REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SAN MARÍA

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología

CREENCIAS IRRACIONALES Y ASERTIVIDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTA MARÍA

Tesis presentada por la Bachiller:

Flores Martínez, Paola Roxana

Para optar por el Título Profesional de**:**

Licenciada en psicología

Asesor:

Dr. Martínez Carpio, Héctor Emilio

Arequipa-Perú

2019

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

FACULTAD CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

INFORME DICTAMEN BORRADOR TESIS

VISTO

EL BORRADOR DE TESIS TITULADO:

"CREENCIAS IRRACIONALES Y ASERTIVIDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA"

SE RESUELVE:

PRESENTADO POR los BACHILLERES

FLORES MARTINEZ, PAOLA ROXANA

Del Dictamen: APROBADO PARA LA SIGUIENTE ETAPA

Observaciones:

Arequipa, 03 de MARZO del 2019

DR. HÉCTOR MARTÍNEZ CARPIO

MGTER. ROGER PUMA HUACAC

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

«No nos perturban las cosas sino la interpretación que hacemos de ellas»

Epicteto

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Dedicatoria

El presente trabajo está dedicado a mis padres, quienes con su ejemplo me motivan y me inspiran a siempre seguir adelante. En especial a mi madre, quien con su amor incondicional, su apoyo y su confianza hace que crea en mí, que sea capaz de lograr cada una de mis metas. A mi hermanito menor quien es el motor y la razón de querer siempre mejorar para brindarle el mejor ejemplo con el objetivo de darle herramientas para que sea un buen hombre, él me impulsa a soñar, ya que estos nos salvan, nos levantan y nos transforman y poder hacer de este mundo un lugar mejor. A mi hermano mayor quien siempre se esforzó por cuidarme y ayudarme, además de ser el héroe que siempre me reconforta y me da seguridad frente a las adversidades por la que he pasado. A mí abuelo Raúl quien me enseñó la importancia de los valores, a luchar por mis objetivos y a defender la justicia.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Resumen

El propósito de la presente investigación, de carácter descriptivo correlacional inversa, es identificar las creencias irracionales asociadas con el nivel de asertividad en los estudiantes de la escuela profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades de la Universidad Católica Santa María en la ciudad de Arequipa. Ésta investigación tuvo a 416 estudiantes como muestra, de los cuales 324 fueron mujeres y 92 hombres, del pregrado del II, IV, VI y VIII semestre a quienes se les aplicó: el Registro de Opiniones Forma A REGOPINA (Davis, M. Mckay, M. & Eshelman, E., 1982) y la Escala De Asertividad de Rathus (adaptación de León, M. & Vargas, T.,2009). Para procesar los datos, se usó el programa estadístico SPSS versión 25 a través de la prueba Chi Cuadrado (X2), los resultados de la presente investigación muestran que existe una correlación inversa y parcial entre las creencias irracionales y el nivel de asertividad; los resultados evidencian que los déficits de asertividad están asociados con la demanda de aprobación y perfección, por lo tanto, se comprueba la hipótesis planteada. Además, se encontró que la creencia irracional con mayor presencia en la muestra es la creencia irracional de perfección, esta misma creencia irracional tiene mayor presencia tanto en hombres y mujeres y en el semestre académico. También se pudo concluir que los estudiantes de psicología poseen un buen nivel de asertividad.

Palabras Claves: Creencias irracionales, asertividad, aprobación, perfección.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Abstract

The purpose of the present research, of an inverse correlative descriptive nature, is to identify the irrational beliefs associated with the level of assertiveness in the students of the professional school of Psychology of the Faculty of Social Sciences and Technologies and Humanities of the Universidad Católica Santa María in the city of Arequipa. This investigation had as sample to 416 students of whom 324 were women and 92 men of the undergraduate of the II, IV, VI and VIII semester to those who were applied: the Register of Opinions Form A REGOPINA (Davis, M. Mckay, M. & Eshelman, E., 1982) and the Rathus Assertiveness Scale (adapted from León, M. & Vargas, T., 2009) .To process the data, the statistical program SPSS version 25 was used through the Chi Square test (X2), the results of this research show us that there is an inverse correlation between irrational beliefs and the level of assertiveness, the assertiveness deficits are associated with the demand for approval and perfection, therefore, the hypothesis is verified. In addition, it was found that the irrational belief with greater presence in the sample is the irrational belief of perfection, this same irrational belief has a greater presence in both men and women, and in the academic semester. I conclude that psychology students have a good level of assertiveness.

Keywords: Irrational beliefs, assertiveness, approval, perfection.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Introducción

No cabe duda de que hoy en día la humanidad está viviendo un proceso gradual de evolución tecnológica, permitiendo mejorar y facilitar nuestros estilos de vida. Sin embargo, a pesar de ello y del desarrollo del cerebro humano que alcanzamos, basándonos en la teoría evolucionista, por el cual tenemos la capacidad de razonamiento abstracto, toma de decisiones sociales y morales, la empatía y el lenguaje; no llegamos al mismo nivel de progreso en cuanto a interacciones sanas entre los seres humanos. Aún nos enfrentamos a insatisfactorias relaciones interpersonales debido a una comunicación poco nutrida, los déficits de asertividad se han interpretado a manera de una inhibición de la respuesta, ésta es el resultado de una negativa evaluación de uno mismo. Una comunicación negativa o disfuncional, involucra irresponsabilidad de autocontrol ante emociones negativas, esto provoca sentimientos de insatisfacción en las relaciones con los demás.

Es por tanto que la motivación del presente estudio se basa en la correlación de las creencias irracionales y la asertividad en los estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María con el propósito dar a conocer a los resultados y promover a la búsqueda de una educación y herramientas que permita mejorar la calidad de vida y las relaciones interpersonales de los estudiantes y así avanzar de manera acertada, sin limitaciones ni afecciones en su funcionamiento psicosocial resaltando una imagen positiva del estudiante de psicología.

Durante las prácticas realizadas, a lo largo de los estudios de la carrera de psicología, pude observar la recurrencia con la que las personas acuden a consulta debido a la insatisfacción sobre malas relaciones interpersonales, ya sea en el ámbito familiar, laboral o social, estos conflictos se deben a una inadecuada comunicación y una interpretación errónea acerca de acontecimientos, ocasionando así un inapropiado afrontamiento ante situaciones. Es por lo tanto que, la investigación propuesta invita y motiva a las personas y colegas la

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

práctica de la Terapia Racional Emotiva y a un sano estilo de comunicación, como alternativa para brindar mayor armonía a su vida. Se consideró, además, ahondar sobre estas dos variables ya que en la Universidad Católica Santa María y en las demás universidades del país, existen escasas investigaciones entre las variables de estudio propuestas, como bachiller pretendo hacer frente ante la necesidad de profundizar el estudio sobre estas.

En cuanto a las creencias irracionales, Albert Ellis las define como valoraciones que tiene la persona ante diferentes situaciones, las cuales son caracterizadas por presentar inconsistencia en la lógica y con la realidad empírica, por ser absolutistas y dogmáticas, produciendo así emociones perturbadoras, y obstaculizan la obtención de objetivos e interfieren en el normal desarrollo conductual y emocional de la persona (Castello, 2005).

El ser asertivo implica actuar bajo la plena convicción de que se tiene el derecho de ser uno mismo y de expresar los propios pensamientos y sentimientos, en tanto se respeten los derechos y la dignidad de los demás (Aguilar, 2002).

En el año 2014 la Policía Nacional del Perú, recibió 137 742 casos de denuncias por maltrato familiar (Policía Nacional del Perú Anuario estadístico 2015). Una de las causas de la violencia en general, es un mal manejo de Habilidades Sociales, ya que según Caballo (2005), estas son una parte fundamental en la actividad humana y que, al discurrir de la vida, es determinado, al menos parcialmente, por el nivel de habilidades sociales que uno posee.

Casares (2002) afirma que, según diversos estudios, las habilidades sociales inciden en la autoestima, en la adaptación de roles, en la autorregulación del comportamiento y en el rendimiento académico, entre otros aspectos, tanto en la infancia como en la vida adulta. En la infancia, la adquisición de las habilidades sociales se vincula a los grupos primarios y a las figuras de apego; durante los primeros años de vida, la familia influye en el comportamiento interpersonal del niño, ya que ésta es el único contexto donde el infante se desarrolla y es

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

capaz de controlar el ambiente social en que vive; por consiguiente, le proporciona las oportunidades sociales, ya que la familia actúa como un filtro para que se incorpore a otros contextos.

Por otro lado, Ellis menciona que los causantes de conductas desadaptativas al entorno no siempre están directamente relacionados por acontecimientos externos, sino por la interpretación que otorga la persona a dichos acontecimientos, es decir la manifestación de creencias irracionales (Velázquez, 2002).

La relevancia del tema se debe a que los seres humanos están en constante interacción, es imprescindible desarrollar adecuadamente las habilidades sociales y aprender así a relacionarnos de forma sana, con el fin de una convivencia armoniosa que permita un óptimo desarrollo de nuestra comunidad; la base de esto, es una buena comunicación y una adecuada interpretación de las diversas situaciones que vivenciamos día a día para lidiar adecuadamente con ellas, siendo necesarias para la adaptación al entorno social en el que el ser humano se desenvuelve, además de generar vínculos satisfactorios.

De este modo, todo el planteamiento y desarrollo de esta tesis de investigación está orientada en conocer las principales creencias irracionales que estén vinculadas con un déficit de asertividad en los estudiantes de psicología de la Universidad Católica Santa María. También, las variables fueron analizadas en relación con el sexo y el semestre académico de los estudiantes para precisar una mayor información.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Índice

Dedicatoria iii

Resumen iv

Abstract v

Introducción vi

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO 1

Problema o Interrogante 2

Variables 2

Objetivos 3

Antecedentes Teórico – Investigativos 4

Terapia Racional Emotiva 4

Modelo A B C 5

Creencias 6

Creencias irracionales 8

Creencias irracionales primarias y secundarias 11

Pautas para reconocer una creencia irracional 12

Asertividad 14

Conducta Asertiva 15

Enfoques de la conducta asertiva 16

Características de la conducta asertiva 20

Multidimensionalidad del constructo de Asertividad 22

Hipótesis 22

CAPÍTULO II DISEÑO METODOLÓGICO 23

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tipo o diseño de Investigación 24

Técnicas e Instrumentos 24

Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) 24

Población y Muestra 27

Estrategia de Recolección de Datos 28

Criterios de Procesamiento de Información 28

CAPÍTULO III RESULTADOS 29

Discusión 57

Conclusiones 61

Sugerencias 62

Limitaciones 63

Referencias 64

ANEXOS 71

Anexo N° 1 Registro de Opiniones Forma A 72

Anexos N° 2 Cuestionario De Asertividad De Rathus 75

Anexo N° 3 Hoja De Respuestas 77

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Índice de tablas

Tabla N°1 Características Generales 27

Tabla N°2 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y la Asertividad.....30

Tabla N°3 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y la Asertividad.....31

Tabla N°4 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y la Asertividad.....32

Tabla N°5 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y la Asertividad.....33

Tabla N°6 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y la Asertividad 34

Tabla N°8 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Aprobación.....36

Tabla N°9 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Perfección 37

Tabla N°10 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Castigo 38

Tabla N°11 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Frustración 39

Tabla N°12 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Causas Externas 40

Tabla N°13 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Angustia 41

Tabla N°14 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y el Sexo 42

Tabla N°15 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y el Sexo 43

Tabla N°16 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y el Sexo 44

Tabla N°17 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y el Sexo 45

Tabla N°18 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y el Sexo.....46

Tabla N°19 Relación entre la Creencia Irracional de Angustia y el Sexo.....47

Tabla N°20 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y el Semestre Académico de Estudios.....48

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°21 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y el Semestre Académico de Estudios 49

Tabla N°22 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y el Semestre Académico de Estudios 50

Tabla N°23 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y el Semestre Académico de Estudios 51

Tabla N°24 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y el Semestre Académico de Estudios 52

Tabla N°25 Relación entre la Creencia Irracional de Angustia y el Semestre Académico de Estudios 53

Tabla N°26 Nivel de Presencia de la Asertividad 54

Tabla N°27 Relación entre la Asertividad y el Sexo 55

Tabla N°28 Relación entre la Asertividad y el Semestre Académico de Estudios 56

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

CAPÍTULO I
MARCO TEÓRICO

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Problema o Interrogante

¿Existe relación entre las creencias irracionales y la asertividad en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica de Santa María?

