



**UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA  
SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA HUMANA.**

**TITULO:**

**CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y EL PENSAMIENTO IRRACIONAL  
DE LOS ESTUDIANES DE 3ERO Y 4TO DE SECUNDARIA DE LA  
INSTITUCION EDUCATIVA MARISCAL RAMON CASTILLA –  
CASTILLA, 2017**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA HUMANA**

**AUTOR:**

**BR. JOSÉ ANTONIO CALDERÓN AYALA**

**PIURA- PERÚ**

**2018**

## **DEDICATORIA**

El esfuerzo y dedicación para esta investigación, va con mucho cariño y amor en primer lugar:

A Dios misericordioso y omnipotente por darme el motivo y la fuerza para cristalizar cada una de mis aspiraciones.

A mi madre Lucila por darme el aliento y sus oraciones para encontrar los senderos correctos que me llevaron a culminar esta maravillosa carrera.

A mi esposa Deiby por su comprensión, su paciencia y por demostrarme su amor en cada instante y creer en mí.

A mi familia por darme su apoyo incondicional en cada instante para embarcarme en este proyecto.

Y para finalizar también dedico esta investigación a mi recordado reverendo padre Anselmo Díaz Rodríguez OFM que hace un año partió a la casa del señor.

## **AGRADECIMIENTOS**

La presente investigación es un esfuerzo en la cual fueron participes varias personas de forma directa e indirecta. Es por ello que quiero agradecer:

A mi Asesora Dra. Maribel Díaz Espinoza por su profesionalismo incondicional en la realización de esta tesis.

Mi agradecimiento a la Institución Educativa “Mariscal. Ramón Castilla Marquesado” de Castilla – Piura, a su director Jorge Holguín, docentes, padres de familia y alumnos por permitirme desarrollar la presente investigación.

Agradezco a Dios y a mi familia por estar siempre presente en mi vida.

## RESUMEN

La investigación denominada Clima social familiar y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón castilla – castilla, 2017. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el clima social familiar y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

Siguió una metodología cuantitativa, con un diseño no experimental de tipo descriptiva correlacional- transversal. Para la presente investigación, la muestra estuvo constituida por 207 estudiantes del 3ero y 4to grado, para medir la variable clima social familiar se utilizó la Escala de Clima Social Familiar (FES) de Moos y Trickeet (1984), y para la variable pensamientos irracionales se utilizó el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis (2008). Después de la aplicación de los instrumentos, los datos serán procesados en el programa SPSS versión 21 y como medio auxiliar el programa Excel 2012; los resultados serán presentado en tablas de frecuencia y porcentuales. Para la comprobación de las hipótesis se utilizará el estadístico de correlación de Pearson.

Según los resultados se muestra que el 60.2% de los estudiantes evaluados tienen una percepción de su clima social familiar bajo y que la mayor predominancia con la idea irracional son las categorías: C1 (54.1%), C2 (47.3%), C4 (64.7%), C6 (69.9%), C7 (47.8%) y C8 (60.4%), además se evidencia que existe relación inversa significativa entre las dimensiones del clima social familiar y los pensamientos irracionales.

Palabras clave: Clima social familiar, desarrollo, relaciones, pensamiento irracional, necesidad de efecto y fantasía de maldad

## **ABSTRACT**

The research called: Family Social climate and the irrational thinking of the 3rd and 4th year high school students of the Mariscal Ramón castilla - castilla Educational Institution, 2017. Its objective was to determine the relationship between the family social climate and the irrational thinking of the students of 3 and 4 of secondary of the Educational Institution Mariscal Ramón Castilla - Castilla, 2017.

He followed a quantitative methodology, with a non-experimental design of descriptive-correlational-transversal type. For the present investigation, the sample was constituted by 207 students of the 3rd and 4th grade, to measure the family social climate variable, the Family Social Climate Scale (FES) of Moos and Trickeet (1984) was used, and for the variable irrational thoughts the Inventory of Irrational Beliefs of Ellis (2008) was used. After the application of the instruments, the data will be processed in the SPSS program version 21 and as an auxiliary tool the Excel 2012 program; the results will be presented in frequency and percentage tables. To test the hypotheses, the Pearson correlation statistic will be used.

According to the results it is shown that 60.2% of the students evaluated have a low perception of their family social climate and that the most predominant with the irrational idea are the categories: C1 (54.1%), C2 (47.3%), C4 (64.7) %), C6 (69.9%), C7 (47.8%) and C8 (60.4%), it also shows that there is a significant inverse relationship between the dimensions of the family social climate and irrational thoughts.

Keywords: Family social climate, development, relationships, irrational thinking, need for effect and fantasy of evil.

## INTRODUCCION

El presente estudio Titulado: Clima social familiar y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón castilla – castilla, 2017. Ha sido estructurado en 4 capítulos de los cuales contiene el desarrollo y proceso de la investigación.

En el primer capítulo “PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA” el cual contiene la descripción de la realidad problemática a nivel internacional, nacional, así también se limita el tiempo de la investigación que es de 4 meses; el aspecto geográfico que es en la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla y la delimitación social. También se formula el problema principal y específico; objetivos generales y específicos; hipótesis general y específicos y finalmente la justificación de la investigación.

El segundo capítulo titulado “MARCO TEÓRICO” encontramos todas las investigaciones previas al estudio realizado, que tienen relación con las variables de dicha investigación. Así mismo encontramos las bases teóricas de las variables que consisten en la descripción con conceptos, teorías, características, tipos y dimensiones de las variables clima social familiar y pensamiento irracional.

En el tercer capítulo titulado “METODOLOGÍA” tenemos que el tipo de la presente investigación es descriptiva-correlacional, transversal, con un diseño no experimental. La población está compuesta por 599 estudiantes y la muestra está conformada por 207 estudiantes. La técnica utilizada es encuesta y el instrumento es el cuestionario.

En el cuarto capítulo titulado “RESULTADOS” es la presentación de los resultados en relación con los objetivos y las hipótesis planteadas.

Y finalmente en el quinto capítulo titulado “CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS” en esta investigación se llegó a la principal conclusión: Que el 60.2% de los estudiantes evaluados tienen una percepción de su clima social familiar bajo y que la mayor predominancia con la idea irracional son las categorías: C1 (54.1%), C2 (47.3%), C4 (64.7%), C6 (69.9%), C7 (47.8%) y C8 (60.4%), además se evidencia que existe relación inversa significativa entre las dimensiones del clima social familiar y los pensamientos irracionales.

## ÍNDICE

### Portada

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| <b>Dedicatoria.....</b>    | <b>2</b> |
| <b>Agradecimiento.....</b> | <b>3</b> |
| <b>Resumen.....</b>        | <b>4</b> |
| <b>Abstract.....</b>       | <b>5</b> |
| <b>Introducción.....</b>   | <b>6</b> |
| <b>Induce.....</b>         | <b>8</b> |

### **CAPITULO I: Planteamiento Del Problema.....11**

|   |    |
|---|----|
| 1.1. Descripción de la realidad problemática..... | 11 |
| 1.2. Formulación del problema.....                | 16 |
| 1.3. Objetivos de investigación.....              | 16 |
| 1.4. Justificación de la investigación.....       | 17 |
| 1.4.1. importancia de la investigación.....       | 17 |
| 1.4.2. Viabilidad de la investigación. ....       | 18 |
| 1.5. Limitación del estudio.....                  | 18 |

### **CAPITULO II: MARCO TEÓRICO.....19**

|  |    |
|--|----|
| 2.1. Antecedentes de la investigación..... | 19 |
| 2.2. Bases teóricas.....                   | 26 |
| 2.3. Definición de términos básicos.....   | 45 |



|   |           |
|---|-----------|
| <b>CAPITULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES DE INVESTIGACION.....</b>                      | <b>48</b> |
| 3.1. Formulación de hipótesis .....   | 48        |
| 3.2. Variables, dimensiones e indicadores.....  | 48        |
| <br>  |           |
| <b>CAPITULO IV: METODOLOGÍA.....</b>  | <b>53</b> |
| 4.1. Diseño metodológico.....   | 53        |
| 4.2. Diseño Muestral, población y muestra.....  | 54        |
| 4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confidencialidad..... | 55        |
| 4.4. Técnicas del procesamiento de la información.....                                | 56        |
| 4.5. Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis de la información.....           | 56        |
| 4.6. Aspectos éticos.....   | 57        |
| <br>  |           |
| <b>CAPITULO V: RESULTADOS, ANALISIS Y DISCUSION.....</b>                              | <b>58</b> |
| 5.1 Análisis descriptivo.....   | 58        |
| 5.2 Análisis inferencial.....   | 60        |
| 5.3 Comprobación de hipótesis.....  | 63        |
| 5.4 Discusión y conclusiones.....   | 64        |
| <br>  |           |
| REFERENCIA.....   | 70        |
| <br>  |           |
| Anexos.....   | 75        |
| <br>  |           |
| Pruebas psicológicas, cuestionarios o escalas utilizadas.....                         | 76        |

## ÍNDICE DE TABLAS

|  |    |
|--|----|
| TABLA 1: Nivel de clima social familiar de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.....  | 58 |
| TABLA 2: Predominancia de las creencias irracionales de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.....   | 59 |
| TABLA 3: Relación entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.....  | 60 |
| TABLA 4 Relación entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.....   | 61 |
| TABLA 5: Relación entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017..... | 62 |

## **CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

### **1.1. Descripción de la realidad problemática.**

Muchos mamíferos y en especial los seres humanos construyen un vínculo con el grupo de pertenencia, por un sentido funcional, desde aspectos biológicos, hasta razones socioculturales, como es el caso especialmente de los humanos. Siguiendo este principio, la familia es en esencia la unidad grupal que acoge al individuo, lo inserta en la lógica de la cultura local y lo ayuda en la vida social reproduciendo, de algún modo, el juego y las reglas de convivencia. Desde esta perspectiva, siguiendo a Levi (1963), la familia sería un elemento que construye la vida social. Desde este alcance es importante comprender cómo se constituyen las relaciones entre los sujetos dentro de esta unidad social, ya que esto expresará el clima social familiar.

Actualmente, se conoce la existencia de problemas que se encuentran relacionados con la forma en cómo el ser humano se adapta en nuestra sociedad. Estos problemas suelen comenzar en el núcleo familiar, puesto que las bases del ser humano se encuentran precisamente en la familia como primer grupo de pertenencia y referencia. Siguiendo a Mestre (1990), esta influencia es dada sobre todo en los primeros años de vida de la persona, ya que por medio de la familia se transfieren creencias, costumbres, valores entre otros y depende en cierta medida de la manera en que se transfiere esta información para establecer un comportamiento adaptativo o no en su entorno social, el cual puede ser expresado a través de actitudes y formas de afrontar y asumir las

diversas situaciones futuras. Es por eso, que se le presta vital importancia a estos aspectos, sobre todo porque en la adolescencia se ponen en práctica muchos de estos aprendizajes siendo favorables o no tanto para los adolescentes como para nuestra sociedad.

Es así que el concepto de clima social familiar es uno de los más importantes dentro del desarrollo del ser humano, ya que éste término hace referencia al estado de bienestar entre los miembros de la familia, considerando así el grado de comunicación y el control que se ejerce entre los miembros (Zavala, 2010). Por ello, el clima social familiar describe aquellas cualidades o atributos que los miembros de la familia plasman dentro de su entorno social.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2014), entiende la adolescencia como un periodo de desarrollo y crecimiento humano, la cual abarca desde los 10 hasta los 19 años de edad. Es una etapa en la que se presentan cambios significativos no solo a nivel físico, sino también psicológico y social. Es en estos dos últimos niveles, el adolescente puede expresar conductas adecuadas o no según el clima familiar que haya vivido en su hogar, además de los aprendizajes adquiridos en su entorno familiar.

El ambiente cultural y familiar proporciona los contenidos cognitivos que todo niño y, posteriormente adolescente, asume como creencias propias, filosofías de vida, esquemas cognitivos, etc. Desde un ámbito más clínico de la Psicología se ha abordado el pensamiento como causante de la conducta y la afectividad. Esto es así

concretamente en las terapias racionales y de reestructuración cognitiva, la pionera de las cuales fue la Terapia Racional Emotiva fundada por Ellis a comienzos de los setenta. Ellis adopta el llamado “esquema A-B-C” a través del cual explica que las consecuencias emocionales y conductuales, C, no son provocadas directamente por los acontecimientos activadores, A, sino por las creencias de la persona acerca de A, es decir, B. Asimismo las creencias pueden ser expresadas en forma deseos o preferencias lo que Ellis (1981) denominó creencias racionales- o como una obligación, necesidad imperiosa o exigencia. Estas últimas serían creencias irracionales, manifestaciones dogmáticas y absolutas cuya no consecución provoca emociones negativas inadecuadas y alteraciones de conducta que interfieren en la obtención de nuevas metas. Aunque las creencias irracionales que mantiene la gente pueden ser infinitas, Ellis las agrupa en tres peticiones de carácter absoluto que puede manifestar el individuo: “tengo que actuar bien y ganar la aprobación por ello”, “tú debes actuar de forma agradable y justa conmigo” y “mi vida debe ser lo suficientemente buena y fácil para conseguir lo que quiero sin demasiado esfuerzo”. Los objetivos fundamentales de la Terapia Racional Emotiva son, como dice Carrasco (2005), conseguir en el individuo la autoaceptación y la tolerancia a la frustración. Dos objetivos que, superficialmente, parecerían estar relacionados con un nuevo enfoque terapéutico aparecido hace tan sólo una década: la Terapia de Aceptación y Compromiso.

