responsables de la mayor parte de los desajustes emocionales y conductuales” (Guzmán, 2009, p. 3). En estudios más recientes en nuestro contexto, se ha encontrado relación de estas 6 creencias irracionales con variables como el clima social familiar y la hostilidad en adolescentes (Ricas, 2016; Lumbre, 2017), corroborando su influencia sobre aspectos importantes en dicha etapa de vida.

Como ya se mencionó, una creencia irracional se adquiere a través de tres agentes principales, los padres, la sociedad y la autosugestión. Cada uno de ellos, de forma general, tendrá influencia en el desarrollo del ser humano según la etapa de vida en que se encuentre. A nivel cognitivo, no solo estimularán su percepción del mundo, sino también en cómo se autopercibe en el mundo, cómo establece su autoconcepto.

El autoconcepto es definido como el conjunto de pensamientos y sentimientos que posee una persona y que hacen referencia a sí mismo como un objeto (Rosenberg, 1979, como se citó en García y Musitu, 2014). Este constructo, ha mostrado tener relación con diversos

trastornos de salud mental, bajo rendimiento académico, capacidad de aprendizaje, habilidades sociales y dificultades de conducta en el trabajo o en el ámbito educativo (Chávez, Correa, Klein y Macías, 2017; Caldera, Reynoso, Angulo, Cadena y Ortiz, 2018; Gálvez, 2019; Candio, 2019 y Yábar, 2019). De forma general, resulta de gran relevancia su estudio, dada su estrecha relación con el comportamiento de las personas, así como con determinadas cogniciones (Galindo, 2019).

Siguiendo una conceptualización multidimensional, podemos decir que existen tipos de autoconcepto: familiar, social, emocional, físico y académico/laboral. El autoconcepto familiar hará referencia a como la persona se define en cuanto a su integración al grupo familiar; el autoconcepto social centrará su atención en la percepción que tiene el individuo de sus relaciones sociales; el autoconcepto emocional, se definirá como la percepción de la persona en cuanto a su estado emocional y reacciones ante determinadas situaciones; el autoconcepto físico, dará relevancia a la percepción del aspecto físico y la condición física y el autoconcepto académico, se referirá a la calidad del desempeño académico y laboral (García y Musito, 2014).

El estudio de ambos constructos, las creencias irracionales y el autoconcepto, obtienen realce dada su relación con el malestar emocional y su repercusión en la toma de decisiones en la búsqueda del bienestar personal de los escolares adolescentes. Más aun, tomando en cuenta un contexto en el que, según la OMS (2020), gran parte de los problemas de salud mental tienden a hacer su aparición al final de la infancia e inicios de la adolescencia; además de ser la principal causa del aumento de morbilidad en jóvenes. Donde el 20 % de los adolescentes en el mundo manifiestan problemas mentales o de comportamiento, siendo la depresión una de las causas del aumento de la morbilidad mundial entre jóvenes de 15 a 19 años (Fondo de las naciones Unida para la Infancia, 2019).

En el Perú, según el Ministerio de Salud, se ve reflejada parte de las cifras mencionadas, donde los padecimientos neuropsiquiátricos representan el 17,5% del volumen total de enfermedad, generando 33,5 años de vida saludable perdidos por cada mil habitantes (MINSA, 2014, como se citó en MINSA, 2018). Además, se estima que existen 295 mil personas con limitaciones para relacionarse a nivel social, teniendo como causantes dificultades en sus pensamientos, sentimientos, emociones o conducta. De esta cifra, 200 mil presentan discapacidad moderada a severa (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2014).

En otros estudios epidemiológicos de salud mental en el Perú, se ha encontrado que, al año, el 20,7% de la población por encima de 12 años padece algún trastorno mental; de los cuales los más frecuentes son episodios depresivos (MINSA, 2018). Y, según el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Hideyo Noguchi” [INSM“HD-HN”] (2012), en un estudio realizado en el 2007 en Lima metropolitana y el Callao, de los adolescentes entre 11 y 14 años, el 14,7% y, de los adolescentes entre 15 y 18 años, el 16,3%; presentan problemas emocionales y conductuales que puede ser diagnosticados.

Finalmente, si nos referimos a las atenciones en salud mental, en los centros de salud mental comunitarios implementados desde el 2016 en diversas regiones del país, resalta el hecho de que casi el 70% de beneficiarios sean niños y jóvenes menores de 18 años (Sausa, 2018).

Siendo la etapa escolar y la adolescencia oportunidades para la afirmación del sí mismo, y donde según lo mencionado antes, hacen su aparición la mayoría de los trastornos de salud mental, considero relevante formular la siguiente interrogante.

### **Formulación del Problema**

¿Existe relación entre las Creencias Irracionales y el Autoconcepto en alumnos de educación secundaria, de la Institución Educativa Pública 0090 “Daniel Alcides Carrión” de

San Juan de Lurigancho?

## **1.2. Antecedentes**

### ***1.2.1 Antecedentes Internacionales***

Benalcázar (2017) busco identificar la relación existente entre las creencias irracionales y el autoconcepto en personas con discapacidad física adquirida, de la ciudad de Riobamba Ecuador. La muestra estuvo conformada por 15 participantes cuyas edades oscilaban entre los 15 y 75 años. El tipo de investigación fue cuantitativo, de alcance descriptivo, diseño no experimental y corte transversal. Se emplearon, la Escala de Autoconcepto Forma 5" - AF5 (2014) y el Registro de Opiniones de Albert Ellis (2015). En el procesamiento de la información se tomaron en cuenta medidas como mediana, modas, frecuencias además de pruebas de normalidad; obteniendo como resultado que existe patología en 6 de las 10 ideas irracionales, siendo las que mayor predominan la 1 (para ser humanos es imprescindible ser amado o aceptado por cualquier otro miembro relevante del círculo) y la 9 (un suceso pasado es un decisivo determinante de la conducta presente, porque si algo nos afectó sobremanera una vez en la vida debe continuar perturbándonos indefinidamente) en iguales porcentajes 26.7%. Así mismo, se identifica autoconcepto bajo entre las esferas: emocional 60,0%, física 26,7%, familiar 13,3%, y social 6,7%, sin existir problemática a nivel académico. La correlación de las variables con la prueba de Tau\_ de Kendall, estableció la existencia de una relación no significativa en todas las pruebas de correlación, siendo realizadas entre las variables y factores como edad, género, escolaridad y temporalidad de discapacidad. Concluyendo que no existe correlación entre creencias irracionales y autoconcepto.

En el 2016, Velásquez realizó una investigación, tomando como variables las creencias irracionales y el autoconcepto en mujeres del área rural de Quetzaltenango, Guatemala. Tuvo como objetivo determinar la incidencia de las ideas irracionales en el autoconcepto, de una

muestra de 50 mujeres cuyas edades oscilaron entre 20 y 45 años de edad, que vivían en el cantón de Xecaracoj. El tipo de investigación fue no experimental, de alcance descriptivo. Los instrumentos empleados para la investigación fueron: el cuestionario de creencias irracionales (versión abreviada según Calvete y Cardeñoso, 1999) y la prueba AF-5. Para el análisis de datos, se emplearon indicadores de frecuencia, porcentaje y media. Obtuvo como resultado, que existe incidencia de 4, de las 10 ideas irracionales en el autoconcepto, presentándose que las ideas irracionales (culpabilidad, dependencia, evitación de problemas e irresponsabilidad emocional) influyen en el autoconcepto (social, emocional y familiar); encontrándose además una percepción positiva en el autoconcepto físico y laboral.

Medrano, Galleano, Galera y Del Valle (2010) realizaron una investigación en ingresantes universitarios de la ciudad de Córdoba, Argentina; con el objetivo de examinar la relación entre creencias irracionales, rendimiento y deserción universitaria. La muestra estuvo conformada por 31 ingresantes de la carrera de psicología, cuyas edades se encontraban entre los 17 y los 53 años. El diseño fue de tipo no experimental. Como instrumentos de recolección de datos, se optó por conseguir las recomendaciones de Goldenhersch et al. (2006), de evaluar las creencias de una manera más fidedigna a través de preguntas abiertas. A partir de ello se elaboró una entrevista estructurada con 10 preguntas abiertas para luego realizar un análisis de contenido de las mismas. Luego se solicitó a jueces expertos que realizaran una evaluación de la racionalidad de cada respuesta considerando los criterios estipulados por Ellis (2000); finalmente los datos del rendimiento académico y la deserción de los estudiantes se obtuvieron de los registros de la facultad. De manera que no se obtuvo una correlación significativa con el rendimiento académico ( $\rho = -.17$ ;  $p > .5$ ), Y sí se observó que los estudiantes que abandonaban la universidad presentaban mayores creencias irracionales ( $U = 28.00$ ;  $Z = 2.24$ ;  $p < .05$ ).

Ferrel, Gonzáles y Padilla (2013) realizaron un estudio sobre las creencias irracionales

y los esquemas mal adaptativos tempranos (EMT) en homosexuales de la ciudad de Santa Marta, en Colombia. El objetivo de la investigación fue establecer o no la existencia y relación de esquemas mal adaptativos tempranos e ideas irracionales. El diseño de investigación fue no experimental, transversal, de alcance descriptivo correlacional. La muestra estuvo comprendida por 196 homosexuales, cuyas edades oscilaban entre 25 y 40 años. Los instrumentos empleados fueron el IBT (Irrational Beliefs Test), de Jones, R.G. (1968); y el Young Schema Questionnaire Long Form – 2nd edition, de Young (1990), validado para la población colombiana. Para el procesamiento y análisis de la información se emplearon estadísticos descriptivos y la prueba Chi-Cuadrado. No se halló presencia significativa de creencias irracionales, además se encontraron dos EMT que prevalecen: entrapamiento e inhibición emocional. Se estableció además que la creencia irracional de mayor puntuación no se asocia con los EMT encontrados. Influencia del Pasado e Inhibición emocional ( $\chi^2=1,452$ ;  $p = .146$ ) e Influencia del pasado y entrapamiento ( $\chi^2=,340$ ;  $p = .331$ ).

Huerta y Alcázar (2014) en una investigación desarrollada en la ciudad de Puebla, México; tomaron como variables la inteligencia y las ideas irracionales en estudiantes universitarios. El objetivo, fue conocer la relación que existe entre el puntaje del coeficiente intelectual, y las creencias irracionales. La muestra estuvo conformada por 28 estudiantes universitarios de una institución pública de la comunidad de Huejotzingo, Puebla (México). El diseño de investigación fue no experimental, transversal, de tipo descriptivo correlacional. Se aplicó la escala abreviada de pensamientos irracionales de Albert Ellis (EAPI), la prueba de inteligencia WAIS-III y un cuestionario de información general con datos sociodemográficos. Los resultados se analizaron por medio de medidas de frecuencia y correlaciones (*rho* de Spearman). Se obtuvieron en general calificaciones de CI y puntuaciones EAPI que indicaron gran variabilidad entre las puntuaciones. En total se obtuvieron 315 correlaciones, de las cuales sólo 5 apoyaron significativamente a la hipótesis con valores *rho* de Spearman entre -.42 y -

.69 y valores de significancia entre .005 y .001. En conclusión, se encontró poca evidencia de la relación entre ambas variables.

Caldera, Reynoso, Angulo, Cadena y Ortiz (2018) llevaron a cabo una investigación en la ciudad de Jalisco, México. El objetivo de dicho estudio fue estudiar la relación entre las habilidades sociales y el autoconcepto en estudiantes universitarios, pertenecientes a una institución tecnológica del estado de Jalisco. El diseño de la investigación fue no experimental, de corte transversal, de tipo descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por 482 estudiantes, con una edad promedio de 21 años, la muestra fue de tipo no probabilístico incidental. Los instrumentos empleados fueron: la escala de Habilidades Sociales (EHS; Gismero, 2000) y la escala de autoconcepto AF5 (García y Musitu, 2014). Para el análisis de los datos se emplearon estadísticos descriptivos y bivariados ( $r$  de Pearson y  $T$  de student). Los resultados indicaron una correlación moderada y positiva entre las creencias irracionales y los puntajes totales de autoconcepto ( $r = .339$  a  $.597$ ), además de diferencias significativas según sexo en las puntuaciones de autoconcepto. Concluyendo que existe asociación entre ambas variables.

Chávez, Correa, Klein y Macías (2017) desarrollaron una investigación tomando como variables la sintomatología depresiva, la ideación suicida y el autoconcepto en niños del estado de Guanajuato, México. El objetivo fue describir la relación entre depresión y autoconcepto, en una muestra de 217 niños escolarizados del estado de Guanajuato, cuyas edades oscilaban entre 9 y 13 años. El estudio fue de diseño no experimental, transversal, de tipo descriptivo correlacional. Para el análisis de la información se emplearon puntajes de frecuencia, prueba de normalidad y coeficientes de relación de Spearman y Pearson. Los instrumentos empleados fueron: el Inventario de Depresión Infantil ([CDI], adaptación de Del Barrio y Carrasco en el 2004) y el Cuestionario de Autoconcepto General ([AC], García – Torres, 2001). Los

resultados arrojaron niveles de correlación moderados y significativos entre el autoconcepto y la sintomatología depresiva (CDI y AC Físico,  $\rho = -.46$  y  $p < .001$ ; CDI y AC social,  $\rho = -.05$  y  $p < .001$ ; CDI y AC Familiar,  $\rho = -.59$  y  $p < .001$ ; CDI y AC Intelectual,  $\rho = -.52$  y  $p < .01$ ; CDI y AC Personal,  $\rho = -.61$  y  $p < .001$  y CDI y AC Control,  $\rho = -.49$  y  $p < .001$ ).

### **1.2.2. Antecedentes Nacionales**

Gálvez en el 2019, realizó una investigación en la ciudad de Trujillo, Perú; sobre las creencias irracionales y el autoconcepto en estudiantes universitarios. El objetivo de la investigación fue establecer la relación entre ambas variables, tomando como muestra un total de 371 estudiantes cuyas edades oscilaban entre 18 y 25 años. El diseño de investigación fue no experimental, transversal; de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron: el cuestionario de autoconcepto forma 5 - AF5 de García y Musitu, adaptado por Bustos en el 2015; y el test de creencias irracionales (TCI), de Calvete y Cardeñoso (1999), adaptado para la investigación realizada. Los estadísticos empleados fueron el coeficiente de correlación de Spearman, y medidas de frecuencia. En cuanto a resultados, hallaron evidencia de correlación inversa con tamaño de efecto de magnitud pequeña ( $\rho$  entre  $-.11$  y  $-.27$ ), entre ambas variables.

Lumbre (2017) realizó un estudio en la ciudad de Lima, Perú; con el objetivo de determinar la relación que existe entre las creencias irracionales y la hostilidad/cólera en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas. La muestra estuvo conformada por 380 estudiantes entre 13 y 17 años, el diseño fue de tipo no experimental y de alcance descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron el inventario de creencias irracionales para adolescentes (Guzmán, 2009) y el inventario multicultural de la expresión de la cólera-hostilidad. Hallándose que existe correlación entre la creencia 3 ( $p < .05$ ,  $r = 0.127$ ) y la creencia 5 ( $p < .05$ ,  $r = 0.139$ ) con respecto al control de la cólera manifiesta.