Variables

V1: Creencias Irracionales

De acuerdo con Ellis y Grieger (1992), las creencias irracionales son ideas o creencias dogmáticas que tiene la persona, las cuales obstruyen el normal desarrollo, provocando perturbaciones en su forma de pensar, sentir y actuar; además carecen de evidencia y lógica, generalmente estas ideas son de carácter demandante o exigente.

V2: Asertividad

Rathus (1973), refiere que la asertividad es un comportamiento comunicacional maduro en el que la persona no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, si no que expresa sus convicciones y defiende sus derechos, de manera adecuada y dejando a un lado la hostilidad y agresividad.

Interrogantes secundarias

¿Cuáles son las creencias irracionales predominantes en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María?

¿Cuáles son las creencias irracionales predominantes en relación con el género y semestre académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María?

¿Cuáles son los niveles de asertividad en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María?

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

¿Cuáles son los niveles de asertividad en relación con el género y semestre académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María?

Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación entre creencias irracionales y asertividad en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María.

Objetivos Específicos

Establecer las creencias irracionales predominantes en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María.

Estudiar las creencias irracionales predominantes con relación al género y al semestre académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María.

Identificar el nivel de asertividad que predomina en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María.

Definir los niveles de asertividad en relación con el género y el semestre académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Antecedentes Teórico – Investigativos

Ellis (1974) afirmaba que, si las personas lograran una sana filosofía de vida, no sería común que se pudieran encontrar emocionalmente perturbadas. Ellis reconocía la importancia del papel de las emociones, sin embargo, puso un mayor peso en los pensamientos y en cómo éstos afectan en nuestras acciones y sentimientos (Citado en De la Cruz, 2017).

Terapia Racional Emotiva

Ellis y Grieger (1990) refieren que la Terapia Racional Emotiva (TRE) tiene sus origines en la terapia psicoanalítica; su principal referente es el Dr. Albert Ellis para quien la clave primordial en los pacientes son las creencias y los pensamientos. La TRE es un modo de psicoterapia cuyo principal propósito, es ayudar a que las personas logren disminuir dificultades emocionales, que llevan a comportamientos inadecuados, para poder vivir de forma plena y feliz por un tiempo más largo. Manifiestan también, que la principal causa de la mayoría de las distintas alteraciones emocionales según la TRE son las ideas irracionales, de tal modo, que si se modifican estos pensamientos irracionales por una manera de pensar más racional; es decir, con argumentos demostrables y claros; la conducta y las emociones se modificaran por sí mismos, convirtiéndose en unos más sanos. Por tanto, la TRE plantea dentro de su teoría 3 metas específicas: permanecer vivo, eludir aflicciones innecesarias y restaurarse periódicamente a sí mismos. A su vez, estas metas contienen 3 submetas las cuales son: ayudar a la gente a tener un pensamiento más lógico, expresar sus emociones de forma apropiada y comportarse de forma más coherente.

Oblitas (2004) menciona que según la TRE el comportamiento de las personas tiene su origen en la forma como perciben las diversas situaciones que se les presentan; es decir,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

que la forma de interpretar los hechos determina la existencia de alteraciones emocionales en las personas.

Modelo A B C

Ellis (1997), en su teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual plantea y hace una diferencia con las posturas clásicas del conductismo y del psicoanálisis. No olvidemos, que el conductismo establecía que la conducta del ser humano era influenciada por el ambiente y establecía un diagrama de Estimulo-Respuesta, mientras que el psicoanálisis veía la conducta del hombre como un proceso interno de mecánica donde fuerzas o pulsiones internas inconscientes y conscientes lidiaban entre sí por ser expresadas mediante la conducta. El racional emotivo propio de un modelo Cognitivo Conductual, incita a un diagrama donde el ambiente y/o situación actúa junto a los procesos cognitivos en la excitación de la conducta y/o respuesta emocional. Planteando el diagrama ABC de la TREC, donde:

A= Es la experiencia activadora o acontecimiento activador o estimulo (Activating Stimuli)

B= Creencia, Idea o valoración del Acontecimiento (Beliefs)

C=Consecuencia Emocional y/o Conductual (consequences).

Es por tal motivo que Ellis y Grieger (1977) señalan que a pesar de que las personas crean que los eventos activadores (A) son los responsables de las dificultades cotidianas, esto casi nunca es cierto, ya que al ser las B (creencias) intermediarias entre A y C, son estas quienes provocan las alteraciones emocionales al no interpretar de forma correcta un evento. Gracias a las cogniciones las B (creencias) acogen diversas y distintas formas, siendo las más usadas dentro de la TRE las creencias racionales (Cr) que ayudan a resolver los

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

inconvenientes y las creencias irracionales (Ci) que causan estos malestares acarreando conductas autodestructivas.

Navas (1981), indica que el propósito de la TRE, es enseñar al ser humano a llevar una vida en la cual tenga la capacidad de ser racional e independiente y una adecuada manera de lograr este objetivo es iniciar un proceso psicoterapéutico en el cual el terapeuta dirija de forma activa las distintas sesiones y principalmente se muestre como un ejemplo de bienestar mental.

Llerena (2017) desarrolló un trabajo de investigación a fin de establecer la relación entre creencias irracionales y la dependencia emocional en un total de 120 estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Técnica de Ambato, 72 mujeres y 48 hombres de 18 a 21 años. Para ello aplicó la prueba de Creencias Irracionales de Ellis y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño. La investigación tuvo como conclusión que las creencias irracionales si guardan relación con la dependencia emocional; siendo las creencias de ansiedad, perfección y castigo las que tienen más elevada relación con la dependencia emocional en un nivel bajo.

Creencias

Oblitas (2004), define a las creencias como el conjunto de pensamientos que llegan a la cabeza del ser humano al momento de observar un determinado acontecimiento; estos pensamientos o ideas son las causantes de la forma en la que actúa y siente, es decir, si los pensamientos son negativos la persona puede llegar a comportase de manera inadecuada y experimentar emociones disfuncionales.

Russell (1956), expresa que la creencia es un proceso complejo de la mente humana en la que la persona proporciona una opinión sobre de un determinado acontecimiento; esta

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

opinión debe tener relación directa con el hecho observado o vivido para lograr sustentar de forma clara la idea impartida.

Ellis y MacLaren (2004), afirman que el término creencia es usado para dar una interpretación personal sobre un acontecimiento, estas interpretaciones fijaran el pensamiento, la conducta y las emociones del individuo. Las interpretaciones pueden resultar ilógicas o irracionales, lo cual no quiere decir necesariamente que la persona no piense sino más bien, que tuvo un pensamiento erróneo o incorrecto, en ese momento; por otro lado, si el pensamiento o la creencia tiene lógica y existe la presencia de datos justificados, la persona tendrá una creencia racional.

Oblitas (2004), manifiesta que las principales características de las creencias son:

Engloban 3 procesos cognitivos fundamentales: ideas conscientes, ideas inconscientes y creencias abstractas.

Algunas veces las creencias no se exteriorizan, pero sirven para dar una opinión y tener conclusiones acerca de algún tema en específico.

La principal diferencia entre las creencias racionales de las irracionales, son la lógica que estas contengan.

Las principales creencias son: debo hacer todo bien, los demás me deben tratar bien, el mundo debe girar bien.

Las creencias tienen un papel determinante al momento de establecer metas y propósitos.

Oblitas (2004) clasifica a las creencias en dos grandes grupos:

Creencias racionales: son aquellas ideas verdaderas y lógicas, en las cuales la persona posee la evidencia necesaria que le permita confirmar su hipótesis. Estas creencias son expresadas

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

en forma de deseos, no alteran las emociones en niveles elevados y permiten cumplir las metas propuestas y obtener un crecimiento personal.

Creencias irracionales: son aquellas ideas ilógicas, falsas, carentes de evidencia científica que corrobore la hipótesis, por lo general proceden de conclusiones erróneas. Estas creencias se expresan en forma de exigencias, son demandantes y dogmáticas, alteran las emociones, dificultan el cumplimiento de metas y generan malestar y displacer en las personas.

Creencias irracionales

Ellis y Grieger (1977), refieren que las creencias irracionales son ideas o creencias incuestionables que una persona tiene, a partir de una mala interpretación de algún suceso, las cuales interfieren en su normal desarrollo causándole perturbaciones en su forma de pensar, sentir y actuar; además carecen de evidencia y lógica, generalmente estas ideas son de carácter demandante, rígida o exigente que interfieren en el normal desarrollo conductual y emocional de la persona originando alteraciones psicológicas.

Mainieri (2012), define las creencias irracionales como el conjunto de pensamientos erróneos e ilógicos que tiene una persona, los mismos que dan lugar a consecuencias que interfieren en el desarrollo de la vida de un individuo. Estas consecuencias pueden ser emocionales o conductuales y generan displacer ya que llegan a distorsionar la realidad del individuo.

Medrano, Galleano, Galera y Del Valle (2010) realizaron un estudio en Argentina, de diseño no experimental, a fin de analizar las variables; creencias irracionales, rendimiento académico y deserción académica y su relación, en una muestra de 31 universitarios recién ingresantes y de ambos sexos con edades entre 17 a 20 años. Recolectaron los datos por medio de una entrevista estructurada de diez preguntas abiertas. Los resultados evidenciaron

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

que, tras comparar las creencias irracionales en función a la permanencia en la universidad, se detectaron diferencias estadísticamente significativas (U=28.00; Z=2.24; p <.05), es decir, aquellos estudiantes que permanecen en sus estudios presentaron niveles menores de creencias irracionales (rango promedio=11.47) que los estudiantes que desertaron su carrera (rango promedio = 19.00).

Caro (2006), argumenta que las creencias irracionales son ideas de carácter incuestionable e indiscutible acerca de un tema, las cuales muchas veces dificultan que una persona obtenga lo que desea conseguir; en otras palabras, las creencia irracionales limitan o perturban la capacidad de un individuo para pensar y actuar de forma ordenada y coherente ante una determinada situación ocasionando de esta forma dificultades emocionales al no satisfacer sus demandas o exigencias supuestamente correctas.

De acuerdo con las investigaciones de Vega, Caballo y Ellis (2009), las principales características de las creencias irracionales son:

Son ilógicas e incongruentes a la realidad.

Surgen a partir de hipótesis incorrectas y pueden provocar interpretaciones erróneas carentes de evidencia.

Son rígidas e incuestionables y su forma de expresión son a través de exigencias y demandas.

Son causantes de alteraciones emocionales como depresión y ansiedad.

Interfieren en el cumplimiento de metas establecidas.

Ellis (1980), propone una lista de ideas irracionales que la mayoría de las personas presentan por lo menos una vez en su vida, estas creencias son:

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Las personas adultas tienen la una exagerada necesidad de ser amados y buscar aprobación de las otras personas en cualquier actividad que realicen.

La idea de que una persona debe hacer todas las cosas perfectas y de la forma más adecuada sin tener ningún error, pues si no lo hace se convierte en una persona inservible.

Todas las personas deben ser completamente honradas y no cometer actos impuros, pues de no ser así se convierten en personas malas y despreciables.

La idea de que es horrible que las cosas no sean como a la persona le gustaría que fueran.

