

# Las creencias irracionales de Albert Ellis en los estudiantes de una universidad privada de Lima Este

*Mtr. Freddy Pablo De la Cruz Contreras*

*Psicólogo en el Centro Preuniversitario de la UNMSM*

*freddy.delacruz.c@gmail.com*

## Resumen

Se estudió las creencias irracionales en una muestra de 230 estudiantes del primer año de psicología de una universidad privada de Lima este. Mediante un diseño transeccional de tipo descriptivo comparativo, se les administró el test de inventario de creencias irracionales de Albert Ellis (1980) el cual fue traducido al castellano por Navas. Se aplicó también una ficha sociodemográfica para conocer las características que presentan los estudiantes materia de investigación. Se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas en la presencia de las creencias irracionales en los mencionados estudiantes según el sexo, edad, estado civil y lugar de procedencia de los padres, así como en su situación laboral.

**Palabras clave:** creencias irracionales, estudiante universitario, estado civil, lugar de procedencia, situación laboral.

## Abstract

*Irrational beliefs were studied in a sample of 230 students of the first year of psychology of a private university of Lima East. Through a transectional design of comparative descriptive type, it was used the test of Irrational Belief Inventory of Albert Ellis (1980) which was translated into Spanish by Navas, it also was taken a sociodemographic file to know the characteristics that the students present research subject. It was found there is no statistically significant differences in the presence of irrational beliefs in those students according to the parents' gender, age, marital status, place of origin, as well as in their work situation.*

**Key words:** Irrational beliefs, university student, marital status, place of origin, employment status.

## Introducción

A través de los años de labor docente y del trabajo con los jóvenes que recién inician la vida universitaria, se ha podido encontrar creencias inadecuadas que presentan estos estudiantes cuando tienen que realizar diversas actividades académicas propias de la vida universitaria, como exámenes finales y parciales, reuniones de trabajo, exposiciones, trabajos grupales, entre otros. Estas creencias no tienen base real y van a afectar su desenvolvimiento académico y también personal, así como van a perjudicar el objetivo final de convertirse en profesionales exitosos, de ahí la necesidad de conocer a más profundidad las creencias irracionales que presentan estos estudiantes en base a un instrumento elaborado por Albert Ellis. Este nos va a permitir conocer cómo se presentan en los estudiantes materia de investigación y si los niveles de presencia de estas creencias son moderados, medianos o altos, escala asignada por Ellis, para poder intervenir adecuadamente y contribuir con ello a un adecuado desenvolvimiento académico. Más aun cuando no se han encontrado estudios sobre la presencia de las creencias irracionales en los estudiantes, considerando el perfil que tienen entre las cuales están, situación laboral, muchos de ellos trabajan, lugar de procedencia y el estado civil de los padres, factores que podrían incidir o no en la mayor o menor presencia de estos tipos de creencias.

Además, nos permitirá conocer mejor a los estudiantes universitarios de Lima este en lo que respecta a esta variable para, de ser necesario, proponer la realización de programas de intervención en el centro de estudios, lo cual contribuiría a una mejor formación académica y,

por ende, a una mejor comunidad en la zona de Lima este.

Para ello, consideramos necesario comprender lo propuesto por Ellis. Él considera que todas las personas tenemos creencias racionales, las cuales nos van a permitir desenvolvernos adecuadamente en las circunstancias de la vida. Estas creencias racionales son pensamientos realistas, probables y verificables, los cuales nos llevan a emociones también realistas, basándonos en los hechos más que la opinión subjetiva o el pensamiento mágico. Entre las principales características que se señalan respecto a estas creencias son que están basados en la realidad, contribuyen a alcanzar nuestras metas y nos ayuda a comportarnos lo cual nos va a facilitar nuestras aspiraciones y supervivencia (Ellis, 2000).

Sin embargo, en algunas situaciones van a surgir creencias irracionales que, en vez de contribuir a lograr nuestro ajuste, nos van a generar situaciones de desequilibrio. Es sabido que el mundo académico donde se desenvuelven los estudiantes universitarios materia de investigación, por las situaciones a las que están expuestos, entre las cuales están no solo los exámenes propios de la vida universitaria, sino también grupos de trabajo, prácticas preprofesionales, exposiciones, entre otros, podrían permitir que se presenten estos tipos de creencias, una razón más para investigar y conocer mejor esta variable.

Además, considerar que, si estas creencias denominadas irracionales están en el nivel alto, se caracterizarían por ser falsas, es decir, no coinciden con la realidad. Se expresarían como demandas, necesidades o deberes, lo cual llevaría a emociones inadecuadas, como por ejemplo la depresión

y la ansiedad, y no ayudaría a conseguir los objetivos personales (Ellis, 2000).