Existe correlación entre la creencia 3 ( $p < .05$ ,  $r = 0.102$ ) y la creencia 5 ( $p < .05$ ,  $r = 0.123$ ) con respecto al control de la cólera contenida. Se estableció que existe correlación entre la creencia 5 y la expresión de la cólera ( $p < .05$ ,  $r = -.102$ ). Por lo tanto, se concluye que aquellos estudiantes del estudio que presentan mayores creencias irracionales presentan mayores niveles de hostilidad/cólera.

Campos (2019) realizó un estudio en Chiclayo con el objetivo de determinar la relación que existe entre las ideas irracionales y las dimensiones de la personalidad en adolescentes de una institución educativa. Se empleó una muestra no probabilista de tipo intencional de 100 estudiantes de 5to grado de secundaria. El diseño de investigación fue no experimental, de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron el inventario de personalidad de Eysenck y el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA). Hallándose como resultado la existencia de correlación estadísticamente significativa entre las ideas irracionales y las dimensiones de personalidad: Neuroticismo ( $Rho = .263$ ,  $p < .05$ ) y Psicoticismo ( $Rho = .203$ ,  $p < .05$ ). Además, la dimensión de personalidad predominante fue la extraversión en mujeres.

Requejo (2018) realiza una investigación en Lima, con el objetivo de establecer la relación existente entre las creencias irracionales y la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una institución educativa de San Martín de Porres. La muestra estuvo comprendida por 333 estudiantes con edades comprendidas entre 11 y 18 años. El diseño fue no experimental, transversal de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) y el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes (CAPI-A). Los resultados indican que existe relación altamente significativa, directa y positiva entre las creencias irracionales y la agresividad premeditada ( $r=.438$ ,  $p < .05$ ).

Correa (2019) desarrollo una investigación en la ciudad de Tarma, Perú; tomando como

variables de estudio la procrastinación general y las creencias irracionales. El objetivo del estudio fue determinar la relación entre ambas variables, en una muestra de 201 estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de la Provincia de Tarma. Los instrumentos empleados fueron, la escala de Procrastinación general (EPG; Busko, 1998) y el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA; Guzmán, 2009). El diseño de investigación fue no experimental, transversal; de tipo descriptivo correlacional. Se emplearon estadísticos descriptivos, de normalidad y no paramétricos. Se hallaron coeficientes de relación débiles y moderadas ( $\rho = .087$  a  $.674$ ) y en su mayoría niveles de significancia adecuados ( $p < .05$ ). Se concluye que existe una relación significativa entre la procrastinación general y las creencias irracionales.

En la investigación desarrollada por Candio (2019) en Lima, Perú; se tomó como población a los estudiantes de la carrera de administración de una universidad privada. Las variables de estudio fueron el autoconcepto y los estilos de aprendizaje y, el objetivo fue determinar si existe relación entre dichas variables en una muestra de 815 estudiantes universitarios de la modalidad adultos, de la carrera de administración de una universidad particular. El diseño de la investigación fue no experimental, transversal; de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Honey – Alonso (CHAEA) y el Test Multidimensional de Autoconcepto AF5 de García y Musitu. Para el análisis de la información se emplearon estadísticos descriptivos, de correlación ( $\rho$  de Spearman) y comparación (U de Mann Whitney) y los resultados arrojaron correlaciones significativas entre el total de estilos de aprendizaje con autoconcepto físico ( $r = .10, p < .05$ ), entre autoconcepto académico y estilo teórico ( $r = .10, p < .05$ ), autoconcepto físico y estilo pragmático ( $r = .10, p < .05$ ), siendo, además, los tres resultados estadísticamente significativos a un nivel de confianza del 95%.

Yábar en el 2019, exploró la relación entre el autoconcepto y el rendimiento en estudiantes preuniversitarios de Lima, Perú. El objetivo fue determinar la correlación entre ambas variables en una muestra de 360 estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, cuyas edades oscilaban entre 16 y 25 años. El diseño de la investigación fue no experimental, transversal; de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos de medición empleados fueron la Escala de Autoconcepto AF5 de García y Musitu, y los puntajes obtenidos en el examen de admisión 2015-II. Luego del análisis de datos, se obtuvo una correlación directa significativa entre el rendimiento académico y las dimensiones: académico y emocional del autoconcepto, y una correlación indirecta significativa con la dimensión social.

Rivas en el 2016, desarrolla un estudio en la ciudad de Piura con el objetivo de determinar la relación entre el clima social familiar y las creencias irracionales en estudiantes de 5to año de nivel secundario. La muestra estuvo conformada por 97 estudiantes, empleando un diseño no experimental, de corte transversal, con alcance descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron la escala de clima social familiar de Moos y el Registro de Opiniones forma A (Regopina). Como estadístico de prueba de hipótesis, se empleó el coeficiente de correlación de Pearson. Los resultados se encontraron correlaciones significativas entre el clima social familiar y las creencias “es necesario ser querido y aprobado por todas las personas significativas para uno” ( $r = -.616$  y  $p < .001$ ) y La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos ( $r = .142$  y  $p < .049$ ). Concluyendo que existe una correlación significativa entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales.

### **1.3. Objetivos**

#### ***1.3.1. Objetivo General***

- Determinar la relación que existe entre las Creencias Irracionales y el Autoconcepto en estudiantes de secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

### **1.3.2. *Objetivos Específicos***

- Describir los niveles de creencias irracionales en estudiantes secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.
- Describir los niveles de autoconcepto en adolescentes de estudiantes secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.
- Establecer la relación entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto en estudiantes secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

### **1.4. Justificación**

El presente estudio es conveniente, en la medida que permite medir dos constructos estrechamente relacionados con dificultades en el comportamiento y afecciones de salud mental, en una población cuya etapa de vida se enmarca por el contexto escolar y una serie de cambios a nivel físico y psicológico. Resultando de gran importancia superar este proceso de la mejor manera, como preparación para la vida adulta.

A nivel teórico, busca contribuir con el aporte de datos empíricos de la relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto, tomando en cuenta que existen escasos estudios en nuestro medio sobre la relación de dichas variables.

Desde la perspectiva metodológica el presente trabajo permite estudiar las propiedades métricas (validez y confiabilidad) de la adaptación de la escala de autoconcepto y creencias irracionales en adolescentes.

Desde el punto de vista práctico/clínico, a partir de los resultados, se podrán precisar los niveles de autoconcepto y creencias irracionales, ambos asociados a dificultades de rendimiento académico y autoestima. Permitiendo un trabajo multidisciplinario de profesores, padres y psicólogos, para la intervención y prevención de dificultades de conducta, a través de programas o talleres para adolescentes, padres o apoderados.

A nivel social, los resultados podrían tener un impacto positivo en la comunidad, permitiendo realizar talleres de concientización de las consecuencias negativas de las creencias irracionales y de la influencia del autoconcepto en el bienestar de las personas. Con lo cual se buscaría promover modos de convivencia saludable, formas adecuadas de solución de problemas y reducir el malestar emocional general.

## **1.5. Hipótesis**

### ***1.5.1. Hipótesis General***

**Hi:** Existe relación estadísticamente significativa entre las Creencias Irracionales y el Autoconcepto en los adolescentes de 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

**Ho:** No existe relación estadísticamente significativa entre las Creencias Irracionales y el Autoconcepto en los adolescentes de 1ro, 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

### ***1.5.2. Hipótesis Específica***

**Hi:** Existe relación estadísticamente significativa entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto en adolescentes de 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

**Ho:** No existe relación estadísticamente significativa entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto en adolescentes de 2do, 3ro, 4to y 5to de secundaria, de una institución educativa pública del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2019.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Creencias Irracionales

#### 2.1.1. *Conceptualización de Creencias Irracionales*

La teoría cognitiva, nace como una respuesta, a la fuerte influencia de la teoría conductista de la época. Se convierte en una corriente central con grandes aportes a la explicación y tratamiento de problemas psicológicos, especialmente trastornos emocionales y adicciones. Coincide con el desarrollo de los ordenadores, de lo cual toma la analogía para la explicación de su modelo. El modelo del procesamiento de la información, el cual plantea que, entre el estímulo y la respuesta del sujeto, existe una serie de procesos cognitivos entre los cuales se encuentran las creencias (Solso, 2001, como se citó en Aspillaga, 2011).

En la década de los 50, Ellis desarrolla la terapia racional como un nuevo enfoque psicoterapéutico, luego con el fin de diferenciarlo del racionalismo del siglo xviii, pasaría a llamarse terapia racional emotivo y finalmente a partir de 1994, terapia racional emotivo conductual (TREC). Esta teoría propone tres niveles de pensamiento, clasificados por Ellis (1981; como se citó en Lega, Caballo y Ellis, 2002) como pensamientos automáticos, los cuales se ubican en el flujo de la conciencia y son evaluados por las inferencias y atribuciones; las cogniciones evaluativas, que son difíciles de identificar, sobre todo las que tienen relación con la perturbación emocional pues se asumen en silencio y; las creencias nucleares, muy difíciles de identificar también dentro del flujo de creencias de la persona. Estas últimas suelen conocerse como esquemas que guardan las reglas o teorías que están a la base del comportamiento humano (Lega et al, 2002).

Lega et al. (2002) sugieren la existencia de dos sistemas de creencias propuestos por Ellis, las racionales (rB) y las irracionales (iB), ambos presentes en todo sujeto y en ocasiones simultáneamente. El mismo Ellis afirma que los seres humanos, ante eventos desfavorables, deciden sentirse frustrados, defraudados, tristes y actúan de formas derrotistas; todo esto

gracias a las creencias irracionales que construyen en su mente acerca de ellos y las situaciones que experimentan. Cada persona posee un sistema de creencias que motiva su conducta (Rojas, 2007). De acuerdo con lo postulado por la TREC, las personas se trastornan debido a la irracionalidad de sus creencias, y ello es la base del sistema creado por Ellis:

Desde un punto de partida cognoscitivo o filosófico, la Terapia Racional Emotiva (TRE) parte de la suposición o hipótesis de lo que llamamos nuestras consecuencias o reacciones emocionales (punto C) que proceden principalmente de nuestras ideas o creencias (Beliefs) conscientes o inconscientes (punto B) o de nuestras evaluaciones, interpretaciones y filosofías acerca de lo que nos ocurre en el punto A (Experiencias Activantes). Este es el sistema A-B-C de formación y cambio de personalidad, que la TREC ha hecho ahora algo famoso (Ellis y Abrahms, 2005, p.18).

Además, como parte del tratamiento, Ellis adiciona la discusión (punto D) de dichas creencias irracionales, induciéndolos a abandonarlas y reemplazarlas por otras científicamente comprobables acerca de sí mismos y del mundo. Promoviendo mejores formas de pensar, sentir o actuar; consecuencias o efectos (punto E) de discutir las creencias irracionales (Ellis y Abrahms, 2005).

### ***2.1.2. Las Creencias Irracionales***

Las creencias irracionales son caracterizadas por presentar inconsistencia en la lógica y con la realidad empírica, por ser absolutistas y dogmáticas, producir emociones perturbadoras, y obstaculizar la obtención de objetivos. Palabras tales como “debería” o “tendría que” manifestadas de modo imperativo suelen iniciar este tipo de creencias (Ellis, 1987, como se citó en Lega et. al.,2002). Estas son identificadas únicamente al activarse con un cambio vital estresante o trastorno emocional importante (Lega et al., 2002).

Como lo mencionan Chávez y Quiceno (2010), algunas personas podrían perseguir sus metas de modo irracional, de manera exigente y poco flexible, produciendo consecuencias psicológicas negativas, debido al valor poco sensato que le asignan. Para la TREC, la evaluación irracional se configura a través de los “tengo que” y los “debo”, que generan emociones y comportamientos poco productivos; de estos “debo” y “tengo que” pueden configurarse en tres ideologías de necesidad perturbadora, las cuales se expresan a partir de una innumerable cantidad de ideas específicas. Estas 3 formas son: (1) El deber de actuar o funcionar a la perfección, lo que genera sentimientos de depresión, culpa y ansiedad; (2) el esperar un comportamiento adecuado del resto, lo que genera sentimientos de ira y conductas pasivo-agresivas; y por último (3) la creencia de que las condiciones de vida deben ser favorables y fáciles para el sujeto, lo que produce lástima y problemas de autodisciplina (Ellis y Grieger, 1990). De las cuales se infieren tres conclusiones irracionales principales: Tremendismo, baja tolerancia a la frustración y condenación (Chávez y Quiceno, 2010). Estas consecuencias se dan siempre y cuando la persona se rija por estas creencias irracionales y obtenga respuestas incoherentes con su evaluación del mundo.

A partir de estas tres áreas se pueden desprender hasta las 12 creencias irracionales propuestas por Ellis (Correa, 2019; Lega et al., 2017):

1. Es necesario para mí tener el cariño y la aprobación de mis semejantes, familia y amigos. Es una meta difícilmente alcanzable, las personas en quien predomina esta esta creencia, a menudo dejan atrás sus propias necesidades para complacer la de los demás utilizando gran parte de sus fuerzas en ello, transmitiendo inseguridad y preocupación ansiosa.

2. Se debe ser indefectiblemente completo y casi perfecto en todo lo que se emprende. Ningún ser humano puede ser completamente competente en todas las áreas de su vida; pero, quienes creen que sí, se exigen a ellos mismos lo que provoca elevados niveles de estrés y enfermedades psicosomáticas. Además, aquellos que están continuamente comparándose con los demás, se sienten por lo general inferiores e insatisfechos con su vida.

3. Algunas personas son malas, viles y perversas; y deberían ser castigadas. La culpa autogenerada, puede provocar sintomatología ansiosa y depresiva; cuando la culpa se exterioriza, genera sentimientos de hostilidad, produciendo conflictos personales, o sociales. Por el contrario, una actitud más tolerante, podría resultar más eficiente a la hora de generar un cambio.

4. Es terrible y catastrófico cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran. Las personas en las que prima esta creencia irracional no distinguen la realidad de lo que les gustaría que ocurriera, esto puede producir sentimientos de frustración y desdicha, por confundir su deseo como una necesidad.

5. 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. Esta creencia nos deja fuera de cualquier tipo de responsabilidad sobre lo que ocurre con nuestros estados afectivos, por lo mismo, de conductas. No asume que los acontecimientos externos solo nos afectarán en la medida de la valoración e interpretación que le demos.

6. Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa. Un nivel elevado de ansiedad, puede impedirnos actuar de forma efectiva y responder adecuadamente ante una situación específica.; además, nos impide ver la realidad de manera objetiva.

7. Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades que hacerles frente. El aprender a afrontar situaciones que consideramos desagradables, tiene beneficios para nuestro desarrollo emocional. No solo permitiría desarrollar una mayor tolerancia a la frustración, sino que también a controlar mejor nuestras emociones.

8. Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo. Hasta cierto punto todos buscamos apoyo de los demás, sea porque poseen características que nosotros no o por que poseen un conocimiento distinto. Sin embargo, permitir que los demás decidan por nosotros, es algo que mella nuestra autoestima y disminuye nuestra capacidad de hacernos cargo de nosotros mismos.

9. El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente. Para ciertos individuos, el pasado es un lastre que impide desenvolverse eficientemente en la actualidad. Sienten que no los dejan encontrar soluciones más actuales y experimentan sentimientos depresivos.

10) Uno debe sentirse muy preocupado por los problemas y perturbaciones de otras personas. Resulta importante distinguir entre los problemas ajenos de los personales, quién no logre distinguirlos, siendo afectado por ambos de la misma forma, muchas veces experimentará frustración, debido a que no logrará que los demás ejecuten lo que

él o ella considera correcto o apropiado. Además, muchas veces se tomarán como excusa para no afrontar sus propios problemas.

11. Existe una invariable, precisa y perfecta solución a mis problemas y sería catastrófico si no llegase a encontrar esta solución perfecta.

12. La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido. La relajación total puede ser parte momentánea de la felicidad, pero existen otras formas de Felicidad que generan en sí mismo gratificación, el deporte, un trabajo bien realizado, etc.

Guzmán en el 2009, a partir de los trabajos de Ellis (1962), Mahoney (1974) y principalmente Davis, Mackay y Eshelman (1982), de las creencias irracionales planteadas inicialmente, identifica 6 que considera como las principales creencias asociadas con el desajuste emocional y conductual.

Las 6 Creencias Irracionales presentadas por Guzmán (2009, p.11-12), son las siguientes:

1. Es necesario ser querido y aceptado por todas las personas significativas para uno, en lugar de concentrarse en su propia estimación, en conseguir aprobación para fines importantes, y en querer en vez de ser querido.

Es realmente imposible gustar a todas las personas que nos rodean. Incluso aquellas personas a las que gustamos básicamente y nos aprueban, discreparán con algunas de nuestras conductas y cualidades.

2. Debemos ser absolutamente inteligentes competentes y eficaces en todos los aspectos posibles, en lugar de la idea de que deberíamos hacer algo, en vez de necesitar siempre hacerlo bien, y de que deberíamos aceptarnos a nosotros mismos como criaturas muy imperfectas, afectadas de limitaciones humanas generales y de fallas específicas.

Los resultados de la creencia de que uno ha de ser perfecto son: los autoreproches ante el fallo inevitable, disminución de la autoestima, aplicación de patrones perfeccionistas al cónyuge y a los amigos, y paralización y miedo a intentar cualquier cosa.

3. Ciertos actos no solos son malos, sino que son condenables o viles, y la gente que lo realiza debería ser avergonzada y castigada, en lugar de la idea de que determinados actos son inapropiados o antisociales, y que la gente que los realiza se está comportando estúpidamente, en forma ignorante o en forma perturbada, siendo lo mejor tratar de ayudarlos a cambiar su conducta antes que buscar su sufrimiento.

4. Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sea como a uno le gustaría que fueran, en lugar de la idea de que es una lástima que las cosas no sean como a uno le gustaría, y que es mejor tratar de cambiar o controlar las condiciones, de modo que se hagan más satisfactorias; pero, si el controlar o cambiar situaciones incómodas es imposible, es preferible aceptar su existencia y dejar de seguir lamentándose de cuán malas son.

5. La infelicidad humana es causada por hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos, en lugar de la idea de que virtualmente toda infelicidad

humana es causada o mantenida por la manera de ver uno las cosas, antes que por las cosas mismas.

Una deducción lógica a partir de esta creencia, es pensar que para lograr la felicidad o evitar la tristeza hay que controlar los acontecimientos externos. Dado que ese control es limitado y que no podemos manipular los deseos de los demás, el resultado es la sensación de infelicidad y una ansiedad crónica. Atribuir la falta de felicidad a los acontecimientos es una forma de evitar enfrentarse con la realidad.

6. Si algo afecto fuertemente en alguna ocasión nuestra vida, siempre la seguirá afectando, en lugar de la idea de que deberíamos aprender de nuestras experiencias pasadas, pero sin apegarnos demasiado a ellas ni dejarnos influenciar excesivamente.

Las cosas que ocurrieron ya no tienen cambio; solamente nuestro presente nos abre la puerta de la transformación. De nada nos sirven los lamentos o los reproches; si cometimos errores, admitámoslos y tomemos la decisión de aprender de ellos para no repetirlos, pues eso es lo único sensato que podemos hacer.

A partir de la identificación de estas 6 creencias, desarrolla un instrumento ágil de evaluación en la práctica clínica.

## **2.2. El Autoconcepto**

### ***2.2.1. Conceptualización de Autoconcepto***

En su mayoría, las definiciones del constructo autoconcepto circundan la capacidad del ser humano de autodefinirse a partir de sus creencias, experiencias y conocimientos. Por ejemplo, según Purkey 1970 (como se citó en Galindo, 2019), el autoconcepto se define como un sistema complejo y dinámico de creencias que una persona considera como ciertas acerca

de sí mismo. Para García y Musitu (1999), el autoconcepto se define como la percepción que el sujeto tiene de sí mismo y es de carácter multidimensional – jerárquico. La dificultad principal al momento de plantear una definición consensuada, según lo comenta Galindo (2019), ha sido el hecho de considerar dichas creencias en un mismo grupo u organizarlas según su origen.

Al parecer, concebir el autoconcepto como un constructo unidimensional y por lo tanto; considerar las creencias, ideas, pensamientos acerca de uno mismo como un todo inseparable, fue la tendencia entre autores como Harter, 1990; Marsh y Hattie, 1996; Marx y Winnne, 1978 y Rosenberg, 1965 (Galindo, 2019). Bajo esta perspectiva, para comprender el autoconcepto, habría que evaluar dicha visión general.

En la actualidad, se acepta una concepción más jerárquica y multidimensional del autoconcepto; de lo que se desprende, que dicho constructo tendría una estructura conformada por varios dominios, cada uno de los cuales se dividiría a su vez en dimensiones más específicas (Axpe y Uralde, 2008).

Para Maldonado, el autoconcepto se concibe como:

El conjunto de percepciones que un individuo tiene de sí mismo. No es un conglomerado de conceptos aislados, sino que todas esas percepciones, referencias, forman una totalidad. Por lo tanto, es el conjunto de características, atributos, cualidades y deficiencias, capacidades y límites, valores y relaciones que el sujeto reconoce como descriptivos de sí y que percibe como datos de su identidad (2006, p. 33).

En una conceptualización más actual, Chacón, Zurita, Casteo, Espejo, Martínez y Ruíz-Rico (2018), plantean que la psicología moderna, concibe el autoconcepto como una representación mental, estructurada por una serie de factores diferentes, de lo que un individuo

crea de sí mismo. En dicha definición, se toman en cuenta los modelos que dividen el autoconcepto en 5 dimensiones, pretendiendo abarcar las realidades cotidianas del individuo.

Para el presente estudio, se tomará la definición de García y Musitu (2014, p. 10): “Es el concepto que el individuo tiene de sí mismo como ser físico, social y espiritual; es “la totalidad de los pensamientos y sentimientos de un individuo que hacen referencia a sí mismo como un objeto” (Rosenberg, 1979).

Complementando lo anterior, García y Musitu (1999, como se citó en Palacios y Coveñas, 2019), entienden el autoconcepto como un constructo formado por la autopercepción del individuo, el cual tiene como base sus experiencias con los demás y con sus capacidades. Involucra aspectos sociales, emocionales, académicos y físicos; de los cuales cada percepción del sí mismo se encuentra organizada y es admisible a la conciencia y al conocimiento. Una entidad con múltiples facetas o un conglomerado de concepciones, en que conviven aspectos estables y cambiantes y maleables (García y Musitu, 2014).

### ***2.2.2. Modelos Explicativos del Autoconcepto***

De forma general, podemos describir dos formas de conceptualizar el autoconcepto; mientras por un lado se asume que, una perspectiva única y sinérgica es el camino más adecuado para explicarlo. Por el otro se entiende como la suma de diversas dimensiones o factores, los cuales intentan acercarse a la complejidad de la realidad del ser humano.

#### ***a. Modelos Unidimensionales.***

Modelo Nomotético.

Tiene como representante a Soares y Soares en 1983, quién concibió el autoconcepto desde una concepción universal y general. Siguiendo esta línea, autores como

Marsh y Hattie (1996), hacen referencia a dicho modelo como el del factor general. Así, el autoconcepto se entendería como la suma de varios tipos de autoconceptos. Uno de los defensores de este modelo fue Coopersmith (1967), debido a su aplicabilidad hasta la preadolescencia; dado que, un sujeto en esta etapa puede percibir de forma más sencilla una valoración general del sí mismo como persona, a diferencia de una autodescripción de las diferentes dimensiones de los que forma parte (Palacios y Coveñas, 2019).

#### Modelo verdadero

Desarrollado por Byrne (1996, como se citó en Palacios y Coveñas, 2019), plantea que el autoconcepto debe obtenerse a partir de las concepciones generales del individuo y no sobre las específicas. Partiendo de la definición que Rosenberg hace de la autoestima, entiende que todos los elementos que componen el autoconcepto tienen la capacidad de ser evaluados de forma diferente, por lo que no se opone, al estar frente a un modelo multidimensional del autoconcepto. Además, rechaza el modelo nomotético, al considerar que la globalidad no puede concebirse como la suma de aspectos específicos de la misma, en parte por la variedad de influencias y relaciones internas que median entre las dimensiones del autoconcepto y producen variaciones al realizar la suma.

#### ***b. Modelos Multidimensionales***

##### Modelo Multidimensional

La forma de entender el autoconcepto, va tomando un matiz distinto desde mediados de los años sesenta del siglo XX; se produce un notable cambio en la forma de entenderlo, al ser remplazada la visión unidimensional por una concepción jerárquica y multidimensional del mismo (Esnaola, Goñi y Madariaga, 2008). Es así que van apareciendo diversos modelos explicativos en cuanto a estructura y formas de medición.

### Modelo de factores independientes

Propone que no existe ningún tipo de correlación entre los factores del autoconcepto o si esta existe es poco relevante (Cazalla y Molero, 2013).

### Modelo de Factores Correlacionados

Para el modelo de factores correlacionados, los factores o dimensiones que forman parte del autoconcepto, presentan una alta correlación entre sí, pero además dicha correlación, es equiparable en importancia cuando se asocia a la medida general del mismo. (Harter, 1990, como se citó en Palacios y Coveñas, (2019).

### Modelo compensatorio

Como lo describen Callaza y Molero:

“(…) Fue descrito por Winne y Marz (1981) y se apoya la existencia de una faceta general del autoconcepto en la cual se integran las facetas más específicas inversamente relacionadas” (2019, p. 48).

### Modelo taxonómico

Fue propuesto por Soares y Soares en 1977, y se basa en la estructura teórica de Guilford de 1969. Se describe conformado por dos facetas con sus niveles respectivos. La estructura tendría correlación entre sus diferentes elementos que, a la vez, tendrían un orden jerárquico (Palacios y Coveñas, 2019).

### Modelo de factores jerárquicos

Presenta al autoconcepto formado por múltiples dimensiones organizadas a través de una jerarquía con el autoconcepto general en la cima de la organización. El diseño de

Shavelson, Hubner y Stanton (1976), es el más representativo de este modelo, donde en la cúspide se encuentra el autoconcepto general y una serie de autoconceptos menores por debajo, como son el emocional, social, académico y físico (Callaza y Moltero 2019; Palaciós y Coveñas, 2019).

### **2.2.3. Dimensiones del Autoconcepto**

García y Musito (2014) desarrollaron una medición del constructo autoconcepto, partiendo del modelo multidimensional y jerárquico de Shavelson y otros autores (Byrne, 1996; Hubner y Staron 1976). La prueba está compuesta de cinco componentes principales: académico/profesional, social, emocional, familiar y físico; y su aplicación se da a partir de la infancia hasta la adultez.

#### **a. Autoconcepto Académico**

Hace referencia a lo que percibe el sujeto en cuanto a la calidad de su desempeño en su rol como estudiante y como trabajador. Esta dimensión toma en cuenta dos ámbitos o escenarios: el académico y el laboral, los cuales, tomando en cuenta que su diferencia principal es cronológica, pueden considerarse contextos de trabajo. Además, en su significado, gira en torno a dos ejes: uno se refiere al sentimiento que como estudiante o trabajador se tiene del propio desempeño, a partir de profesores o superiores; y el segundo, toma en cuenta cualidades específicas valoradas en ese contexto.

Según lo mencionado por García y Musito:

“En niños y adolescentes, el autoconcepto académico también correlaciona positivamente con los estilos parentales de inducción, afecto y apoyo; y, negativamente, con los de coerción, indiferencia y negligencia (Musitu y Allatt, 1994; Estrelles, 1987; Musitu, Román y Gutiérrez, 1996; Lamb, Ketterlinus y Fracasso, 1992)” (2014, p.17).

### ***b. Autoconcepto Social***

Toma como valor principal la imagen cada individuo tiene de su desenvolvimiento en las relaciones sociales. Está definida por dos componentes: uno es la red social del individuo y a su capacidad para mantenerla o ampliarla; el otro, dará mayor importancia a algunas cualidades importantes en las relaciones interpersonales. Correlaciona positivamente con el ajuste y bienestar psicosocial, con el rendimiento académico y laboral, la estima de superiores y docentes, aceptación y estima de los compañeros, conductas prosociales y con los valores universales; y negativamente con comportamientos disruptivos, agresividad, y sintomatología depresiva (García y Musito, 2014).

“En niños y adolescentes, esta dimensión está relacionada muy positivamente con las prácticas de socialización parental de afecto, comprensión y apoyo; y negativamente, con la coerción, la negligencia y la indiferencia (Musitu y Allatt, 1994; Musitu, Román y Gutiérrez, 1996)” (García y Musito, 2014, p.18).

### ***c. Autoconcepto Emocional***

Se basa en la percepción de la persona sobre su estado de emocional y de sus reacciones ante determinadas situaciones, con cierto grado de implicancia y compromiso en su vida cotidiana. Se definirá en base a dos ejes, el primero es la percepción general de su estado emocional; y el segundo, a situaciones más específicas, donde la interacción se da con un superior. Se relacionará positivamente con las habilidades sociales, el autocontrol, sentimientos de bienestar y aceptación; y negativamente, con síntomas de depresión, ansiedad, consumo de drogas, dificultades en la integración social. (García y Musito, 2014).

### ***d. Autoconcepto Familiar***

Dará mayor relevancia a como la persona se define en cuanto a su participación,

implicación e integración en el ámbito familiar. Tendrá dos ejes principales para su definición: el primero hará referencia a los padres en dos dominios: la confianza y el afecto; el segundo eje, dará relevancia a la familia y el hogar, desglosándola en cuatro variables: el sentimiento de felicidad y de apoyo, formuladas positivamente; y sentimientos de no estar implicado y no ser aceptado, formuladas negativamente. Correlacionando positivamente con una serie de factores asociados al bienestar emocional y desarrollo profesional, como son: el rendimiento laboral y académico, sentimientos de bienestar e integración escolar y laboral, además de percepción de salud física y mental. Además, niños y adolescentes, relación positivamente con estilos parentales de afecto, apoyo y comprensión; y, negativamente con la coerción, la violencia, etc. (García y Musito, 2014).