En el Perú, se observa cómo influye de manera favorable la estructura o composición familiar y cómo se torna desfavorable cuando las familias son disfuncionales, por ello el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2013, menciona “el estudio de la familia disfuncional es propensa a la violencia,

accidentes y males”. En este estudio se menciona que la estructura familiar garantiza el bienestar, ya que en el ambiente se hallan estabilidad y compromiso; en nuestro país la violencia familiar en familias casadas se presenta en un 8,9% y en las familias convivientes en un 17% este dato es referencial para estudiar la asociación del clima social familiar con la variable agresividad, pero además ayuda para comprender cómo la dinámica familiar favorece o perjudica no sólo a nivel familiar sino también a nivel social.

Por otro lado, Guerra (1993) y Kemper (2000) definen al clima social familiar por las relaciones interpersonales que se establecen entre los integrantes de la familia, involucrando aspectos de desarrollo, comunicación, interacción y crecimiento personal, desempeñando la familia un rol fundamental para la supervivencia y el desarrollo de la especie humana. Sin embargo, en un estudio realizado por Dughi (1999, citado por Pacheco, 2006) refiere que, una de las características en las familias peruanas que predominan en la actualidad son los medios de crianza dura y restrictiva, caracterizados por la insatisfacción de necesidades afectivas, las cuales generan actitudes de dependencia, poca tolerancia a la frustración y agresividad. Ello incrementaría la incidencia de problemas interpersonales y sociales, llevando esto a dirigir nuestra atención a la familia, puesto que los niños y adolescentes aprenden en ésta, las habilidades necesarias para su inserción social.

La situación real del Callao y de nuestro país es que se observa diversos problemas de disfuncionalidad familiar, los mismos que desencadenan en un inadecuado clima social familiar cuyos efectos suelen ser infaustos y muchas veces irreversibles, los que

con el tiempo suele conducirnos a una formación deficiente de las habilidades sociales que de una u otra forma nos conlleva a algún tipo de atraso familiar y social. Por otro lado, si bien es cierto que el entorno social en el que se desenvuelven los estudiantes chalacos se caracteriza por su participación activa en diversos eventos de carácter social, musical, artístico, deportivo o de otro tipo, también es verdad que en contraposición a ello, los correspondientes entornos sociales son muchas veces focos de un constante vocabulario soez, actitudes egoístas, rivalidad y pleitos entre sus pobladores, además de reiterados agravios e insultos, debido el alto nivel (63% del total de familias) de disfuncionalidad familiar (Proyecto Regional del Callao, 2008, p.34).

Con respecto a la Institución Educativa en Mariscal Ramón Castilla – Castilla, según manifiestan los docentes y/o tutores, se observa que los alumnos son incapaces de relacionarse con sus demás compañeros, presentan alto grado de violencia, falta de respecto a los profesores y autoridades superiores, usan un lenguaje vulgar y obsceno, molestan a sus compañeros, entre otros. Así mismo, la mayoría de los estudiantes provienen de hogares disfuncionales, conflictivos, con padres separados o padres ausentes. Además, se evidencia que tienen carencias en sus aspiraciones y metas personales, con creencias irracionales que lo llevan a tomar decisiones y acciones inadecuadas, no empáticos e irresponsables con sus deberes académico.

## **1.2. Formulación del problema.**

### 1.2.1. Formulación General:

¿Qué relación existe entre el clima social familiar y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017?

### 1.2.2. Formulación específicos.

¿Qué relación existe entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017?

¿Qué relación existe entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017?

¿Qué relación existe entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017?



### **1.3. Objetivos de investigación.**

#### 1.3.1. Objetivos general:

Determinar la relación entre el clima social familiar y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

#### 1.3.2. Objetivos específicos:

- Establecer la relación entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.
- Identificar la relación entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.
- Demostrar la relación entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

### **1.4. Justificación de la investigación.**

#### 1.4.1. Importancia de la investigación.

A nivel teórico, esta investigación, sirve para conocer la relación existente con acuerdo a un modelo correlacional, entre el clima social familiar y los pensamiento

irracionales en los estudiantes; además, de ser una base para futuras investigaciones relacionadas al tema.

A nivel práctico, este trabajo sirve para seguir profundizando más, sobre la dinámica familiar como esta influye en los estudiantes y en su forma o manera de pensar esta puede ser racional o irracional, además se busca que adquieran un mayor conocimiento sobre un la importancia de las relaciones interpersonales y en este caso en el círculo familiar. Surge entonces, la presente propuesta que desea colaborar con las familias de nuestra sociedad a un manejo más adecuado de las ideas irracionales que surgen en sus miembros

A nivel Metodológico, el presente trabajo de investigación se presenta frente a la necesidad de contar con dos instrumento que permitan identificar el clima social familiar y el pensamiento irracional.

#### 1.4.2. Viabilidad de la investigación.

El estudio es viable por cuanto se cuenta con los recursos humanos, materiales, financieros, y de tiempo para poder realizarlo sin tener inconvenientes.

Asimismo, se tienen los permisos necesario para poder tener acceso a la información en las diferentes bibliotecas locales.

Además se cuenta con el permiso de la Institución Educativa para poder aplicar los instrumentos sin ningún inconveniente.

#### 1.5. Limitación del estudio.

Son pocas las limitaciones que se presentan, una de ella es en el ámbito de los antecedente internacionales, por cuanto no existen muchos estudios relacionados; si los hay no se encuentran aún publicados ni colocados en las bibliotecas de las universidades visitada

## CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

Se han encontrado diversas investigaciones internacionales y nacionales, que proporcionan información acerca de variables de estudio de la presente investigación:

#### **Antecedentes internacionales**

Carbonero, M; Martín, L; Feijó, M (2012) en su estudio denominado: “*Las creencias irracionales en relación con ciertas conductas de consumo en adolescentes*” Universidad de Valladolid (España). El presente trabajo tiene como objetivo describir las creencias irracionales con ciertas conductas de consumo en adolescentes. El presente trabajo de investigación fue diseñado y formulado con enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y alcanzará un nivel descriptivo. Para llevar a cabo el estudio se ha utilizado el TCI-A Inventario de Creencias Irracionales para adolescentes, fue elaborado por Cardeñoso y Calvete (2004), y sobre el consumo fue evaluado a través de la prueba Kruskal-Wallis. La muestra de estudio han participado 208 adolescentes de entre 14 y 19 años. En los resultados se determinó el Antropocentrismo correlaciona significativamente con la Evitación de Problemas ( $r=.225$ ,  $p=.002$ ) y, en menor medida aunque también de manera significativa-, con la Necesidad de Aceptación y Éxito ( $r=.143$ ,  $p=.048$ ) y la Irracionalidad total ( $r=.160$ ,  $p=.042$ ). La Irracionalidad total de la muestra correlaciona significativamente con la Actitud Evitativa -en definitiva, lo contrario a la Aceptación- ( $r=.309$ ,  $p=.000$ ). Por otra parte el consumo de vino en los adolescentes, según los resultados de la prueba de Kruskal-Wallis (Tabla 4), no se relaciona con las creencias irracionales. Sin embargo, en

referencia a la variable aceptación, presenta una relación significativa con el factor Respuesta ineficiente a los problemas vitales ( $K=12.995$ ,  $p=.011$ ).

En cuanto a López, E (2015) en su tesis denominada: *“Ideas irracionales y su influencia en las conductas agresivas de los estudiantes de los primeros cursos de Bachillerato en los Colegios Fiscales Urbanos del Cantón Pelileo de la provincia de Tungurahua”*, Universidad Técnica de Ambato – Ecuador. Cuyo objetivo es describir la relación entre las ideas irracionales y las conductas agresivas en los estudiantes. La presente investigación de tipo transversal, no experimental, se trabaja con una muestra conformada por 258 alumnos de los primeros cursos de bachillerato de los Colegios Fiscales Urbanos del cantón Pelileo, de los cuales el 53.9% son mujeres y el 46.1% son varones, con edades comprendidas entre los 14 y 18 años. Los instrumentos aplicados son el Test de Creencias Irracionales de Jones (1968) y el Cuestionario de Agresión (AQ) de Buss y Perry – Versión reducida (Vigil – Colet et al., 2005), para luego establecer la relación existente entre ambas variables. El procesamiento de los datos para la comprobación de la hipótesis se realiza con la Prueba de Correlaciones del Software Estadístico “SPSS”. Los resultados muestran que el 100% de los estudiantes presentan ideas irracionales, destacándose la tendencia a pensar que “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa” reflejada en un 24%, y la creencia de que “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo” en el 22%. Respecto a las conductas agresivas se evidencia que predomina en el 98% de los adolescentes, siendo la “Hostilidad” el elemento que alcanza mayor valor porcentual con el 41%, seguida de la “Ira” representada por el 31%, la agresión “Verbal” con el 15% y la “Física” en un 11%, mientras que el 2% de

los evaluados no presentan conductas agresivas. El análisis estadístico reporta que no existe relación entre las variables estudiadas, por lo cual las ideas irracionales no influyen en las conductas agresivas de los estudiantes evaluados.

### **Antecedentes nacionales**

Curiel, K (2017) en su estudio titulado: “*Clima social familiar y agresividad en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima*”, en la Universidad Católica. Tiene como objetivo determinar si existe una relación significativa entre el clima social familiar y la agresividad en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima. Este estudio es de tipo correlacional, transversal y el diseño es no experimental; con una muestra de 259 adolescentes infractores del sexo masculino y cuyas edades oscilan entre los 14 a 21 años. Los instrumentos utilizados para su evaluación fueron: a) Ficha de datos sociodemográficos, b) Escala de Clima Social Familiar (FES) y c) Inventario de Hostilidad y Agresividad de Buss Durkee. Los resultados más relevantes evidencian que existe relación entre clima social familiar con la agresividad; asimismo, existen correlaciones significativas entre la dimensión motriz y la subescala conflictos; además, se hallaron correlaciones negativas y significativas entre la dimensión actitudinal y la subescala de organización, igualmente la dimensión motriz con la subescala de organización. Del mismo modo, ocurre entre la dimensión estabilidad y la dimensión actitudinal, la dimensión de agresividad motriz con la subescala de control. También se encontraron diferencias significativas entre las subescalas cohesión e intelectual - cultural respecto a los familiares cercanos internados en el Centro Juvenil o en algún centro penitenciario. Así también, entre clima social familiar

respecto al tipo de infracción cometido.

Con respecto a Vilchez, K y Zúñiga, L (2014) en su estudio denominado: “*clima social familiar y auto estima en adolescentes del 4° año de la Institución Educativa Francisca Diez Canseco de Castilla- Huancavelica*”, Universidad Nacional de Huancavelica. El objetivo de la investigación es determinar la relación que existe entre el clima social familiar y la autoestima en adolescentes del 4° año de la Institución Educativa Francisca Diez Canseco de Castilla - Huancavelica. Siendo el tipo de Investigación descriptiva - correlacional, nivel correlacional, método general inductivo - deductivo y diseño no Experimental Transeccional Descriptiva y Correlaciona!; la muestra estuvo compuesta por 122 adolescentes del 4to año de la Institución Educativa Francisca Diez Canseco de Castilla. Se emplearon los cuestionarios: Escala de clima social familiar de Moos y test de autoestima. Resultados En el estudio de clima social familiar; 65 estudiantes se encuentran en la categoría favorable con un 53.3%, seguido de 48 estudiantes que se encuentran en la categoría medianamente favorable con un 39.3% y por el contrario 9 estudiantes se encuentran en la categoría desfavorable con un 7.4%, y en relación a la autoestima, 88 estudiantes se encuentran en el nivel alto con un 72.1% además 32 estudiantes se encuentran en el nivel medio con un 26.2% y por el contrario 2 estudiantes se ubican en el nivel bajo con un 1.6%. Se concluye que existe relación significativa entre el clima social familiar y la autoestima en las adolescentes, al existir una correlación estadística entre las dos variables, lo que deduce que cuanto más favorable es clima social familiar mayor será el nivel de autoestima de las adolescentes, lo cual enfatiza que la familia juega un papel importante como ente de apoyo emocional en el desarrollo de la autoestima.

Por otra parte Díaz, E y Jáuregui, C (2014) en su estudio titulado: “*Clima Social Familiar y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa - Bagua Grande.*”, Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán, Bagua Grande, Perú. El presente trabajo de investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre las dimensiones de Clima Social Familiar y las Habilidades Sociales en estudiantes de secundaria. La población fue de 95 estudiantes de 15 a 17 años de edad. Se utilizó la Escala de Clima Social Familiar de Moos y Trikett y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero. La investigación es de tipo descriptivo correlacional, para el análisis de resultados se utilizó el programa estadístico SPSS, encontrando lo siguiente: No existe relación significativa entre las dimensiones del Clima Social Familiar y las Habilidades Sociales. Sin embargo, se encontró relación significativa entre la dimensión Relación de Clima Social Familiar y el factor Expresión de enfado o disconformidad de las Habilidades Sociales.