Mediante el presente trabajo de investigación, se requiere no solo conocer los tipos y niveles de creencias irracionales que presentan los estudiantes materia de investigación, considerando además de las variables de género o edad, sino también, conocer si las variables situación laboral de los estudiantes, estado civil y lugar de procedencia de los padres, contribuyen o no para que estos niveles de creencias se incrementen o se mantengan por igual en los estudiantes agrupados en torno a dichas variables.

### **Creencia**

Albert Ellis menciona que las creencias pueden ser ideas, pensamientos, autoafirmaciones o imágenes determinantes primarias de las emociones. Estas pueden ser hipótesis absolutistas o preferenciales, comprobadas o rechazadas, pero no hechos basados en observaciones objetivas. Son ideas que nos decimos a nosotros mismos, en cualquier momento, dándonos cuenta de algunas y no de otras (Ellis, 2003).

El mismo autor indica que se puede distinguir dos tipos de creencias: cuando se hacen presentes emociones inapropiadas es porque están precedidas por creencias irracionales; mientras que, cuando se hacen presentes emociones apropiadas, son precedidas por creencias racionales.

### **Creencias racionales**

Se consideran a las creencias racionales como pensamientos realistas, probables y verificables,

el cual nos lleva a emociones realistas, basándonos en los hechos más que la opinión subjetiva o el pensamiento mágico.

Son creencias altamente proactivas y, aunque no le garanticen totalmente alcanzar sus metas, aumentará en gran medida sus probabilidades de que así sea. Por eso las llamamos creencias racionales, dado que son útiles y generaran efectividad y productividad en la vida de las personas (Ellis, 2000, p. 52).

Entre las principales características de las creencias racionales se señalan las siguientes:

- Están basados en la realidad.
- Contribuyen a alcanzar nuestras metas y propósitos. Crea emociones que podemos controlar.
- Nos ayudan a comportarnos de la manera que nos facilita nuestras aspiraciones y supervivencia.

### **Creencias irracionales**

Para Albert Ellis, las creencias irracionales se caracterizan por ser falsas, es decir, no coinciden con la realidad. Se expresan como demandas, necesidades o deberes. Llevan a emociones inadecuadas, como la depresión y la ansiedad, y no ayudan a conseguir los objetivos personales. Estas creencias son más dañinas que útiles. A menudo nos ponen físicamente enfermo o nos debilitan.

El pánico provocado por las creencias irracionales interfiere en su funcionamiento intelectual y dificulta la capacidad de planificar y poner en marcha los esquemas necesarios para obtener el logro (Ellis, 2000, p. 53).

Características de las creencias irracionales:

1. Distorsionan la realidad.
2. Nos bloquea en la consecución de nuestros objetivos.
3. Nos crea emociones extremas que son persistentes, indeseables, de inadecuación o auto-saboteadoras que nos provocan distrés o nos inmovilizan.
4. Nos llevan a conductas que nos hacen daño a nosotros mismos, a los demás y a nuestra vida en general.
5. Son dogmáticas, absolutistas, expresada con demandas, en vez de preferencias o deseos.

Así, en el test de creencias irracionales de Ellis, con el cual se va trabajar, se señala la lista de diez creencias irracionales y son las que componen el test desarrollado por este autor:

1. Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos.
2. Debo ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprendo.
3. Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas.
4. Es horrible cuando las cosas no van como a uno le gustaría que fueran.
5. Los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad, la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden en 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.

## **Método**

### **Tipo y diseño de investigación**

Se considera a la presente investigación como un estudio descriptivo comparativo, porque se va a buscar especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a la que se refieren (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

El diseño de investigación es no experimental, transeccional o transversal, porque se van a recolectar datos en un solo momento, en un tiempo único, y es descriptivo comparativo porque tiene como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

## **Población y muestra**

### **Población de estudio**

La población por estudiar para esta investigación son los estudiantes universitarios de ambos sexos del primer y segundo ciclo de una universidad privada de Lima este.

### **Muestra**

Como muestra se va a tomar a todos los estudiantes del primer y segundo ciclo de la facultad de psicología, 230 estudiantes en total, de una universidad privada de Lima este. Las edades comprendidas fueron entre 16 y 39 años, de los cuales 180 eran mujeres (78,3 %) y 50 eran, varones (21,7 %).

### **Variables**

Creencias irracionales: es una variable de tipo cuantitativa. Sus indicadores son los puntajes obtenidos por el inventario de creencias irracionales de Ellis. Este inventario está conformado por 100 ítems o reactivos.

Género, edad, situación laboral, estado civil y lugar de procedencia de los padres son variables cualitativas que se obtendrá con la aplicación de un cuestionario de tipo social familiar.