#### ***e. Autoconcepto Físico***

En esta dimensión, la imagen (percepción) del propio aspecto físico y la condición física, tomarán mayor relevancia. Se definirá en base a dos ejes. El primero se enfocará en la práctica deportiva en su línea social, física y de habilidad. El segundo, tomará en cuenta el aspecto físico. Se relaciona positivamente con aspectos de la salud, bienestar, rendimiento deportivo, integración social y escolar. Además de relacionarse negativamente con aspectos como el ajuste escolar, ansiedad, problemas relacionados a los conflictos interpersonales, etc. (García y Musito, 2014).

#### ***2.2.4. Importancia del Autoconcepto en la Adolescencia***

La adolescencia es una etapa del desarrollo del ser humano, donde se van consolidando una serie de cambios físicos y psicológicos, los cuales son vivenciados de distinto modo dependiendo de los recursos disponibles. Para algunos será símbolo de consolidación de su individualidad e identidad, además del inicio de la futura independencia; para otros, por el contrario, será una etapa de difícil vivencia y confusión. Pero en ambos casos, en el proceso se

generarán una serie de percepciones sobre el sí mismo y sobre los demás, es allí donde el autoconcepto toma relevancia.

Cómo lo menciona Cazalla y Molero (2013), en recientes estudios se han encontrado evidencias que refuerzan la idea de que el autoconcepto se relaciona con los niveles de ajuste psicosocial en los adolescentes. En estudios con medidas unidimensionales, se encontraron que los adolescentes con alto autoconcepto, manifiestan pocas conductas agresivas, de burla o abuso de los demás, al igual que manifiestan mayores conductas prosociales positivas (Garaigordobil y Durá, 2006); desajuste emocional bajo, relacionando esto último a puntuaciones menores en escalas de depresión y ansiedad; además de ser menos propensos de sufrir de trastornos de conducta alimentaria. (Gual, Pérez-Gaspar, Martínez-González, Lahortiga, de Irala-Estévez y Cervera-Enguix, 2002; Molero, Castro y Zagalaz, 2012; como se citó en Nerea y Morelo, 2013).

Además, adolescentes con adecuado autoconcepto social, manifiestan menos sentimientos de soledad y mayor satisfacción con la vida (Moreno, Estévez, Murgui y Musitu, 2009) y tienen una mejor integración social valorado por el docente, una mejor percepción del clima social, y que a la vez que son valorados de forma positivamente por sus docentes (Martínez-Antón, Buelga y Cava, 2007).

En las investigaciones con medidas multidimensionales, se aprecian datos más amplios y específicos. En este sentido García y Musitu (2014) concluyeron que los adolescentes implicados en conductas agresivas tienen un autoconcepto social y familiar más bajo que los adolescentes no implicados en este tipo de conductas. Además, Guay, Pantano y Boivin (2003, como se citó en Cazalla y Molero, 2013, p. 56) consideran que:

Los adolescentes con alto autoconcepto académico muestran un mayor logro escolar y rendimiento académico, y consecuentemente, un promedio de notas más alto. Todas estas

evidencias demuestran la importancia que tiene el autoconcepto en la adolescencia. Por tanto, se debería trabajar en la mejora del autoconcepto en estas edades desde las instituciones educativas, para asegurar que los jóvenes tengan un buen ajuste psicosocial y psicopedagógico evitando futuros problemas (Cazalla y Molero, 2013).

### **2.3. Autoconcepto y creencias irracionales**

La percepción que la persona tiene de sí, a lo largo de su vida, va configurando gran parte de la estructura de su personalidad (Palacios y Coveñas, 2019). Las diversas experiencias en diferentes áreas de la vida, durante diferentes etapas del desarrollo del ser humano, van generando percepciones e ideas acerca de quiénes somos y de lo que podemos hacer. Cómo lo menciona Alcaide (2009), dichas autopercepciones pasar de ser globales a específicas, se van diversificando.

A la par, la valoración que el individuo hace de sus auto percepciones también cambiará en relación a la etapa de vida que la persona esté atravesando. De esa forma, a diferencia de la adultez, en la adolescencia se dará gran significancia a la formación de la identidad, de la cual saldrá el sí mismo en el que la persona se podría convertir y es donde el autoconcepto sufre importantes cambios (Molina, Raimundi y Gimenez, 2017). La influencia social, será también importante, las relaciones con el grupo de pares, a los cuales buscará imitar y de los cuales se buscará aceptación.

No en todos los casos el proceso de forjar una personalidad estable y adecuada concluye con el fin de la adolescencia, muchas veces el proceso se extiende a la adultez (Papalia, Duskin y Martorell, 2012); ello dependerá de un conjunto de factores relacionados; donde el autoconcepto, autoestima, la comunicación, la interacción familiar y educación recibida serán algunos de ellos. En unos casos, la persona logra un desarrollo de su personalidad que le permita desenvolverse adecuadamente en la realidad inmediata; en otros, los recursos de

afronte no serán suficientes para darle a la persona el desenvolvimiento que esperaría.

Gran parte del sufrimiento humano tiene que ver con la no consecución de los objetivos personales, donde la forma de ser y actuar tiene mucho que ver. En este contexto, es que la teoría cognitiva, y dentro de está la terapia racional emotiva, plantea el constructo creencias irracionales como un elemento explicativo del problema; no que sea el causante único del sufrimiento, sino un contribuyente muy significativo del mismo. Según Ellis (2005), casi todos actuamos de forma neurótica en algún momento; llegando a experimentar sentimientos inadecuados, o actuando de forma ineficaz o perjudicial produciendo ansiedad, depresión o enfado. Además, afirma que dichos sentimientos inadecuados y algunos trastornos psicológicos, provienen en su mayoría de la manera poco lógica o irracional de pensar, la cual es adquirida a través de los padres, la sociedad y la autosugestión (Ellis 1962, como se citó en Castanedo, 2008).

Tomando en cuenta lo anterior, se asume que una creencia irracional se forma desde la infancia, y va tomando forma en la relación con los padres, la comunidad y el propio temperamento, de donde tomará los modos de responder ante determinados acontecimientos; además, dichas experiencias de interacción serán la base de las autopercepciones que, finalmente configurarán el sí mismo.

En este planteamiento, el autoconcepto toma mayor realce. Si desde la TREC, la forma de ver o interpretar la realidad da luces de las creencias que mantenemos, el autoconcepto da luces del contenido de la información que recibimos y cómo la consolidamos. Por ende, intentar vislumbrar la relación entre el autoconcepto y las creencias irracionales, aparenta ser teóricamente justificado y por ende motivo de estudio.

### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de Investigación

El presente estudio empleó un diseño no experimental, debido a que no hubo intención de manipular las variables independientes, entendiendo que su influencia, en el momento de la recolección de la información, ya había sucedido. De modo que la investigación sobre la relación entre dichas variables se realizó sin que haya una intervención o influencia directa, permitiendo que las relaciones ocurran tal como se han dado en su contexto natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

De corte transversal y de tipo descriptivo correlacional, los datos se recolectaron en un tiempo y momento único, además de tener interés en describir y conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos variables en un contexto en particular (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

#### 3.2. Ámbito Temporal y espacial

La investigación se llevó a cabo en una institución educativa pública en el distrito de san juan de Lurigancho, entre septiembre y diciembre del 2019.

#### 3.3. Variables

Creencias irracionales: Son aquellas creencias que presentan una o más de las siguientes características (Ellis y Harper, 1975; como se citó en Guzmán, 2009): 1) Se basan en opiniones subjetivas antes que, en hechos objetivos, derivando en una percepción inadecuada de la realidad. 2) Ponen en riesgo el bienestar y la seguridad personal. 3) Impiden el progreso hacia las propias metas. 4) Llevan a experimentar con frecuencia un malestar interno mayor que el

que es dable tolerar con comodidad. 5) Producen innecesarios conflictos con otros miembros de la comunidad.

Autoconcepto: “Es el concepto que el individuo tiene de sí mismo como ser físico, social y espiritual; es “la totalidad de los pensamientos y sentimientos de un individuo que hacen referencia a sí mismo como un objeto (Rosenberg, 1979)” (García y Musitu, 2014, p. 10).

### ***3.3.1. Operacionalización de las Variables***

**Tabla 1***Operacionalización de la variable Creencias irracionales*

<b>Variable</b>	<b>Forma de medición</b>	<b>Tipos</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Criterio de medición</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Creencias Irracionales</b>	Directa	A. (Necesidad de aprobación). Es necesario ser querido y aceptado por todas las personas significativas para uno.	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55	Intervalo	Likert	Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA)
		B. (Competencia Absoluta). Debemos ser absolutamente inteligentes competentes y eficaces en todos los aspectos posibles.,	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 56			
		C. (Condena Global). Ciertos actos no solos son malos, sino que son condenables o viles, y la gente que lo realiza debería ser avergonzada y castigada.	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57			
		D. (Tolerancia a la frustración). Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sea como a uno le gustaría que fueran.,	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52, 58			
		E. (Influencia Externa). La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos.	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 7, 53, 59			
		F. (Influencia del Pasado). Si algo afecto fuertemente en alguna ocasión nuestra vida, siempre la seguirá afectando.	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54, 60			

**Tabla 1***Operacionalización de la variable Autoconcepto*

<b>variable</b>	<b>Forma de medición</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Items</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Criterios de medición</b>	<b>Instrumento</b>
<b>Autoconcepto</b>	Directa	Académico	01, 06, 11, 16, 21, 26	Intervalo	Likert.	Escala de Autoconcepto Forma 5 (AF-5).
		Social	02, 07, 12,17, 22, 27			
		Emocional	03, 08, 13, 18, 23, 28			
		Familiar	09, 19, 24, 29, 04, 14			
		Físico	05, 10, 15, 20, 25, 30			

### 3.4. Población y Muestra

#### Población

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), población es el conjunto de todos los casos que son similares en una serie de características. En el presente estudio, se tomará como población a los estudiantes de secundaria de un colegio público del distrito de San Juan de Lurigancho, donde en el nivel secundario se identificó 345 alumnos.

#### Muestra

La presente investigación estuvo conformada por una muestra de 316 estudiantes (tabla 3); en este caso, el muestreo fue no probabilístico de tipo accidental (Kerlinger, 1985).

**Tabla 3**

*Descripción de la Muestra*

<b>Variable</b>	<b>Categoría</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>	Masculino	164	52
	Femenino	152	48
<b>Edad</b>	12 años	26	8
	13 años	68	22
	14 años	67	21
	15 años	65	21
	16 años	52	17
	17 años	30	10
	18 años	6	2
	19 años	2	1
<b>Grado de instrucción</b>	Primero	76	24
	Segundo	65	21
	Tercero	65	21
	Cuarto	61	19
	Quinto	49	16

### **Criterio de Inclusión**

- Alumnos pertenecientes al 1ro, 2do, 3ero, 4to y 5to grado de secundaria matriculados en el presente año escolar 2019.
- Alumnos que autorizaran su participación de manera voluntaria.

### **Criterio de Exclusión**

- Alumnos que no se encuentran matriculados en el 1ro, 2do, 3er, 4to o 5to grado de secundaria.
- Alumnos que, por algún problema de salud o condición en el momento del estudio, no permitan la correcta aplicación y/o posterior interpretación de los instrumentos.
- Alumnos que obtengan un resultado invalido en los instrumentos. Sea por omisión de respuestas, respuestas invalidas u otro error que afecte la correcta interpretación de los resultados.
- Alumnos que no estén presentes al momento de la aplicación de los instrumentos.

## **3.5. Instrumentos**

### **Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA)**

Originalmente llamado Registro de Opiniones, fue desarrollada por Martha Davis, Matthew Mackay y Elizabeth Eshelman en 1982 (versión modificada, 1987) e incluida en el libro “autocontrol emocional” publicado en España. En su primera etapa contaba con 100 ítems y pretendía evaluar 10 de las 12 principales ideas irracionales tal como fueron formuladas por Abert Ellis. En el 2009, Guzmán realiza la validez y confiabilidad de la prueba tomando 6 de las más importantes ideas irracionales elaboradas por Ellis, es así, que el instrumento paso a tener 65 ítems (10 por cada idea, más 5 de consistencia de repuesta). La prueba fue aplicada a

una muestra de 276 adolescentes, de 14 a 18 años; donde obtuvo una confiabilidad de  $\alpha = .61$  y una validez, a través del criterio de jueces, obteniendo Coeficiente V de Aiken para las 6 subescalas fluctuantes entre 0.92 y 0.98, y para la prueba completa de 0.95, que se considera elevado y muy significativo (Guzmán, 2009).

El Registro de Opiniones Forma A, a partir de la adaptación por Guzmán en el 2009, fue diseñada para medir 6 de las principales ideas irracionales propuestas por Albert Ellis, contando con 65 ítems donde los 5 últimos (61, 62, 63, 64 y 65) son comparados con otros (2, 12, 17, 38 y 53) para evaluar la consistencia, entendiendo que son anónimos, aunque ocasionalmente puedan surgir en algunas personas interpretaciones que ofrezcan cierto sustento a resultados aparentemente inconsistente. El establecimiento del puntaje para las 6 ideas irracionales representadas y para el total del protocolo, se llevará a cabo utilizando la plantilla de calificación, que se colocará encima del protocolo de respuesta, procediéndose a contar en columna las respuestas que coincidan con la clave para cada una de las seis letras (A, B, C, D, E, F); trasladándose la suma de cada letra al espacio respectivo en la zona inferior izquierda al lado de la palabra “totales”.

Para la presente investigación, se revisaron las propiedades psicométricas en la muestra de investigación.

### **Análisis de la validez de la Escala de Creencias Irracionales**

En cuanto a la validez del instrumento, la investigación de Guzmán (2009) encuentra validez de contenido a través del criterio de jueces, determinando una V de Aiken entre 0.92 y 0.98 para las 6 subescalas, y una V de Aiken de 0.95 para la prueba completa. Por su parte Correa (2019) encuentra evidencia de validez de constructo a través del método de correlación ítem-test. Con motivos de sumar a la evidencia de validez del instrumento, se optó por realizar un análisis factorial confirmatorio con la intención de poner a prueba el modelo de 6

dimensiones propuesto por Guzmán (2009). La estructura original de 6 dimensiones no otorga una solución adecuada,  $\chi^2(614) = 809.690$ , un CFI= .828 y un RMSEA= .032. El análisis localizado mediante las cargas factoriales, la covarianza y el índice de modificación; indican la pertinencia de no considerar los ítems que correlacionan negativamente o que contienen cargas no apropiadas, además de la dimensión Control Externo que posee una dirección distinta a las demás dimensiones. A partir de lo cual, como se observa en la tabla 4, se obtiene un modelo con 5 factores y ajuste satisfactorio.