### **Antecedentes locales**

Rivas, M (2016) en su estudio titulado: “*Relación entre clima social familiar y creencias irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E Enrique López Albújar. Piura 2015*”, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. El estudio con la finalidad de determinar la relación entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel Secundario de la I.E Enrique López Albújar – Urb. Piura – del Distrito 26 de Octubre - Piura 2015. Estudio de tipo descriptivo, de nivel correlacional. Asimismo, se seleccionó de manera intencional una muestra de 102 alumnos, de las cuales según los criterios de inclusión

y exclusión se determinó 97 a quienes en primera instancia se les aplicó una escala para precisar su nivel familiar y la existencia de creencias irracionales. Los instrumentos usados fueron la Escala de Clima Social Familiar de Moos, La Escala de Creencias Irracionales. Asimismo, se concluye que los resultados indican la existencia de una correlación significativa entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales. Asimismo se observa que la mayoría 45.4% de los estudiantes se ubican en los niveles bajos, el 30.9% en los niveles altos y el 23.7% en el nivel promedio del clima social familiar y además Se puede evidenciar que el alumnado en estudio presenta un elevado porcentaje en la categoría indicador de trastorno emocional con 95%, en la tercera creencia irracional “Ciertos actos no sólo son malos, sino que son condenables o viles, y la gente que lo realiza debería ser avergonzada y castigada” seguido de un 93% en la creencia irracional “La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos.” Y por último con un 92% la creencia irracional “Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles.” lo cual quiere decir que se presentan evidencias a establecer la existencia de la creencia irracional. Lo cual se deduce que ambas variables puestas a prueba son dependientes.

En cuanto a Gutiérrez, E (2014) en su investigación denominada: “*Relación entre clima social familiar y las creencias irracionales en estudiantes de la escuela profesional de Psicología ciclos I Y II de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Piura, 2014*”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre Clima Social Familiar y Las Creencias Irracionales en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de los ciclos I y II de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.



Piura 2014. Se trata de un estudio de tipo Cuantitativo, con un nivel Descriptivo - Correlacional. Asimismo se seleccionó de manera intencional una muestra de 58 estudiantes a quienes, en primera instancia se les aplicó una encuesta para precisar su nivel familiar y luego se les aplicó el test de creencias irracionales. Los instrumentos usados fueron la Escala de Clima Social Familiar de Moos y el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis. Se concluye que los resultados indican la existencia de una correlación significativa entre las dimensiones del Clima Social Familiar y creencias irracionales. Se observa que 36.21 % de los estudiantes se ubican en el nivel alto, 32.76% en el nivel bajo, 18.97% en el nivel promedio, 12.07% en el nivel muy bajo y ningún estudiante en el nivel muy alto del clima social familiar; además se puede observar que los estudiantes de psicología presentan mayor conformidad con la idea irracional en las categorías: C1 (77.6%), C3 (77.6%), C4 (82.8%), C6 (75.9%), C7 (74.1%) y C9 (70.7%); por el contrario en las categorías C2 (66.5%), C5 (69%), C8 (70.7%) y C10 (82.7%) muestran una baja conformidad; es decir bajo acuerdo con la creencia irracional evaluada. Por consiguiente se deduce que ambas variables puestas a prueba son dependientes.

## **2.2. Bases teóricas.**

### **2.2.1. Clima social familiar**

#### **2.2.1.1. Definición**

Moos (1995) considera que el clima social familiar *“es la apreciación de las características socio- ambientales de la familia, la misma que es descrita en función de las relaciones interpersonales de los miembros que la conforman y los aspectos de desarrollo que tienen mayor importancia en ella y en su estructura básica”*.

Asimismo Moos (1996), considera el clima social familiar “*como aquella situación social en la familia y define tres dimensiones estrechamente vinculadas e interactuantes que son fundamentales, y cada una está constituida por elementos*”, que la componen: distinguiendo la dimensión de relación, cuyos elementos son: cohesión, expresividad y conflicto. La dimensión de desarrollo, cuyos elementos son: autonomía, actuación, intelectual -cultural, social - recreativo y moralidad - religiosidad, finalmente la dimensión de estabilidad, definida por los elementos de organización y control.

Según Rodríguez y Vera (1998), asumen la definición del clima social familiar como “*el resultado de sentimientos, actitudes, normas y formas de Comunicarse que lo caracterizan cuando los componentes de la familia se encuentran reunidos*”.

Para Perot (citado por Ponce, 2003) considera que el clima familiar “*constituye una Estructura natural en la cual se elabora pautas de interacción psicosociales en el rige el funcionamiento de los miembros definiendo una gama de conducta que facilita una interacción recíproca*”

Guerra (1993) y Kemper (2000) definen al clima social familiar; haciendo referencia a las características psicosociales e institucionales de un determinado grupo asentado sobre un ambiente, lo que establece un paralelismo entre la personalidad del individuo y el ambiente. “*Definen al clima social familiar por las relaciones interpersonales que se establecen entre los integrantes de la familia, lo que involucra*

*aspectos de desarrollo, de comunicación, interacción y crecimiento personal, lo cual puede ser fomentado por la vida en común*". También consideran la estructura y organización de la familia, así como el grado de control que regularmente ejercen unos miembros sobre los otros.

Por su parte Galli, (citado Calderón y De la Torre, 2006) "*considera que la manera cómo los Padres educan a sus hijos, crean el clima familiar*", dependiendo del tono del ambiente familiar penetrado de gravedad y cordura, la armonía conyugal, el cuadro de valores que los cónyuges aceptan, la serenidad del hogar doméstico y la fijación de actitudes que declaran después relativamente estables durante la vida.

El clima social familiar "*es la suma de las aportaciones personales de cada miembro de la familiar, traducida en algo que proporciona emoción*". A su vez el clima se mejora en la medida en que se establecen relaciones entre dos personas, se define tres dimensiones fundamentales y cada una está constituida por elementos que las componen: relación, desarrollo y estabilidad (Gonzales y Pereda, 2006, p.24).

Moos, (citado por Calderón y De la Torre, 2006), define el clima social familiar como "*aquella situación social en la familia que define tres dimensiones fundamentales y cada una constituida por elementos que lo componen como: Cohesión, expresividad, conflicto, autonomía, intelectual- cultural, social recreativo, moralidad-religiosidad, control y organización*".

#### 2.2.1.2. Teorías:

Para Kemper (2000) la escala de clima social en la familia tiene como fundamento a la teoría del clima social, y ésta, tiene como base teórica a la psicología ambientalista.

##### a) La psicología Ambiental

La psicología ambiental comprende una amplia área de investigación relacionada con los efectos psicológicos del ambiente y su influencia sobre el individuo. También se puede afirmar que esta es un área de la psicología cuyo foco de investigación es la interrelación del ambiente físico con la conducta y la experiencia humana. Este énfasis entre la interrelación del ambiente y la conducta es importante; no solamente los escenarios físicos afectan la vida de las personas, los individuos también influyen activamente sobre el ambiente (Holaham, 1996; en Kemper, 2000: 35)

En cuanto a las características de la psicología ambiental, según Kemper (2000) nos hace una muy breve descripción del trabajo del Claude Levy (1985) al enfocar las características de la psicología ambiental)

- Refiere que estudia las relaciones Hombre –Medio Ambiente en un aspecto dinámico, afirma que el hombre se adapta constantemente y de modo activo al ambiente donde vive, logrando su evolución y modificando su entorno).

- Da cuenta de que la psicología del medio ambiente se interesa ante todo por el ambiente físico, pero que toma en consideración la dimensión social ya que constituye la trama de las relaciones hombre y medio ambiente; el ambiente físico simboliza, concretiza y condiciona a la vez el ambiente social.

- El ambiente debe ser estudiado de una manera total para conocer las reacciones del hombre o su marco vital y su conducta en el entorno.

- Afirma que la conducta de un individuo en su medio no es tan solo una respuesta a un hecho y a sus variaciones físicas; sino que éste es todo un campo de posibles estímulos (Kemper, 2000:37).

### 2.2.1.3. Dimensiones

Moos y Trickett, (citado por Calderón y De la Torre, 2006) consideran que el clima Social familiar está conformado por tres dimensiones: Relaciones, desarrollo y Estabilidad, las que se definen en diez áreas, que se muestran a continuación:

1. Relaciones: Mide el grado de comunicación y libre expresión dentro de la Familia y grado de interacción conflictiva que la caracteriza. Conformado por las Sigüientes Áreas: Cohesión: Es el grado en que los miembros del grupo familiar están Compenetrados y se apoyan entre sí. Expresividad: Es el grado en que se permite expresarse con libertad a los Miembros de familia comunicando sus sentimientos, opiniones y valoraciones respecto a esto. Conflicto: Se define como el grado en que se expresa abiertamente la cólera, Agresividad y conflicto entre los miembros de la familia.

2. Desarrollo: Evalúa la importancia que tienen dentro de la familia ciertos Procesos de desarrollo personal, que pueden ser fomentados o no, por la vida en común. Conformado por las sigüientes áreas: Autonomía: Es el grado en el que los miembros de la familia están seguros de sí mismos, son independientes y toman sus propias

decisiones. Área de Actuación: Se define como el grado en el que las actividades (tal como el colegio o el trabajo) se enmarcan en una estructura orientada a la acción o Competición. Área Intelectual- Cultural: Es el grado de interés en las actividades de tipo político intelectual, cultural y social Área Social-Recreativo: Mide el grado de participación en diversas actividades de esparcimiento. Área de Moralidad- Religiosidad: Mide la importancia que se le da a las prácticas y valores de tipo ético y religioso.

3. Estabilidad: Proporciona información sobre la estructura y organización de la Familia y sobre el grado de control que normalmente ejercen unos miembros de La familia sobre otros. Conformado por las siguientes áreas: Área Organización: Mide la importancia que se le da en el hogar a una clara organización y estructura al planificar las actividades y responsabilidades de la familia. Área Control: Se define como la forma en el que la dirección de la vida familiar Se atiene a reglas y procedimientos establecidos.

#### 2.2.1.4. Características del Clima Social Familiar

Guelly, (citado Rodríguez y Torrente, 2003) refiere que el clima social familiar Tiene las siguientes características: Para que exista un buen clima familiar los padres deben estar siempre en Comunicación con los demás miembros de la familia. Deben mostrar tranquilidad y estabilidad con su comportamiento hacia el niño. Los hijos deben siempre respetar a sus padres. La madre debe tener una autoridad bien establecida no mostrarse ansiosa. No proteger a los hijos de manera excesiva, no permitir que las crisis económica aguda recaigan en las familias, no hay conflictos

graves entre los padres y si los hubiera estos no los exponen delante de los hijos.  
Factores individuales de los padres.

## 2.2.2. Pensamiento irracional

### 2.2.2.1. Definiciones

Dorsch, (1984), plantea que la creencia es "*el firme asentimiento y conformidad con alguna cosa o completo crédito que se presta a un hecho o noticia como seguros o ciertos*", asimismo es "*admitir una idea que no exige necesariamente demostración ya sea porque no se puede explicar, o por la firme conciencia que profesa el creyente*".

Según Bernard, 1996, (citado en Fernández, 1992), las creencias pueden ser vistas como un constructo hipotético muy amplio que cubre tres sub clases de fenómenos cognitivos: 1) los pensamientos actuales de un individuo de los cuales este conscientemente en un momento dado con respecto a la situación vivenciada, 2) los pensamientos acerca de la situación en los cuales el individuo no está inmediatamente consciente y 3) las creencias más abstractas que el individuo puede tener en general".

*"Las Creencias consisten en un gran número de afirmaciones mentales y variables (como "pienso que...") las cuales reflejan el conocimiento y evaluación particular de una persona en relación con alguna cosa (otra persona, un producto, una señal, etc.)"*  
(Garrido, 1996)

Las creencias irracionales, "*son aquellas que debido a su irracionalidad nos impiden un análisis objetivo generando consecuencias contraproducentes y*

*autodestructivas*”. Ellis (1987, 1990) y Grieger (1990) ponen de manifiesto que la forma de pensar, de emocionarnos o de comportarnos irracionalmente tiene una base de características biológicas. Por fundamento biológico, se entiende que, una característica o rasgo tiene unos orígenes marcadamente innatos (así como también adquiridos) y que en parte brotan de la fácil y natural predisposición del organismo a comportarse en una forma típica. Esto no implica una base puramente instintiva, sino que como aclara, Ellis, se refiere a que, a consecuencia de su naturaleza genética y/o congénita, una persona desarrolla fácilmente su rasgo y encuentra dificultad en modificarlo o eliminarlo. (Ellis. 1987, 1990).

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

Jervis (2004), “*indica que las creencias irracionales actúan como una especie de filtro por el cual se organiza y se da sentido a lo que sucede en el entorno*”. Estas creencias son núcleos de vulnerabilidad personal que pueden predisponer a la persona a la depresión, la ansiedad, la baja tolerancia o dificultades en la relación con los demás.



#### 2.2.2.2. Teorías

##### a) La Teoría Racional Emotiva

Ellis, (1995), abandonó por completo el psicoanálisis, y se centra en el cambio de comportamiento de las personas mediante la confrontación con sus creencias irracionales, para lograr convencerlos que adopten las racionales. Este papel fue más acorde a las ideas de Ellis, porque podría ser más honesto así mismo. Diciendo: “Cuando llegues a ser racional emotiva, mi propia personalidad y mis procesos, comenzarán a vibrar”

La terapia Racional Emotiva (TRE) nos dice que tenemos una tendencia más fuerte, innata o biológica, por ejemplo, a caminar por el suelo (como hacen los monos) que al columpiarse en los árboles, pero aprendemos de los demás y con nuestra propia experiencia, la forma de caminar se torna mejor, rápida y más erguida, es así que nos proporciona nuestros fines y satisfacciones principales, como nuestra necesidad básica de permanecer vivos, logrando que estemos felices y satisfechos de muchas maneras durante nuestra existencia. Por nuestras tendencias innatas y adquiridas, nosotros en gran manera controlamos nuestro propio destino, en especial lo emocional, o como se dice, el hombre es el creador de su propio destino, pero Ellis complementa la frase con su teoría, donde explica que no solo se puede escoger, mediante un juicio lógico-racional, lo que se hace, si no lo que se piensa y como se piensa, además de lo que se opina (creencia) acerca de lo que se piensa.