### **Instrumento**

Inventario de creencias irracionales de Albert Ellis.

#### **a. Ficha técnica**

Nombre: inventario de creencias irracionales de Albert Ellis.

Autor: Albert Ellis (1980). Esta prueba fue traducida al castellano por Navas, en 1989. Es una prueba que tiene como objetivo detectar las ideas autolimitadoras particulares que contribuyen, de forma encubierta, a que se dé el estrés y la infelicidad. La forma de aplicación puede ser individual y colectiva, ya sea en adolescentes o adultos; tienen como tiempo variable para desarrollarlo entre 20 y 30 minutos. Se puede administrar a sujetos a partir de los 12 años. Está constituido por 100 ítems, que evalúan las diez categorías.

La calificación se realiza a través de puntajes directos e indirectos, cuyos valores varían de 0 a 1 punto por cada ítem; asimismo, se establece la presencia de la creencia irracional, si es que en la escala asignada presenta un puntaje mayor a 8 puntos de 10. Se puede administrar a sujetos a partir de los 12 años.

Puntaje total: 100 puntos

Puntaje total por cada creencia: 10 puntos

#### **b. Descripción**

Respecto al inventario, es un registro de opiniones que se basa en la recopilación de las diez creencias irracionales (propuestas por Ellis, pero no excluyentes a otras), que, según el autor, generan y mantiene la perturbación emocional. Fue creado por Albert Ellis en 1980 e inicialmente redactada en inglés, pero luego fue traducida al castellano por Navas (1989).

Calificación de los ítems

- Si el ítem es directo y el sujeto responde que “está de acuerdo” se le califica con puntaje de 1.

- Si el ítem es directo y el sujeto responde que “no está de acuerdo” se le califica con puntaje 0.
- Si el ítem es indirecto y el sujeto responde que “está de acuerdo” se le califica con puntaje 0.

Si el ítem es indirecto y el sujeto responde que “no está de acuerdo” se califica con un puntaje de 1.

Ítems directos:

1, 21, 51, 71, 81, 2, 12, 42, 62, 72, 82, 3, 13, 23, 33, 53, 63, 73, 24, 34, 84, 55, 75, 6, 26, 46, 66, 76, 96, 7, 27, 47, 67, 87, 8, 18, 28, 38, 78, 9, 19, 49, 69, 79, 89, 10, 50, 70, 80, 90, 100

Ítems indirectos:

11, 31, 41, 61, 91, 88, 32, 52, 92, 43, 83, 93, 4, 14, 44, 54, 64, 74, 94, 5, 15, 25, 35, 45, 65, 8, 5, 95, 16, 36, 56, 86, 17, 37, 57, 77, 97, 48, 58, 68, 88, 98, 29, 39, 59, 99, 20, 30, 40, 60

Agrupación de ítems por creencias:

Creencia irracional N.º 1, ítems: 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81 y 91

Creencia irracional N.º 2, ítems: 2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82 y 92

Creencia irracional N.º 3, ítems: 3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83 y 93

Creencia irracional N.º 4, ítems: 4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84 y 94

Creencia irracional N.º 5, ítems: 5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85 y 95

Creencia irracional N.º 6, ítems: 6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, y 96

Creencia irracional N.º 7, ítems: 7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87 y 97

Creencia irracional N.º 8, ítems: 8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, y 98

Creencia irracional N.º 9, ítems: 9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89 y 99

Creencia irracional N.º 10, ítems: 10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90 y 100

Interpretación:

Para su interpretación, se suman los puntajes de cada creencia de forma independiente, obteniéndose así un puntaje total para cada uno de ellos. Se considera 0 como la inexistencia de la creencia y 10 como el puntaje más elevado. El examinado podrá tener para cada una de las diez creencias un mínimo de 0 puntos y máximo de 10 puntos para cada subgrupo. Los puntajes son de 0 a 5 puntaje promedio, de 6 a 7 nivel moderado de irracionalidad, y de 8 a 10 alto nivel de irracionalidad. Así, mientras más alto sea el puntaje total por subgrupo, mayor será el acuerdo con la idea irracional y además estas últimas clasificaciones son consideradas, las más altas, como indicadores de trastorno emocional.

En general, mientras más alto sea el puntaje total por sección, mayor será el acuerdo con la idea irracional.

### c. Validez y confiabilidad

Confiabilidad: El presente instrumento ha sido estudiado por Pacheco (1998), a través del coeficiente de consistencia interna, obteniendo un valor de 0,78. Este resultado se asemeja al realizar el análisis de la confiabilidad por consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach (Ferrán, 1996), donde se obtiene un coeficiente de 0,74. Este resultado nos permite concluir que la prueba es confiable y permite obtener puntuaciones consistentes.