**Tabla 4**

*Índices de bondad de ajuste del Registro de Opiniones Forma A.*

Estadísticos	Registro de Opiniones Forma A
$\chi^2$	408.030*
gl	314
CFI	.912
TLI	.902
RMSEA	.031
SRMR	.090

*Nota:* CFI = Índice de ajuste comparativo, TLI = Índice de Tucker Lewis, RMSEA = error cuadrático medio de aproximación.

\* $p < .001$ .

Con lo cual se confirma el modelo estructural y la validez de constructo del REGOPINA, con 5 dimensiones.

### **Análisis de confiabilidad de la Escala de Creencias Irracionales**

Como se observa en la tabla 5, se analizó el nivel de confiabilidad por consistencia interna a través de los coeficientes omega y alfa para el Registro de Opiniones Forma A. Resultados similares para el alfa, encuentran Casariego y Jara (2018, como se citó en Campos, 2019) en una muestra de 276 adolescentes, obteniendo un Alfa de 0.61. Además, Correa (2019) en su estudio procrastinación general y creencias irracionales en estudiantes universitarios encuentra una alfa de Cronbach que va de 0.459 a 0.676 entre los tipos de creencias. Al respecto, Nunnally propone un mínimo de .70 y Guilford propone un coeficiente de .50 para investigaciones básicas; Pfeiffer, Heslin y Jones, proponen un límite en .85 si se tomaran decisiones sobre individuos y de .60 para otros fines (Morales, 2006). En relación con el coeficiente omega, según lo menciona Katz (2006, como se citó en Caycho y Ventura, 2017) pueden considerarse aceptables valores superiores a .65 como estimadores de confiabilidad. Aunque para fines de investigación, y dada la naturaleza de la variable de estudio, se puede asumir cierta flexibilidad en el caso de la dimensión tolerancia a la frustración.

**Tabla 5**

*Índice de consistencia interna del Registro de Opiniones Forma A.*

	Coeficiente Omega	Coeficiente alfa
Total Creencias irracionales	.847	.749
Necesidad de aprobación	.645	.470
Competencia Absoluta	.750	.592
Condena Global	.643	.456
Tolerancia a la Frustración	.555	.366
Influencia del Pasado	.704	.548

### **Escala de Autoconcepto Forma 5 (AF-5)**

Fernando García y Gonzalo Musitu, con el propósito de evaluar el autoconcepto en adolescentes y adultos, desarrollan el AFA (Autoconcepto forma A), publicando su actualización AF-5 en 1999, donde se añade la dimensión Física a las anteriores Académico – laboral, social, emocional y familiar. El cuestionario siguió un modelo multidimensional y jerárquico de la estructura del autoconcepto. El cuestionario consta de 5 dimensiones (Académico/laboral, social, emocional, familiar y físico), cada una de las cuales consta de 6 ítems, dando un total de 30 reactivos. Estos últimos tienen una estructura de respuesta tipo Likert y están representados en cinco niveles: nunca (1), casi nunca (2), a veces (3), casi siempre (4) y siempre (5). El puntaje total y de cada una de las dimensiones se logra sumando cada ítem. Es necesario tomar en cuenta los ítems inversos (3,4, 8, 12, 13, 14, 18, 22, 23 y 28), a la hora de obtener la puntuación deseada (Ruiz, 2019).

### **Análisis de la validez de la Escala de Autoconcepto**

Se desarrollaron estudios de análisis factorial confirmatorio que aseguran la estructura factorial del instrumento (Musitu y García, 2014). Galindo (2019) realiza un análisis factorial confirmatorio en una muestra de 1.059 estudiantes de 4to a 6to de primaria, obtenido índices de ajuste  $\chi^2/g.l = 3.83$ , RMSEA = .052, RMR = .052, NFI = .835, IFI = .872, TLI = .859 y CFI = .872. Por otro lado, Loayza (2019), encuentra evidencia de validez de constructo por medio del análisis factorial exploratorio en una muestra de 777 estudiantes de secundaria entre 12 y 18 años. Con motivo de sumar a lo encontrado por Musitu y García y otros autores, se decidió buscar evidencia de validez de constructo a través del análisis factorial confirmatorio con la muestra de estudio. En un primer modelo se encuentran valores aceptables,  $\chi^2(614) = 863.574$ , un CFI = .916 y un RMSEA = .061. A partir del análisis de las cargas factoriales se optó por eliminar el ítem 22 (Me cuesta hablar con desconocidos). En la Tabla 6, muestran los resultados

del análisis factorial confirmatorio luego del cambio propuesto, indicando un ajuste adecuado del modelo.

**Tabla 6**

*Índices de bondad de ajuste del AF-5.*

Estadísticos	Autoconcepto
$\chi^2$	807.027*
gl	367
CFI	.920
TLI	.912
RMSEA	.062
SRMR	.071

*Nota:* CFI = Índice de ajuste comparativo, TLI = Índice de Tucker Lewis, RMSEA = error cuadrático medio de aproximación.

\* $p < .001$ .

### **Análisis de confiabilidad de la Escala de Autoconcepto**

En cuanto a la confiabilidad, en el 2001, García y Musitu en muestra de 6.438 participantes con un rango de edad entre 10 y 62 años, obtuvieron un coeficiente alpha de 0.82 (Candio, 2019). Resultados similares encuentra Yábar (2019) en una muestra de 360 participantes entre 16 y 25 años, obteniendo un alfa de 0.76; lo cual corresponde a lo mencionado por Aiken (2003), en cuanto a los criterios de confiabilidad aceptables para el objetivo pretendido en el presente estudio. Como se observa en la tabla 7, se analizó el nivel de confiabilidad por consistencia interna a través de los coeficientes alfa y omega para la Escala de Autoconcepto (AF-5).

**Tabla 7**

*Índice de consistencia interna para la escala de Autoconcepto.*

	Coeficiente Omega	Coeficiente Alfa
Autoconcepto General	.889	.885
Académico/Laboral	.885	.848
Social	.807	.744
Emocional	.772	.732
Familiar	.893	.855
Físico	.819	.750

### **3.6. Procedimientos.**

1. Se realizó la revisión de la bibliografía e instrumentos a utilizar.
2. Se solicitó una cita con el director de la Institución Educativa “0090 Daniel Alcides Carrión” del distrito de San Juan de Lurigancho, con la finalidad de obtener autorización para realizar la investigación.
3. Una vez coordinada la cita se presentaron los documentos formales solicitados por la institución.
4. Al recibir la conformidad de parte de la institución educativa, se organizó la aplicación de los instrumentos con el director, coordinador de profesores de secundaria, docentes y personal administrativo.
5. Se aplicó las pruebas, solicitando el permiso correspondiente al docente de turno. También se aprovechó en recordar el objetivo de la investigación. Una vez el docente organizaba a sus alumnos y daba el pase, se explicaba a los alumnos sobre los motivos de la evaluación, resaltando lo voluntario y anónimo de su participación.

6. Juntamente con los alumnos, se leyó las instrucciones y se brindó sugerencias durante la aplicación.
7. Luego de la aplicación, se depuró los resultados que se consideraron casos atípicos (preguntas sin marcar, doble alternativa, datos faltantes, en blanco o clara falta de compromiso con el desarrollo adecuado de la prueba).
8. Se organizó una data inicial en Excel y luego se trasladó a SPSS para realizar los análisis estadísticos descriptivos e inferenciales, también se empleó el programa R studio.
9. Se elaboró y se describió las tablas.
10. Se organizó la discusión, las conclusiones y recomendaciones.

### **3.7. Análisis de Datos**

Concluida la recolección de datos se organizó la base en el programa Microsoft Excel, luego de organizar, seleccionar y codificar los datos, se trasladado la información al programa IMB SPSS versión 26 y luego al programa R studio; y se analizó las puntuaciones obtenidas. Se emplearon herramientas descriptivas (frecuencias, media, mediana, desviación estándar; etc.), propiedades psicométricas de los instrumentos, la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, esto debido a que el tamaño muestral considerado en la presente investigación es mayor a 50; herramientas de análisis bivariado paramétrico y no paramétrico ( $r$  de Pearson y  $Rho$  de Spearman), para las correlaciones entre las variables, luego se procedió a realizar las conclusiones y recomendaciones pertinentes.

### **3.8. Consideraciones Éticas**

Se procedió de forma protocolar con la institución educativa, mediante una solicitud; una vez aceptada formalmente la solicitud, con el apoyo del director de la institución educativa, se

procedió a informar al personal docente y administrativo sobre el desarrollo y objetivo de la investigación, además de coordinar con los responsables el horario, la factibilidad, el apoyo, materiales, etc. antes de iniciar la investigación.

La investigación toma en cuenta el aspecto metodológico, procurando no dar mal uso de la información recabada ni los resultados. Durante la aplicación de los instrumentos, el acceso y manejo de la población se halló dentro de los límites competenciales del investigador (acorde a la experiencia del profesional). Así mismo, se procuró evitar cualquier tipo de discriminación tomando en cuenta lo descrito por la ley al respecto. La información que se obtuvo como producto del estudio se consideró confidencial. Toda declaración correspondiente a la investigación es verdadera. Los alumnos decidieron, de forma voluntaria, su participación en el estudio.

Por consiguiente, cualquier resultado o recomendación será confiable e irá dirigido a la institución educativa y padres para actuar de manera preventiva hacia la problemática presente. Se evitará difundir de forma inadecuada aquellos datos obtenidos, resguardando los derechos de los participantes.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Análisis descriptivo

#### 4.1.1. Análisis descriptivo de la variable Creencias irracionales

Con respecto a las creencias irracionales, se observa en la tabla 8 que un 32.6% se encuentra en la categoría tendencia irracional, y por el contrario sólo un 0.6% en la categoría altamente racional.

**Tabla 8**

*Análisis descriptivo de los niveles de Creencias irracionales.*

Variable	Nivel	Frecuencia	%
Total Creencias Irracionales	Altamente Racional	18	5,7
	Racional	76	24,1
	Tendencia Racional	91	28,8
	Tendencia Irracional	103	32,6
	Irracional	26	8,2
	Altamente Irracional	2	0,6

Como se puede observar en la tabla 9, con respecto a los tipos de creencias irracionales, las creencias Necesidad de aprobación e influencia del pasado, obtienen en la categoría irracional 19% y 13.9% respectivamente, siendo los porcentajes más elevados para esa categoría entre los tipos de creencias. De la misma forma, las creencias irracionales Necesidad de aprobación y condena global, obtienen 32% y 26.6% en la categoría racional, siendo el puntaje más elevado para esta categoría entre los tipos de creencia irracional.

**Tabla 9***Análisis descriptivo de los niveles de los tipos de Creencias irracionales.*

<b>Variable</b>	<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
	Racional	101	32.0
Necesidad de aprobación	Tendencia Racional	80	25.3
	Tendencia Irracional	75	23.7
	Irracional	60	19.0
Competencia Absoluta	Racional	66	20.9
	Tendencia Racional	130	41.1
	Tendencia Irracional	61	19.3
	Irracional	59	18.7
Condena Global	Racional	84	26.6
	Tendencia Racional	158	50.0
	Tendencia Irracional	46	14.6
	Irracional	28	8.9
Tolerancia a la Frustración	Racional	39	12.3
	Tendencia Racional	194	61.4
	Tendencia Irracional	61	19.3
	Irracional	22	7.0
Influencia del Pasado	Racional	82	25.9
	Tendencia Racional	137	43.4
	Tendencia Irracional	53	16.8
	Irracional	44	13.9

**4.4.2. Análisis descriptivo de la variable Autoconcepto**

En la tabla 10, en relación con la variable autoconcepto. se observa que un 61.7% de la muestra se ubica en la categoría moderado y un 34.5% en la categoría alto.

**Tabla 10**

*Análisis descriptivo de los niveles de Autoconcepto general.*

<b>Variable</b>	<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Autoconcepto General	Bajo	12	3.8
	Moderado	195	61.7
	Alto	109	34.5

En cuanto a las dimensiones de autoconcepto, como se observa en la tabla 11, la mayor parte de la muestra se ubica en la categoría moderado. resaltando el autoconcepto físico con 64.6% en relación con dicha categoría. El autoconcepto emocional obtiene 60.4%. siendo el valor más elevado en la categoría alto y finalmente autoconcepto familiar. obtienen el porcentaje más elevado. 10.4%. en relación con la categoría bajo.

**Tabla 11**

*Análisis descriptivo de los niveles de las dimensiones de Autoconcepto*

<b>Dimensiones</b>	<b>Nivel</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>% valido</b>
Autoconcepto académico	Alto	96	30.4
	Moderado	190	60.1
	Bajo	30	9.5
Autoconcepto social	Alto	139	44
	Moderado	170	53.8
	Bajo	7	2.2
Autoconcepto emocional	Alto	191	60.4
	Moderado	92	29.1
	Bajo	33	10.4
Autoconcepto familiar	Alto	136	43
	Moderado	147	46.5
	Bajo	33	10.4
Autoconcepto físico	Alto	84	26.6

Moderado	204	64.6
Bajo	28	8.9

#### 4.2. Análisis de correlación

Como se puede apreciar en la tabla 12, se procedió a realizar un análisis de normalidad con los datos a fin de determinar el tipo de prueba estadística a emplear. Debido a la cantidad de la muestra, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov con la correlación de significancia de Lilliefors, hallándose en la mayoría de los casos un valor inferior al .05 en cuanto a la significancia ( $p < .05$ ); interpretando por ello una distribución no paramétrica para ambas variables y sus dimensiones.

**Tabla 12**

*Análisis de normalidad del Registro de opiniones forma A y la escala de Autoconcepto.*

Variable	Dimensiones	K-S	p
Creencias Irracionales	Necesidad de aprobación	.139	.001
	Competencia Absoluta	.106	.001
	Condena Global	.143	.001
	Tolerancia a la Frustración	.174	.001
	Influencia del Pasado	.124	.001
	Total creencias Irracionales	.075	.001
Autoconcepto	Autoconcepto Académico/ Laboral	.092	.001
	Autoconcepto Social	.087	.001
	Autoconcepto Emocional	.120	.001
	Autoconcepto Familiar	.075	.001
	Autoconcepto Físico	.075	.001
	Autoconcepto General	.047	.090

En consecuencia, a la distribución de la muestra, para la prueba de hipótesis se emplearon estadísticos no paramétricos. Como se aprecia en la tabla 13, para establecer la relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto, se empleó la *Rho* de Spearman, obteniéndose un coeficiente de correlación negativo, moderado (Cohen. 1988) y estadísticamente significativo ( $Rho = -.394, p < .001$ ). además de un tamaño de efecto moderado ( $r^2 = .16$ ); indicando que, a mayores creencias irracionales, menor nivel de autoconcepto.

**Tabla 13**

*Análisis de correlación entre las Creencias irracionales y el Autoconcepto General.*

Escala	Creencias irracionales		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	$r^2$
Autoconcepto	-.394**	.001	.16

\*\* . La correlación es significativa a nivel  $p < .01$ .