“Actuando por nuestros valores básicos y creencias, según la forma como interpretamos o consideramos los hechos o acontecimientos de nuestras vidas” (Ellis 1980). El manifiesta que podemos decir o escoger las acciones, para que dentro de una situación tal o cual cosa o la misma situación, nos afecta o por el contrario no.

La Terapia Racional Emotiva plantea y hace una diferencia con las posturas clásicas del conductismo y del psicoanálisis. Recordemos, que el conductismo implantaba 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 a inyección donde fuerzas o pulsiones internas inconscientes y conscientes luchaban entre sí por ser expresadas mediante la conducta. El racional emotivo propio de un modelo Cognitivo Conductual, exhorta a un diagrama donde el ambiente y/o situación actúa con los procesos cognitivos en la fomentación de la conducta y/o respuesta emocional. Planteando el diagrama ABC de la TREC, donde: A= Es la experiencia activadora o acontecimiento activador o estímulo B= Creencia, Idea o valoración del Acontecimiento C=Consecuencia Emocional y/o Conductual Es así como se explica que la expresión de la conducta, según la TREC, está en relación con la consecuencia de las creencias o valoraciones de la experiencia activadora. Si bien es cierto el diagrama es sencillo de entender, es factible especificarlo con un ejemplo como lo haría el mismo Ellis, puesto que su teoría era cien por ciento aplicable a la realidad (“Manual de Terapia Racional Emotiva”). Por ejemplo, un sujeto tiene un buen empleo y queda despedido. Este es el suceso. Lo que ocurre, (acontecimiento activador), lo que en el diagrama conocemos como A. en el punto C, como consecuencia, la persona se siente bastante deprimida y tiende a mantenerse en casa la mayor parte del tiempo además, evita salir a buscar otro empleo equivalente o, quizás mejor. Así como se aprecia la situación puede que el individuo llegó a la conclusión errónea: “Yo perdí este empleo tan bueno y la pérdida, me ha deprimido y me hizo evitar buscar otro nuevo”.

Efectivamente la teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual, afirma que esta conclusión no sigue necesariamente y presente lo que se llama un paso en falso. Puesto que lo que realmente ocurrió incluía A (la pérdida del empleo) y C la consecuencia de la pérdida o privación o frustración e incluso C no provenía automáticamente de A si no de B, tu creencia sobre A, que pudo haber sido la creencia de “me gustaba el empleo que tenía, y porque me gustaba, no quería perderlo, y porque no lo quería perder considero su pérdida como mala, desafortunada o perjudicial”, pero si la creencia en B fuera “¿qué importa si conservo este empleo o no?”, probablemente, Co la consecuencia emocional, consistiría en diferencia e inercia. Y qué pasaría si B tuviera esta forma “ciertamente me gustaría conservar el trabajo, pero si no lo consigo, ¡lo siento!, solamente lo considero desafortunado o indeseable, pero no el fin del mundo “, entonces tenderá a sentirse solamente disgustado, traite y pesaroso en C, después de experimentar la pérdida de su trabajo.

Esta teoría afirma que las experiencias activadoras (A) no hacen que tengamos consecuencias emocionales en (C), tales como los sentimientos de depresión, desesperación y pánico, llevando a las consecuencias conductuales como la inercia y la evasión. Más bien, es el hombre el factor principal que produce sus propias consecuencias, en (C), al creer firmemente ciertas cosas en B, tu sistema de creencias, innatamente predispuesto y aprendido o adquirido.

Así afirma la teoría central de la TREC (como observaba EPICTETO hace unos 2000 años) “las cosas que ocurren no son lo que perturban, si no la opinión que tiene de ellas”. O, en lenguaje TREC, “A no causa directamente C, si no B”. Ellis también

habla de las tres principales creencias irracionales: 1. "Tengo que ser extraordinariamente competente. O no valgo nada" 2. "Otros me tienen que tratar con consideración, o que son absolutamente podrida" 3. "El mundo siempre me da la felicidad, o voy a morir". Las cuales están instauradas dentro de nuestro esquema mental y que permite distorsionar nuestros pensamientos, creando las creencias irracionales y en donde el papel de los terapeutas, según el Dr. Ellis (1994), es intervenir directamente a través de estrategias, tareas y ejercicios para ayudar a los pacientes a que aprendan a aceptarse a sí mismos como son (auto aceptación incondicional), y luego volver a entrenar a sí mismo para evitar emociones destructivas, para establecer nuevas formas de ser y de comportarse, como él decía.

#### b) Pensamientos automáticos

Para Beck, (1967, 1976). El modelo de terapia cognitiva de Beck mantiene que los trastornos psicológicos provienen con frecuencia de maneras erróneas de pensar concretas y habituales, maneras que conforman las distorsiones cognitivas.

Las "distorsiones cognitivas" derivan a su vez de creencias personales o "significados personales" tácitos o inconscientes aprendidos a menudo en las experiencias de la vida infantil. Esos significados personales conforman un segundo sistema cognitivo de tipo emocional ajeno al sistema racional de pensamiento.

Cuando por distintos eventos vitales se activan esos significados personales que permanecían latentes o dormidos, irrumpen en la consciencia e interrumpen el pensamiento racional, a través de los "pensamientos automáticos" (contenidos de

pensamientos involuntarios, taquigráficos y rapidísimos). Esos pensamientos automáticos son ajenos al análisis racional y reflejan las distorsiones del pensamiento guiadas por los significados inconscientes.

En un concurrido teatro, una mujer se levanta de repente, da una bofetada al hombre que está junto a ella y rápidamente se va por el pasito hacía la salida. Cada una de las personas que han visto la escena reacciona a su manera, de forma idiosincrásica. Una mujer se sobresalta, un adolescente se encoleriza, un hombre maduro empieza a deprimirse, una asistente social siente una sensación agradable. ¿Por qué él mismo suceso provoca tan diferentes emociones en la audiencia? Podemos encontrar la respuesta examinando los pensamientos de cada observador.

La mujer asustada pensó: «En casa siempre la debe de estar molestando y no ha podido aguantar más», imaginando los detalles de una paliza brutal y recordando las veces que la han maltratado. El adolescente colérico pensó: «Él sólo quería un beso y ella lo ha humillado. Pobre tío, realmente es una perra». El hombre maduro reaccionó que reaccionó con tristeza pensó: «Ahora la ha perdido y nunca más volverá a verla», mientras veía la cara de su esposa llena de cólera. La asistente social sintió un placer agradable porque pensó: «Se lo ha ganado. ¡Qué mujer más fuerte! Quisiera que algunas de las mujeres tímidas que conozco hubieran visto esto». En cada caso, la emoción del observador fue una consecuencia de sus pensamientos. El suceso fue interpretado, juzgado y etiquetado de tal forma que fue inevitable una respuesta emocional particular. Todas las personas están constantemente describiéndose el mundo a sí mismas, dando a cada suceso o experiencia una etiqueta. Hacen interpretaciones de lo que ven y oyen, juzgan los sucesos como buenos o malos,

temibles o agradables, redicen si pueden ocasionarles algún peligro o una seguridad relativa.

Estas etiquetas o juicios se forman a lo largo de un interminable diálogo de cada persona consigo misma, y colorean toda la experiencia con interpretaciones privadas. El diálogo ha sido comparado con una cascada de pensamiento que fluye de la mente sin interrupción. Raramente nos damos cuenta de ellos, pero son lo Suficientemente poderosos como para crear las emociones más intensas. El diálogo interno ha sido denominado «auto charla» por el terapeuta racional emotivo Albert Ellis, y «pensamientos automáticos» por el teórico cognitivo Aarón Beck. Beck prefiere el término pensamientos automáticos «porque describe más adecuadamente la forma en que se experimentan los pensamientos como si fueran un reflejo, sin reflexión o razonamiento previo; y se graban como plausibles y válidos». La mayoría de la gente charla con los demás de forma muy diferente de como lo hace cuando habla consigo misma. A los demás, normalmente se describen los sucesos de la vida como una secuencia racional de causa y efecto. Pero, al mismo tiempo, las personas pueden hablar consigo mismas con desprecio. Un ejecutivo explicaba en voz alta: «Poco después de perder mi trabajo, me fui sintiendo cada vez más deprimido». Nadie pudo escuchar los pensamientos que le desencadenó el desempleo: «Nunca seré capaz de mantener a mi familia... Nadie me contratará... Soy un fracasado... No soy capaz de hacer esto...». No importa cuáles fueran estas sobre generalizaciones irreales, el ejecutivo creía en aquel momento (o que se estaba diciendo a sí mismo. Según Beck, (1967, 1976).

Los pensamientos automáticos tienen normalmente las siguientes características:

1. Son mensajes específicos, discretos. Un joven que temía ser rechazado se decía a sí mismo: «Ella no te quiere. Te encuentra tonto». Una mujer que temía la muerte, únicamente se repetía la palabra «ataúd». Un agente de bolsa se decía a sí mismo «déjalo», para generarse de-presión respecto a una pérdida financiera.

2. A menudo los pensamientos automáticos parecen taquigrafiados, compuestos por unas pocas y esenciales palabras o una imagen visual breve. Una mujer que temía las alturas se imaginó durante medio segundo que el suelo se inclinaba y sintió como si cayera por la ventana. Esta imaginación momentánea disparó una crisis de ansiedad como si hubiera subido a una altura de tres pisos. El taquigrafiado está ex-presado a menudo con estilo telegráfico: "solo... enfermo... no puedo resistirte... cáncer... malo". Una palabra o una frase corta funcionan como un encabezamiento de un grupo de recuerdos temidos, temores o auto reproches. A veces el pensamiento automático es una breve reconstrucción de un suceso pasado. Una mujer deprimida retenía en la memoria la escalera de unos grandes almacenes en donde su marido le anunció por primera vez su intención de dejarla. La imagen de la escalera estaba muy ligada a todos los sentimientos asociados con aquella pérdida.

3. Los pensamientos automáticos, no importa lo irracionales que sean, casi siempre son creídos. Un hombre que reaccionó con rabia por la muerte de su mejor amigo fue capaz de pensar por algún tiempo que la muerte le había llegado deliberadamente para castigarle a él. Estos pensamientos tenían la misma credibilidad que si fueran impresiones directas de los sentidos. Se adscribe el mismo valor de verdad a los pensamientos automáticos que a las percepciones sensoriales del mundo externo. Si alguien ve a un hombre entrando en un Porsche y piensa «es rico, no ha de cuidar de

nadie excepto de sí mismo, el juicio es tan real para él como su impresión visual del hombre subiendo al coche. Los pensamientos automáticos son creíbles porque casi no se notan, por lo que no son cuestionados. Simplemente no permiten ser probados, ni sus implicaciones y conclusiones son sometidas a un análisis lógico.

4. Los pensamientos automáticos se viven como espontáneos. Entran de golpe en la mente; engañosos, a veces determinan estereotipos o juicios que parecen verdaderos.

5. A menudo los pensamientos automáticos se expresan en términos de «habría de, tendría que, o debería». Una viuda tuvo el siguiente pensamiento: «Deberías salir sola; no puedes agobiar a tus amigos». Cada vez que el pensamiento se infiltraba en su cabeza se desesperaba. La gente se tortura a sí misma con obligaciones tales como «debería ser feliz... debería ser más enérgico, creativo, responsable, cariñoso, generoso». Cada «debería» precipita un sentimiento de culpabilidad o pérdida de autoestima.

6. Los pensamientos automáticos tienden a «dramatizar». Estos pensamientos predicen catástrofes, ven peligros en todas partes y siempre suponen lo peor. Un dolor de estómago es síntoma de cáncer, una mirada distraída en la cara del amante es la primera señal de abandono. Las dramatizaciones constituyen la mayor fuente de ansiedad.

7. Los pensamientos automáticos son relativamente idiosincrásicos. En el ejemplo inicial, en el que una mujer daba una bofetada a su compañero y salía del teatro, cada uno tuvo una respuesta diferente. Cada respuesta se basaba en una única forma de ver la situación estímulo, y causaba una emoción diferente e intensa.

8. Los pensamientos automáticos son difíciles de desviar. Puesto que son reflexivos y creíbles, los pensamientos automáticos se entretajan inadvertidamente a



través del flujo del diálogo interno. Parecen ir y venir con voluntad propia. También tienden a actuar como señales de otro pensamiento. Todos hemos tenido la experiencia de un pensamiento deprimente que dispara una larga cadena de pensamientos deprimentes asociados.

9. Los pensamientos automáticos son aprendidos. Desde la infancia la gente ha ido expresando aquello que piensa. Todas las personas han sido condicionadas por la familia, los amigos, y los medios de información para interpretar los sucesos de cierta forma. Epíteto: “No son las cosas las que atormentan a los hombres, sino las opiniones que se tienen de ellas”. Ellis partía de la hipótesis de que, “... no son los acontecimientos los que generan los estados emocionales, sino la manera de interpretarlos. Si somos capaces de cambiar nuestros esquemas mentales seremos capaces de generar nuevos estados emocionales menos dolorosos y más acordes con la realidad, por tanto, más racionales y realistas.”