A criterio de Navas (1989) el inventario de creencias irracionales goza de amplia aceptación y uso entre los psicólogos clínicos que practican la TREC en EE. UU., lo que le otorga al instrumento validez de contenido.

En el Perú, encontramos que Velásquez (2002) realizó una investigación para su tesis de licenciatura, las creencias irracionales y la ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería (UNI), donde describe que la confiabilidad de este instrumento a través del coeficiente alfa de Cronbach obtiene un coeficiente de 0,74.

Posteriormente, Vila (2008) aplicó en su tesis para obtener el grado de magíster, la prueba de creencias irracionales a estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, en la cual obtuvo un coeficiente de confiabilidad de 0,83, eliminando algunos ítems, lo cual no afectaba al mismo. Este resultado nos permite concluir que la prueba es confiable y permite obtener puntuaciones consistentes.

Y más recientemente Tang (2011) realizó la validez de contenido del cuestionario a partir del criterio de jueces utilizando la V de Aiken, en la cual se obtuvo los siguientes resultados:

- Para la creencia irracional 01, se obtuvo una v total de 0,93
- Para la creencia irracional 02, se obtuvo una v total de 1,00
- Para la creencia irracional 03, se obtuvo una v total de 0,80
- Para la creencia irracional 04, se obtuvo una v total de 0,90
- Para la creencia irracional 05, se obtuvo una v total de 0,93
- Para la creencia irracional 06, se obtuvo una v total de 0,98
- Para la creencia irracional 07, se obtuvo una v total de 0,98
- Para la creencia irracional 08, se obtuvo una v total de 0,97
- Para la creencia irracional 09, se obtuvo una v total de 0,94
- Para la creencia irracional 10, se obtuvo una v total de 0,98

## Resultados

Los resultados en la presente investigación fueron los siguientes:

**Tabla 1.** *Análisis de ajuste de bondad la prueba creencias irracionales de Albert Ellis*

Test de Ellis	K-S	Sig.
Total de creencias irracionales	0,063	0,029
Creencia 1	0,159	0,000
Creencia 2	0,143	0,000
Creencia 3	0,146	0,000
Creencia 4	0,136	0,000
Creencia 5	0,155	0,000
Creencia 6	0,111	0,000
Creencia 7	0,123	0,000
Creencia 8	0,153	0,000
Creencia 9	0,129	0,000
Creencia 10	0,137	0,000

Fuente: elaboración propia.

Para el ajuste de bondad de la prueba se usa el Kolmogorov-Smirnov, puesto que la muestra es mayor a cincuenta. Se puede apreciar que en lo que respecta al Sig., se obtiene para el total de la muestra, así como para las diez creencias irracionales un valor menor a 0,05, lo cual nos indica

que los datos son no paramétricos.

Por ello, se utilizará la prueba U de Mann-Whitney, para la comparación de los grupos, y la prueba Kruskal Wallis, para la comparación de más de dos grupos.

### Validez factorial

**Tabla 2.** *Prueba de validez factorial de las creencias irracionales*

Prueba de KMO y Bartlett, test de creencias irracionales		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	0,776	
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. chi-cuadrado	262,420
	gl	45
	Sig.	0,000

Fuente: elaboración propia.



Como se aprecia en la tabla, para obtener evidencias de su validez factorial, se exploraron los datos y se encontraron los siguientes resultados:

Una medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin de 0,776

Un test de esfericidad de Bartlett significativo ( $\chi^2=262,420$ ; g.l.=45;  $p<0,001$ )

Una matriz de correlaciones significativa ( $p<0,001$ )