La idea en que todas las alteraciones emocionales de las personas son causadas por factores externos, es decir, los problemas son culpa de los demás.

La idea de que, si algún evento es peligroso, la persona debe estar extremadamente preocupado por ello y pensando que no existe la mínima posibilidad de que no ocurra.

La idea de que es más fácil huir de los problemas de la vida que quedarse allí y enfrentarlos.

La idea de que la persona necesita indispensablemente de alguien más poderoso en quien apoyarse, ya que no puede enfrentarse a la vida sola.

La creencia que si algo del pasado afecto fuertemente a la persona, este acontecimiento le afectara el resto de su vida y no podrá superarlo.

La creencia de que los problemas de las otras personas son terribles y que a la persona también debe sentirse perturbada por ellos.

La idea en que debe existir una solución exacta y precisa para los problemas y si la persona no la encuentra es terrible.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Creencias irracionales primarias y secundarias

Oblitas (2004), refiere que luego de continuar realizando más investigaciones en torno a la teoría de Ellis (1955), decide agrupar las creencias irracionales en dos grupos específicos:

Las creencias irracionales primarias; dentro de las cuales están las demandas absolutistas, es decir, los tengo y los debo. A su vez menciona que estas demandas pueden sub agruparse en tres categorías:

Demandas sobre uno mismo: "yo debo, yo tengo". Aquí están presentes principalmente alteraciones como la ansiedad y la depresión.

Demandas sobre los demás: usted debe, usted tiene". Aquí se encuentran presentes sentimiento de ira y conductas violentas.

Demandas sobre el mundo: "la vida tiene, la vida debe".

Las creencias secundarias están creencias surgen de las creencias primarias ya que, si no se cumplen las demandas anteriormente expuestas, surgen reacciones exageradas en las personas como las que se citan a continuación:

Tremendismo: exagerar una situación viendo únicamente su parte negativa. Por ejemplo: "Es terrible que…", "Es desastroso que…".

La baja tolerancia a la frustración: exagerar el sufrimiento ante algún evento; aquí la persona no puede soportar o tolerar algún evento negativo y es incapaz de sentir algún tipo de felicidad. Por ejemplo: "No puedo soportar tanto dolor".

Condenas globales: ideas desvalorizando o condenando la forma de proceder de sí mismo, de los demás y del mundo. Por ejemplo: "soy un inservible", "Él es detestable", "Todo el mundo es una porquería".

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Pautas para reconocer una creencia irracional

Ellis (1997), manifiesta que según la teoría del A-B-C, lo que enferma o causa malestar cognitivo, emocional y conductual a una persona no es el acontecimiento en sí, sino la forma como el individuo interpreta dicha situación, es decir, el grado del malestar dependerá específicamente de las creencias que el individuo tenga. Como ya se mencionó anteriormente dentro de estas creencias las que se destacan o aparecen en primer lugar son las creencias irracionales, las cuales deben ser detectadas y modificadas para lograr que la persona mantenga su estabilidad emocional.

Vega, Caballo y Ellis (1997), refieren que al momento de identificar o explorar las creencias irracionales de una persona, el terapeuta debe tomar en cuenta las siguientes pautas:

Extremo o radical: las personas ven las cosas de forma extrema, sin lograr identificar los matices que puede existir entre una cosa y otra; por ejemplo, cuando a una persona no le sale bien algo que desea, piensa que es una inútil o una fracasada, al contrario, si le sale bien todo lo que hace piensa que es la mejor del mundo y se cree superior a los demás.

Muy generalizado: la persona generaliza una determinada situación, es decir, si le sucede algo malo en una ocasión, piensa que siempre sucederá lo mismo. Por lo general esta clase de persona tiene un pensamiento que se va a los extremos y en su vocabulario por lo general están las palabras de “siempre”, “nunca”, “todo”, “nada”, entre otras.

Catastrófico: la característica principal aquí es la habilidad que poseen las personas para exagerar los acontecimientos negativos, dándoles un valor negativo excesivo y desconociendo a su vez la capacidad de resiliencia que la persona tiene. Las expresiones más usadas por esta clase de personas son: “es terrible”, “es espantoso, trágico”, “es el fin del mundo”, “lo peor que puede suceder”.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Muy negativo: aquí el pensamiento de las personas en similar al catastrófico, es decir, se toman en cuenta únicamente los aspectos negativos de los acontecimientos, sin embargo, la diferencia radica en que, en este apartado, la persona hace predicciones del futuro juzgándose a sí mismos y a los demás. Las predicciones más comunes son de un futuro incierto, vacío y sin esperanzas.

Muy distorsionado: las personas están en constante búsqueda de evidencia que confirmen sus creencias irracionales teniendo en cuenta hasta el más mínimo de los detalles. De no ser posible el hallazgo de estas evidencias, la persona se encarga de elaborarlos.

Confuso o poco científico: al contrario del anterior, aquí la persona no pone atención a las evidencias tangibles sino a evidencias intangibles o subjetivas, es decir, basa sus creencias únicamente en emociones y sentimientos para juzgar a los otros o para pronosticar lo que sucederá en el futuro.

Únicamente lo positivo/ negación de lo negativo: aquí la persona tiene la creencia de que no existen problemas, de que todas las cosas son positivas, y a las situaciones negativas no se les da importancia porque no hacen daño alguno, sin tomar en cuenta la magnitud que algunos problemas poseen.

Extremadamente idealizado: el individuo idealiza en exceso la realidad en la que vive, es decir, cree que tiene la capacidad de lograr cosas inalcanzables en cualquier ámbito de su vida sea este familiar, sentimental, laboral, entre otros.

Extremadamente exigente: el pensamiento de esta clase de personas está regido por la creencia de los “debería” y los “tienen que”. La persona cree erróneamente que ella debe conseguir todo lo que desea de la forma que sea, de sí misma, de los demás y del mundo, teniendo en cuenta únicamente sus deseos.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Obsesivo: aquí algún pensamiento que posea la persona se torna repetitivo, convirtiéndose muchas veces en lo más importante dentro de su vida. Estos pensamientos generalmente afectan el desenvolvimiento de la persona ya que interfieren en la concentración, toma de decisiones, rendimiento físico e intelectual entre otros.

Asertividad

Salter (1949), según Caballo (1983), es quien sienta las bases para generar la teoría y la práctica de la asertividad; a partir de la postulación de un modelo denominado Excitatorio, explica lo que posteriormente se conocerá como Conducta Asertiva. Este modelo se traduce en la habilidad de la persona para expresarse en el aquí y ahora; es decir, la capacidad que posee el individuo para expresar sus emociones (personalidad excitatoria); mientras la carencia de esta habilidad se manifiesta en la dificultad para expresar las emociones (personalidad inhibitoria). Además, desde el punto de vista psicológico, que la expresión emocional es un equivalente conductual del proceso excitatorio (fisiológico); entendiéndose este último como la expresión espontánea y directa de todo acontecer psíquico que afecta a una persona, el cual puede consistir en ideas, emociones, necesidades, etc.; mientras que la inhibición hace referencia a la paralización generalizada de funciones psicológicas, como la expresión emocional.

Caballo (1983) asegura que es Wolpe (1958), el pionero en utilizar el término; sin embargo, durante los primeros años de apogeo de esta nueva propuesta conceptual, los resultados obtenidos no fueron completamente satisfactorios. Así mismo, en el año 1966, Wolpe se une a Lazarus y publican el libro “Técnicas Conductuales”, donde realizan la primera descripción de la conducta asertiva, entendiéndola como los factores emocionales que posibilitan la defensa de los derechos propios e incluyen el entrenamiento asertivo como un elemento práctico de la terapia conductual.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Según Rathus (1973), la asertividad se diferencia y se sitúa entre dos conductas polares: la agresividad y la pasividad. Es un comportamiento comunicacional maduro en el que la persona no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, si no que expresa sus convicciones y defiende sus derechos, de manera adecuada y dejando a un lado la hostilidad y agresividad.

Conducta Asertiva

Lange y Jakuobsky (1976), citados por Caballo (1983), plantean que la asertividad implica defender los derechos y expresar pensamientos y creencias en forma honesta, directa y apropiada, sin violentar los derechos de los demás, quienes encajaron el factor de respeto al otro, y elementos tales como la deferencia y consideración hacia los demás.

En nuestra ciudad encontramos la investigación denominada "Bullying y Asertividad en los Adolescentes del CAR San Luis Gonzaga INABIF" llevada por la estudiante Arlet Ranilla (2018), de nuestra Universidad Católica de Santa María, la cual tuvo como objetivo establecer la correlación entre el bullying y asertividad, la presente investigación tuvo como resultado la variable Bullying tiene un nivel bajo con un 78%, tienen un comportamiento acorde con las normas de la institución, así mismo, se encuentran dentro del nivel muy asertivo con un 61% y asertivo en un 28%, los adolescentes logran comunicarse de forma segura y sin miedos expresando sus sentimientos.

Según Caballo (1983), el concepto de asertividad toma gran importancia en la década de los setenta, surgiendo estudios destinados a profundizar la asertividad, destacando entre los máximos exponentes a Alberti y Emmons (1978), quienes dan tal importancia al concepto que, en un corto periodo de tiempo, se convierte en una herramientas de gran importancia al momento de afrontar los problemas en torno a la relación social.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Naranjo (2008), define a la asertividad como una conducta y no un rasgo de la personalidad, es así que puede observarse como un elemento dinámico, susceptible de ser potenciado o aprendido, reconocer el carácter educable del comportamiento asertivo, lleva a plantear las perspectivas teóricas del aprendizaje humano que se utilizan con mayor frecuencia, estas son: cognitiva, conductual y aprendizaje social.

De acuerdo con De la Plaza (2008), el concepto de asertividad se originó en Estados Unidos, durante los años sesenta, surge como una herramienta de autoayuda, especialmente en la comunicación. En primera instancia se puso énfasis en los derechos personales, concretamente relacionado a los límites, a fomentar las capacidades auto afirmativas y a generar mayor seguridad en las personas durante la interacción.

Enfoques de la conducta asertiva

Swenson (1984) señala que, desde el enfoque cognitivo, el comportamiento asertivo tiene su origen en las estructuras mentales que posee la persona, principalmente en relación de las creencias sobre uno mismo, sobre los demás y sobre sus capacidades para interactuar con otros; en caso de que estas se aprecien positivamente, la persona será capaz de valorar a los demás y se sentirá capaz de comunicarse eficientemente, por lo que es probable que actúe asertivamente. De lo contrario, será necesario abordar las creencias que se encuentren distorsionadas: el temor a ser humillado/agredido, la desvalorización del otro, etc., y reemplazarlas por otras más acordes con la realidad.

En una investigación realizada en la ciudad del Perú, Lima, en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, por Oswaldo Orellana, Lupe García, Elisa Yanac, Jorge Rivera, Julio Alvites, Daphne Orellana, José Perea, Genaro Araujo y Cristina Mendoza (2013), con el título “Creencias Irracionales y Asertividad Docente con Actos de Violencia en Escolares”. El problema de investigación respondió a la siguiente interrogante: ¿Qué tipo de

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

relación existe entre las creencias irracionales y la asertividad con los actos de violencia en escolares? De los hallazgos obtenidos podemos precisar que las correlaciones de las creencias irracionales con las otras variables involucradas, actos de violencia y asertividad, son múltiples y no uniformes, pero con un común denominador, son directos cuando la creencia irracional es elevada con el juicio adverso al manejo del conflicto y/o a la actitud punitiva del profesor y son opuestos cuando la creencia irracional es de menor intensidad y hay un trato humano y formativo de parte del profesor, es decir, en este último caso, la actitud o la respuesta formativa del profesor se encuentra asociada a la responsabilidad de criterio que el profesor despliega en su misión orientadora y altruista con los estudiantes.