#### 2.2.2.3. Dimensiones

Según Ellis (1962) desarrolló su modelo de Terapia Racional Emotiva en el que postuló la existencia de una serie de creencias «irracionales» en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos emocionales. Estas creencias son:

- Necesidad de Afecto: Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de los semejantes, familia y amigos.
- Afán de Perfeccionismo: Debo ser indefectiblemente competente, y casi perfecto en todo lo que emprendo.

- Fantasía de maldad: Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deberían ser castigadas.
- Idea de catástrofe: Es horrible el hecho de que las cosas no vayan por el Camino que uno quisiera que fueran.
- Determinismo de los hechos: Los acontecimientos humanos son las causas de la mayoría de la desgracia de la humanidad, la gente simplemente reacciona según como los acontecimientos inciden sobre sus emociones.
- Miedo a lo desconocido: Se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.
- Evitación de problemas: Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente.
- Deseo de protección: Se necesita contar con alguien más grande y fuerte que uno mismo.
- Determinismo del pasado: El pasado tiene una gran influencia en la determinación del presente.
- Ocio indefinido: La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.

#### 2.2.2.4. La adolescencia y las creencias irracionales

Definimos como adolescente a toda persona que atraviesa por un periodo de transición en el que pasa física y psicológicamente de la condición de niño a la de adulto. En líneas generales, esta etapa se inicia con los cambios que llevan a la madurez

sexual y se extiende hasta la independización legal de la autoridad de los adultos (Hurlock, 1994).

Se aprecia que no hay concordancia entre los autores sobre las edades específicas que conforman la adolescencia, a pesar de que la Organización Mundial de la Salud (OMS) define como adolescente a toda persona comprendida entre los 10 y 19 años de edad (OMS, 2007); en cualquier caso, se da cierto consenso en que abarca cerca de una década, desde los 11 ó 12 años hasta los 18 ó 20. Tal vez las discrepancias indicadas ponen de relieve que la adolescencia es una construcción social, ya que a diferencia de la niñez y de la vejez, su significado e inclusive su existencia depende de la manera en que lo define la cultura. En sociedades rurales y no occidentales su vigencia es mucho más limitada y estrecha, comparada con los usos y patrones prevalecientes en las culturas modernas occidentales. Nuestro comportamiento se rige por las creencias y los mapas mentales que generamos y desarrollamos en nuestra mente. Si bien estos mapas nos ayudan a dar sentido a todo lo que percibimos, existen las denominadas creencias “racionales” -fundamentadas en la lógica y que generan sentimientos positivos- y las creencias “irracionales” -basadas en lo ilógico y que generan malestar en las personas- que son las verdaderamente peligrosas.

Durante la adolescencia se producen cambios neurofisiológicos y biográficos que influyen en la evolución de la actividad mental y ésta, a su vez, en el resto de funciones y comportamientos de nueva adquisición. Pese a la heterogeneidad de este período, diversos autores destacados en el ámbito de la Psicología evolutiva han extraído características comunes a los individuos de estas edades. Desde teorías organicistas

clásicas, Inhelder y Piaget (1955) proponen un nuevo estadio de desarrollo cognitivo, el pensamiento formal, que aparecería entre los 11 y 12 años, para consolidarse posteriormente. El adolescente comienza a manejar un pensamiento más abstracto que le permite seguir una secuencia de razonamiento hipotético-deductiva. Aunque con un desarrollo incompleto aún a nivel meta cognitivo, la capacidad de concebir lo posible empuja al adolescente hacia el reto de construir una identidad de sí mismo coherente, remarcada desde posiciones psicoanalíticas (Erikson, 1968).

El ambiente cultural y familiar proporciona los contenidos cognitivos que todo niño y, posteriormente adolescente, asume como creencias propias, filosofías de vida, esquemas cognitivos, etc. Desde un ámbito más clínico de la Psicología se ha abordado el pensamiento como causante de la conducta y la afectividad. Esto es así concretamente en las terapias racionales y de reestructuración cognitiva, la pionera de las cuales fue la Terapia Racional Emotiva fundada por Ellis a comienzos de los setenta. Ellis adopta el llamado “esquema A-B-C” a través del cual explica que las consecuencias emocionales y conductuales, C, no son provocadas directamente por los acontecimientos activadores, A, sino por las creencias de la persona acerca de A, es decir, B.

### **2.3. Definición de términos básicos.**

1. El clima social familiar: Moos, (citado por Calderón y De la Torre, 2006), define el clima social familiar como “aquella situación social en la familia que define tres dimensiones fundamentales y cada una constituida por elementos que lo componen como: Cohesión, expresividad, conflicto, autonomía, intelectual- cultural, social recreativo, moralidad-religiosidad, control y organización”.

2. Relaciones: Moos y Trickett, (citado por Calderón y De la Torre, 2006) Mide el grado de comunicación y libre expresión dentro de la Familia y grado de interacción conflictiva que la caracteriza.
3. Desarrollo: Moos y Trickett, (citado por Calderón y De la Torre, 2006) Evalúa la importancia que tienen dentro de la familia ciertos Procesos de desarrollo personal, que pueden ser fomentados o no, por la vida en común.
4. Estabilidad: Moos y Trickett, (citado por Calderón y De la Torre, 2006) Proporciona información sobre la estructura y organización de la Familia y sobre el grado de control que normalmente ejercen unos miembros de La familia sobre otros.
5. Las creencias irracionales, “son aquellas que debido a su irracionalidad nos impiden un análisis objetivo generando consecuencias contraproducentes y autodestructivas”. (Ellis 1987, 1990 y Grieger 1990)
6. Necesidad de Afecto: Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de los semejantes, familia y amigos. (Ellis.1962)
7. Afán de Perfeccionismo: Debo ser indefectiblemente competente, y casi perfecto en todo lo que emprendo. (Ellis.1962)
8. Fantasía de maldad: Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deberían ser castigadas. (Ellis.1962)
9. Idea de catástrofe: Es horrible el hecho de que las cosas no vayan por el camino que uno quisiera que fueran. (Ellis.1962)
10. Determinismo de los hechos: Los acontecimientos humanos son las causas de la mayoría de la desgracia de la humanidad, la gente simplemente reacciona según como los acontecimientos inciden sobre sus emociones. (Ellis.1962)

11. Miedo a lo desconocido: Se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa. (Ellis.1962)
12. Evitación de problemas: Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente. (Ellis.1962)
13. Deseo de protección: Se necesita contar con alguien más grande y fuerte que uno mismo. (Ellis.1962)
14. Determinismo del pasado: El pasado tiene una gran influencia en la determinación del presente. (Ellis.1962)
15. Ocio indefinido: La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido. (Ellis.1962)

## **CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES DE INVESTIGACION**

### **3.1. Formulación de hipótesis**

#### 3.1.1. Hipótesis general

El clima social familiar influye significativamente en el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

#### 3.1.2. Hipótesis secundarias

Existe relación significativa entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

Existe relación significativa entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

Existe relación significativa entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

## **3.2. Variables y operacionalización**

### 3.2.1. Variables

Variable 1: Clima social familiar

Dimensiones:

- ✓ Relaciones
- ✓ Desarrollo
- ✓ Estabilidad

Variable 2: Pensamiento irracional

Dimensiones:

- ✓ Necesidad de Afecto
- ✓ Afán de Perfeccionismo
- ✓ Fantasía de maldad
- ✓ Idea de catástrofe
- ✓ Determinismo de los hechos
- ✓ Miedo a lo desconocido
- ✓ Evitación de problemas
- ✓ Deseo de protección
- ✓ Determinismo del pasado
- ✓ Ocio indefinido



3.2.2. Operacionalización de variables.

| Variable              | Definición conceptual  | Definición operacional  | Dimensiones | Indicadores | Escala de medición |
|-----------------------|--|---|-------------|-------------|--------------------|
| CLIMA SOCIAL FAMILIAR | Moos, (citado por Calderón y De la Torre, 2006), define el clima social familiar como “aquella situación social en la familia que define tres dimensiones fundamentales y cada una constituida por elementos que lo componen como: Cohesión, expresividad, conflicto, autonomía, intelectual-cultural, social recreativo, moralidad-religiosidad, control y organización”. | Se da a través del instrumento de la Escala de clima social familiar FES de Moss y Trickett a partir de la puntuación | Relaciones  | Relaciones  | Ordinal            |
|                       |  |   | Desarrollo  | Desarrollo  |                    |
|                       |  | Estabilidad   | Estabilidad |             |                    |

|                        |  |   |                            |                            |         |
|------------------------|--|---|----------------------------|----------------------------|---------|
| CREENCIAS IRRACIONALES | Las creencias irracionales, “son aquellas que debido a su irracionalidad nos impiden un análisis objetivo generando consecuencias contraproducentes y autodestructivas”. (Ellis. 1987, 1990 y Grieger. 1990) | Se da a través del instrumento del inventario de creencias irracionales de Ellis a partir de la puntuación de 10 categorías o ideas irracionales principales. | Necesidad de Afecto        | Necesidad de Afecto        | Ordinal |
|                        |  |   | Afán de Perfeccionismo     | Afán de Perfeccionismo     |         |
|                        |  |   | Fantasía de maldad         | Fantasía de maldad         |         |
|                        |  |   | Idea de catástrofe         | Idea de catástrofe         |         |
|                        |  |   | Determinismo de los hechos | Determinismo de los hechos |         |
|                        |  |   | Miedo a lo desconocido     | Miedo a lo desconocido     |         |
|                        |  |   | Evitación de problemas     | Evitación de problemas     |         |
|                        |  |   | Deseo de protección        | Deseo de protección        |         |
|                        |  |   | Determinismo del pasado    | Determinismo del pasado    |         |
|                        |  |   | Ocio indefinido            | Ocio indefinido            |         |

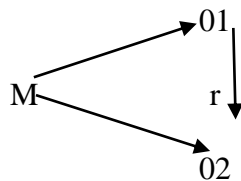
## CAPITULO IV: METODOLOGÍA.

### 4.1. Diseño metodológico.

La investigación se enmarcó dentro del diseño no experimental de tipo descriptiva correlacional. La presente investigación se enmarca dentro de la investigación no experimental; según Hernández S. Roberto y Baptista, (2010). Dicen que “La investigación no experimental es investigación sistemática y empírica en la que las variables independientes no se manipulan porque ya han sucedido.

La presente investigación es de tipo descriptiva, correlacional - transversal. Descriptiva; porque busca especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se somete a un análisis. Es decir, únicamente pretende medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, su objetivo no es indicar cómo se relacionan estas, correlacional; ya que busca caracterizar las propiedades y características importantes del fenómeno de estudio y los correlacionales asocian variables mediante un patrón predecible en una muestra o población y transversal, ya que la información se recoge tal y como está en el medio. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, pp.80-81).

El esquema es el siguiente:



Leyenda:

- M = Alumnos de secundaria
- O1 = Clima social familiar
- O2 = Pensamiento irracional
- R = Relación.

## 4.2. Diseño Muestral.

### 4.2.1. Población:

La población de la investigación “es el conjunto de todos los casos que concuerden con una serie de especificaciones, o en sí, la serie de unidades o fuentes de datos que conforman un todo” (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). La población estará conformada por los 599 estudiantes de 1ero a 5to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

Cuadro N°01: Distribución de la población

| Grado        | N <sup>a</sup> |
|--------------|----------------|
| 1ero         | 181            |
| 2do          | 135            |
| 3ero         | 115            |
| 4to          | 92             |
| 5to          | 76             |
| <b>Total</b> | <b>599</b>     |

Fuente: Registro de matricula

#### 4.2.2. Muestra:

Es una colección de individuos extraídos de la población a partir de algún procedimiento específico para su estudio o medición directa. Una muestra es una fracción o segmento de una totalidad que constituye la población. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Para la selección de la muestra se utilizará el muestreo no probabilístico intencionado, dado que se trabajará con los 207 estudiantes de los siguientes grados:

Cuadro N°01: Distribución de la muestra

| Grado | N <sup>a</sup> |
|-------|----------------|
| 3ero  | 115            |
| 4to   | 92             |
| Total | 207            |

Fuente: Registro de matrícula

#### 4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confidencialidad.

Para la presente investigación se utilizará como técnica la “Encuesta”, constituye un escrito que el investigador formula a un grupo de personas para estudiar constructos como percepciones, creencias, preferencias, actitudes, etc. (Bernal, 2000, p.222).

#### **4.3.1. Instrumentos:**

El instrumento a utilizar es la Escala de Clima Social Familiar (FES) de Moos y Trickett (1984), estandarización para Lima: César Ruíz Alva y Eva Guerra Turín; consta de 90 preguntas que tiene una escala dicotómica de verdadero y falso, incluye tres sub escalas, para evaluar las dimensiones relaciones, desarrollo y estabilidad.

El instrumento a utilizar es el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis (2008); consta de 100 preguntas que tiene una escala dicotómica en acuerdo y desacuerdo; incluye 10 categorías o ideas irracionales principales, para evaluar las dimensiones Necesidad de Afecto, Afán de Perfeccionismo, Fantasía de maldad, Idea de catástrofe, Determinismo de los hechos, Miedo a lo desconocido, Evitación de problemas, Deseo de protección, Determinismo del pasado, Ocio indefinido.

#### **4.4. Técnicas del procesamiento de la información**

Para efectos del análisis estadístico, y teniendo que comprobar las hipótesis planteadas en la presente investigación teniendo en cuenta que son puntajes ordinales se aplicara un análisis de correlación de Spearman la cual nos conllevará a demostrar las hipótesis empleadas. Todo ello se realizará con el programa IBM SSPSS versión 21 y como medio auxiliar el programa Excel 2012.

#### **4.5. Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis de la información.**

Para efectos del análisis estadístico, y teniendo que comprobar las hipótesis planteadas en la presente investigación teniendo en cuenta que son puntajes ordinales se aplicó un

análisis de correlación de Pearson el cual nos conlleva a demostrar las hipótesis empleadas y a través de la regresión lineal se evaluará el grado de influencia. Todo ello se realizará con el programa IBM SSPSS versión 21 y como medio auxiliar el programa Excel 2012.

#### **4.6. Aspectos éticos.**

En primer lugar, dentro de los aspectos éticos se considera importante respetar la confidencialidad de los nombres de los estudiantes. Así mismo, consideramos necesario elaborar un consentimiento informado para los padres de familia de los menores, asimismo se solicitará el permiso a la Institución Educativa para llevar a cabo la investigación.

## CAPITULO V: RESULTADOS

### 5.1. Análisis descriptivos

Tabla 01 Nivel de clima social familiar de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017

| Dimensiones | Alto |      | Promedio |      | Bajo |      | Total |       |
|-------------|------|------|----------|------|------|------|-------|-------|
|             | N°   | %    | N°       | %    | N°   | %    | N°    | %     |
| Relaciones  | 25   | 12.1 | 55       | 26.6 | 127  | 61.4 | 207   | 100.0 |
| Desarrollo  | 33   | 15.9 | 64       | 30.9 | 110  | 53.1 | 207   | 100.0 |
| Estabilidad | 20   | 9.7  | 50       | 24.2 | 137  | 66.2 | 207   | 100.0 |
| CSF         | 26   | 12.6 | 56       | 27.2 | 125  | 60.2 | 207   | 100.0 |

Fuente: Instrumento clima social familiar aplicado a los estudiantes

Según los resultados encontrados se pueden evidenciar que el 60.2% de los estudiantes evaluados tienen una percepción de su clima social familiar bajo; respecto a sus dimensiones nos podemos dar cuenta que la dimensión relaciones (61.4%), desarrollo (53.1%) y estabilidad (66.2%) fueron consideradas en un nivel bajo.



Tabla 02 Predominancia de las creencias irracionales de los estudiantes de 3<sup>ero</sup> y 4<sup>to</sup> de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017

| DIMENSIONES                    | ALTO |      | PROMEDIO |      | BAJO |      | TOTAL |       |
|--------------------------------|------|------|----------|------|------|------|-------|-------|
|                                | N°   | %    | N°       | %    | N°   | %    | N°    | %     |
| C1: Necesidad de Afecto        | 112  | 54.1 | 70       | 33.8 | 25   | 12.1 | 207   | 100.0 |
| C2: Afán de Perfeccionismo     | 98   | 47.3 | 64       | 30.9 | 45   | 21.7 | 207   | 100.0 |
| C3: Fantasía de maldad         | 44   | 21.3 | 92       | 44.4 | 71   | 34.3 | 207   | 100.0 |
| C4: Idea de catástrofe         | 134  | 64.7 | 48       | 23.2 | 25   | 12.1 | 207   | 100.0 |
| C5: Determinismo de los hechos | 66   | 31.9 | 115      | 55.6 | 26   | 12.6 | 207   | 100.0 |
| C6: Miedo a lo desconocido     | 144  | 69.6 | 44       | 21.3 | 19   | 9.2  | 207   | 100.0 |
| C7: Evitación de problemas     | 99   | 47.8 | 77       | 37.2 | 31   | 15.0 | 207   | 100.0 |
| C8: Deseo de protección        | 125  | 60.4 | 66       | 31.9 | 16   | 7.7  | 207   | 100.0 |
| C9: Determinismo del pasado    | 35   | 16.9 | 167      | 80.7 | 5    | 2.4  | 207   | 100.0 |
| C10: Ocio indefinido           | 36   | 17.4 | 155      | 74.9 | 16   | 7.7  | 207   | 100.0 |

Fuente: Instrumento de creencias irracionales aplicados a los estudiantes

En la tabla 2 se puede observar que los estudiantes de 3<sup>ero</sup> y 4<sup>to</sup> de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla presentan mayor predominancia con la idea irracional en las categorías: C1 (54.1%), C2 (47.3%), C4 (64.7%), C6 (69.9%), C7 (47.8%) y C8 (60.4%); por el contrario en las categorías C3 (44.4%), C5 (55.6%), C9 (80.7%) y C10 (74.9%) muestran un nivel promedio; es decir regular acuerdo con la creencia irracional evaluadas.

## 5.2. Análisis inferencial

Tabla 03 Relación entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

| DIMENSIONES                    | Dimensión relaciones |                           |     |
|--------------------------------|----------------------|---------------------------|-----|
|                                | Correlación Pearson  | Significancia (Bilateral) | N°  |
| C1: Necesidad de Afecto        | -.450**              | .003                      | 207 |
| C2: Afán de Perfeccionismo     | -. 550**             | .002                      | 207 |
| C3: Fantasía de maldad         | .189                 | .154                      | 207 |
| C4: Idea de catástrofe         | -.660**              | .001                      | 207 |
| C5: Determinismo de los hechos | .120                 | .140                      | 207 |
| C6: Miedo a lo desconocido     | -.782**              | .00                       | 207 |
| C7: Evitación de problemas     | -.880**              | .001                      | 207 |
| C8: Deseo de protección        | -.560**              | .003                      | 207 |
| C9: Determinismo del pasado    | .160                 | .450                      | 207 |
| C10: Ocio indefinido           | .156                 | .345                      | 207 |

Fuente: Instrumento clima social familiar e ideas irracionales aplicados a los estudiantes

En la tabla 3 se puede evidenciar que si existe relación significativa inversa ( $p < .01$ ) entre la dimensión Relaciones del clima social familiar y las creencias irracionales de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla en las categorías: C1, C2, C4, C6, C7 y C8; esto nos demuestra que a bajos niveles de relaciones familiares, mayor será la presencia de las ideas irracionales: Necesidad de Afecto, Afán de Perfeccionismo, Idea de catástrofe, Miedo a lo desconocido, : Evitación de problemas y Deseo de protección; por el contrario no se encontró relación significativa ( $p > .005$ ) entre la dimensión Relaciones y las creencias irracionales en sus categorías: C3, C5, C9 y C10.

Tabla 04 Relación entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

| DIMENSIONES                    | Dimensión desarrollo |                           |     |
|--------------------------------|----------------------|---------------------------|-----|
|                                | Correlación Pearson  | Significancia (Bilateral) | N°  |
| C1: Necesidad de Afecto        | .125                 | .329                      | 207 |
| C2: Afán de Perfeccionismo     | -. 557**             | .002                      | 207 |
| C3: Fantasía de maldad         | -.879**              | .000                      | 207 |
| C4: Idea de catástrofe         | -.790**              | .000                      | 207 |
| C5: Determinismo de los hechos | .101                 | .620                      | 207 |
| C6: Miedo a lo desconocido     | .182                 | .164                      | 207 |
| C7: Evitación de problemas     | -.657**              | .000                      | 207 |
| C8: Deseo de protección        | .094                 | .481                      | 207 |
| C9: Determinismo del pasado    | -.543**              | .002                      | 207 |
| C10: Ocio indefinido           | -.903**              | .000                      | 207 |

Fuente: Instrumento clima social familiar e ideas irracionales aplicados a los estudiantes

En la tabla 4 se puede evidenciar que si existe relación significativa inversa ( $p < .01$ ) entre la dimensión Desarrollo del clima social familiar y las creencias irracionales de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla en las categorías: C2, C3, C4, C7, C9 y C10; esto nos demuestra que a bajos niveles de desarrollo familiar, mayor será la presencia de las ideas irracionales: Afán de Perfeccionismo, fantasía de maldad, Idea de catástrofe, Evitación de problemas, Determinación del pasado y Ocio indefinido; por el contrario no se encontró relación

significativa ( $p > .005$ ) entre la dimensión desarrollo y las creencias irracionales en sus categorías: C1, C5, C6 y C8.

Tabla 05 Relación entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla, 2017.

| DIMENSIONES                    | Dimensión estabilidad  |                              | N°  |
|--------------------------------|------------------------|------------------------------|-----|
|                                | Correlación<br>Pearson | Significancia<br>(Bilateral) |     |
| C1: Necesidad de Afecto        | -.515**                | .000                         | 207 |
| C2: Afán de Perfeccionismo     | .289                   | .628                         | 207 |
| C3: Fantasía de maldad         | .020                   | .883                         | 207 |
| C4: Idea de catástrofe         | -.671**                | .000                         | 207 |
| C5: Determinismo de los hechos | -.770**                | .001                         | 207 |
| C6: Miedo a lo desconocido     | -.880**                | .000                         | 207 |
| C7: Evitación de problemas     | .057                   | .133                         | 207 |
| C8: Deseo de protección        | -.510**                | .000                         | 207 |
| C9: Determinismo del pasado    | -.645**                | .000                         | 207 |
| C10: Ocio indefinido           | .103                   | .330                         | 207 |

Fuente: Instrumento clima social familiar e ideas irracionales aplicados a los estudiantes

En la tabla 5 se puede evidenciar que si existe relación significativa inversa ( $p < .01$ ) entre la dimensión estabilidad del clima social familiar y las creencias irracionales de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria de la Institución Educativa Mariscal Ramón Castilla – Castilla en las categorías: C1, C4, C5, C6, C8 y C9; esto nos demuestra que a bajos niveles de estabilidad familiar, mayor será la presencia de las ideas irracionales: Necesidad de afecto, Idea de catástrofe, Determinación del pasado, miedo a los desconocido, deseo de protección y determinación del pasado; por el contrario no se encontró relación significativa ( $p > .005$ ) entre la dimensión estabilidad y las creencias irracionales en sus categorías: C2, C3, C7 y C10.

### 5.3. Comprobación de hipótesis

Según los resultados de la estadística inferencial aplicada se comprobaron las siguientes hipótesis.

-Se comprueba la hipótesis que dice: Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y las creencias irracionales en las categorías C1, C2, C4, C6, C7 y C8 ( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C3, C5, C9 y C10 ( $p > .005$ ).

-Se comprueba la hipótesis que dice: Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y las creencias irracionales en las categorías C2, C3, C4, C7, C9 y C10 ( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C1, C5, C6 y C8. ( $p > .005$ ).

-Se comprueba la hipótesis que dice: Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y las creencias irracionales en las categorías C1, C4, C5, C6, C8 y C9 ( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C2, C3, C7 y C10. ( $p > .005$ ).

## 5.4. Discusión y Conclusiones

### 5.4.1 Discusión

La investigación ha llevado a plantearse algunos objetivos que han permitido conocer la relación entre el clima social familiar y los pensamientos irracionales a través de una aplicación de una encuesta a los estudiantes para el clima social familiar y una encuesta para conocer la prevalencia de las creencias irracionales, ahora analizaremos los resultados que se han encontrado en la investigación:

Respecto al primer objetivo: Relación entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y el pensamiento irracional de los estudiantes; los resultados dan cuenta que en las categorías: C1, C2, C4, C6, C7 y C8; esto nos demuestra que a bajos niveles de relaciones familiares, mayor será la presencia de las ideas irracionales: necesidad de apoyo, afán de perfeccionismo, idea de catástrofe, miedo a lo desconocido, evitación de problemas y deseo de protección; estos resultados son corroborados por los datos de correlación donde se evidencia que existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y las creencias irracionales en las categorías C1, C2, C4, C6, C7 y C8 ( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C3, C5, C9 y C10 ( $p > .005$ ). Esto pone en evidencia que las relaciones familiares en sus áreas de cohesión, expresividad, y conflicto se hallan **afectadas por lo que está concibiendo pensamientos irracionales en los estudiantes. Ellis (1987, 1990) y Grieger (1990) ponen de manifiesto que la forma de pensar, de emocionarnos o de comportarnos irracionalmente tiene una base de características biológicas. Resultados distintos se evidencio en el trabajo de Carbonero, Martín, Feijó (2012)** que tiene como objetivo describir las creencias

irracionalidad con ciertas conductas de consumo en adolescentes. En los resultados se determinó el Antropocentrismo correlaciona significativamente con la Evitación de Problemas ( $r=.225$ ,  $p=.002$ ) y, en menor medida aunque también de manera significativa-, con la Necesidad de Aceptación y Éxito ( $r=.143$ ,  $p=.048$ ) y la Irracionalidad total ( $r=.160$ ,  $p=.042$ ).