### Análisis psicométrico

**Tabla 3.** Análisis psicométrico del test de creencias irracionales de Albert Ellis

Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregidos	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido	Ítems	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
E1	36,23	58,874	0,283	0,735	E51	36,13	59,488	0,196	0,738
E2	35,86	59,020	0,317	0,735	E52	36,49	61,229	-0,017	0,744
E3	36,07	61,003	0,001	0,745	E53	36,10	60,017	0,128	0,740
E4	36,47	60,102	0,181	0,739	E54	36,37	60,960	0,015	0,744
E5	36,54	60,040	0,260	0,738	E55	36,07	58,575	0,319	0,734
E6	36,13	58,067	0,385	0,731	E57	36,21	60,865	0,019	0,744
E7	36,27	59,593	0,192	0,738	E59	36,23	59,890	0,148	0,740
E8	35,73	61,158	0,001	0,743	E61	36,27	59,438	0,214	0,737
E10	35,73	60,977	0,042	0,742	E62	36,30	58,768	0,312	0,734
E11	36,55	60,616	0,131	0,740	E65	36,50	60,583	0,106	0,741
E12	36,22	58,409	0,346	0,733	E66	35,98	58,821	0,300	0,735
E13	35,71	61,035	0,034	0,742	E67	36,02	58,275	0,367	0,732
E14	36,05	60,578	0,056	0,743	E68	36,53	61,027	0,029	0,742
E15	36,43	60,805	0,046	0,742	E69	36,36	59,121	0,282	0,735
E16	36,11	60,887	0,015	0,744	E70	36,00	58,978	0,275	0,735
E17	36,46	60,555	0,096	0,741	E71	36,38	58,604	0,372	0,733
E18	35,83	61,600	-0,080	0,746	E72	36,23	57,407	0,484	0,728
E19	36,27	58,776	0,306	0,734	E74	36,29	60,939	0,012	0,744
E21	36,36	59,130	0,280	0,735	E75	35,84	60,779	0,048	0,742
E23	36,06	61,001	0,001	0,745	E76	36,02	59,663	0,179	0,739
E24	36,04	59,282	0,228	0,737	E79	36,23	59,285	0,228	0,737
E26	35,96	58,911	0,293	0,735	E80	36,07	58,995	0,263	0,736
E27	36,18	59,084	0,251	0,736	E81	36,26	58,445	0,347	0,733
E28	35,75	61,183	-0,007	0,743	E82	36,05	58,378	0,349	0,733

E29	36,33	59,944	0,156	0,739	E83	36,53	60,713	0,099	0,741
E30	36,45	60,476	0,106	0,741	E84	35,80	61,796	-0,116	0,746
E31	36,54	60,241	0,208	0,739	E85	36,33	60,423	0,087	0,742
E33	36,04	60,112	0,118	0,741	E86	36,13	60,973	0,004	0,745
E34	36,23	58,141	0,383	0,732	E87	36,00	62,389	-0,179	0,751
E35	36,27	61,209	-0,025	0,745	E88	36,13	60,320	0,088	0,742
E37	36,12	60,794	0,027	0,744	E89	36,13	58,536	0,322	0,734
E38	36,07	58,593	0,317	0,734	E90	35,75	60,967	0,037	0,742
E39	36,47	60,565	0,097	0,741	E91	36,42	60,402	0,109	0,741
E40	36,53	60,879	0,059	0,742	E92	36,24	60,384	0,083	0,742
E41	36,43	60,203	0,145	0,740	E93	36,29	60,103	0,126	0,740
E42	35,73	61,202	-0,008	0,743	E94	36,25	62,013	-0,130	0,749
E43	36,30	60,571	0,064	0,742	E95	36,48	60,583	0,099	0,741
E45	36,50	60,251	0,173	0,739	E96	35,87	59,310	0,268	0,736
E46	36,19	59,821	0,154	0,739	E97	36,41	60,941	0,022	0,743
E48	36,57	60,752	0,125	0,740	E98	36,27	60,390	0,085	0,742
E49	35,95	58,954	0,290	0,735	E99	36,18	59,905	0,143	0,740
E50	36,25	58,670	0,316	0,734	E100	36,17	58,601	0,314	0,734
Alfa de Cronbach=0,742									

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 3 se puede apreciar que se han retirado dieciséis ítems, los cuales no van a afectar la confiabilidad del instrumento. Los resultados indican

que la prueba de creencias irracionales de Albert Ellis es confiable.

**Tabla 4.** *Análisis psicométrico de la subescalas conformadas por las diez creencias irracionales corregido por dispersión de ítems*

Creencias irracionales	Media	D. S.	KR-20
Creencia irracional 01	2,73	1,842	0,881
Creencia irracional 02	5,22	1,640	0,673
Creencia irracional 03	5,07	1,533	0,612
Creencia irracional 04	4,11	1,440	0,634
Creencia irracional 05	3,07	1,462	0,752
Creencia irracional 06	5,57	1,808	0,723
Creencia irracional 07	4,50	1,607	0,709
Creencia irracional 08	5,17	1,448	0,587
Creencia irracional 09	3,91	1,752	0,795
Creencia irracional 10	4,75	1,679	0,719

Fuente: elaboración propia.

En la presente tabla podemos apreciar que para realizar la confiabilidad por cada conjunto de ítems que conforman un grupo de creencias o de subescala, se usó el coeficiente K-20 corregido por dispersión de ítems, según Horst.

Se puede concluir que las escalas de las creencias irracionales con sus subescalas conformadas por diez creencias irracionales presentan una confiabilidad adecuada.