Martínez, D (2018) realizó una investigación en una muestra de 233 estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana. Los instrumentos utilizados fueron el Registro de Opiniones - Forma A y la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein Modificado. Los resultados señalaron una relación significativa e inversa entre las creencias irracionales 2 y 4, y las habilidades sociales (r=-.142*;-134*), respectivamente. De igual manera; entre las habilidades sociales para el estrés y la creencia irracional 2. La prevalencia de Habilidades Sociales se dio con; buen nivel el 67.8% (158), excelente nivel el 25.8% (60) y no se presenció nivel bajo o deficiente. Predominó la creencia irracional 4 con 73.4%.

Reforzando este enfoque, Flores (1994), refiere que la conducta asertiva consiste en expresar lo que se cree, se siente y se desea de forma directa y honesta, haciendo valer los propios derechos y respetando los derechos de los demás. Además, sostiene la necesidad de incorporar cuatro procedimientos básicos en el adiestramiento asertivo: enseñar la diferencia entre asertividad y agresividad, ayudar a identificar y aceptar los propios derechos y los derechos de los demás, reducir los obstáculos cognoscitivos y afectivos para actuar de manera asertiva, disminuyendo ideas irracionales, ansiedades y culpas, y desarrollar destrezas asertivas a través de la práctica de dichos métodos. Es así como la asertividad se fundamenta

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

sobre la ausencia de ansiedad ante situaciones sociales, de manera que se hace viable manifestar sentimientos, pensamientos y acciones.

Fuentes, Villegas y Mendoza (2005), añaden que el conductismo sostiene que el aprendizaje se produce y entiende sobre la conducta observable, ya sea respecto a la forma o frecuencia de ésta. En síntesis, es posible afirmar que una persona ha aprendido cuando responde apropiadamente a un estímulo externo específico, proceso en el que son claves: el estímulo, la respuesta y la asociación que se realice entre ambos.

Skinner (1986), afirma que el tipo de comportamiento expuesto por la persona ya sea pasivo, asertivo o agresivo, depende de las consecuencias que tiene su conducta en un contexto específico; si los efectos son positivos, la persona responderá de la misma manera en el futuro (al verse reforzado el comportamiento), y si es negativa, tenderá a cambiar su conducta hasta obtener los resultados esperados, así mismo, las teorías de la conducta que proponen las técnicas asertivas se basan sobre el principio de que cuando una persona modifica sus actos, también modifica sus actitudes y sus sentimientos.

De acuerdo con Naranjo (2008), es posible desarrollar estrategias para cambiar la conducta, al margen de posibles motivos inconscientes que conduzcan a ésta. Siendo así, la autoafirmación o asertividad pueden ubicarse en el campo de la psicología conductista.

Bandura (1982), refiere que desde el enfoque social o perspectiva social, los factores personales y ambientales no actúan independiente, sino que se relacionan entre sí, lo mismo ocurre con las personas y su conducta; las acciones de las personas crean situaciones ambientales, que, a su vez, afectan la conducta, esto es entendido como determinismo recíproco

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Castanyer (2010), señala que, durante toda la vida del sujeto, especialmente durante la infancia, el desarrollo está en interrelación con el ambiente que lo rodea; por lo tanto, dependiendo de cómo sea este ambiente para él, serán las pautas de conducta que aprenderá. “Las conductas en general y en este caso la conducta asertiva no se hereda, sino más bien son aprendidas”.

Bandura (1982), menciona que para el que un niño aprenda o no una conducta y entienda que la conducta aprendida genera resultados beneficiosos, depende de los siguientes factores: lo que ocurra después de exhibir la conducta (refuerzo) y aquellos modelos que tenga el niño para imitar (modelado). En este modelo, las conductas asertiva, agresiva y pasiva son aprendidas mediante las relaciones que el sujeto establece con personas de su entorno, incorporando elementos: normas, valores, actitudes, creencias, etc., los cuales se van modificando de acuerdo con experiencias de interacción social posteriores.

Zaldivar (1994), añade que esta concepción permite visualizar la conducta asertiva como un elemento dinámico, posible de ser aprendido y cuya presencia se ve condicionada por el contexto en el que la persona se encuentra.

Ochoa (1995), sostiene desde el enfoque sistémico o teoría familiar sistémica (teoría base), Un sistema familiar es formado por un conjunto de personas, relacionadas entre sí y formando una unidad frente al medio externo. Con el objeto de definir quiénes pertenecen a su sistema, para esto son necesarios unos “límites”, que, por una parte, funcionan como líneas de demarcación-individualizando al grupo frente al medio y, por otra, como lugares de intercambio de comunicación, afecto, apoyo, etc; entre dos sistemas o subsistemas.

Además, Rodriguez y Beyebach (1994), señalan que una de las propiedades de los sistemas que más impacto ha causado en la terapia es la “Causalidad circular”. Básicamente este postulado consiste en afirmar que cualquier variación de un elemento del sistema,

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

repercute en todo el sistema y, por un efecto de retroalimentación, vuelve sobre el elemento perturbador. La clave para comprender mejor este principio es que "no se puede hablar de causa-efecto en el sentido tradicional, sino de una interacción en la que sólo arbitrariamente podemos establecer donde comienza y donde termina la secuencia".

Por otro lado, Ochoa (1995), describe la propiedad de regla de relación de este enfoque refiere que en todo sistema existe la necesidad de definir cuál es la relación entre sus componentes, ya que posiblemente el factor más trascendental de la vida humana sea la manera como las personas encuadran la conducta al comunicarse entre sí.

Características de la conducta asertiva

Riso (2002), menciona que las personas que practican la conducta asertiva son más seguras de sí mismas, más transparentes y fluidas en la comunicación y no necesitan recurrir tanto al perdón, porque al ser honestas y directas impiden que el resentimiento eche raíces.

En opinión de Güell y Muñoz (2000), la persona asertiva evita que la manipulen, es más libre en sus relaciones interpersonales, posee una autoestima más alta, tiene más capacidad de autocontrol emocional y muestra una conducta más respetuosa hacia las demás personas, el modelo de conducta asertiva es difícil de llevar a la práctica, pues muchas veces durante el proceso de socialización se aprende la pasividad, también el entorno social, los medios de comunicación y una educación competitiva fomentan la conducta agresiva. Por consiguiente, comportarse de una manera asertiva implica a veces conducirse de manera contraria a los modelos de conducta que se practican más frecuentemente.

Mazariegos (2013) realiza el estudio titulado: "Relación entre las ideas irracionales y la comunicación disfuncional en la familia" Estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años de Ineb adscrito a la escuela normal de maestras de educación para el hogar de

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

quetzaltenango. El objetivo de la presente investigación fue poder determinar la influencia que tienen las ideas irracionales en los adolescentes como causa de la comunicación disfuncional en la familia. El tipo de investigación realizada fue descriptiva pues se tomó como estudio un grupo de control a investigar pasa así verificar la hipótesis. Para poder obtener resultados se utilizó el Test Inventario de Ideas Irracionales y el cuestionario de funcionamiento familiar. Se evidenció la presencia de ideas irracionales en las adolescentes evaluadas arrojando un 50 por ciento dentro del área nublada, que indica que exageran las consecuencias negativas de un hecho o acontecimiento. Dentro del rango brumoso se encuentra el 42 por ciento, que indica que poseen un alto grado de ideas irracionales, lo cual provoca una inadaptación al medio en donde se desenvuelven, produce emociones negativas intensas y duraderas.

Neidhardt, Weinstein y Conry (1989), indican que las personas asertivas adquieren la capacidad de reconocer e identificar sus necesidades y hacérselas saber a otras personas con firmeza y claridad. Además, reconocen que éstas tienen exactamente el mismo derecho de hacerse valer como la de otras personas. Por esta razón, formulan sus ideas o reclamaciones con cortesía y escuchan con respeto las reclamaciones o ideas que manifiestan las demás personas. Añaden también, que la sinceridad es la característica más distintiva de las personas asertivas, ya que defienden la realidad y, por tal razón, narran los hechos según ocurrieron, sin distorsiones, exageraciones, autoalabanzas o vanaglorias, desean saber quiénes son ellas en realidad y quiénes son en realidad las personas quienes las rodean y la base de la asertividad personal consiste en afirmar el verdadero yo; y no un yo imaginario, inventado con el propósito de manipular a las otras personas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Multidimensionalidad del constructo de Asertividad

Según León y Vargas (2009), la asertividad tiene las siguiente dimensiones siguientes:

Demostrar disconformidad: Capacidad para expresar molestia o desagrado ante situaciones de carácter público en las que existe la expectativa de satisfacer una necesidad planteada expresamente por la persona y que espera que sea atendida de una determinada manera.

Manifestación de sentimientos y creencias: Disposición para expresar de una forma clara, concisa y espontánea sentimientos, pensamientos y creencias que las personas pueden experimentar bajo ciertas circunstancias. También, comprende las respuestas motoras como la búsqueda y confrontación de las personas involucradas.

Eficacia: Evaluación de la autoeficacia para manejar eventos. Es un juicio individual acerca de qué tan competente se puede ser en situaciones cotidianas de interacción social.

Interacción con organizaciones: Capacidad para interactuar en el ámbito organizacional (institucional o empresarial) en situaciones en las cuales debe hacer solicitudes o responder a demandas específicas.

Expresión de opiniones: temor a expresar de forma pública lo que se opina, por miedo a la burla o al juicio social negativo.

Decir no: capacidad para expresar negación, comentarios opuestos a los intereses de los otros o la enunciación del no ante peticiones que se consideran inadecuadas o irracionales.

Hipótesis

Existe una correlación significativa e inversa entre las creencias irracionales y la asertividad en los estudiantes de la Escuela Profesionales de Psicología de la Universidad Católica de Santa María.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

CAPÍTULO II
DISEÑO METODOLÓGICO

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tipo o diseño de Investigación

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), el presente estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional y transversal, es decir que la prueba se tomó en un punto específico de tiempo, así también determinó la relación o asociación entre dos variables, es decir, se analizó la relación que existe entre la variable de Creencias Irracionales y la variable de Asertividad. Este tipo de estudio tuvo como propósito medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos o variables, miden cada una de ellas y después, cuantifican y analizan la vinculación.

Técnicas e Instrumentos

Para la realización de la presente investigación se utilizó 2 instrumentos con el fin de medir las variables propuestas.

Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA)

Para medir la variable de Creencias Irracionales se empleó el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) el cual fue elaborado por Martha Davis, Matthew Mckay y Elizabeth Eshelman en el año 1982, siendo luego adaptada y validada para el contexto peruano, por el psicólogo peruano Percy Guzmán Grados en el año 2009, reduciéndolo a 6 creencias irracionales (Aprobación, Perfección, Castigo, Frustración, Causas Externas y Angustia) con 65 ítems. Este registro tiene como objetivo medir la presencia de seis ideas irracionales que fueron propuestas inicialmente por Albert Ellis, para el trabajo de la Terapia Racional Emotiva. Su administración es para adolescentes y adultos que hayan cursado y aprobado por lo menos un año de instrucción secundaria, de forma individual y/o colectiva, tiene una duración aproximada de 20 minutos y está constituida por 65 ítems que consideran las 6 creencias irracionales conformada por 10 preguntas cada una, las 5 preguntas restantes son

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

para medir la consistencia de la prueba. Esta variable será medida por los siguientes niveles: Racional, Tendencia Racional, Tendencia Irracional, Irracional.

Se estableció la validez de contenido de esta prueba a través del criterio de 6 jueces; especialistas, reconocidos y de experiencia en el uso de la Terapia Racional Emotiva; determinando un Coeficiente V de Aiken, para las 6 subescalas fluctuantes entre 0.92 y 0.98, y para la prueba completa de 0.95. Este resultado nos permite afirmar que para los jueces consultados los ítems propuestos son consistentes y corresponde a las variables que se pretende medir (Creencias Irracionales), (Guzmán, 2009, p.5).