En cuanto al segundo objetivo: Relación entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria; nos muestra que en las categorías: C2, C3, C4, C7, C9 y C10; esto nos demuestra que a bajos niveles de desarrollo familiar, mayor será la presencia de las ideas irracionales: Afán de Perfeccionismo, fantasía de maldad, Idea de catástrofe, Evitación de problemas, Determinación del pasado y Ocio indefinido; estos resultados son corroborados por los datos de correlación donde se comprueba que existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y las creencias irracionales en las categorías C2, C3, C4, C7, C9 y C10 ( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C1, C5, C6 y C8. ( $p > .005$ ). Esto pone en evidencia que el desarrollo familiar en sus áreas de autonomía, área de actuación, área intelectual- cultural, área social-recreativa, área de moralidad- religiosidad se hallan afectadas por lo que está concibiendo pensamientos irracionales en los estudiantes. Jervis (2004), **“indica que las creencias irracionales actúan como una especie de filtro por el cual se organiza y se da sentido a lo que sucede en el entorno”**. Estas creencias son núcleos de vulnerabilidad personal que pueden predisponer a la persona a la depresión, la ansiedad, la baja tolerancia o dificultades en la relación con los demás. Resultados similares se encontró en el

**estudio de Rivas (2016) que busca determinar la relación entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel Secundario de la I.E Enrique López Albújar – Urb. Piura – del Distrito 26 de Octubre - Piura 2015.** Se deduce que ambas variables puestas a prueba son dependientes. Asimismo, se concluye que los resultados indican la existencia de una correlación significativa entre el Clima Social Familiar y Creencias Irracionales. Se puede evidenciar que el alumnado en estudio presenta un elevado porcentaje en la categoría indicador de trastorno emocional con 95%, en la tercera creencia irracional “Ciertos actos no sólo son malos, sino que son condenables o viles, y la gente que lo realiza debería ser avergonzada y castigada” seguido de un 93% en la creencia irracional “La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos.” Y por último con un 92% la creencia irracional “Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles.” lo cual quiere decir que se presentan evidencias a establecer la existencia de la creencia irracional.

Con respecto al tercer objetivo: Relación entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y el pensamiento irracional de los estudiantes de 3 ero y 4to de secundaria; los resultados dan cuenta que las categorías: C1, C4, C5, C6, C8 y C9; esto nos demuestra que a bajos niveles de estabilidad familiar, mayor será la presencia de las ideas irracionales: Necesidad de afecto, Idea de catástrofe, Determinación del pasado, miedo a los desconocido, deseo de protección y determinación del pasado; estos resultados son corroborados por los datos de correlación donde se establece que existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y las creencias irracionales en las categorías C1, C4, C5, C6, C8 y C9



( $p < .01$ ); no encontrándose correlación con las categorías C2, C3, C7 y C10. ( $p > .005$ ). Esto pone en evidencia que la estabilidad familiar en su área de organización y el área de control se hallan afectadas por lo que está concibiendo pensamientos irracionales en los estudiantes. Garrido (1996) refiere que las Creencias consisten en un gran número de afirmaciones mentales y variables (como "pienso que...") las cuales reflejan el conocimiento y evaluación particular de una persona en relación con alguna cosa (otra persona, un producto, una señal, etc.). Resultados similares se halló en el estudio de Gutiérrez (2014) que tuvo como objetivo determinar la relación entre Clima Social Familiar y Las Creencias Irracionales en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de los ciclos I y II de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Piura 2014. Se concluye que los resultados indican la existencia de una correlación significativa entre las dimensiones del Clima Social Familiar y creencias irracionales, además se puede observar que los estudiantes de psicología presentan mayor conformidad con la idea irracional en las categorías: C1 (77.6%), C3 (77.6%), C4 (82.8%), C6 (75.9%), C7 (74.1%) y C9 (70.7%); por el contrario en las categorías C2 (66.5%), C5 (69%), C8 (70.7%) y C10 (82.7%) muestran una baja conformidad; es decir bajo acuerdo con la creencia irracional evaluada. Por consiguiente se deduce que ambas variables puestas a prueba son dependientes.

#### 5.4.2 Conclusiones

1. Se evidencia que el 60.2% de los estudiantes evaluados tienen una percepción de su clima social familiar bajo, igualmente en sus dimensiones relaciones, desarrollo y estabilidad. Tabla N1
2. Se muestra que la mayor predominancia con la idea irracional son las categorías: C1 (54.1%), C2 (47.3%), C4 (64.7%), C6 (69.9%), C7 (47.8%) y C8 (60.4%); por el contrario en las categorías C3 (44.4%), C5 (55.6%), C9 (80.7%) y C10 (74.9%) muestran un nivel promedio. Tabla N2
3. Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión relaciones y las creencias irracionales en las categorías C1, C2, C4, C6, C7 y C8 (necesidad de apoyo, afán de perfeccionismo, idea de catástrofe, miedo a lo desconocido, evitación de problemas y deseo de protección) ( $p < .01$ ). Tabla N3
4. Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión desarrollo y las creencias irracionales en las categorías C2, C3, C4, C7, C9 y C10 ( $p < .01$ ) (Afán de Perfeccionismo, fantasía de maldad, Idea de catástrofe, Evitación de problemas, Determinación del pasado y Ocio indefinido). Tabla N4
5. Existe relación significativa inversa entre el clima social familiar en su dimensión estabilidad y las creencias irracionales en las categorías C1, C4, C5,

C6, C8 y C9 ( $p < .01$ ) (Necesidad de afecto, Idea de catástrofe, Determinación del pasado, miedo a lo desconocido, deseo de protección y determinación del pasado). Tabla N5

#### **5.4.3 Recomendaciones**

- Al director de la Institución Educativa, coordinar con el departamento de Psicología para elaborar y ejecutar programas de “Escuela para Padres”, que brinde estrategias para mejorar las relaciones familiares en las áreas de cohesión, expresividad y conflicto con el fin de disminuir los pensamientos irracionales de los estudiantes.
  
- Al departamento de Psicología, detectar a los padres de los alumnos con bajo desarrollo familiar para realizar programas y talleres con ellos para mejorar las áreas de autonomía, área de actuación, área intelectual- cultural, área social-recreativa, área de moralidad- religiosidad, con el objetivo que los padres efectúen un mejor clima en casa y se modifiquen las creencias irracionales en sus hijos.
  
- Al departamento de Psicología, realizar un listado de los estudiantes para que coordinen su horario para que asistan a consulta y mediante técnicas dirigidas a la reestructuración cognitiva modificar las ideas irracionales presentadas en los estudiantes.

## REFERENCIAS

- Calderón, C. y De la Torre A. (2006). *Relación entre Clima Social Familiar y la Inteligencia Emocional en los alumnos de 5to año de educación secundaria*. (Tesis de licenciatura). Universidad César Vallejo. Trujillo.
- Carbonero, M; Martín, L; Feijó, M (2012). “*Las creencias irracionales en relación con ciertas conductas de consumo en adolescentes*” Universidad de Valladolid (España).
- Carrasco, I. (2005). *Terapias racionales y de reestructuración cognitiva*. En F.J. Labrador, J.A. Cruzado y M. Muñoz. Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta (pp. 667-708) Madrid: Ediciones Pirámide.
- Curiel, K (2017). “*Clima social familiar y agresividad en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima*”, en la Universidad Católica.
- Díaz, E y Jáuregui, C (2014). “*Clima Social Familiar y Habilidades Sociales en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa - Bagua Grande*”, Universidad de la Amazonía Mario Peláez Bazán, Bagua Grande, Perú.
- Dorsch, P (1980). *Diccionario de Psicología*. Editorial Grijalbo, España
- Ellis, A. (1981). *Manual de Terapia Racional-Emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A (1987). *Home Idiomas Ingresar a Epistemonikos Búsqueda avanzada Racional-móvil de la terapia: la valoración actual y la dirección Instituto de Futuro para la terapia de movimiento Racional New York City*. Revista de Psicoterapia Cognitiva: Un Volumen Trimestral Internacional 1, Número 2, 1987. jcp\_asu\_edu-abs-v5.htm
- Ellis, A. (1990). *las Creencias y las emociones*. extraído de la red. [http://.www.rebt.org,essays7.html](http://www.rebt.org,essays7.html).

- Ellis, A. (1992). *Cambio de la terapia racional-emotiva (RET) a la terapia racional de la conducta emotiva (REBT)*. Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 13 (2), 85-89.
- Ellis, A (1994). *Sistema de Creencias*. En A. Ellis y R. (editor), Manual de Terapia Racional emotiva. Volumen 2.
- Ellis, A. (1995). *¿Qué es la Terapia Racional Emotiva?.* (RET) (editor), Manual de Terapia Racional emotiva. Volumen 2.
- Erikson, E. (1968). *Identidad, juventud y crisis*. Madrid: Taurus. (Original de 1968).
- Fernández, V. (1992) *Psicoterapia Estratégica*. Ediciones UAM, Segunda Edición, México, México.
- Garrido, J. (1994) *La Terapia Racional Emotiva: Fundamentos y aplicaciones*. Editorial Pirámide, Valencia, España.
- Gonzales, O. y Pereda, A. (2009). *Relación entre el clima social familiar y el rendimiento escolar de los alumnos de la institución educativa N° 86502 San Santiago de Pamparomás en el 2006*. Tesis de maestría en educación. Universidad César Vallejo. Chimbote. Perú.
- Guerra, E. (1993). *Clima Social Familiar en Adolescentes y su influencia en el Rendimiento Académico*. Tesis para optar título en Psicología de la UNMSM. Lima, Perú.
- Guerra, E. (1993). *Clima Social Familiar en Adolescentes y su influencia en el Rendimiento Académico*. Tesis para optar título en Psicología de la UNMSM. Lima, Perú.
- Gutiérrez, E. (2014). “Relación entre clima social familiar y las creencias irracionales en estudiantes de la escuela profesional de Psicología ciclos I Y II de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Piura, 2014”.

- Grieger, R (1990). *De un modelo Lineal a uno Contextual de los ABC de la TRE, Manual de Terapia Racional Emotiva*. Biblioteca de Psicología, Desclée de Brouwer, Primera Edición, Bilbao, España.
- Hurlock, E. (1994). *Psicología de la Adolescencia*. Buenos Aires: Paidós Psicología Evolutiva. Edición Revisada.
- Jervis, G. (2004). *La depresión dos enfoques complementarios*. España: Editorial Fundamentos.
- Lega, L; Caballo, V; Ellis, A. (2002). *Teoría y práctica de la terapia racional emotivo conductual*. Madrid: siglo XXI de España editores S.A.
- López, E (2015) “*Ideas irracionales y su influencia en las conductas agresivas de los estudiantes de los primeros cursos de Bachillerato en los Colegios Fiscales Urbanos del Cantón Pelileo de la provincia de Tungurahua*”, Universidad Técnica de Ambato – Ecuador.
- Kemper, S. (2000). *Influencia de la práctica religiosa (Activa - No Activa) y del género de la familia sobre el Clima Social Familiar*. Tesis para optar el grado de Magister en Psicología en la Universidad Mayor de San Marcos. Lima-Perú.
- Inhelder, B. y Piaget, J. (1955). *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Buenos Aires. Paidós.
- INEI (2013). *Estudio de la familia disfuncional: es propensa a la violencia y accidentes y males*. Perú.
- Lévi, C. (1963). *La Familia* ", en Harry L. Shapiro (comp.), *Hombre, Cultura y Sociedad*, Oxford, Oxford University Press.
- Mestre, V. (1990). *Emociones, estilo de afrontamiento y agresividad en la adolescencia*. España. Univ. Psycool.

- Moos, R (1995). *Escala del Clima Social Escolar*. España: Editorial TEA.
- Moos, R (1996). *Las escalas de Clima Social: Una Visión General*, Prensa Consultoría Psicólogos, Palo Alto, CA.
- OMS (2007). *Datos sobre Adolescencia*. Recuperado de <http://www.who.int/es/> el 1 de junio de 2007.
- OMS (2014) *Organización mundial de la Salud*. Extraído de: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/).
- Pacheco, J. (2006). *Fracaso escolar. Aprovechamiento y áreas de expresión*. Rev. Badon No. 81 Madrid.
- Ponce M. (2003). “*Relación entre el Clima Social Familiar e Inteligencia Emocional en los Alumnos del 5to. Año de Educación Secundaria*” [Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología] Trujillo: Universidad César Vallejo; Trujillo.
- Proyecto Educativo Regional (2008). *Prospectiva educativa para la Región Callao*. Callao.
- Rivas, M. (2016). “*Relación entre clima social familiar y creencias irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E Enrique López Albújar. Piura 2015*”, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.
- Rodríguez R. y Vera V. (1998). *Clima Social Familiar. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2010*.
- Rodríguez, M y Torrente, G. (2003). Disponible en: <http://familias-mexico.blogspot.com/2008/03/interaccin-familiar-y-conducta.html>.
- Vílchez, K y Zúñiga, L. (2014). “*clima social familiar y auto estima en adolescentes del 4º año de la Institución Educativa Francisca Diez Canseco de Castilla- Huancavelica*”, Universidad Nacional de Huancavelica.

Zavala, G. (2010). *El Clima Familiar su relación con los intereses vocacionales y los tipos caracterológicos de los alumnos del 5to. Año de Secundaria de los colegios nacionales del Distrito del Rímac*. Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo. UNMSM, Lima, Perú



# **ANEXOS**

## FICHA TÉCNICA

### Escala de Clima Social Familiar FES

|                 |   |  |
|-----------------|---|--|
| Nombre Original | : | Escala de Clima Social Familiar (FES)  |
| Autores         | : | RH. Moos, B.S. Moos y E.J. Trickett  |
| Adaptación      | : | TEA Ediciones S.A., Madrid, España,<br>1984. Estandarización para Lima: César Ruíz Alva y<br>Eva Guerra Turín. |
| Administración  | : | Individual y Colectiva   |
| Duración        | : | Variable (20 minutos Aproximadamente)  |
| Significación   | : | Evalúa las características socio<br>Ambientales y las relaciones personales en familia.                        |
| Tipificación    | : | Baremos para la forma individual o<br>Grupal.  |

Elaborado con muestras para Lima Metropolitana.

Dimensiones que mide : Relaciones (Áreas: Cohesión, Expresividad. Conflicto),  
Desarrollo (Áreas: Autonomía, Actuación, Intelectual- cultural, Social- Recreativo y  
Moralidad- Religiosidad), Estabilidad (Áreas: Control y Organización).

#### **Validez:**

**Validez externa:** Se aseguró la validez externa presentando el instrumento a 3 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindarán mayor calidad y especificidad al instrumento.

**Validez interna:** Para la validez interna, se obtuvo a través del análisis de correlación ítem-test, utilizando para ello el estadístico de Correlación de Pearson.

#### **Confiabilidad:**

Para medir la confiabilidad del instrumento se utilizó el índice de confiabilidad Alfa de Cron Bach. La validez y confiabilidad se realizará en cada sub proyecto que se derive del Proyecto línea de investigación.

## **Instrumento: Escala de Clima Social Familiar (FES)**

### **INSTRUCCIONES:**

A continuación se presenta en este impreso, una serie de frases. Las mismas que Ud. Tiene que leer y decir si le parecen verdaderos o falsos en relación con su familia.

Si Ud. Cree que respecto a su familia, la frase es verdadera o casi siempre verdadera marcará en la hoja de Respuesta una (X) en el espacio correspondiente a la V (Verdadero) si cree que es falsa o casi siempre falsa, marcará una (X) en el espacio correspondiente a la F (falso).

Si considera que la frase es cierta para unos miembros de la familia y para otros falsa marque la respuesta que corresponda a la mayoría.

Siga el orden de la numeración que tienen las frases aquí en la hoja de respuestas para evitar equivocaciones. La fecha le recordará que tiene que pasar a otra línea en la hoja de respuesta. Recuerde que se pretende conocer lo que piensa Ud. Sobre su familia, no intente reflejar la opinión de los demás miembros de esta.

(NO ESCRIBA NADA EN ESTE IMPRESO)

.....

1. En mi familia nos ayudamos y apoyamos realmente unos a otros.
2. Los miembros de la familia guardan a menudo, sus sentimientos para sí mismos.
3. En nuestra familia peleamos mucho.
4. En general, ningún miembro de la familia decide por su cuenta.
5. Creemos que es importante ser los mejores en cualquier cosa que hagamos.
6. A menudo hablamos de temas políticos o sociales en familia.
7. Pasamos en casa la mayor parte de nuestro tiempo libre.
8. Los miembros de mi familia asistimos con bastante frecuencia a las diversas actividades de la iglesia.
9. Las actividades de nuestra familia se planifican con cuidado.
10. En mi familia tenemos reuniones obligatorias muy pocas veces.
11. Muchas veces da la impresión de que en casa sólo estamos pasando el rato.
12. En casa hablamos abiertamente de lo que nos parece o queremos.
13. En mi familia casi nunca mostramos abiertamente nuestros enojos.
14. En mi familia nos esforzamos mucho para mantener la independencia de cada uno.

15. Para mi familia es muy importante triunfar en la vida.
16. Casi nunca asistimos a reuniones culturales (exposiciones, conferencias, etc)
17. Frecuentemente vienen amistades a visitarnos a casa.
18. En mi casa no rezamos en familia.
19. En mi casa somos muy ordenados y limpios.
20. En nuestra familia hay muy pocas normas que cumplir.
21. Todos nos esforzamos mucho en lo que hacemos en casa.
22. En mi familia es difícil “desahogarse” sin molestar a todos.
23. En la casa a veces nos molestamos tanto que a veces golpeamos o rompemos algo.
24. En mi familia cada uno decide por sus propias cosas.
25. Para nosotros no es muy importante el dinero que gane cada uno.
26. En mi familia es muy importante aprender algo nuevo o diferente.
27. Alguno de mi familia practica habitualmente algún deporte.
28. A menudo hablamos del sentido religioso de la Navidad, Semana Santa, Rosa de Lima, etc.
29. En mi casa, muchas veces resulta difícil encontrar las cosas cuando las necesitamos.
30. En mi casa una sola persona toma la mayoría de las decisiones.
31. En mi familia estamos fuertemente unidos.
32. En mi casa comentamos nuestros problemas personales.
33. Los miembros de mi familia, casi nunca expresamos nuestra cólera.
34. Cada uno entra y sale de la casa cuando quiere.
35. Nosotros aceptamos que haya competencia y “que gane el mejor”
36. Nos interesan poco las actividades culturales.
37. Vamos con frecuencia al cine, excursiones, paseos.
38. No creemos en el cielo o en el infierno.
39. En mi familia la puntualidad es muy importante.
40. En la casa las cosas se hacen de una forma establecida.
41. Cuando hay que hacer algo en la casa, es raro que se ofrezca algún voluntario.
42. En la casa, si alguno se le ocurre de momento hacer algo, lo hace sin pensarlo más.
43. Las personas de mi familia nos criticamos frecuentemente unas a otras.
44. En mi familia, las personas tienen poca vida privada o independiente.

45. Nos esforzamos en hacer las cosas cada vez mejor un poco mejor.
46. En mi casa casi nunca tenemos conversaciones intelectuales.
47. En mi casa casi todos tenemos una o dos aficiones.
48. Las personas de mi familia tenemos ideas muy precisas sobre lo que está bien o mal.
49. En mi familia cambiamos de opinión frecuentemente.
50. En mi casa se dan mucha importancia a cumplir las normas.
51. Las personas de mi familia nos apoyamos unas a otras.
52. En mi familia, cuando uno se queja, siempre hay otro que se siente afectado.
53. En mi familia a veces nos peleamos y nos vamos a las manos.
54. Generalmente, en mi familia cada persona solo confía en si misma cuando surge un problema.
55. En la casa nos preocupamos poco por los ascensos en el trabajo o las notas en el colegio.
56. Algunos de nosotros toca algún instrumento musical.
57. Ninguno de la familia participa en actividades recreativas, fuera de trabajo o del colegio.
58. Creemos que hay algunas cosas en las que hay que tener fe.
59. En la casa nos aseguramos de que nuestros dormitorios queden limpios y ordenados.
60. En las decisiones familiares todas las opiniones tienen el mismo valor.
61. En mi familia hay poco espíritu de grupo.
62. En mi familia los temas de pagos y dinero se tratan abiertamente.
63. Si en mi familia hay desacuerdo, todos nos esforzamos para suavizar las cosas y mantener la paz.
64. Las personas de mi familia reaccionan firmemente unos a otros al defender sus propios derechos.
65. En nuestra familia apenas nos esforzamos para tener éxito.
66. Las personas de mi familia vamos con frecuencia a la biblioteca o leemos obras literarias.
67. Los miembros de la familia asistimos a veces a cursillo o clases particulares por afición o por interés.
68. En mi familia cada persona tiene ideas distintas sobre lo que es bueno o malo.
69. En mi familia están claramente definidas las tareas de cada persona.
70. En mi familia cada uno tiene libertad para lo que quiera.
71. Realmente nos llevamos bien unos con otros.

72. Generalmente tenemos cuidado con lo que nos decimos.
73. Los miembros de la familia estamos enfrentados unos con otros.
74. En mi casa es difícil ser independiente sin herir los sentimientos de los demás.
75. “Primero es el trabajo, luego es la diversión” es una norma en mi familia.
76. En mi casa ver televisión es más importante que leer.
77. Las personas de nuestra familia salimos mucho a divertirnos.
78. En mi casa, leer la Biblia es algo importante.
79. En mi familia el dinero no se administra con mucho cuidado.
80. En mi casa las normas son muy rígidas y tienen que cumplirse.
81. En mi familia se concede mucha atención y tiempo a cada uno.
82. En mi casa expresamos nuestras opiniones de modo frecuente y espontáneo.
83. En mi familia creemos que no se consigue mucho elevando la voz.
84. En mi casa no hay libertad para expresar claramente lo que se piensa.
85. En mi casa hacemos comparaciones sobre nuestra eficacia en el trabajo o el estudio.
86. A los miembros de mi familia nos gusta realmente el arte, la música o la literaria.
87. Nuestra principal forma de diversión es ver la televisión o escuchar radio.
88. En mi familia creemos que el que comete una falta tendrá su castigo.
89. En mi casa generalmente la mesa se recoge inmediatamente después de comer.
90. En mi familia, uno no puede salirse con la suya.

(COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES)

## ESCALA DE CLIMA SOCIAL EN LA FAMILIA (FES)

Nombre y Apellidos:.....

Edad:..... Sexo: Masculino ( ) Femenino ( ) Fecha de Hoy...../...../.....

Institución Educativa:.....Grado/ Nivel:.....

Nº de hermanos:..... Lugar que ocupa entre hermanos: 1 2 3 4 5 6 ( )

Vive: Con ambos padres ( ) solo con uno de los padres ( ) Otros:.....

La familia es natural de:.....

|     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 11  | 21  | 31  | 41  | 51  | 61  | 71  | 81  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 2   | 12  | 22  | 32  | 42  | 52  | 62  | 72  | 82  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 3   | 13  | 23  | 33  | 43  | 53  | 63  | 73  | 83  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 4   | 14  | 24  | 34  | 44  | 54  | 64  | 74  | 84  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 5   | 15  | 25  | 35  | 45  | 55  | 65  | 75  | 85  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 6   | 16  | 26  | 36  | 46  | 56  | 66  | 76  | 86  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 7   | 17  | 27  | 37  | 47  | 57  | 67  | 77  | 87  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 8   | 18  | 28  | 38  | 48  | 58  | 68  | 78  | 88  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 9   | 19  | 29  | 39  | 49  | 59  | 69  | 79  | 89  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |
| 10  | 20  | 30  | 40  | 50  | 60  | 70  | 80  | 90  |
| V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F | V F |

## FICHA TÉCNICA

### **Inventario de Creencias Irracionales**

**Autor** : Albert ELLIS  
**Traducción** : Davis Mc.Kay y Eshelman  
Robleto NAVAS 2008  
**Editado** : **Psicho *Metric*** .

### **Descripción del Instrumento**

El Inventario de Creencias Irracionales, es un registro de opiniones que se basa en las 10 principales ideas irracionales propuestas por ELLIS, que según el autor, causa y mantienen las perturbaciones emocionales. Este inventario se utiliza en los Estados Unidos desde 1968, siendo publicados en versión castellana por Davis Mc. Kay y Eshelman (1986) y Navas Robleto (1987).

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

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

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



## **Categorías**

Las 10 categorías o ideas irracionales principales a las que se refiere el Inventario son las siguientes:

- 1) Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos.
- 2) Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende.
- 3) Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas
- 4) Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran.
- 5) Lo 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.
- 6) Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.
- 7) Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente.
- 8) Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo.
- 9) El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente.
- 10) La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.

## INVENTARIO DE CREENCIAS

Nombre:.....  
Edad:.....  
Sexo:.....  
Grado:.....  
Fecha de Evaluación:.....

### INSTRUCCIONES

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

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

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

Bien ahora voltee la página y comience a responder cada oración

1. Es importante para mí el que otras personas me aprueben.
2. Yo odio el fallar en cualquier cosa.
3. Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.
4. Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.
5. Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.
6. Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.
7. Usualmente hago a un lado decisiones importantes.
8. Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.
9. “Una cebra no puede cambiar sus rayas”.
10. Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.
11. Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo.
12. Yo evito las cosas que no hago bien.
13. Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.
14. Las frustraciones no me perturban.
15. Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.
16. Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.
17. Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.
18. Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.
19. Es casi imposible vencer la influencia del pasado.
20. Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.
21. Yo quiero agradecerle a todo el mundo.
22. No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.
23. Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.
24. Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.
25. Yo produzco mis propias emociones.
26. Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.
27. Yo evito el enfrentar mis problemas.

28. Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.
29. Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro.
30. Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.
31. Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.
32. Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.
33. La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.
34. Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.
35. Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.
36. Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.
37. Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.
38. Hay personas de las cuales dependo grandemente.
39. Las personas sobrevaloran la influencia del pasado.
40. Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo.
41. Si no le agrada a los demás, ese es su problema, no el mío.
42. Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.
43. Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.
44. Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.
45. Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera.
46. No puedo tolerar el tomar riesgos.
47. La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.
48. Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).
49. Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.
50. Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.
51. Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.
52. Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.
53. El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.
54. Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.
55. Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.
56. Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.
57. Casi nunca dejo las cosas sin hacer.
58. Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.
59. Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente.
60. Demasiado tiempo libre es aburrido.
61. Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.
62. Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.
63. Todo el mundo es básicamente bueno.
64. Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.
65. Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.
66. Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.
67. Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.
68. Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.
69. Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.

70. En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.
71. Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.
72. Me perturba cometer errores.
73. Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.
74. Yo “tomo las cosas como vienen”.
75. La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.
76. En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.
77. Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante.
78. Yo encuentro fácil el buscar consejo.
79. Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.
80. Me agrada estar sin hacer nada.
81. Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.
82. Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas.
83. Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.
84. Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.
85. No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.
86. Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.
87. Me desagrada la responsabilidad.
88. Me desagrada tener que depender de los demás.
89. Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.
90. La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.
91. Es incómodo pero no perturbador el ser criticado.
92. Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.
93. Nadie es perverso o malvado, aún cuando sus actos puedan serlo.
94. Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.
95. Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.
96. Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.
97. Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aún cuando no sea placentera.
98. Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.
99. No me incomoda lo que he hecho en el pasado.
100. Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.