### Análisis descriptivo

**Tabla 5.** Población estudiantil evaluada según el sexo y edad

Sexo	Frecuencia	%	Edad	Frecuencia	%
Mujer	180	78,3	Adolescentes	141	61,3
Hombre	50	21,7	Jóvenes	89	38,7
Total	230	100,0	Total	230	100,0

Fuente: elaboración propia.

Se puede observar que la muestra evaluada estuvo compuesta por 180 mujeres que representa el 78,3 % del total y 50 varones que representa el 21,7 % del total. Asimismo, respecto a la edad, podemos apreciar que los adolescentes (edad

comprendida entre 16 y 19 años) están conformado por 141 estudiantes que representan el 61,3 % y por 89 jóvenes (edad comprendida entre 20 y 39 años), representa el 38,7 % del total de la muestra.

**Tabla 6.** Composición de la muestra según el lugar de procedencia de los padres

Procedencia	Frecuencia	%	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Lima	89	38,7	38,7	38,7
Provincia	141	61,3	61,3	100,0
Total	230	100,0	100,0	

Fuente: elaboración propia.

La mayoría de los estudiantes materia de investigación son de padres que provienen de provincias

(61,3 %). Los procedentes de Lima alcanzan el segundo lugar (38,7 %) del total de la muestra.

**Tabla 7.** Situación laboral de los estudiantes universitarios

Trabaja	Frecuencia	%	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Sí	81	35,2	35,2	35,2
No	149	64,8	64,8	100,0
Total	230	100,0	100,0	

Fuente: elaboración propia.

Se puede apreciar que la mayoría de estudiantes universitarios, materia de investigación, no trabajan (64,8 %), pero es importante resaltar que un

porcentaje considerable si lo hace (35,2 %). Este es un dato que se tomará en cuenta para realizar las comparaciones respectivas.

**Tabla 8.** Estado civil de los padres de los estudiantes universitarios

	Frecuencia	%	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Soltero	31	13,5	13,5	13,5
Casado	102	44,3	44,3	57,8
Conviviente	46	20,0	20,0	77,8
Separado	40	17,4	17,4	95,2
Divorciado	3	1,3	1,3	96,5
Viudo	8	3,5	3,5	100,0
Total	230	100,0	100,0	

Fuente: elaboración propia.

En lo que respecta al estado civil de los padres de los estudiantes materia de investigación, se puede apreciar que el porcentaje más elevado alcanza la situación de casados (44,3 %), seguido por los

convivientes (20,0 %), separados en tercer lugar (17,4 %) y solteros, con un porcentaje también representativo (13,5 %).

### Análisis comparativo

**Tabla 9.** Análisis con la prueba U de Mann Whitney para las creencias irracionales según el sexo

Según el sexo	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
U de Mann Whitney	4254,000	4309,500	3782,500	4377,500	4129,000	4205,000	3905,000	4359,500	4312,000	4280,500
Z	-0,599	-0,464	-1,763	-0,302	-0,918	-0,720	-1,463	-0,349	-0,458	-0,538
Sig. asintótica	0,549	0,642	0,078	0,763	0,358	0,471	0,143	0,727	0,647	0,591

Fuente: elaboración propia.

Para realizar la comparación de los grupos independientes, las creencias irracionales según el sexo, usando la prueba U de Mann Whitney, podemos apreciar que, para siete tipos de creencias, no se encuentran diferencias significativas según esta variable, es decir, los varones y mu-

jeres presentan semejantes niveles de creencias irracionales. Sin embargo, se encuentra que para las creencias 2, 4 y 7 si se aprecian diferencias en los niveles de creencias irracionales entre varones y mujeres.

**Tabla 10.** Análisis con la prueba U de Mann Whitney para las creencias irracionales según la edad agrupados en adolescentes y jóvenes

Edad	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
U de Mann-Whitney	4718,500	4086,500	4458,500	3998,000	5083,500	4686,000	4174,000	4758,000	4446,000	4402,000
Z	-1,221	-2,647	-1,823	-2,875	-0,405	-1,297	-2,471	-1,153	-1,836	-1,946
Sig. asintótica	0,222	0,008	0,068	0,004	0,685	0,195	0,013	0,249	0,066	0,052

Fuente: elaboración propia.

Los estudiantes agrupados en adolescentes y jóvenes, salvo las creencias irracionales 2, 4 y 7, presentan puntajes similares, es decir, la variable

edad no influye mayormente en las diferencias de los puntajes obtenidos por los mencionados estudiantes.