Como se muestra en la tabla 14, se procedió a establecer la relación entre el puntaje total de las creencias irracionales y las dimensiones del autoconcepto, hallándose coeficientes de correlación *Rho* de Spearman moderados y pequeños, de sentido negativo y estadísticamente significativos. El coeficiente de correlación más alto se obtuvo entre las creencias irracionales y el autoconcepto emocional ( $Rho = -.417, p < .001$ ) con un tamaño de efecto moderado, y el más bajo entre las creencias irracionales y el autoconcepto físico ( $Rho = -.141, p < .05$ ) con un tamaño de efecto pequeño.

**Tabla 14**

*Análisis de correlación entre las creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto.*

Dimensiones del Autoconcepto	Total de Creencias irracionales		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>r</i> <sup>2</sup>
Académico/Laboral	-.214**	.001	.05
Social	-.204**	.001	.04
Emocional	-.417**	.001	.17
Familiar	-.321**	.001	.10
Físico	-.141*	.012	.02

\*. La correlación es significativa a nivel  $p < .05$ .

\*\*.. La correlación es significativa a nivel  $p < .01$ .

También se procuró establecer la relación entre los tipos de creencia irracional y el autoconcepto general (tabla 15) a través del coeficiente de correlación de Spearman, hallándose correlación entre 4 de los 5 tipo de creencia y el autoconcepto general. La relación más grande se encuentra entre la creencia tolerancia a la frustración y el autoconcepto general ( $Rho = -.389$ ,  $p < .01$ ), con un tamaño de efecto moderado ( $r^2 = .15$ ). La relación más pequeña se encuentra entre Necesidad de aprobación y el autoconcepto general ( $Rho = -.133$ ,  $p < .05$ ), con un tamaño de efecto pequeño ( $r^2 = .15$ ). No se encuentra relación entre la creencia condena global y autoconcepto general ( $Rho = -.102$ ,  $p > .05$ ).

**Tabla 15**

*Análisis de correlación entre el autoconcepto y los tipos de creencias irracionales.*

<b>Tipos de creencias irracionales</b>	<b>Autoconcepto</b>		
	<i>rho</i>	<i>p</i>	<i>r</i> <sup>2</sup>
Necesidad de aprobación	-.133*	.018	.02
Competencia Absoluta	-.369**	.001	.14
Condena Global	-.102	.070	.01
Tolerancia a la Frustración	-.389**	.001	.15
Influencia del Pasado	-.282**	.001	.08

\*. La correlación es significativa a nivel  $p < .05$ .

\*\*.. La correlación es significativa a nivel  $p < .01$ .

Finalmente, como se aprecia en la tabla 16, se procedió a establecer la relación entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones del autoconcepto. Los coeficientes *Rho* de Spearman indican relación estadísticamente significativa entre la creencia Necesidad de aprobación y las dimensiones emocional ( $Rho = -.241, p < .001$ ) y familiar del autoconcepto ( $Rho = -.156, p < .001$ ) con tamaños de efecto pequeños. La creencia competencia absoluta se relaciona de forma estadísticamente significativa con las 5 dimensiones de autoconcepto, obteniendo mayor magnitud con la dimensión emocional ( $Rho = -.409, p < .001$ ) y académico/laboral ( $Rho = -.214, p < .001$ ) con tamaños de efecto de pequeño a moderado. La creencia condena global no se relaciona de forma estadísticamente significativa con ninguna de las dimensiones del autoconcepto. En el caso de la creencia tolerancia a la frustración, esta se relaciona de forma estadísticamente significativa con las 5 dimensiones de autoconcepto, destacando la relación con las dimensiones familiar ( $Rho = -.324, p < .001$ ) y emocional ( $Rho = -.285, p < .001$ ), con tamaños de efecto entre pequeño y moderado. Finalmente, la creencia irracional influencia del pasado, se relaciona significativamente con 4 de las 5 dimensiones del

autoconcepto, destacando la relación con la dimensión emocional ( $Rho = -.319, p < .001$ ) y familiar ( $Rho = -.225, p < .001$ ); no hallándose relación con la dimensión físico.

**Tabla 16**

*Análisis de correlación entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto.*

Creencias Irracionales		Dimensiones de Autoconcepto				
		Académico/ Laboral	Social	Emocional	Familiar	Físico
Necesidad de aprobación	<i>rho</i>	.010	-.070	<b>-.241**</b>	<b>-.156**</b>	.021
	<i>p</i>	.858	.213	<b>.001</b>	<b>.005</b>	.707
	<i>r</i> <sup>2</sup>	.001	.001	<b>.06</b>	<b>.02</b>	.001
Competencia Absoluta	<i>rho</i>	<b>-.214**</b>	<b>-.162**</b>	<b>-.409**</b>	<b>-.282**</b>	<b>-.160**</b>
	<i>p</i>	<b>.001</b>	<b>.004</b>	<b>.001</b>	<b>.001</b>	<b>.004</b>
	<i>r</i> <sup>2</sup>	<b>.05</b>	<b>.03</b>	<b>.17</b>	<b>.08</b>	<b>.03</b>
Condena Global	<i>rho</i>	-.079	-.046	-.085	-.071	-.037
	<i>p</i>	.164	.420	.130	.208	.509
	<i>r</i> <sup>2</sup>	.001	.000	.001	.001	.000
Tolerancia la Frustración	<i>rho</i>	<b>-.228**</b>	<b>-.254**</b>	<b>-.285**</b>	<b>-.324**</b>	<b>-.180**</b>
	<i>p</i>	<b>.001</b>	<b>.001</b>	<b>.001</b>	<b>.001</b>	<b>.001</b>
	<i>r</i> <sup>2</sup>	<b>.05</b>	<b>.06</b>	<b>.08</b>	<b>.10</b>	<b>.03</b>
Influencia del Pasado	<i>rho</i>	<b>-.184**</b>	<b>-.152**</b>	<b>-.319**</b>	<b>-.225**</b>	-.086
	<i>p</i>	<b>.001</b>	<b>.007</b>	<b>.001</b>	<b>.001</b>	.127
	<i>r</i> <sup>2</sup>	<b>.03</b>	<b>.02</b>	<b>.10</b>	<b>.05</b>	.001

\*\* . La correlación es significativa a nivel  $p < .01$ .

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADO

El objetivo principal de la presente investigación fue determinar la relación existente entre las creencias irracionales y el autoconcepto en alumnos de un colegio estatal de San Juan de Lurigancho. Los resultados confirman la hipótesis de investigación, evidenciando una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, de magnitud moderada (Cohen, 1988) y negativa ( $Rho = -.394$  y  $p < .001$ ), además de un tamaño de efecto moderado; indicando que, de forma general a mayores creencias irracionales, menor el nivel de autoconcepto y viceversa. Si bien los estudios de la relación entre ambas variables en la población escolar adolescente son poco comunes; lo hallado con las mismas variables en grupos etarios distintos muestra diversos resultados. Gálvez (2019) encuentra una relación de magnitud débil y dirección negativa entre las creencias irracionales y el autoconcepto en estudiantes universitarios; concluyendo con ello, que, si una persona posee ideas o creencias rígidas y demandantes, la percepción que posee de sí misma se verá afectada negativamente, trayendo como consecuencias el autosabotaje de objetivos, el menosprecio de sí mismo y una actitud negativa ante la vida. Por otro lado, Benalcázar (2017) en un grupo de 15 personas con discapacidad física, no encuentra relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y el autoconcepto. Los resultados hallados en la presente investigación pueden explicarse por la naturaleza de ambas variables; las creencias irracionales, al definirse como un conjunto de ideas, pensamientos o creencias absolutistas y rígidas, marcan una forma de interpretación del mundo convirtiéndose en filtros, pautas o modos de ponderar de la información que llega hasta la persona. Por otro lado, el autoconcepto es definido de forma general, como el conjunto de autopercepciones basadas en las experiencias del que percibe y; como lo menciona García y Musitu (2014), flexible y cambiante. Por lo mismo, si una creencia irracional puede influenciar en la interpretación que se hace de la realidad, podríamos también

decir que esta podría influenciar en la experiencia de la cual se alimenta la percepción del sí mismo. Al respecto, Rojas (2007) menciona que cada persona posee un sistema de creencias que motiva su conducta. Donde los adolescentes que tienen conductas agresivas suelen tener un autoconcepto social y familiar más bajo (García y Musitu. 2014).

En cuanto a los objetivos específicos, se halló que la relación entre el puntaje general de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto tiende a ser negativa, de magnitud pequeña a moderada y estadísticamente significativa. Indicando con ello que las creencias irracionales pueden influir en la percepción de sí mismo en cuanto al desempeño académico o laboral ( $Rho = -.214, p < .001$ ); en cuanto a su desempeño dentro del grupo social ( $Rho = -.204, p < .001$ ); en cuanto a sus reacciones emocionales ( $Rho = -.417, p < .001$ ); en cuanto a su papel en el contexto familiar ( $Rho = -.321, p < .001$ ) y en cuanto a su condición física ( $Rho = -.141, p < .005$ ). Estos resultados, aunque de forma indirecta, se asemeja a investigaciones como la de Correa (2019), que encuentra relación de magnitud débil, significativa y dirección positiva entre cuatro las 6 creencias irracionales estudiadas y la procrastinación general, está última asociada directamente al rendimiento académico y laboral. Por otro lado, Ricas (2016) halla relación estadísticamente significativa, de magnitud mediana y negativa, en dos de las seis creencias irracionales y el clima social familiar en una población de estudiantes de secundaria; entendiendo el clima familiar como la percepción del modo de interacción entre los componentes de la familia. Así mismo, Lumbre (2017) y García (2014) hallan relación entre las creencias irracionales y las variables hostilidad/cólera y ansiedad estado/rasgo respectivamente; en ambos casos encuentra relación directa y de magnitud débil en población adolescente y adulta. En relación con dicho resultado, podemos tomar lo mencionado por Ellis y Grieger (1990), refiriéndose al modelo de la TREC, describe que las creencias, cogniciones, pensamientos e ideas tienen gran influencia sobre las consecuencias cognitivas, conductuales

y emocionales de las personas; aspectos transversales de la actividad psicológica humana y por ende del autoconcepto.

Sin embargo, no parece que los tipos de creencias irracionales influyan de la misma manera en el autoconcepto general. Se halló relación estadísticamente significativa y negativa entre 4 de los 5 tipos de creencias irracionales y el autoconcepto general: Necesidad de aprobación ( $Rho = -.133, p < .018$ ), competencia absoluta ( $Rho = -.369, p < .001$ ), tolerancia a la frustración ( $Rho = -.389, p < .001$ ) e influencia del pasado ( $Rho = -.282, p < .001$ ). No hallando evidencia de relación con la creencia condena global. Aparentemente las relacionadas con la Necesidad de aprobación, competencia absoluta, tolerancia a la frustración e influencia del pasado tienen mayor relevancia en la forma en que el escolar adolescente se percibe en sus diferentes ámbitos. Dicho resultado, de forma general, dista de lo encontrado por Gálvez (2019), aunque con otro grupo etario, encuentra una relación de magnitud débil y de dirección negativa en siete de las ocho creencias irracionales que estudió con respecto al autoconcepto general, incluyendo la creencia culpabilización equiparable a la creencia condena global en la presente investigación. Al parecer, que en el grupo de universitarios se halle una pequeña relación entre el juzgar o castigar a las personas consideradas “malas” y el autoconcepto, implica un arraigo mayor de dicha creencia y por ende afectación en sus vidas. Siendo que quienes castigan a los demás, también suelen hacerlo consigo mismo en la misma o mayor medida (Garner, 1969, como se citó en Gálvez 2019). En el caso de la adolescencia, el autoconcepto aún es muy permeable a las experiencias, etapa donde se hace evidente la necesidad de otros y de la relación social para saberse autodefinir (Serrano, 2002), dando importancia a lo emocional y la influencia del afecto de los otros. Sin embargo, al parecer en dicha etapa la relación entre condenar a otro y condenarse a sí mismo (generar un autoconcepto negativo) no es tan clara, sea porque tiende a ser muy superficial dado los cambios que atraviesa o que no condene para no ser condenado, inclinándose a no expresar su opinión. Sumando a dicha observación, Correa

(2019), en una muestra de estudiantes universitarios encuentra que el 30,8% se ubica en la categoría irracional en cuanto a la creencia relatividad de los actos, a diferencia del 8.9% encontrado en la presente investigación en cuanto a la condena global, ambos conceptualmente equiparables.

Finalmente, entre los tipos de creencias irracionales y las dimensiones de autoconcepto se encuentra que la creencia irracional Necesidad de aprobación, se relaciona de forma estadísticamente significativa y negativa con dos de las 5 dimensiones de autoconcepto: el autoconcepto emocional ( $Rho = -.241, p < .001$ ) y el autoconcepto familiar ( $Rho = -.156, p < .005$ ), en ambos casos con magnitud y tamaño de efecto pequeño. Lo cual contrasta con lo hallado por Gálvez (2019), quién solo halla relación entre la creencia necesidad de aprobación y el factor familiar del autoconcepto, y no con el factor emocional. Indicando que, en los adolescentes, tener como necesidad imperiosa el ser aprobado por los otros, influye en la forma en que se perciben a nivel emocional. Como lo mencionan García y Musitu (2014), este factor emocional del autoconcepto se basa en la autopercepción de reacciones ante determinadas situaciones, por ejemplo, con figuras de autoridad o superiores. En cuanto a la relación con el factor familiar, la búsqueda de confianza y afecto de parte de los padres, además de aceptación del grupo familiar, son de gran relevancia para la estabilidad emocional. Es la familia donde se aprende a regular las emociones (García, 2013, como se citó en Guerrero y Mestanza, 2015), por lo que no es de extrañarse, que dicha relación se encuentre tanto en grupo de adolescentes como en universitarios, donde la búsqueda desmedida de aprobación y afecto evidencie dificultades para verse de manera positiva en el contexto familiar. Siendo el autoconcepto familiar, un predictor de la integración escolar y laboral, además de conductas prosociales y la percepción de salud física y mental (García y Musitu, 2014).

La creencia irracional competencia absoluta, se halla relacionada de forma estadísticamente significativa y negativa con las 5 dimensiones del autoconcepto:

Académico/laboral ( $Rho = -.214, p < .001$ ), social ( $Rho = -.162, p < .001$ ), emocional ( $Rho = -.409, p < .001$ ), familiar ( $Rho = -.282, p < .001$ ) y físico ( $Rho = -.160, p < .001$ ); obteniéndose tamaños de efecto entre pequeño y moderado. Resultados que difieren del obtenido por Gálvez (2019), quién encuentra relación negativa y de magnitud débil únicamente entre la creencia irracional altas auto expectativas y los factores social y familiar del autoconcepto. Por otro lado, Requejo (2018) encuentra que los adolescentes con la creencia irracional ser absolutamente competente, suelen tener puntajes más altos en agresividad premeditada e impulsiva, aspectos que debilitan el autoconcepto social y emocional. Además, Correa (2019) halla relación entre la creencia competencia absoluta y procrastinación general, aspecto que se relaciona negativamente con el autoconcepto académico laboral (García y Musitu, 2014). Como lo menciona Guzmán (2009), dicha creencia centra a la persona en la autoexigencia de perfección y no tomar en cuenta la obviedad de la imperfección humana. La exigencia absoluta, es una de las 3 principales, y de las cuales derivan otras inferencias perjudiciales (Lega et al., 2017). Al centrarse en ser perfecto y exitoso, el adolescente puede generar auto expectativas irreales sobre su desempeño en las diferentes áreas de su vida, expectativas que difícilmente cumplirán y que irremediablemente afectara su autoconcepto en general. Además, el escolar adolescente suele generar mayores expectativas en la familia y docentes, sobre lo que respecta a su comportamiento y desempeño académico y físico.