La prueba fue aplicada para una muestra piloto de 276 adolescentes de ambos sexos entre 14 a 18 años, de la jurisdicción de Lima-Este. Pertenecientes a una extracción social media-baja y baja (sectores C y D) y con un grado de instrucción fluctuantes entre 3ro y 5to de secundaria.

Se encontró un alfa de Crombach de 0.61, que se considera aceptable para medir variables de esta naturaleza y para su empleo en investigaciones sustantivas grupal (Guzmán, 2009, p.5).

Escala De Asertividad de Rathus

Para medir la variable de Asertividad se utilizó la Escala De Asertividad de Rathus, la cual fue adaptada por León y Vargas en el año 2009, el lugar de procedencia del instrumento es la Universidad de Costa Rica, dicho cuestionario fue aplicado a docentes, padres de familia y estudiantes de quinto de secundaria, suele aplicar a usos educacional, pedagógico, investigativo y laboral, además el instrumento puede aplicarse manera individual y colectiva, es un instrumento de rápida aplicación, demandando 20 minutos aproximadamente. Es conformada por 30 ítems, los cuales se califican según una escala de Likert, dicho puntaje

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

oscila entre el +3 y -3 y la puntuación final entre +90 y -90, donde el signo positivo representa una mayor asertividad, los puntajes representan la siguiente interpretación:

+3 Muy característico de mí, extremadamente descriptivo.

+2 Bastante característico de mí, bastante descriptivo.

+l Algo característico de mí, ligeramente descriptivo.

-1 Algo no característico de mí, ligeramente no descriptivo.

-2 Bastante poco característico de mí, no descriptivo.

-3 Muy poco característico de mí, extremadamente no descriptivo.

Para su calificación es necesario cambiar a las siguientes preguntas por el signo a negativo: 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 y 30. Se debe sumar las respuestas a todas las preguntas.

El resultado oscila entre –90 y +90: La interpretación se lleva a cabo considerando que un signo positivo en la puntuación final significa una mayor asertividad y los valores absolutos indican la frecuencia de aparición de los comportamientos. Este instrumento mide la variable por los siguientes niveles: Muy asertivo, Asertivo, Inasertivo y Muy inasertivo.

La validación de la Escala de Asertividad de Rathus (R.A.S.) se realizó a través de criterio de jueces en el que se aplicó el Índice de Lawshe, aplicándose la fórmula CV= (Ne - N/2) / (N/2). Así también se realizó un piloto en el que participaron 35 estudiantes universitarios, encontrándose que el nivel de confiabilidad inicial con los 30 ítems fue de alfa de cronbach de 0.827. De estos 30 ítems, como resultado de la validación, se eliminaron nueve de ellos (3, 6, 7, 8, 12, 20, 21, 22, 24); aumentando el nivel de confiabilidad con los 21 ítems finales, a un alfa de cronbach de 0.861. Se concluye que la escala R.A.S. adaptada, ha mostrado adecuados niveles de confiabilidad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Población y Muestra

Población

El universo está conformado por 625 estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la UCSM, cuya población objetivo del estudio fueron los estudiantes matriculados durante el semestre par 2018.

Muestra

Se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico y por conveniencia, y como factor adicional se escogió la muestra gracias a la mayor accesibilidad en la Escuela Profesional de Psicología, constituida por 416 estudiantes, constituido por 324 mujeres y 92 varones de entre 16 y 42 años. Conformado por 161 estudiantes del II Semestres, 124 estudiantes del IV Semestre, 70 estudiantes del VI Semestre y 61 estudiantes del VIII Semestre.

Tabla N°1 Características Generales

Características Generales	
Edad	16 - 42 años.
Sexo	
Mujeres	324
Varones	92
Semestres Académicos de Estudio	
II Semestre	161
IV Semestre	124
VI Semestre	70
VIII Semestre	61

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Criterios de Inclusión

Estudiantes de pregrado de la Escuela Profesional de Psicología del II, IV, VI Y VIII Semestre matriculados durante el semestre par 2018.

Criterios de Exclusión

Estudiantes no matriculados en la Escuela Profesional de Psicología, que no pertenezcan al II, IV, VI y VIII Semestre.

Estrategia de Recolección de Datos

La recolección de los datos se llevó a cabo en las aulas de la Universidad Católica de Santa María, con previa autorización por medio de una carta de permiso hacia las autoridades para la ejecución de las evaluaciones respectivas, cabe resaltar que tanto el Registro de Opiniones Forma A y la Escala de Asertividad de Rathus se tomó a la par a los estudiantes, con su previo consentimiento y autorización, se procedió a explicar las instrucciones de cada instrumento, así mismo se absolvió toda duda de los estudiantes acerca de los instrumentos, finalmente se recogió las pruebas para posteriormente obtener los resultados de estas.

Criterios de Procesamiento de Información

Para la tabulación de datos se hizo uso del programa Microsoft Excel 2016, en el cual se plasmó los resultados de las pruebas administradas a 416 estudiantes en una sábana de datos, considerando también los datos principales de cada estudiante: Semestre Académico, edad y sexo. Para el análisis estadístico, se empleó el Paquete Estadístico para Ciencias Sociales versión 25 (SPSS), cuyos resultados fueron de tipo cuantitativo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

CAPÍTULO III
RESULTADOS

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°2 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y la Asertividad

			Creencia Irracional de Aprobación				Total
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	21	1	5	2	29
		% dentro de Asertividad	72,4%	3,4%	17,2%	6,9%	100,0 %
	Asertivo	Recuento	164	31	26	26	247
		% dentro de Asertividad	66,4%	12,6%	10,5%	10,5%	100,0 %
	Inasertivo	Recuento	60	16	18	24	118
		% dentro de Asertividad	50,8%	13,6%	15,3%	20,3%	100,0 %
	Muy Inasertivo	Recuento	6	3	3	10	22
		% dentro de Asertividad	27,3%	13,6%	13,6%	45,5%	100,0 %
Total		Recuento	251	51	52	62	416
		% dentro de Asertividad	60,3%	12,3%	12,5%	14,9%	100,0 %

Como se observa en la Tabla N° 2, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X2(9, N=416)=32.572, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno necesita la aprobación de los demás sobre todos los actos que se realiza, está relacionada con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°3 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y la Asertividad

			Creencia Irracional de Perfección				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	11	8	4	6	29
		% dentro de Asertividad	37,9%	27,6%	13,8%	20,7%	100,0%
	Asertivo	Recuento	89	51	36	71	247
		% dentro de Asertividad	36,0%	20,6%	14,6%	28,7%	100,0%
	Inasertivo	Recuento	30	14	30	44	118
		% dentro de Asertividad	25,4%	11,9%	25,4%	37,3%	100,0%
	Muy Inasertivo	Recuento	4	3	2	13	22
		% dentro de Asertividad	18,2%	13,6%	9,1%	59,1%	100,0%
Total		Recuento	134	76	72	134	416
		% dentro de Asertividad	32,2%	18,3%	17,3%	32,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N° 3, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X2(9, N=416)=24.114, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende, está relacionada con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°4 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y la Asertividad

			Creencia Irracional de Castigo				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	11	3	6	9	29
		% dentro de Asertividad	37,9%	10,3%	20,7%	31,0%	100,0 %
	Asertivo	Recuento	93	35	42	77	247
		% dentro de Asertividad	37,7%	14,2%	17,0%	31,2%	100,0 %
	Inasertivo	Recuento	50	16	21	31	118
		% dentro de Asertividad	42,4%	13,6%	17,8%	26,3%	100,0 %
	Muy Inasertivo	Recuento	8	5	6	3	22
		% dentro de Asertividad	36,4%	22,7%	27,3%	13,6%	100,0 %
Total		Recuento	162	59	75	120	416
		% dentro de Asertividad	38,9%	14,2%	18,0%	28,8%	100,0 %

Como se observa en la Tabla N° 4, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=11.222, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que cierta clase de gente es vil, malvada e infame y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad, no está relacionado con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°5 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y la Asertividad

			Creencia Irracional de Frustración				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	17	2	5	5	29
		% dentro de Asertividad	58,6%	6,9%	17,2%	17,2%	100,0%
	Asertivo	Recuento	119	47	43	38	247
		% dentro de Asertividad	48,2%	19,0%	17,4%	15,4%	100,0%
	Inasertivo	Recuento	46	26	20	26	118
		% dentro de Asertividad	39,0%	22,0%	16,9%	22,0%	100,0%
	Muy Inasertivo	Recuento	11	6	1	4	22
		% dentro de Asertividad	50,0%	27,3%	4,5%	18,2%	100,0%
Total		Recuento	193	81	69	73	416
		% dentro de Asertividad	46,4%	19,5%	16,6%	17,5%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°5, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=10.087, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen, no está relacionado con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tabla N°6 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y la Asertividad

			Creencia Irracional de Causas Externas				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	21	3	3	2	29
		% dentro de Asertividad	72,4%	10,3%	10,3%	6,9%	100,0%
	Asertivo	Recuento	140	53	32	22	247
		% dentro de Asertividad	56,7%	21,5%	13,0%	8,9%	100,0%
	Inasertivo	Recuento	67	26	16	9	118
		% dentro de Asertividad	56,8%	22,0%	13,6%	7,6%	100,0%
	Muy Inasertivo	Recuento	13	6	2	1	22
		% dentro de Asertividad	59,1%	27,3%	9,1%	4,5%	100,0%
Total		Recuento	241	88	53	34	416
		% dentro de Asertividad	57,9%	21,2%	12,7%	8,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°6, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=4.243, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden sobre sus emociones, no está relacionado con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°7 Relación entre la Creencia Irracional de Angustia y la Asertividad

			Creencia Irracional de Angustia				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Asertividad	Muy Asertivo	Recuento	22	2	1	4	29
		% dentro de Asertividad	75,9%	6,9%	3,4%	13,8%	100,0%
	Asertivo	Recuento	143	48	28	28	247
		% dentro de Asertividad	57,9%	19,4%	11,3%	11,3%	100,0%
	Inasertivo	Recuento	61	20	20	17	118
		% dentro de Asertividad	51,7%	16,9%	16,9%	14,4%	100,0%
	Muy Inasertivo	Recuento	13	4	1	4	22
		% dentro de Asertividad	59,1%	18,2%	4,5%	18,2%	100,0%
Total		Recuento	239	74	50	53	416
		% dentro de Asertividad	57,5%	17,8%	12,0%	12,7%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°7, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=11.222, p > 0.05$]]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa, no está relacionado con un bajo nivel de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°8 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Aprobación

Creencia Irracional de Aprobación

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	251	60,3	60,3	60,3
	Tendencia Racional	51	12,3	12,3	72,6
	Tendencia Irracional	52	12,5	12,5	85,1
	Irracional	62	14,9	14,9	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°8 se observa que la Creencia Irracional de Aprobación tiene una presencia con un nivel del 14.9% en los estudiantes. Por otro lado, se puede apreciar que, en cuanto a ésta creencia irracional, se aprecia un porcentaje de racionalidad significativo siendo este del 60.3%.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tabla N°9 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Perfección

Creencia Irracional de Perfección					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	134	32,2	32,2	32,2
	Tendencia Racional	76	18,3	18,3	50,5
	Tendencia Irracional	72	17,3	17,3	67,8
	Irracional	134	32,2	32,2	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°9 se observa que la Creencia Irracional de Perfección tiene una presencia con un nivel del 32.2% en los estudiantes. Además, se presencia un equilibrio entre el porcentaje de Racionalidad e Irracionalidad de esta creencia ya que el nivel de racionalidad es también del 32,2%.

.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°10 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Castigo

Creencia Irracional de Castigo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	162	38,9	38,9	38,9
	Tendencia Racional	59	14,2	14,2	53,1
	Tendencia Irracional	75	18,0	18,0	71,2
	Irracional	120	28,8	28,8	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°10 se observa que la Creencia Irracional de Castigo tiene una presencia con un nivel del 28.8% en los estudiantes. Y un 38.9% de racionalidad en cuanto a esta creencia.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°11 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Frustración

Creencia Irracional de Frustración					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	193	46,4	46,4	46,4
	Tendencia Racional	81	19,5	19,5	65,9
	Tendencia Irracional	69	16,6	16,6	82,5
	Irracional	73	17,5	17,5	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°11 se observa que la Creencia Irracional de Frustración tiene una presencia con un nivel del 17.5% en los estudiantes. Y un 46.4% de racionalidad en cuanto a esta creencia

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°12 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Causas Externas

Creencia Irracional de Causas Externas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	241	57,9	57,9	57,9
	Tendencia Racional	88	21,2	21,2	79,1
	Tendencia Irracional	53	12,7	12,7	91,8
	Irracional	34	8,2	8,2	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°12 se observa que la Creencia Irracional de Causas Externas tiene una presencia con un nivel del 8.2% en los estudiantes. Y un 57.9% de racionalidad en cuanto a esta creencia

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tabla N°13 Niveles de Presencia de la Creencia Irracional de Angustia

Creencia Irracional de Angustia

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Racional	239	57,5	57,5	57,5
	Tendencia Racional	74	17,8	17,8	75,2
	Tendencia Irracional	50	12,0	12,0	87,3
	Irracional	53	12,7	12,7	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En el cuadro anterior se observa que la Creencia Irracional de Angustia tiene una presencia con un nivel del 12.7% en los estudiantes. Y un 57.5% de racionalidad en cuanto a esta creencia

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°14 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y el Sexo

			Creencia Irracional de Aprobación				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	194	40	38	52	324
		% dentro de Sexo	59,9%	12,3%	11,7%	16,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	57	11	14	10	92
		% dentro de Sexo	62,0%	12,0%	15,2%	10,9%	100,0%
Total		Recuento	251	51	52	62	416
		% dentro de Sexo	60,3%	12,3%	12,5%	14,9%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°14, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=2.048, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno necesita la aprobación de los demás, no está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°15 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y el Sexo

			Creencia Irracional de Perfección				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	109	50	55	110	324
		% dentro de Sexo	33,6%	15,4%	17,0%	34,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	25	26	17	24	92
		% dentro de Sexo	27,2%	28,3%	18,5%	26,1%	100,0%
Total		Recuento	134	76	72	134	416
		% dentro de Sexo	32,2%	18,3%	17,3%	32,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°15, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=8.855, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende, está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°16 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y el Sexo

			Creencia Irracional de Castigo				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	126	51	53	94	324
		% dentro de Sexo	38,9%	15,7%	16,4%	29,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	36	8	22	26	92
		% dentro de Sexo	39,1%	8,7%	23,9%	28,3%	100,0%
Total		Recuento	162	59	75	120	416
		% dentro de Sexo	38,9%	14,2%	18,0%	28,8%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°16, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=4.791, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que cierta clase de gente es vil, malvada e infame y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad, no está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°17 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y el Sexo

			Creencia Irracional de Frustración				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	147	67	56	54	324
		% dentro de Sexo	45,4%	20,7%	17,3%	16,7%	100,0%
	Masculino	Recuento	46	14	13	19	92
		% dentro de Sexo	50,0%	15,2%	14,1%	20,7%	100,0%
Total		Recuento	193	81	69	73	416
		% dentro de Sexo	46,4%	19,5%	16,6%	17,5%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°17, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=2.507, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen, no está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tabla N°18 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y el Sexo

			Creencia Irracional de Causas Externas				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	190	69	40	25	324
		% dentro de Sexo	58,6%	21,3%	12,3%	7,7%	100,0%
	Masculino	Recuento	51	19	13	9	92
		% dentro de Sexo	55,4%	20,7%	14,1%	9,8%	100,0%
Total		Recuento	241	88	53	34	416
		% dentro de Sexo	57,9%	21,2%	12,7%	8,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°18, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=0.695, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden sobre sus emociones, no está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°19 Relación entre la Creencia Irracional de Angustia y el Sexo

			Creencia Irracional de Angustia				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Sexo	Femenino	Recuento	192	52	37	43	324
		% dentro de Sexo	59,3%	16,0%	11,4%	13,3%	100,0%
	Masculino	Recuento	47	22	13	10	92
		% dentro de Sexo	51,1%	23,9%	14,1%	10,9%	100,0%
Total		Recuento	239	74	50	53	416
		% dentro de Sexo	57,5%	17,8%	12,0%	12,7%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°19, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(3, N=416)=4.086, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa, no está relacionada con el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Tabla N°20 Relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Aprobación				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	97	21	23	20	161
		% dentro de Semestre	60,2%	13,0%	14,3%	12,4%	100,0 %
	4to	Recuento	75	15	11	23	124
		% dentro de Semestre	60,5%	12,1%	8,9%	18,5%	100,0 %
	6to	Recuento	40	7	9	14	70
		% dentro de Semestre	57,1%	10,0%	12,9%	20,0%	100,0 %
	8vo	Recuento	39	8	9	5	61
		% dentro de Semestre	63,9%	13,1%	14,8%	8,2%	100,0 %
Total		Recuento	251	51	52	62	416
		% dentro de Semestre	60,3%	12,3%	12,5%	14,9%	100,0 %

Como se observa en la Tabla N°20, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=7.465, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno necesita la aprobación de los demás, no está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°21 Relación entre la Creencia Irracional de Perfección y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Perfección				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	49	31	27	54	161
		% dentro de Semestre	30,4%	19,3%	16,8%	33,5%	100,0%
	4to	Recuento	36	27	26	35	124
		% dentro de Semestre	29,0%	21,8%	21,0%	28,2%	100,0%
	6to	Recuento	20	12	7	31	70
		% dentro de Semestre	28,6%	17,1%	10,0%	44,3%	100,0%
	8vo	Recuento	29	6	12	14	61
		% dentro de Semestre	47,5%	9,8%	19,7%	23,0%	100,0%
Total		Recuento	134	76	72	134	416
		% dentro de Semestre	32,2%	18,3%	17,3%	32,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°21, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=17.463, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende, está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°22 Relación entre la Creencia Irracional de Castigo y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Castigo				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	75	25	24	37	161
		% dentro de Semestre	46,6%	15,5%	14,9%	23,0%	100,0 %
	4to	Recuento	42	15	27	40	124
		% dentro de Semestre	33,9%	12,1%	21,8%	32,3%	100,0 %
	6to	Recuento	22	10	13	25	70
		% dentro de Semestre	31,4%	14,3%	18,6%	35,7%	100,0 %
	8vo	Recuento	23	9	11	18	61
		% dentro de Semestre	37,7%	14,8%	18,0%	29,5%	100,0 %
Total		Recuento	162	59	75	120	416
		% dentro de Semestre	38,9%	14,2%	18,0%	28,8%	100,0 %

Como se observa en la Tabla N°22, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=10.293, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que cierta clase de gente es vil, malvada e infame y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad, no está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°23 Relación entre la Creencia Irracional de Frustración y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Frustración				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	74	35	24	28	161
		% dentro de Semestre	46,0%	21,7%	14,9%	17,4%	100,0%
	4to	Recuento	58	23	20	23	124
		% dentro de Semestre	46,8%	18,5%	16,1%	18,5%	100,0%
	6to	Recuento	31	11	17	11	70
		% dentro de Semestre	44,3%	15,7%	24,3%	15,7%	100,0%
	8vo	Recuento	30	12	8	11	61
		% dentro de Semestre	49,2%	19,7%	13,1%	18,0%	100,0%
Total		Recuento	193	81	69	73	416
		% dentro de Semestre	46,4%	19,5%	16,6%	17,5%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°23, la prueba muestra independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=4.617, p > 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen, no está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°24 Relación entre la Creencia Irracional de Causas Externas y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Causas Externas				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	109	23	19	10	161
		% dentro de Semestre	67,7%	14,3%	11,8%	6,2%	100,0%
	4to	Recuento	63	35	11	15	124
		% dentro de Semestre	50,8%	28,2%	8,9%	12,1%	100,0%
	6to	Recuento	35	16	12	7	70
		% dentro de Semestre	50,0%	22,9%	17,1%	10,0%	100,0%
	8vo	Recuento	34	14	11	2	61
		% dentro de Semestre	55,7%	23,0%	18,0%	3,3%	100,0%
Total		Recuento	241	88	53	34	416
		% dentro de Semestre	57,9%	21,2%	12,7%	8,2%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°24, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=20.404, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden sobre sus emociones, está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°25 Relación entre la Creencia Irracional de Angustia y el Semestre Académico de Estudios

			Creencia Irracional de Angustia				
			Racional	Tendencia Racional	Tendencia Irracional	Irracional	Total
Semestre	2do	Recuento	96	30	15	20	161
		% dentro de Semestre	59,6%	18,6%	9,3%	12,4%	100,0%
	4to	Recuento	57	24	24	19	124
		% dentro de Semestre	46,0%	19,4%	19,4%	15,3%	100,0%
	6to	Recuento	40	16	6	8	70
		% dentro de Semestre	57,1%	22,9%	8,6%	11,4%	100,0%
	8vo	Recuento	46	4	5	6	61
		% dentro de Semestre	75,4%	6,6%	8,2%	9,8%	100,0%
Total		Recuento	239	74	50	53	416
		% dentro de Semestre	57,5%	17,8%	12,0%	12,7%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°25, la prueba muestra dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=21.100, p < 0.05$]. Por lo tanto, la creencia irracional de que uno debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa, está relacionada con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°26 Nivel de Presencia de la Asertividad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy Asertivo	29	7,0	7,0	7,0
	Asertivo	247	59,4	59,4	66,3
	Inasertivo	118	28,4	28,4	94,7
	Muy Inasertivo	22	5,3	5,3	100,0
	Total	416	100,0	100,0	

En la Tabla N°26 sobre el nivel de presencia de la asertividad, observamos que el 7% tiene un nivel Muy Asertivo, el 59.4% tiene un nivel Asertivo, el 28.4% tiene un nivel Inasertivo y el 5.3% tiene un nivel Muy Inasertivo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°27 Relación entre la Asertividad y el Sexo

			Asertividad				
			Muy Asertivo	Asertivo	Inasertivo	Muy Inasertivo	Total
Sexo	Femenino	Recuento	24	185	94	21	324
		% dentro de Sexo	7,4%	57,1%	29,0%	6,5%	100,0%
	Masculino	Recuento	5	62	24	1	92
		% dentro de Sexo	5,4%	67,4%	26,1%	1,1%	100,0%
Total		Recuento	29	247	118	22	416
		% dentro de Sexo	7,0%	59,4%	28,4%	5,3%	100,0%

En la Tabla N°27, se observa independencia o NO existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=5.837, p > 0.05$]. Es decir, no existe relación entre el nivel de asertividad de los estudiantes y el sexo.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Tabla N°28 Relación entre la Asertividad y el Semestre Académico de Estudios

			Asertividad				
			Muy Asertivo	Asertivo	Inasertivo	Muy Inasertivo	Total
Semestre	2do	Recuento	3	96	49	13	161
		% dentro de Semestre	1,9%	59,6%	30,4%	8,1%	100,0%
	4to	Recuento	10	75	34	5	124
		% dentro de Semestre	8,1%	60,5%	27,4%	4,0%	100,0%
	6to	Recuento	9	44	15	2	70
		% dentro de Semestre	12,9%	62,9%	21,4%	2,9%	100,0%
	8vo	Recuento	7	32	20	2	61
		% dentro de Semestre	11,5%	52,5%	32,8%	3,3%	100,0%
Total		Recuento	29	247	118	22	416
		% dentro de Semestre	7,0%	59,4%	28,4%	5,3%	100,0%

Como se observa en la Tabla N°28 hay dependencia o existencia de relación entre las dos variables analizadas [$X^2(9, N=416)=18.026, p < 0.05$]. Por lo tanto, el nivel de asertividad en los estudiantes si está relacionado con el semestre académico de estudios.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Discusión

El objetivo general de la presente investigación fue identificar la correlación de las Creencias Irracionales asociadas con un déficit de Asertividad y a su vez correlacionar estas variables con el sexo y semestre en un grupo de estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica Santa María, se pretendía determinar correlación inversa, la muestra estuvo compuesta por estudiantes de entre 16 y 42 años, conformado por 324 mujeres y 92 varones.

La relación entre la Creencia Irracional de Aprobación y la Asertividad, consiste en que el 45.5% de los estudiantes que son muy inasertivos y el 20.3% que son inasertivos presentan la creencia irracional de Aprobación. Así mismo, se observa también que el 72.4% de los estudiantes que son muy asertivos y el 66.4% de los que son asertivos presentan racionalidad en cuanto a la creencia irracional de Aprobación. En cuanto a la relación entre la Creencia Irracional de Perfección y la Asertividad se puede afirmar que el 59.1%, de los estudiantes que son muy inasertivos y el 37.3% que son inasertivos presentan la creencia irracional de Perfección. En la misma tabla también puede observarse que el 37.9% de los estudiantes que son muy asertivos y el 36.0% de los que son asertivos presentan creencias racionales en cuanto a la creencia irracional de Perfección. Por lo tanto, en tanto a la creencia irracional de Aprobación y Perfección se observa que existe un mayor nivel de racionalidad en los estudiantes que son que son asertivos y un nivel de racionalidad aún mayor en los estuantes que son muy asertivos, Estos porcentajes de irracionalidad son, en ambos casos, mayores a medida de cuan menos asertivos sean los estudiantes, entonces se deduce que hay mayor presencia de irracionalidad en los estudiantes inasertivos o muy inasertivos. Estos resultados responden al objetivo principal mostrando una relación significa e inversa entre las creencias irracionales Aprobación y Perfección y un pobre nivel de asertividad, además corroboran la investigación realizada por Martínez, D. (2018) en el que se halló que las

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

creencias irracionales Perfección presentan una relación inversa con las habilidades sociales para el estrés. Llerena (2017) por su lado dio a conocer que las creencias irracionales están relacionadas con la dependencia emocional; siendo así que encontraron mayor relación con las siguientes dimensiones: ansiedad, perfección y castigo.

Respecto a las creencias irracionales Castigo, Frustración, Causas Externas y Ansiedad no se encontró un nivel de correlación significativo e inverso con el nivel de asertividad.

En cuanto a las creencias irracionales en relación con el sexo, se encuentra que la única creencia irracional que guarda relación con sexo es la creencia irracional de Perfección ya que el 34.0% de las mujeres y el 26.1% de los hombres presentan esta creencia irracional, por ende, las mujeres tienden a tener mayores creencias irracionales sobre la perfección, es decir, tienden a preocuparse excesivamente por realizar las cosas de forma perfecta sin cometer ningún error.

Respecto a la correlaciones de creencias irracionales con el semestre académico, se halló que las creencias irracionales que si muestran dependencia o relación con el semestres académico son las creencias irracionales de Perfección, el 44.3% de los estudiantes del 6to semestres académico de estudios consideran la perfección es alcanzable y que deben de alcanzarla para sentirse bien con uno mismo y por el contrario el 47.5% de los estudiantes del 8vo semestres académico de estudios muestran más racionalidad en cuanto a esta creencia irracional. Causas Externas, la mayor parte de los estudiantes de todos los semestres académicos de estudio presentan mayor racionalidad sobre la atribución de desgracias a causas externas. Y Ansiedad, son pocos los estudiantes de los distintos semestres académicos de estudio que consideran que se debe sentir ansiedad y temor frente a cosas desconocidas.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

En general, la creencia irracional que muestra el mayor nivel de presencia en los estudiantes es la creencias irracional de Perfección, indicando que el 32.2% de los estudiantes creen que para considerarse uno mismo valioso debe ser muy competente, autosuficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles, los niveles de competitividad académico profesional actuales hacen que el estudiante se sumerja en un mundo con exigencias, que su vez conllevan diversas cargas emocionales por el inadecuado manejo de sus frustraciones, acompañadas de niveles elevados de ansiedad, tristeza y como consecuencia, problemas en su desarrollo social. Martín, I. (2007) realizó un estudio donde obtuvo que existe un aumento en el nivel de estrés de los universitarios durante el período de exámenes, acompañado de efectos sobre la salud (ansiedad, consumo de tabaco, cafeína o fármacos, alteraciones en el sueño y en la ingesta de alimentos) y en el autoconcepto académico de los estudiantes (peor nivel de autoconcepto académico) durante el período de presencia del estresor. Por otro lado, Medrano, Galleano, Galera y Del Valle (2010) quienes al efectuar una investigación sobre las variables; creencias irracionales, rendimiento y deserción a nivel académico, obtuvieron; una diferencia estadísticamente significativa, es decir aquellos estudiantes que conservaron sus estudios presentaron niveles menores de creencias irracionales frente a aquellos estudiantes que optaron por abandonar la carrera. La presencia de racionalidad de las creencias es superior al de irracionalidad, siendo estos porcentajes realmente significativos; la creencia de Aprobación señala un 60.3% de racionalidad en los estudiantes, esta creencia es la tienen una mayor presencia de racionalidad; en cuanto a la creencia de Perfección, los porcentajes de racionalidad e irracionalidad son el mismo, el porcentaje de ambas es del 32.2%, mostrando una igualdad y equilibrio entre la racionalidad e irracionalidad de esta creencia en la presente población, la creencia de Castigo muestra 38.9% de racionalidad en los estudiantes, la creencia de Frustración un 46.4%, la creencias de Causas Externas un 57.9% y la creencia de Angustia un 57.5%, como se aprecia, los niveles de presencia.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

En relación a los de niveles de presencia de la asertividad, se encontró que el 7% de los estudiantes son muy asertivos, el 59% de los estudiantes son asertivos, el 28.4% de los estudiantes son inasertivos y solo el 5.3% de los estudiantes son muy inasertivos. Por otro lado, no se evidencia correlación entre la asertividad y el sexo, dado que no se halla una asociación significativa entre alguno de los dos sexos con la asertividad. Con relación a la asertividad y el semestre académico si se evidencia correlación o dependencia entre las dos variables, la relación entre la Asertividad y el Semestre Académico de Estudios consiste en que el 59.7% de los estudiantes de los distintos semestres académicos de estudio se muestran asertivos.

Se han asociado los altos niveles de creencias irracionales a una serie de síntomas psicopatológicos generales y de perturbación emocional: depresión, ansiedad, problemas de asertividad y patrón de conducta tipo A. Las exigencias y la condenación global parecen ser esquemas evaluativos, y la baja tolerancia a la frustración podría ser conceptualizada como una cognición evaluativa pero que no está organizada como esquema (David, Lynn, 2010).

Finalmente, el presente trabajo se justifica porque tiene el propósito de ahondar o profundizar sobre las variables propuestas: las creencias irracionales y asertividad, estos temas son de vital importancia en toda la población humana para lograr y desarrollar una buena relación entre los seres humanos y no estar inmersos en violencia, sentirse motivados, conocer el control y gestión de creencias en universitarios, permite favorecer su formación académica e involucramiento social.

Con una buena comunicación asertiva, y buen manejo de interpretación y comprensión de los hechos se sentirán satisfechos, se obtendrán mejores resultados, constituyéndose en el factor fundamental para la obtención de metas y objetivos que nos permitan sentirnos realizados en la vida y así conseguir mayor estabilidad emocional.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Conclusiones

Primera: Las creencias irracionales de Aprobación y Perfección se relacionan significativa e inversamente con los niveles de asertividad, lo que permite aceptar parcialmente la hipótesis.

Segunda: La creencia irracional que tiene mayor presencia en los estudiantes, independientemente de la correlación con otras variables, es la creencia irracional de perfección. La mayor parte de los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Psicología tienden a tener autoexigencias perfeccionistas y presentan una preocupación excesiva por realizar las cosas de forma perfecta sin cometer ningún error.

Tercera: Existe correlación entre la creencia irracional de perfección y el sexo, demostrando qué esta creencia irracional tiene mayor presencia en las mujeres.

Cuarta: Los estudiantes del 6to semestre académico muestran un alto grado de irracionalidad en cuanto a la creencia irracional de perfección en comparación con los otros semestres académicos. Y los estudiantes del 8vo semestre académico presentan un alto grado de racionalidad en cuanto a esta creencia en relación con los otros semestres académicos.

Quinta: Existe un alto nivel racionalidad respecto a las creencias irracionales de causas externas y ansiedad en todos los semestres evaluados.

Sexta: En general los estudiantes de la escuela profesional de Psicología mantienen un nivel positivo de asertividad.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Sugerencias

Primera: Fomentar e incentivar la realización de talleres informativos, participativos, así como asesoría psicológica a los estudiantes que presentaron niveles moderados y altos de creencias irracionales con el objetivo de entregarles información verídica y medidas de prevención con las cuales puedan identificar la presencia o el incremento de este tipo de pensamientos los cuales pueden causarles malestar, interfiriendo de forma negativa en su desarrollo personal. Además de capacitaciones constantes a los estudiantes de psicología para que mejoren y aprendan a interpretar las situaciones de gran estrés poniendo en práctica técnicas como el método socrático, de tal manera serán capaces de mejorar la calidad de vida de cada uno.

Segunda: Desarrollar talleres formativos en habilidades sociales para los estudiantes de psicología da Universidad Católica Santa María, así mejoraran sus relaciones interpersonales, favoreciendo además al logro satisfactorio de sus metas y cumplimento de sus proyectos de vida.

Tercera: Se recomienda ampliar y profundizar la investigación, que a la luz de lo encontrado, tenga la finalidad afirmar los resultados, afinar los instrumentos aplicados, elaborando baremos y desarrollando una confiabilidad y validez de estos instrumentos, para nuestro medio; que permita aproximarnos más a la realidad universitaria.

Cuarta: Capacitar a los docentes, en acompañamiento al estudiante universitario, sirviendo de guías y participando de su proceso de aprendizaje; ayudando en la identificación de casos clínicos y utilizando la derivación a atención psicológica especializada, de ser necesario.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Limitaciones

Primera: Al momento de la evaluación, algunos estudiantes mostraban desinterés al inicio de realizar la prueba. Por lo que algunos llenaron incorrecta o incompletamente las pruebas.

Segunda: Debido a que se realizó durante los horarios académicos, el tiempo fue limitado por lo que fue necesario apresurar a los estudiantes en el llenado de las pruebas.

Tercera: No se pudo evaluar a los alumnos del X semestre académico debido a los horarios que tienen.

Cuarta: Los resultados no pueden generalizarse a otra población, como otras escuelas u otras universidades.

Quinta: No existen muchos antecedentes sobre actuales sobre la correlación entre las variables propuestas, por ende, no se pueden comparar los resultados con otras investigaciones.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Referencias

Aguilar R. A. M., (2002). *Enseñanza y educación*. Disponible en http:// www.monografias.com/trabajos10/ened/ened.shtml?relacionados.

Alberti, R. E. y Emmons, M. L. (1978). *Your perfect right (3° edición)*. San Luis Obispo, California, Impact.

Bandura, A. (1982). *Social Learning and Personality Development*. Madrid: Alianza

Castello, J. (2005). *Dependencia Emocional Características y Tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.

Caballo, V. (1983). *Asertividad: definiciones y dimensiones*. Recuperado el 31 de Agosto de 2015, de Universidad Autónoma de Madrid: http://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_a-rt397iculo?codigo=65876&orden=0

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*. (6° Edición). Madrid: Siglo XXI.