**Tabla 11.** Análisis con la prueba U de Mann Whitney para las creencias irracionales según la situación laboral

Situación laboral	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
U de Mann-Whitney	6029,500	5178,000	5727,500	5992,500	5785,500	5117,000	5750,000	4850,500	5831,000	5360,000
Z	-0,011	-1,803	-0,651	-0,089	-0,532	-1,934	-0,604	-2,537	-0,428	-1,427
Sig. asintótica	0,992	0,071	0,515	0,929	0,594	0,053	0,546	0,011	0,668	0,154

Fuente: elaboración propia.

Podemos apreciar que los jóvenes agrupados respecto a su situación laboral, si trabajan o no, salvo la creencia irracional 8, no presentan diferencias

estadísticamente significativas, es decir, presentan los mismos niveles de creencias irracionales.

**Tabla 12.** Análisis con la prueba U de Mann Whitney para las creencias irracionales según lugar de procedencia de los padres

L. P de los padres	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
U de Mann Whitney	6029,500	5178,000	5727,500	5992,500	5785,500	5117,000	5750,000	4850,500	5831,000	5360,000
Z	-0,011	-1,803	-0,651	-0,089	-0,532	-1,934	-0,604	-2,537	-0,428	-1,427
Sig. asintótica	0,671	0,364	0,044	0,068	0,752	0,309	0,326	0,451	0,319	0,659

Fuente: elaboración propia.

En la totalidad de las creencias irracionales, salvo la creencia 3, se pueden apreciar que los niveles de presencia no difieren significativamente según la variable lugar de procedencia, es decir, los es-

tudiantes cuyos padres son de Lima y provincias presentan los mismos niveles de creencias irracionales.

**Tabla 13.** Análisis de varianza Kruskal-Wallis para las creencias irracionales según el estado civil de los padres

Estado civil de los padres	Creencia 1	Creencia 2	Creencia 3	Creencia 4	Creencia 5	Creencia 6	Creencia 7	Creencia 8	Creencia 9	Creencia 10
Chi cuadrado	3,236	8,018	6,479	7,314	7,974	1,666	3,135	5,668	7,386	6,197
Gl	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Sig. asintótica	0,664	0,155	0,262	0,198	0,158	0,893	0,679	0,340	0,193	0,288

Fuente: elaboración propia.

Según el estado civil de los padres, podemos apreciar que no se aprecian diferencias estadísticamente significativas, es decir, los jóvenes cu-

yos padres son casados, solteros, convivientes, separados, divorciados o viudos presentan los mismos niveles de creencias irracionales.

**Tabla 14.** Estadísticos descriptivos para la jerarquía de las creencias irracionales

Creencias irracionales	Media	Desviación estándar
Creencia 1	2,73	1,842
Creencia 2	3,93	1,655
Creencia 3	3,93	1,414
Creencia 4	3,55	1,340
Creencia 5	2,70	1,345
Creencia 6	4,65	1,726
Creencia 7	3,37	1,423
Creencia 8	4,16	1,226
Creencia 9	3,51	1,763
Creencia 10	4,10	1,502

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 14 se puede apreciar los niveles de jerarquía de las creencias irracionales, donde la creencia irracional 6 es la que ocupa el primer lugar con una media de 4,65: “se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”, seguido por la creencia irracional 8 que ocupa el segundo lugar con una media de 4,16: “se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”. En

el tercer lugar se ubica la creencia irracional 10 con una media de 4,10: “la felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido”. La creencia irracional que ocupa el último puesto de jerarquía es la creencia 5 con una media de 2,70: “los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad, la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden en sus emociones”.

**Tabla 15.** *Distribución de frecuencias en los niveles de creencias irracionales*

Creencias irracionales	Nivel promedio de irracionalidad		Nivel moderado de irracionalidad		Nivel alto de irracionalidad	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Creencia 1	210	91,3	19	8,3	1	0,4
Creencia 2	183	79,6	46	20,0	1	0,4
Creencia 3	195	84,8	35	15,2	0	0,0
Creencia 4	213	92,6	17	7,4	0	0,0
Creencia 5	223	97,0	7	3,0	0	0,0
Creencia 6	147	63,9	74	32,2	9	3,9
Creencia 7	217	94,3	12	5,2	1	0,4
Creencia 8	199	86,5	30	13,0	1	0,4
Creencia 9	202	87,8	25	10,9	3	1,3
Creencia 10	188	81,7	41	17,8	1	0,4

En el presente cuadro podemos apreciar que los estudiantes materia de investigación presentan los porcentajes más elevados para el nivel promedio de creencias irracionales, es decir, el nivel más bajo; en segundo lugar, se ubica el nivel moderado de irracionalidad. El nivel alto de irracionalidad alcanza el promedio más bajo. Con ello, se puede concluir que los estudiantes universitarios de Lima este no presentan niveles altos ni moderados de irracionalidad. Los porcentajes más elevados se encuentran en el nivel promedio.