La creencia condena global, no se relaciona de forma estadísticamente significativa con ninguna de las dimensiones del autoconcepto ( $p > .05$ ). De la misma forma Gálvez (2019) no encuentra relación entre la creencia irracional culpabilización y los factores familiar y emocional del autoconcepto. Por otro Correa (2019), no encuentra relación entre la creencia relatividad de los actos (condena global) y la procrastinación general. En cuanto a aspectos de la personalidad, Campos (2019) en una muestra de adolescentes escolares, no encuentra relación entre la creencia irracional condenación y la dimensión neuroticismo y extraversión,

pero sí con psicoticismo, evidenciando que dicha creencia se encuentra en personas con dificultad para manejar sus sentimientos, ser sociables o tener empatía, y quienes consideran a las personas dignas de recibir las consecuencias punitivas necesarias por sus actos. Dichos resultados indican que, en el grupo estudiado, aunque exista la tendencia a la búsqueda del sufrimiento de otro en relación con sus actos, no afecta la percepción acerca del propio valor; en parte quizá por la adolescencia, etapa en que los juicios suelen ser superficiales y emotivos, quizá en parte por evitar los juicios hacia sí mismo.

También se halla relación entre la creencia irracional tolerancia a la frustración y las 5 dimensiones del autoconcepto: Académico/laboral ( $Rho = -.228, p < .001$ ), social ( $Rho = -.254, p < .001$ ), emocional ( $Rho = -.285, p < .001$ ), familiar ( $Rho = -.324, p < .001$ ) y físico ( $Rho = -.180, p < .001$ ), con tamaños de efecto de pequeño a moderado. Indicando que el aceptar ideas de intolerancia ante ciertos hechos o acontecimientos, tendrá relación con la forma en que la persona se percibe en cuanto a su rendimiento académico, en cuanto a sus relaciones con sus pares, en cuanto a sus emociones, en cuanto a su dinámica familiar y en cuanto a su condición física; corroborando ello, Gálvez (2019) encuentra relación débil entre la creencia indefensión acerca del cambio y los cinco factores del autoconcepto. Por su parte Correa (2019) encuentra relación entre la creencia expectativa social y la procrastinación (asociada al rendimiento académico laboral). Rivas (2016) encuentra relación negativa entre la creencia irracional “Es terrible y catastrófico que las cosas la gente no sea como a uno le gustaría que fuera” y la dimensión relaciones, de clima social familiar (que mide el grado de comunicación e interacción en la familia). El resultado hallado en la presente investigación puede explicarse debido a que, en su definición, la creencia tolerancia a la frustración se asocia a la dificultad para adaptarse a los cambios, hecho que abarca a la totalidad de las áreas que pretende estudiar el autoconcepto. Las personas cambian a nivel de su rendimiento, su familia, sus emociones, su contexto social y su condición física. Y, por ejemplo, en cuanto a la capacidad de adaptarse,

si la persona no puede expresar esos sentimientos de disconformidad, o buscar apoyo en otras personas, ello verá afectado su autoconcepto general de forma negativa (Caldera et al., 2018).

Se encuentra también una relación estadísticamente significativa entre la creencia influencia del pasado y el autoconcepto académico ( $Rho = -.184, p < .001$ ), social ( $Rho = -.152, p < .001$ ), emocional ( $Rho = -.319, p < .001$ ) y familiar ( $Rho = -.225, p < .001$ ); no se halla evidencia estadística de relación con la dimensión físico. Lo cual podría traducirse, que al mantener creencias que sobrevaloren el pasado en el presente o que consideran insuperable ciertas experiencias, influirá de forma negativa en el autoconcepto a nivel, académico, social, emocional y familiar. Correa (2019) encuentra que dicha creencia irracional tiene relación con la procrastinación general, debido a que las personas tienden a centrarse cognitivamente en sus sentimientos e información negativa y que suelen mantenerlas en el tiempo (Flett, 2016 como se citó en Correa, 2019). Rivas (2016) por su parte encuentra una relación pequeña pero significativa, entre la creencia “si algo afecto fuertemente en alguna ocasión nuestra vida, siempre la seguirá afectando” y la dimensión desarrollo del clima social familiar, este último relacionado a actividades que hacen de la familia un ente formativo y de desarrollo personal. De la misma manera Gálvez (2019), encuentra una relación inversa y de magnitud pequeña entre la creencia influencia del pasado y el autoconcepto general. Como lo menciona Garner, las experiencias del pasado pueden convertirse en influencia que menoscaba a la persona constantemente, interrumpiendo su vida presente con ideas que no tienen base objetiva o que no llevan a la persona a su desarrollo y bienestar personal; manteniéndola en una dinámica que no lo ayuda tomar el control de su propia vida (1969, como se citó en Gálvez, 2019). Por ende, no debemos apegarnos demasiado a las experiencias pasadas, ni dejar que éstas influyan de forma excesiva (Guzmán, 2009); debido a que dicha creencia tiene influencia en el clima social familiar, la procrastinación y el autoconcepto general (Rivas. 2016; Correa. 2019 y Gálvez. 2019).

Finalmente, en cuanto a la variable creencias irracionales, se encuentra que la mayoría de la muestra se ubica en la categoría tendencia irracional con 32,6% y tendencia racional con un 28.8%. Indicando que, aunque existe cierto predominio por pensar de forma absoluta e incongruente, la inclinación no es marcada y se mantiene en una tendencia. Los tipos de creencia irracional también reflejan esta tendencia, obtienen los siguientes porcentajes: la creencia Necesidad de aprobación, agrupa a la mayor parte de la muestra en la categoría racional con una 32%; la creencia competencia absoluta agrupa a la mayor parte de la población en la categoría tendencia racional 41.1%; la creencia condena global, tiene un 50% en la categoría tendencia racional; la creencia tolerancia a la frustración obtiene un porcentaje mayor en la categoría tendencia racional (61.4%) y la creencia influencia del pasado agrupa la mayor parte de la población en la categoría tendencia racional 43.4%.

En cuanto a la variable autoconcepto, la mayor parte de la muestra se ubica en la categoría moderado (61,7%). Las dimensiones también reflejan dicho resultado: el autoconcepto académico/laboral obtiene un porcentaje alto en la categoría moderado (60.1%), el autoconcepto social obtiene un 53.8% en la categoría moderado, el autoconcepto emocional obtiene un 60.4% en la categoría alto, el autoconcepto familiar obtiene un 46.5% en la categoría moderado y el autoconcepto físico obtiene un 64.6% en la categoría moderado.

Es importante tomar en cuenta que las creencias irracionales y el autoconcepto intervienen en la forma de sentir, pensar y actuar que poseen las personas respecto a sí mismas, al mundo y a los demás. Por ende, es importante tomarlas en cuenta a la hora de plantear programas de intervención o prevención en salud mental.

## VI. CONCLUSIONES

1. Los resultados confirman que existe relación entre las creencias irracionales y el autoconcepto, siendo estadísticamente significativa entre ambas variables, de magnitud moderada y negativa ( $Rho = -.394$ , y  $p < .01$ ).
2. La relación entre el puntaje general de creencias irracionales y las 5 dimensiones de autoconcepto otorgan índices de correlación estadísticamente significativos, con magnitudes moderado, pequeño y negativa.
3. Solo cuatro de los cinco tipos de creencias irracionales estudiados, correlacionan de forma estadísticamente significativa con el autoconcepto general. La creencia irracional Necesidad de aprobación ( $Rho = -.133$ ,  $p < .018$ ), competencia absoluta ( $Rho = -.369$ ,  $p < .001$ ), tolerancia a la frustración ( $Rho = -.389$ ,  $p < .001$ ) e influencia del pasado ( $Rho = -.282$ ,  $p < .001$ ).
4. Entre los cinco tipos de creencias irracionales y las cinco dimensiones de autoconcepto se encuentra que: a) La creencia irracional Necesidad de aprobación, se relaciona de forma estadísticamente significativa, con magnitud pequeña y negativa con el autoconcepto emocional y familiar. b) La creencia irracional competencia absoluta, se halla relacionada las cinco dimensiones del autoconcepto con magnitudes pequeño y moderado, además de significancia estadística en todos los casos y dirección negativa. c) La creencia irracional condena global, no se relaciona de forma estadísticamente significativa con ninguno de las 5 dimensiones del autoconcepto. d) La creencia irracional tolerancia a la frustración correlaciona de forma estadísticamente

significativa con las cinco dimensiones del autoconcepto, manteniendo una dirección negativa y magnitudes de moderado a pequeño. e) Finalmente, la creencia influencia del pasado, correlaciona de forma estadísticamente significativa con cuatro de las cinco dimensiones del autoconcepto: académico/laboral, social, emocional y familiar.

## VII. RECOMENDACIONES

1. Realizar investigaciones a diferentes alcances, empleando como variables las creencias irracionales y el autoconcepto en poblaciones similares al del presente estudio. Además, siendo la correlación hallada en la presente investigación moderada, identificar que otras variables influyen en dicha relación a través de estudios multivariante.
2. Revisar las propiedades psicométricas del REGOPINA, con el fin de obtener mayor evidencia de validez del constructo a través de estudios confirmatorios.
3. Organizar charlas, talleres y escuelas para padres en el centro educativo; dando a conocer la influencia de las formas de pensamiento racional y un adecuado autoconcepto en las diversas áreas de la vida del estudiante.
4. Realizar charlas y talleres en centros educativos, bibliotecas, postas y centros comunales promoviendo la importancia de un adecuado autoconcepto y mantener creencias racionales para un adecuado desenvolvimiento a nivel académico, social y emocional.
5. Capacitar a los docentes y tutores en el manejo y promoción de adecuadas formas de pensamiento y manejo emocional, además de la identificación oportuna de la carencia de estos en los alumnos.

## VIII. REFERENCIAS

- Aiken, R. (2003). *Test Psicológicos y Evaluación*. Pearson Education.
- Aguinaga, A. (2011). Creencias Irracionales y Conductas Parentales en madres víctimas de violencia infligida por la pareja. *RevPsicolHered*, 6, 1-2. [Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas de violencia infligida por la pareja | Revista Psicológica Herediana \(upch.edu.pe\)](https://revista-psicologica-herediana.upch.edu.pe)
- Alcaide, M. (2009). Influencia en el rendimiento y autoconcepto en hombres y mujeres. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 2, 27-44. <https://repositorio.ucjc.edu/bitstream/handle/20.500.12020/613/Influencia%20del%20rendimiento%20y%20autoconcepto%20en%20hombres.pdf?sequence=1>
- Aspillaga, M. (2011). *Creencias Irracionales y Estilo Atribucional en un Grupo de Jóvenes Abusadores de Marihuana*. [Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Perú]. Lima, Perú.
- Axpe, I. y Uralde, E. (2008). Programa Educativo para la mejora del autoconcepto físico. *Revista de Psicodidáctica*, 13 (2), 53-69. <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Axpe%2CI.y+Uralde%2CE.+%282008%29.+Programa+Educativo+para+la+mejora+del+autoconcepto+f%C3%ADsico.Revista+de+Psicodid%C3%A1ctica%2C+13+%282%29%2C+53-69>
- Benalcázar, M. (2017). *Creencias irracionales y autoconcepto en personas con discapacidad motora adquirida. del Centro Comunitario Capodarco. Cantón Penipe. Provincia de Chimborazo*. [Tesis para Licenciatura. Universidad Nacional de Chimborazo]. Ecuador. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4398/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2017-0044.pdf>
- Caldera, J., Reynoso, O., Angulo, M., Cadena, A. y Ortiz, D. (2018). Habilidades Sociales y Autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de

- Jalisco. México. *Escritos de Psicología*, 11(3), 144–153. Doi: <http://10.5231/psy.writ.2018.3112>.
- Campos, L. (2019). *Ideas Irracionales y Dimensiones de personalidad en Adolescentes de una Institución Educativa de Chiclayo*. [Tesis de licenciatura. Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional. [Campos López Anali CREENCIAS IRRACIONALES UNISV SEÑOR DE SIPAN.pdf](#)
- Candio, E. (2019). *Autoconcepto y Estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de la modalidad adultos EPE de la Facultad de Administración de una universidad privada de Lima*. [Tesis de Maestría. Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/10645>
- Castanedo, C. (2008). *Seis Enfoques Psicoterapéuticos*. México: Manual Moderno.
- Caycho, J. y Ventura, J. (2017, junio). El coeficiente Omega: un método alternativo para la estimación de la confiabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 625-627. [Redalyc.El coeficiente Omega: un método alternativo para la estimación de la confiabilidad](#)
- Cazalla, N y Molero, D. (julio del 2013). Revisión Teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista de Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 10, 43-64. <http://www.revistareid.net/revista/n10/REID10art3.pdf>
- Cazalla, N. y Molero. D. (Julio del 2013). Revisión Teórica Sobre el Autoconcepto y su Importancia en la Adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 10(S/N), 43-64. <https://www.researchgate.net/publication/253650044>.
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez, A. y Ruiz-Rico, G. (2018). Relación entre el autoconcepto, consumo de sustancias y uso problemático de video juegos en universitarios: un modelo de ecuaciones estructurales. *Adicciones*, 30(3), 179-188. Doi: <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.872>
- Chávez, A., Correa, F., Klein, A. y Macías, L. (2017). Sintomatología depresiva, ideación suicida y autoconcepto en una muestra de niños mexicanos. *Avances en*

*Psicología Latinoamericana*, 35(3), 501-514. Doi: doi:

<http://dx.doi.org/10.12804/revistas>.

Chávez, L. y Quiceno, N. (2010). Validación del Cuestionario de Creencias Irracionales (TCI) en población colombiana. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia*, 2(1), p. 41-56.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2145-48922010000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922010000100004)

Correa, N. (2019). *Procrastinación General y Creencias Irracionales en Estudiantes de una Universidad Nacional de la Provincia de Tarma*. [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional.

[http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3120/UNFV\\_CORREA\\_D%  
c3%81VILA\\_NILDA\\_STHEFANY\\_TITULO\\_PROFESIONAL\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3120/UNFV_CORREA_D%c3%81VILA_NILDA_STHEFANY_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2.a ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Ellis, A. y Abrahms, M. (2005). *Terapia Racional Emotiva*. México: PAX MÉXICO.

Ellis, A. (2005). *Cómo vivir con un neurótico En casa o en el Trabajo*. Barcelona: Ediciones Obelisco S.L.

Ellis, A. y Grieger, R. (1990). *Manual de terapia racional emotiva*. Bilbao: Editorial Desclee de Brouwer.

Esnaola, I., Goñi, A. y Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 69-96.

<https://www.redalyc.org/pdf/175/17513105.pdf>

Ferrel, F., González, J. y Padilla, Y. (2013). Esquemas mal adaptativos temprano y creencias irracionales en un grupo de homosexuales masculinos de la ciudad de Santa María. Colombia. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 36-66.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600004>.

- Gálvez, L. (2019). *Creencias Irracionales y autoconcepto en estudiantes de una universidad de Trujillo* [tesis de licenciatura. Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/21610>
- Galindo, H. (2019). Estandarización por curso y Género de la Escala de Autoconcepto AF-5 en educación Primaria. *Psicología Educativa*, 25(2), 117-125. <https://doi.org/10.5093/psed2019a9>
- García, F. y Musitu, G. (2014). *AF-5, Autoconcepto Forma 5*. Madrid. España: TEA Ediciones.
- García, F. y Musitu, G. (1999). *AF5, Autoconcepto Forma 5*. Valencia. España. TEA Ediciones.
- García, S. (2014). *Creencias Irracionales y Ansiedad en estudiantes de Medicina de una Universidad Nacional*. [Tesis de Maestría. Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio Institucional. [http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1148/1/GARCIA\\_AS.pdf](http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1148/1/GARCIA_AS.pdf)
- Guzmán, P. (2009). *Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA)*. Lima:Perú
- Guerrero, S. y Mestanza, N. (2015). *Clima Social Familiar y Autoconcepto en estudiantes de 3ro a 5to año de secundaria de una institución educativa privada de Lima este, 2015*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/460/Sunamita\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/460/Sunamita_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista. P. (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill.
- Huerta, J y Alcazar, R. (2014). Inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(2), SN. [www.redalyc.org/articulo.oa?id=29238007003](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29238007003)
- Instituto Nacional de Estadística e informática (2014). *Primera Encuesta Nacional Especializada sobre discapacidad 2012*. INEI. 2013.

[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib171/ENEDIS%202012%20-%20COMPLETO.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib171/ENEDIS%202012%20-%20COMPLETO.pdf)

Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Hideyo Noguchi” (2012).

Estudio Epidemiológico de Salud Mental de Niños y Adolescentes en Lima Metropolitana y Callao 2007. Informe General. *Anales de Salud Mental*, 1(28).  
<http://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2007-ASM-EESM-NYA.pdf>

Kerlinger, F. (1985). *Investigación del Comportamiento*. Nueva Editorial Interamericana.

Lega, L., Caballo, V. y Ellis, A. (2002). *Teoría y práctica de la terapia racional emotivo conductual*. Madrid: siglo XXI de España editores S.A.

Lega, L., Sorribes, F. y Calvo, M. (2017). *Terapia Racional Emotiva Conductual-Una versión teórico-práctica actualizada*. Paidós.

Lumbre, S. (2017). *Creencias Irracionales y Hostilidad/Cólera en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas públicas de San Juan de Lurigancho*. Lima. 2017. [Tesis para optar el Título de Licenciada en Psicología. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional.  
[repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/8825](https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/8825)

Maldonado, M. (2006). “*Sé trabajar. me sé ganar*” *Autoconcepto y autoestima del niño y niña rural en dos escuelas rurales*. Plural editores.

Martínez-Antón, M., Buelga, S. y Cava, M.J. (2007). La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. *Anuario de Psicología*, 38, 293-303.  
<https://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/74205/94371>

Medrano, L., Galleano, C., Galera, M. & Del Valle, R. (2010). Creencias Irracionales. rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *LIBERABIT*, 16(2), 183-192. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v16n2/a08v16n2.pdf>

MINSA. (2018). *Lineamientos de política sectorial en Salud Mental*.  
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

- Molina, M., Raimundi, M. y Gimenez, M. (2017). Los posibles sí mismos de los adolescentes de Buenos Aires. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales. Niñez y Juventud*, 15 (1), 455-470.
- Moreno, D., Estévez, E., Murgui, S. y Musitu, G. (2009). Reputación social y violencia relacional en adolescentes: el rol de la soledad, la autoestima y la satisfacción vital. *Psicothema*, 21(4), 537-542. <https://www.uv.es/~lisis/david/psicothema-reputacion.pdf>
- Morales, P. (2006). *Medición de actitudes en psicología y educación*. Universidad Pontificia de Comillas. [Medición de actitudes en psicología y educación \(comillas.edu\)](http://comillas.edu)
- OMS (2020). *Enfermedades no transmisibles y sus factores de riesgo: Encuesta Mundial de Salud a Escolares*. <https://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/es/>
- OMS (2020). *Manual para llevar a cabo la Encuesta Mundial de Salud a Escolares*. [https://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/GSHS\\_Item\\_Rationales\\_Spanish\\_2009.pdf](https://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/GSHS_Item_Rationales_Spanish_2009.pdf)
- Oficina de las Naciones Unidas Contra la Droga y el Delito (2018). *Informe Mundial de Drogas: crisis de opioides, abuso de medicamentos y niveles récord de opio y cocaína*. [https://www.unodc.org/unodc/es/frontpage/2018/June/world-drug-report-2018\\_-opioid-crisis--prescription-drug-abuse-expands-cocaine-and-opium-hit-record-highs.html](https://www.unodc.org/unodc/es/frontpage/2018/June/world-drug-report-2018_-opioid-crisis--prescription-drug-abuse-expands-cocaine-and-opium-hit-record-highs.html)
- OMS (2019). *Adolescentes y Salud Mental*. [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/mental\\_health/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/)
- Palacios, J. y Coveñas, J. (agosto del 2019). Predominancia del autoconcepto en estudiantes con conductas antisociales del Callao. *Propósitos y Representaciones*, 7(2), 325-352. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.278>
- Papalia, D., Duskin, F. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. McGrawHill.

- Requejo, M. (2018). *Creencias Irracionales y agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa Pública del distrito de San Martín de Porres*. 2018. [Tesis de Licenciatura. Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional. [Requejo\\_MAH.pdf \(ucv.edu.pe\)](https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/123456789/131)
- Ricas, M. (2016). *Relación entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales en Estudiantes del 5to Grado de Nivel secundario de la I.E Enrique López Albuja-Urb. Piura- Del Distrito 26 de Octubre-Piura*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Institucional. [repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/131](https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/131)
- Rivas, M. (2016). *Relación entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E Enrique López Albuja-Urb. Piura-Del Distrito 26 de Octubre-Piura 2015*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/131>
- Rojas, M. (2007). *Creencias Irracionales en mujeres y varones consumidores de cocaína. Una mirada desde el enfoque cognitivo*. [Tesis de Maestría. Universidad Cayetano Heredia]. Lima. Perú.
- Ruiz, K. (2019). *Clima Familiar y Autoconcepto En Adolescentes Puérperas Atendidas En el Hospital San Juan de Lurigancho*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Federico Villarreal]. Lima. Perú.
- Serrano, M. (2002). *La Educación para la Salud del siglo XXI: Comunicación y Salud*. España: Diaz de Santos. [recension.pdf \(isciii.es\)](https://www.repositorio.isciii.es/handle/10261/10261)
- Sausa, M. (3 de febrero del 2018). *Menores ocupan el 70% de atenciones en salud mental*. *Perú 21*. <https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376-noticia/>
- UNICEF. (2019). *La salud mental del adolescente: Un desafío urgente para la investigación y la inversión*. <https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-salud-mental-del-adolescente.pdf>

- Velásquez, A. (2016). *Ideas Irracionales y autoconcepto*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Rafael Landívar]. Guatemala.
- Yábar, J. (2019). *Autoconcepto y Rendimiento Académico en Estudiantes de nivel Preuniversitario de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - 2017*. [Tesis de especialidad. Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/7181>

## IX. ANEXOS

### Anexo A

#### CIRCULAR INFORMATIVA

Se comunica a los docentes y administrativos del nivel secundario del colegio 0090 “Daniel Alcides Carrión”. en coordinación con la dirección. que los alumnos del 1ro a 5to de secundaria serán invitados a participar de la investigación “Creencias Irracionales y Autoconcepto en alumnos del 1ro al 5to de secundaria”. La participación será voluntaria y se guardará estrictamente la confidencialidad de los participantes. Dicha investigación será realizada por el bachiller en psicología Joseph Ricardo Bazán Vargas de la Universidad Nacional Federico Villarreal (UNFV).

Para todos los casos. el evaluador tendrá en cuenta que el proceso de aplicación y los resultados no serán perjudiciales para la integridad del (a) evaluado (a). Además. de comprometerse de no revelar la identidad del evaluado durante y después del proceso de investigación. Además. la persona evaluada. podrá retirarse del proceso aun comenzada la evaluación si así lo desea.

Agradecemos su apoyo.

Lima. \_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 2019

## Anexo B

**REGISTRO DE OPINIONES  
FORMA A  
(REGOPINA)**

*No es necesario que piense mucho rato en cada ítem. Señale si considera verdadera (V) o falsa (F) cada afirmación.*

*Asegúrese de que contesta lo que usted realmente piensa, no lo que cree que debería pensar.*

Nro	Ítems	V	F
1	Para mí es importante recibir la aprobación de los demás.		
2	Odio equivocarme en algo.		
3	La gente que se equivoca, debe recibir su merecido.		
4	Generalmente, acepto los acontecimientos desagradables con tranquilidad.		
5	Si una persona quiere, puede ser feliz en casi cualquier circunstancia.		
6	“Árbol que crece torcido, nunca su tronco endereza”.		
7	Me gusta que los demás me respeten, pero yo no tengo que sentirme obligado a manifestar respeto a nadie.		
8	Evito las cosas que no puedo hacer bien.		
9	Las personas malas deben ser castigadas.		
10	Las frustraciones y decepciones no me perturban.		
11	A la gente no la trastornan los acontecimientos sino la imagen que tienen de estos.		
12	Es casi imposible superar la influencia del pasado.		
13	Quiero gustar a todo el mundo.		
14	No me gusta competir en aquellas actividades en las que los demás son mejores que yo.		
15	Aquellos que se equivocan, merecen cargar con la culpa.		
16	Las cosas deberían ser distintas a como son.		
17	Yo mismo provoqué mi propio mal humor.		
18	Si algo afectó tu vida de forma importante, no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.		
19	Me puedo gustar a mí mismo, aun cuando no le guste a los demás.		
20	Me gustaría triunfar en algo, pero pienso que no estoy obligado a hacerlo.		
21	La inmoralidad debería castigarse severamente.		
22	A menudo me siento trastornado por situaciones que no me gustan.		
23	Las personas desdichadas, generalmente, se provocan ese estado a sí mismas.		

24	La gente sobrevalora la influencia del pasado.		
25	Si no le gusto a los demás es su problema. no el mío.		
26	Para mí es extremadamente importante alcanzar el éxito en todo lo que hago.		
27	Pocas veces culpo a la gente por sus errores.		
28	Normalmente. acepto las cosas como son. aunque no me gusten.		
29	Nadie está mucho tiempo de mal humor o enfadado. a menos que quiera estarlo.		
30	Si hubiera vivido experiencias distintas. podría ser más como me gustaría ser.		
31	Creo que es difícil ir en contra de lo que piensan los demás.		
32	Disfruto de las actividades por sí mismas. al margen de lo bueno o malo que sea en ellas.		
33	El miedo al castigo es lo que hace que la gente sea buena.		
34	Si las cosas me desagradan. elijo ignorarlas.		
35	Cuanto más problemas tiene una persona. menos feliz es.		
36	Normalmente. no pienso que las experiencias pasadas me afecten en la actualidad.		
37	Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás. no la necesito realmente.		
38	Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo.		
39	Todo el mundo es. esencialmente. bueno.		
40	Hago todo lo que puedo para conseguir lo que quiero; y después. dejo de preocuparme.		
41	Nada es perturbador por sí mismo; si lo es. se debe al modo en que lo interpretamos.		
42	Somos esclavos de nuestro pasado.		
43	A menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte.		
44	Me trastorna cometer errores.		
45	No es equitativo que “llueva igual sobre el justo que sobre el injusto”.		
46	Yo disfruto tranquilamente de la vida.		
47	No puedo evitar sentirme muy alterado ante ciertos hechos.		
48	Una vez que algo afecta tu vida de forma importante. seguirá haciéndolo siempre.		
49	Usualmente me preocupo mucho por lo que la gente piensa de mí.		
50	Muchas veces me enfado muchísimo por cosas sin importancia.		
51	Generalmente doy una segunda oportunidad a quien se equivoca.		
52	La gente es más feliz cuando tiene metas y problemas que resolver para alcanzarlas.		
53	Nunca hay razón para permanecer afligido mucho tiempo.		
54	Básicamente. la gente nunca cambia.		
55	Ser criticado es algo fastidioso. pero no perturbador.		
56	No me asusta hacer aquellas cosas que no hago del todo bien.		
57	Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean.		
58	Raras veces me perturban los errores de los demás.		

59	El hombre construye su propio infierno interior.		
60	No miro atrás con resentimiento.		
61	Si cometo un error lo acepto con tranquilidad.		
62	Los acontecimientos negativos pueden ser superados.		
63	Hay gente que me altera el humor.		
64	Acepto con calma que otros sean mejores que yo en algo.		
65	Hay tristezas que jamás se superan.		

## Anexo C

### Escala AF-5 de autoconcepto (García y Musitu. 1999)

#### Instrucciones:

A continuación, encontrarás una serie de frases en las cuales se hacen afirmaciones relacionadas con tu forma de ser y comportarte. Piensa en qué grado cada una de ellas te describe a ti y marca con un aspa "X". la opción de respuesta que mejor te define.

Nº	ÍTEMS	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Hago bien los trabajos escolares.					
2	Hago fácilmente amigos.					
3	Tengo miedo de algunas cosas.					
4	Soy muy criticado en casa.					
5	Me cuido físicamente.					
6	Mis profesores/superiores me consideran un buen estudiante/ trabajador.					
7	Soy una persona amigable.					
8	Muchas cosas me ponen nervioso.					
9	Me siento feliz en casa.					
10	Me buscan para realizar actividades.					
11	Trabajo mucho en clase.					
12	Es difícil para mí hacer amigos.					
13	Me asusto con facilidad.					
14	Mi familia está decepcionada de mí.					
15	Me considero elegante					
16	Mis profesores me estiman.					
17	Soy una persona alegre.					
18	Cuando los mayores me dicen algo me pongo muy nervioso.					
19	Mi familia me ayudaría en cualquier tipo de problemas.					

20	Me gusta como soy físicamente.					
21	Soy un buen estudiante.					
22	Me cuesta hablar con desconocidos.					
23	Me pongo nervioso cuando me pregunta el profesor.					
24	Mis padres me dan confianza.					
24	Soy bueno haciendo deporte.					
26	Mis profesores me consideran inteligente y trabajador.					
27	Tengo muchos amigos.					
28	Me siento nervioso.					
29	Me siento querido por mis padres.					
30	Soy una persona atractiva.					