Caro, I. (2006). *Manual de psicoterapias cognitivas.* Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S. A.

Casares, M. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Madrid: CEPE.

Castanyer, O. (2010) La asertividad: expresión de una sana autoestima. 32a. ed. España: Editorial Desclée de Brouwer.

Clark, D. (1997). *El Estado De La Cuestión En La TREC*, Barcelona, España: Ediciones Martínez Roca.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

David, D.; Lynn, S. (2010). *Rational and Irrational Beliefs*. New York: Oxford Press.

Davis, M., Mc Kay, M. y Eshelman, E. (1985). *Técnicas de autocontrol emocional*. Barcelona: Martínez Roca S.A.

De la Cruz, R. (2017). *Creencias irracionales e impulsividad en internos privados de libertad por delito sexual de un Establecimiento Penal de Lima.* Recuperado de Universidad César Vallejo de Lima. https://core.ac.uk/download/pdf/154580980.pdf

De la Plaza, J. (2008). *La Inteligencia Asertiva*. Santiago: Zig-Zag S.A.

Ellis, A. (1980). *Los Principios y Prácticas de la Terapia Racional Emotiva.* San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Ellis, A. (1997). *El estado de la cuestión en la Terapia-Racional-Emotiva-Conductual. En I. Caro (comp) "Manual de Psicoterapias Cognitivas"*. Barcelona: Paidós.

Ellis, A. y MacLaren, C. (2004). *Las Relaciones con los Demás: Terapia del Comportamiento Emotivo Racional.* Barcelona: Océano Editorial.

Ellis, A. y Grieger, R. (1977). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Bilbao: Desclee de Brouwer, 1981.

Ellis, A. y Grieger, R. (1990) *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Primera Edición, Bilbao, España: Editorial. Biblioteca de Psicología.

Ellis, A. y Dryden, W. (1989). *Práctica de la Terapia Racional Emotiva*. Bilbao - España: Descleé de Brouwer Editorial.

Epicteto (1993). Disertaciones por Arriano. Madrid: Gredos.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Flores, N. (1994). *Asertividad: Conceptualización, medición y su relación con otras variables*. México: Universidad Nacional Autónoma.

Fuentes, L., Villegas, M., y Mendoza, I. (27 de Junio de 2005). *Software educativo para la enseñanza de la Biología*. Recuperado el 2 de Setiembre de 2015, de Sielo: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=s1012-15872005000200005&script=sci_arttext

García E. y A. Magaz (2003). ADCAs. *Autoinformes de actitudes y valores en las interacciones sociales. Manual de Referencia.* Madrid: Albor-COHS.

García, S. (2015). Creencias Irracionales Y Ansiedad En Estudiantes De Medicina De Una Universidad Nacional (Tesis de maestría). Universidad de San Martin de Porres, Lima, Perú.

Güell, M. y Muñoz, J. (2000). *Desconócete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós.

Guzmán, P. (2009). *El Registro de Opiniones Forma A* (REGOPINA). Manuscrito no publicado.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. (6ta Edición). Ed. McGrawHill. México D.F.

Lega, L. (1997). *El Proceso Terapéutico en la TRE*, Biblioteca de psicología, Barcelona, España.

León, M. y Vargas, T. (2009). Validación y estandarización de la escala de asertividad de Rathus (R.A.S.) en una muestra de adultos costarricenses. Costa Rica: Revista Costarricense de Psicología

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Llerena, S, (2017). Creencias irracionales y dependencia emocional (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador Recuperado de http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/25175/2/TESIS%20TERMINA DA%20STEFAN%C3%8DA%20LLERENA%20FREIRE%202.pdf

Mainieri, R. (2012). *El Modelo de la Terapia Cognitivo Conductual*. Panamá: Sepas Editorial.

Martín, I. (2007). *Estrés académico en estudiantes universitarios.* Apuntes de Psicología, 25(1), 87-99. Recuperado de http://copao.cop.es/files/contenidos/VOL25_1_7.pdf

Martínez, D. (2018). *Creencias Irracionales y Habilidades Sociales en Estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana* (Tesis de especialidad) Universidad Nacional Federico Villareal, Lima, Perú.

Mazariegos, C. (2013) *Relación entre las ideas irracionales y la comunicación disfuncional en la familia* (estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años de ineb adscrito a la escuela normal de maestras de educación para el hogar de quetzaltenango). Universidad Rafael Landivar, Quetzaltenango. Recuperado http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/22/MazariegosMerly.pdf

Medrano, L., Galleano, C., Galera, M. y Del Valle, R. (2010). *Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios*. Revista 63 Liberabit, 16(2), 183-192. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v16n2/a08v16n2.pdf

Naranjo, M. L. (2008). *Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertiva. Actualidades investigativas en educación,* Vol. 8 N.º 1 pp 1 - 27.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Navas, J. (1981). Terapia racional emotiva. Revista Latinoamericana de Psicología, *13*(1), 75- 83. Colombia.

Neidhardt, J; Weinstein, M y Conry, R. (1989). *Seis Programas para Prevenir Y Controlar el Estrés*. Madrid: Deusto

Ochoa, I. (1995). *Enfoques en Terapia Familiar.* Barcelona: Herder S.A. .

Oblitas, L. (2004). *Como hacer Psicoterapia exitosa.* Bogotá: Psicom Editorial.

Orellana, O., García, L., Yanac, E., Rivera, J., Alvites, J., Orellana, D., Perea, J., Araujo, G. y Mendoza, C. (2013) *Creencias Irracionales y Asertividad Docente con Actos de Violencia en Escolares.* Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

Policía Nacional del Perú. (2015) Policía Nacional Del Perú Dirección Nacional De Gestión Institucional Anuario Estadístico de 2015. https://www.pnp.gob.pe/anuario_estadistico/documentos/ANUARIO%20PNP%202015%20DIREST%20PUBLICACION.pdf

Ranilla, A. (2018). *Bullying y Asertividad en los Adolescentes del CAR San Luis Gonzaga INABIF* (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú.

Rathus, S.A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4(3), pp. 398–406. doi: 10.1016/s0005-7894(73)80120-0.

Reyes, P. (1988). *Terapia Racional Emotiva Nivel 1 (Inicial),* Lima: Separatas.

Reyes, P. (1999). *Terapia Racional Emotiva Nivel 2 (Intermedio),* Lima: Separatas.

Riso, W. (2002). *Cuestión de dignidad. Aprenda a decir no y gane autoestima siendo asertivo*. Bogotá: Norma.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Rodriguez, A., y Beyebach, M. (1994). La terapia Sistémica como marco para generar nuevos relatos con las familias. *Publicaciones de la Universidad Pontífica de Salamanca*, 365 - 386.

Russell, B. (1956). *Lógica y Conocimiento.* Madrid: RBA Libros.

Salter, A. (1949). *Condicioned Reflex Therapy*. Farrar, Straus.

Swenson, L. (1984). *Teorías del Aprendizaje, perspectivas tradicionales y desarrollos contemporáneos*. Estados Unidos: Wadsworth.

Skinner, B. (1986). *Sobre el Conductismo.* Barcelona: Orbis.

Sánchez, D. (2000). *Terapia Familiar: modelos y técnicas.* México: El Manual Moderno S.A.

Sosa, M. (2011). Influencia de la asertividad en el estilo comunicacional de los miembros de parejas de entre uno y cinco años de convivencia en la ciudad de Rosario (Tesis de pregrado). Universidad Abierta Interamericana, Rosario, Argentina

Vega, L., Caballo, V. y Ellis, A. (2009). *Teoría y Práctica de la Terapia Racional Emotiva - Conductual*. Madrid - España: Desclée de Brouwer.

Velásquez, J. (2002). *Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería*. (Tesis de título profesional) Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3394/1/Vel%C3%A1squez_sj.pdf

Velázquez, M., Arellanez, J. y Martínez, A.(2012) *Asertividad y Consumo de Drogas En Estudiantes Mexicanos.* Acta Colombiana de Psicología 15 (1): 131-141, 2012

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford:alber Stanford University Press.

Zaldívar, D. (1994). *Entrenamiento Asertivo, Aprendizaje social y entrenamiento en habilidades sociales*. Cubana, 99-107.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

ANEXOS

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Anexo N° 1 Registro de Opiniones Forma A

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Registro de Opiniones Forma A
Instrucciones: Marque con una **X** en la casilla de ACUERDO o NO DE ACUERDO, no es necesario que piense mucho en algún apartado. Marque su respuesta rápidamente y continúe con la próxima oración. asegúrese de **marcar como Ud. piensa en el momento presente** acerca de la declaración o pregunta y no la manera en que Ud. piensa que "**Debería Pensar**"

1. 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 provoco 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 guste
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.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

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.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE SANTA MARÍA

Anexos N° 2 Cuestionario De Asertividad De Rathus

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Cuestionario de asertividad de Rathus					
Instrucciones: Indica, mediante el código siguiente, hasta qué punto te describen o caracterizan cada una de las frases siguientes. Lee detenidamente las siguientes afirmaciones y coloca su puntuación en la hoja de respuestas.					
1	2	3	4	5	6
Muy característico de mí	Bastante característico de mí	Algo característico de mí	Algo no característico de mí	Bastante poco característico de mí	Muy poco característico de mí

1. Mucha gente parece ser más agresiva que yo.
2. He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez.
3. Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo con el camarero/a.
4. Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado.
5. Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir "no".
6. Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué.
7. Hay veces en que provoco abiertamente una discusión.
8. Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición.
9. En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí.
10. Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños.
11. Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo.
12. Rehúyo telefonear a instituciones y empresas.
13. En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales.
14. Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado.
15. Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto.
16. He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto/a.
17. Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar.
18. Si un eminente conferenciante hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista.
19. Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores.
20. Cuando he hecho algo importante o meritorio, trato de que los demás se enteren de ello.
21. Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos.
22. Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, la busco cuanto antes para dejar las cosas claras.
23. Con frecuencia paso un mal rato al decir "no".
24. Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena.
25. En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal servicio.
26. Cuando me alaban con frecuencia, no sé qué responder.
27. Si dos personas en el teatro o en una conferencia están hablando demasiado alto, les digo que se callen o que se vayan a hablar a otra parte.
28. Si alguien se me cuela en una fila, le llamo abiertamente la atención.
29. Expreso mis opiniones con facilidad.
30. Hay ocasiones en que soy incapaz de decir nada.

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Anexo N° 3 Hoja De Respuestas

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis

REPOSITORIO DE
TESIS UCSM

Información del evaluado							
Escuela Profesional:							
Semestre académico		Sexo:	( )	Hombre	( )	Mujer	Edad

Casilla de Respuestas del cuestionario de asertividad de Rathus

Ítem	1	2	3	4	5	6	Ítem	1	2	3	4	5	6	Ítem	1	2	3	4	5	6
1							11							21						
2							12							22						
3							13							23						
4							14							24						
5							15							25						
6							16							26						
7							17							27						
8							18							28						
9							19							29						
10							20							30						

Casilla de Respuestas del Registro de Opiniones Forma A

A			B			C			D			E			F		
De acuerdo	N°	Desacuerdo	De acuerdo	N°	Desacuerdo	De acuerdo	N°	Desacuerdo	De acuerdo	N°	Desacuerdo	De acuerdo	N°	Desacuerdo	De acuerdo	N°	Desacuerdo
	1			2			3			4			5			6	
	7			8			9			10			11			12	
	13			14			15			16			17			18	
	19			20			21			22			23			24	
	25			26			27			28			29			30	
	31			32			33			34			35			36	
	37			38			39			40			41			42	
	43			44			45			46			47			48	
	49			50			51			52			53			54	
	55			56			57			58			59			60	
Total:			Total:			Total:			Total:			Total:			Total:		

Publicación autorizada con fines académicos e investigativos
En su investigación no olvide referenciar esta tesis