### Discusión

Al realizarse el cuadro comparativo utilizando la prueba U de Mann Whitney entre las creencias irracionales y los grupos formados por varones y mujeres, podemos observar que no se observan diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos ( $p > 0,05$ ). Ello coincide con

los resultados encontrados por Vila (2008), quien realizó un estudio respecto a las creencias irracionales y autoestima en estudiantes universitarios, en la cual encuentra que los puntajes de mujeres y varones respecto a las creencias irracionales no presentan diferencias.

Para la comparación de los estudiantes agrupados en adolescentes y jóvenes, podemos apreciar que no se encuentran diferencias estadísticamente significativas para los niveles de las creencias irracionales 1, 3, 5, 6, 8, 9 y 10. Si se encuentran diferencias estadísticamente significativas para los niveles de creencias irracionales 2, 4 y 7 en ambos grupos.

El lugar de procedencia de los padres es una variable que no influye para encontrar diferencias en los puntajes de los niveles de creencias irra-



cionales. Es decir, los estudiantes cuyos padres nacieron en Lima presentan niveles similares a la de los estudiantes cuyos padres provienen de provincias.

Es muy versátil el estado civil de los padres de los estudiantes materia de investigación. Sin embargo, esta situación civil no es un motivo para que existan diferencias en los niveles de creencias irracionales de los estudiantes universitarios, puesto que para las diez creencias irracionales se presentan los mismos niveles para los estudiantes según el estado civil de sus padres.

En lo que respecta a la situación laboral de los estudiantes, un buen porcentaje de ellos trabajan, pero, salvo la creencia irracional ocho, no se presentan diferencias significativas, es decir, el laborar o no, es una variable que no incide en el que haya diferencias significativas en los puntajes de las creencias irracionales en los estudiantes agrupados en torno a esta variable.

Al establecer la jerarquía de las creencias irracionales, se encuentra que la creencia irracional 6, “se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”, es la que ocupa el primer lugar. Ello coincide con los encontrados por Vila (2008), quien estudió la relación existente entre las creencias irracionales y la autoestima en estudiantes universitarios y Tang (2011), que estudió las creencias irracionales en adolescentes infractores privados de libertad.

Los estudiantes materia de investigación presentan los porcentajes más elevados para el nivel promedio de creencias irracionales, que es el ni-

vel más bajo, lo cual coincide con los resultados hallados por Vila (2008), ello nos indica que no presentan niveles altos de creencias irracionales.

## Conclusiones

Se puede concluir señalando que los varones y mujeres que conforman la muestra presentan similares puntajes de creencias irracionales.

Respecto a los estudiantes agrupados en adolescentes y jóvenes, presentan puntajes similares para las creencias 1, 3, 5, 6, 8, 9 y 10. Los puntajes difieren para las creencias irracionales 2, 4 y 7.

El que los padres procedan de Lima o provincias no influye para que los puntajes de las creencias irracionales de los estudiantes sean diferentes.

El estado civil de los padres no es una variable que permita encontrar diferencias estadísticamente significativas en los niveles de creencias irracionales.

Los estudiantes que trabajan y los que no lo hacen presentan los mismos niveles de creencias irracionales.

La creencia irracional seis “se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa” es la creencia que obtiene los porcentajes más elevados.

Los estudiantes materia de investigación no presentan niveles elevados de creencias irracionales. El porcentaje más elevado es para el nivel promedio que es el nivel más bajo.

No es necesario proponer la realización de programas de intervención en el centro de estudios

puesto que los estudiantes universitarios no presentan niveles altos de creencias irracionales.

## Referencias

Ellis, A. (2000). *Cómo controlar la ansiedad antes de que le controle a usted*. Buenos Aires: Paidós Ibérica.

Ellis, A. (2003). *Manual de terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Ellis, A. (2003). *Razón y emoción*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Ferrán, M. (1996). *SPSS para Windows, programación y análisis estadístico*. Madrid: McGraw-Hill /Interamericana.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México DF: McGraw-Hill/Interamericana.

Tang, C. (2011). Creencias irracionales en adolescentes infractores privados de libertad por delito sexual de un centro juvenil de varones de Lima. (Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo).

Navas, J. (1989). Ansiedad ante los exámenes. Algunas explicaciones cognitivas-conductuales. *Revista de aprendizaje y comportamiento*, 7(1).

Pacheco, C. (1988). Ansiedad, estado rasgo y creencias irracionales en estudiantes universitarios. (Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma).

Velásquez, J. (2002). Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional

de Ingeniería. (Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos).

Vila, D. (2008). Creencias irracionales y autoestima a estudiantes universitarios del primer año de estudios de la Universidad Norbert Wiener. (Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos).