



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
SECCIÓN DE POSGRADO

CREENCIAS IRRACIONALES Y ESPIRITUALIDAD EN
ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO DE UNA UNIVERSIDAD
PARTICULAR DE LIMA METROPOLITANA

PRESENTADA POR
RENZO OMAR BALLERO DAVILA

ASESORA
DANITSA ALARCÓN PARCO

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA

LIMA – PERÚ

2019



Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada
CC BY-NC-ND

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

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



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGIA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

SECCIÓN DE POSGRADO

CREENCIAS IRRACIONALES Y ESPIRITUALIDAD EN ESTUDIANTES
DE PRIMER CICLO DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE LIMA
METROPOLITANA

PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN PSICOLOGÍA

CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

PRESENTADO POR:

RENZO OMAR BALLERO DAVILA

ASESORA:

MG. DANITSA ALARCÓN PARCO

LIMA – PERÚ

2019

DEDICATORIA

A Dios, por la existencia y bendiciones recibidas.

A Mi Padre: Juan Ballero, allá donde el tiempo no existe, por su amor, gran fe y valores inculcados.

A Mi Madre Zoila Dávila, por su gran amor, comprensión y visión optimista de la vida.

A Mis Hermanos: Antoinette y Bardo, por su amor y por forjar la unión familiar.

AGRADECIMIENTOS

A mi Asesora Danitsa Alarcón, su guía, experiencia y gran exigencia.

A la formación recibida y la que sigo recibiendo, en la Universidad de San Martín de Porres, que me permiten entender la complejidad del ser humano.

A mis colegas y amigos, que me ayudaron en este nuevo reto, con sus reconfortantes consejos, entusiasmo y apoyo en los momentos pertinentes.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO.....	12
1.1 Bases Teóricas.....	12
1.1.1 Creencias Irracionales	12
Tipos de Creencias Irracionales.....	16
Ideologías de Necesidad Perturbadora.....	18
Esquema ABC	22
Origen de las Ideas Irracionales	26
Mantenimiento de las Ideas Irracionales.....	28
1.1.2 Espiritualidad.....	29
Diferencias entre Espiritualidad y Religión.....	31
Dimensiones de la Espiritualidad	33

1.2. Investigaciones Contemporáneas.....	34
1.3. Planteamiento del Problema.....	40
1.3.1 Descripción de la Realidad Problemática.....	40
1.3.2 Formulación del Problema	45
1.4 Objetivos.....	46
1.4.1 Objetivo General:	46
1.4.2 Objetivos Específicos:.....	46
1.5 Hipótesis y Variables	47
1.5.1 Formulación de las Hipótesis.	47
1.5.2 Variables de La Investigación.	48
1.5.3 Definición Operacional de las Variables.....	50
CAPÍTULO II: MÉTODO.....	51
2.1 Tipo y Diseño de la Investigación	51
2.2 Participantes.....	51
2.2.1 Criterios de inclusión.....	53
2.2.2 Criterios de exclusión.....	53
2.2.3 Muestreo	53
2.2.4 Consideraciones éticas.	53
2.3 Medición	54
2.3.1 Ficha Sociodemográfica.....	54

2.3.2	Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis	54
2.3.3	Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning	57
2.4	Procedimiento.....	61
2.5	Análisis de los Datos	62
CAPÍTULO III: RESULTADOS		63
3.1	Análisis Descriptivo.....	63
3.2	Contraste de Hipótesis	66
3.2.1.	Hipótesis General.....	66
3.2.2	Contraste de Hipótesis Específicas.....	67
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN		73
CONCLUSIONES.....		87
RECOMENDACIONES		89
ANEXOS		

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Diferencias entre Creencias Irracionales y Racionales	16
Tabla 2	Inventario de Creencias Irracionales	56
Tabla 3	Cuestionario de Espiritualidad	59
Tabla 4	Frecuencia de los Tipos de Creencias Irracionales	63
Tabla 5	Frecuencia de las Dimensiones de Espiritualidad	64
Tabla 6	Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov Para Creencias Irracionales	65
Tabla 7	Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov Para Espiritualidad	65
Tabla 8	Matriz de Correlaciones	66
Tabla 9	Comparativo de Variables Con Grupo Sexo	68
Tabla 10	Comparativo de Variables Con Grupo Turno	70
Tabla 11	Comparativo de Variables Con Grupo Convivencia Familiar	71

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre las Creencias Irracionales y la Espiritualidad, en 226 estudiantes, entre 16 y 34 años (74.78% de mujeres y 25.22% de hombres) siendo la edad de 17 años la que se presentó con mayor frecuencia, representando un 47.8%. La presente es una investigación de enfoque cuantitativo, de tipo transversal y correlacional, para la muestra se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se emplearon las siguientes Pruebas Psicológicas: Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el Cuestionario de Espiritualidad creado por Parsian y Dunning. Los resultados indican que no existe una relación significativa entre Creencias Irracionales y Espiritualidad, por lo que se discutieron la relevancia de estos estos hallazgos dentro del contexto académico.

Palabras clave: Creencias Irracionales, Espiritualidad.

ABSTRACT

The objective of the research was to analyze the relationship between Irrational Beliefs and Spirituality, in 226 students, between 16 and 34 years old (74.78% of women and 25.22% of men), with the age of 17 being the most frequent, representing a 47.79%. This is a research of quantitative approach, of transversal and correlational type, for the sample a non-probabilistic sampling was used for convenience. The following Psychological Tests were used: Inventory of Irrational Beliefs by Albert Ellis and the Spirituality Questionnaire created by Parsian and Dunning. The results indicate that there is no significant relationship between Irrational Beliefs and Spirituality, so the relevance of these findings within the academic context was discussed.

Keywords: Irrational Beliefs, Spirituality.

INTRODUCCIÓN

La adaptación a la universidad, es un proceso que requiere nuestra atención en los universitarios de los primeros ciclos, por la ansiedad e incertidumbre que se hace patente ante lo nuevo que implican las exigencias de la vida universitaria (Carrión-Gutiérrez, 2017).

El mayor porcentaje de la población que accede a la educación universitaria en nuestro país, está comprendida entre los 15 a 25 años, y gran parte de estos universitarios, se ven afectados por problemas de salud mental.

Así pues, las variables que se ven involucradas en este escenario son las Creencias Irracionales que son definidas por Ellis y Dryden (1989) como ideas inflexibles que desencadenan en comportamientos desfavorables y alteraciones a nivel emocional como depresión y ansiedad; y la Espiritualidad que según Parsian y Dunning (2009) es definida como la vivencia particular de las personas que influye en sus cogniciones e interpretaciones sobre la familia, salud y la vida.

La presente investigación permitirá contribuir al conocimiento científico por la información de referencia novedoso, ampliando la literatura actual en relación de estudiantes universitarios, permitiendo en el ámbito práctico desarrollar estrategias y programas encaminados a disminuir la incidencia o prevalencia de problemas psicológicos derivados de las creencias irracionales y/o de un bajo nivel de espiritualidad.

Se pretende establecer la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en universitarios del primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, partiendo de la hipótesis que existe relación entre ambas variables.

La presente investigación se ha estructurado en cuatro capítulos. Así en el primer capítulo se ha considerado en el marco teórico, las Creencias Irracionales, la Espiritualidad, también se da a conocer las investigaciones contemporáneas, planteamiento del problema, objetivos, y por último hipótesis y variables. En el segundo capítulo, se describe el método, que incluye al tipo y diseño de la investigación, participantes, los instrumentos, procedimiento y finalmente el análisis de los resultados. El tercer capítulo, se caracteriza por dar a conocer los hallazgos que se encuentran relacionados a los objetivos de la investigación. Finalmente, el cuarto capítulo hace mención a las discusiones, las que se refieren a la interpretación y calificación de los resultados y las inferencias derivadas, también se incluye las limitaciones el estudio y las generalizaciones.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1 Bases Teóricas

1.1.1 Creencias Irracionales

Antes de llegar a comprender las Creencias Irracionales, resulta relevante conocer las definiciones de creencias y creencias racionales.

Creencias. De acuerdo a lo que plantea Ellis (1992) las creencias son definidas no solo como los pensamientos, ideas, cogniciones sino también como representaciones mentales, siendo estas las que generan nuestro estado emocional y conductual.

Las creencias son las ideas, pensamientos, cogniciones, deducciones o calificaciones que poseemos sobre a un evento, que Ellis (2004) denomina Situación Activadora, en el Esquema ABC. Las creencias entonces, se aprenden en las etapas tempranas y en todo nuestro proceso de desarrollo.

Para Oblitas (2008) el constructo creencias hace referencia a una variedad de particularidades del pensamiento de las personas y es apreciada además como el origen de las conductas y emociones desadaptativas y disfuncionales respectivamente.

Creencias Racionales. Ellis y Dryden (1989) afirman que las Creencias Racionales son pensamientos de evaluación que cada uno de nosotros posee, siendo estas flexibles, no absolutas Estas creencias se reflejan en la forma “me agradaría”, “no desearía”, “me gustaría”, entre otras. Así mismo las creencias

racionales generan sentimientos de gratificación cuando se obtiene lo que se desea, y producen sentimientos negativos cuando no se obtiene lo que se anhela. Pero he aquí un aspecto capital, este sentimiento de displacer no obstaculiza el logro de los objetivos, por lo tanto, es considerada una respuesta adecuada.

Ellis (2004) refiere que una Creencia Racional, provocará una respuesta a nivel emocional, funcional. Al respecto Walen (como se citó en Oblitas, 2008) menciona que las Creencias Racionales ayudan a lograr la meta de experimentar la satisfacción de vivir, permiten una adecuada interrelación con otros, así como el desarrollo individual. Espezúa (2015) argumenta que los pensamientos racionales están vinculadas con la satisfacción, felicidad y el bienestar de los individuos.

Ellis y Grieger (1990) comentan que este tipo de creencias posibilitan ser más felices ya que permiten el logro de los objetivos.

Creencias Irracionales. Al respecto Ellis y Dryden (1989) explican que estas creencias, son pensamientos rígidos, los cuales originan conductas desfavorables y perturbaciones emocionales como ansiedad y depresión.

Ellis y Dryden (1989) relatan que las Creencias Irracionales se distinguen de las racionales en dos aspectos: la primera es que son rígidas (o dogmáticas) siendo esta su esencia, manifiestas en frases como “tendría que”, “estaría obligado a”, etc. Las que conllevan a estados emocionales desfavorables (depresión, ansiedad, culpabilidad, temor). Interfiriendo en el logro de objetivos, son el soporte de conductas disfuncionales como la depresión, el abuso de bebidas alcohólicas y de sustancias psicoactivas, etc. En lo que respecta a las creencias racionales, ellas son los cimientos de las conductas funcionales.

Pervin (como se citó en Coppari et al., 2010) refiere que las Creencias Irracionales son aquellas que no guardan relación con la lógica y que no poseen una base empírica, contrastable con la realidad.

Las Creencias Irracionales nacen de los requerimientos y autoexigencias inflexibles de las personas, así como de las premisas que no se condicen con la realidad, las cuales en la mayor cantidad de las ocurrencias desencadenan en distorsiones cognitivas.

Ellis y Grieger (2003) argumentan que estas inferencias alteran la realidad, conllevando a supergeneralizaciones antiempíricas puesto que subyacen a un programa de “necesidad de perturbación” el cual se encuentra oculto en la psique. Ergo, ello resultará en conductas o emociones poco adaptativa.

Las Creencias Irracionales o las clases de cogniciones erróneas son las que causan incidentes de perturbación a nivel emocional y conductual. (Espezúa, 2015).

De acuerdo a Bernard et al. (como se citaron en Zumalde y Ramírez, 1999) los pensamientos irracionales se destacan por carecer de una base empírica, expresarse como exigencias, mandatos, conducir a emociones inadecuadas e imposibilitar la consecución de las metas.

En conclusión, las Creencias Racionales desencadenan en conductas adaptativas, de autoayuda, así como sentimientos funcionales, en tanto que las Creencias Irracionales conducen a conductas desadaptativas, destructivas y sentimientos disfuncionales, como lo mencionan Ellis y Bernard así como Vernon (como se citó en Zumalde y Ramírez, 1999).

Domínguez, Osona y Rodríguez (como se citó en Kuba, 2007) permiten apreciar una comparación entre las clases de creencias Irracionales y Racionales en la Tabla 1.

Tabla 1

Diferencias entre Creencias Irracionales y Racionales

Creencias Irracionales	Creencias Racionales
Rígidas, debido a que los fundamentos que nos dirigen, los reconocemos como ciertos.	Probabilísticas, aquello que queremos se puede lograr, en su totalidad o de forma parcial.
Absolutas, sustentadas en el todo o nada.	Preferenciales, en una gama de opciones pueden ser de mayor o menor relevancia, estando subordinadas a las circunstancias.
Necesarias, porque estas ideas son el fundamento que conllevar a ser felices.	Relativas, no es fundamental que se obtenga el total con el fin de ser feliz, debido a que ello también puede lograrse con una fracción.
Son negativas, debido a que genera más tensión para lo que debemos realizar.	Son positivas, no obstante, de causar tensión, se acepta que la omisión de algunas cosas.

- **Tipos de Creencias Irracionales.** A continuación, se darán a conocer la clasificación de las Creencias Irracionales.

Ellis (1962, 1975; como se citó en Paula, 2007) como base de su teoría en la Terapia Racional, sostiene que ciertas ideas irracionales centrales, que han sido clínicamente observadas, están como base en la mayor cantidad de las perturbaciones emocionales. Tales ideas son:

1. Es una necesidad extrema para el ser humano adulto el ser amado y aprobado por prácticamente cada persona significativa de su comunidad.
2. Para considerarse a uno mismo valioso se debe ser competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles.
3. Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad.
4. Es tremendo y catastrófico el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno de gustaría que fuesen.
5. La desgracia humana se origina por causas externas y la gente tiene poca capacidad, o ninguna, de controlar sus penas y perturbaciones.
6. Si algo es o puede ser peligroso o temible, la persona se debería sentir terriblemente inquieta por ello, deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra.
7. Es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida.
8. Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar.

9. La historia pasada de uno es un determinante decisivo de la conducta actual; algo que ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente.

10. Uno deberá sentirse muy preocupado por los problemas y perturbaciones de los demás.

11. Invariablemente existe una solución precisa, correcta y perfecta para los problemas humanos, y si esta solución perfecta no se encuentra sobreviene la catástrofe.

12. La mayor felicidad humana es alcanzable mediante la inercia y la inacción.

En la presente investigación, se hará empleo de diez tipos de Creencias Irracionales, conforme al Inventario de Creencias Irracionales de Ellis.

- **Ideologías de Necesidad Perturbadora.** Ellis y Grieger (2003) mencionan que los pensamientos irracionales se hallan enmarcados en algunas de las ideologías de "necesidad perturbadora" (musturbatory), es decir la tendencia humana a hacer distorsiones de la realidad, a percibir el mundo alterado y a realizar deformaciones antiempíricas sobre lo que ha sucedido u ocurrirá, además de hacer afirmaciones exigentes o imperativas.

Estas ideologías de necesidad perturbadora son las siguientes:

La primera ideología de "necesidad perturbadora" se relaciona con las exigencias que una persona se hace a sí misma. La idea básica es: "El comportamiento que tenga debería ser el mejor, para que de esa forma merezca el asentimiento de mis actuaciones, de no ser así sería considerado sin valor". Esta ideología contiene diversas sub-ideas, entre las cuales tenemos las siguientes creencias:

- Cada persona debe demostrarse que tiene las competencias, idoneidad y capacidad.
- Las emociones negativas resultan mayoritariamente de las demandas externas, antes las que poseemos escaso control para modificarlas.
- Cada persona debe sentirse alterada cuando sobrevengan sucesos que amenacen su existencia.
- El hoy está influenciado definitivamente por el pasado.
- Para poder sentirnos cómodos y obrar apropiadamente es necesario tener un elevado nivel de ordenamiento y certidumbre en el mundo.
- Se debe requerir y ser dependientes de los otros.
- Se debe entender la naturaleza para existir con felicidad en el mundo.
- Únicamente cada persona se puede valorar como buena o digna si realiza las cosas de forma adecuadas.
- El estar con ansiedad, depresión o con enfado, nos convierten en inútiles.

- No es posible sobrellevar la reprobación de las personas que representan a la autoridad y tampoco se les pueden poner en duda, pero de ser cuestionadas, las autoridades tendrían la potestad de sancionar y disciplinar.

La segunda ideología de "necesidad perturbadora", se refiere a las exigencias de les hacemos a los demás con el fin de que actúen según nuestro criterio. La creencia central es: " Los demás deben tratarme con aprecio y cortesía, exactamente de la manera en que deseo que me atiendan, ya que no de hacerlo, deberían ser fuertemente sancionados por la humanidad y el cosmos". También encontramos contenidas las ideas siguientes:

- Cada persona debe ser tratada de una forma atenta y con justicia, de lo contrario merecerían una sanción.
- Las personas deben sentir vergüenza de sí mismas, si es que su comportamiento es inapropiado o si actúan con estupidez, convirtiéndose así en totales idiotas.
- Todos deben lograr conseguir todas sus capacidades, con el propósito de tener una existencia de felicidad y que valga el esfuerzo, dado que de otra manera tendrían una baja o nula valía como personas.

La tercera ideología de "necesidad perturbadora", esta se relaciona con las demandas que le hacemos a las circunstancias, al mundo, con el objetivo de que no ocurra nada que no queremos: "las circunstancias que me rodean deben de

facilitarme casi todo lo que deseo, de forma comfortable, dinámica y prácticamente sin dificultades”. Así tenemos que se encuentran inmersas las siguientes ideas:

- La existencia sería horrible o espantosa, si las cosas no fuesen como uno quisiera.
- La continua preocupación sobre las amenazas de este mundo, nos otorga el control sobre esos peligros.
- Es preferible una satisfacción inmediata en lugar de atravesar por el pesar actual con el fin de lograr un futuro distinto.
- Los demás deberían comportarse de una mejor forma de lo que usualmente se comportan.
- No es posible modificar nuestra existencia si es que poseemos desventajas a nivel social o hereditario.
- Lo que es repulsivo no debiese existir, porque es muy complicado tratar de modificarlo y sería vano cualquier intento.
- Debe primar explícitamente lo que es justo, equitativo y democrático.
- Las propias dificultades y de las otras personas, tienen que tener arreglo perfecto.
- Toda la tristeza de las personas es producida por los demás y por los hechos extrínsecos, y ante ello debemos mantenernos siempre ansiosos.
- Dejar de existir es horrible.

- Una energía sobrenatural debe darle un propósito especial a nuestra existencia.
 - No es posible tolerar el malestar de estar con angustia, depresión, culpa, vergüenza o perturbación a nivel emocional.
 - Cada persona debe terminar con su existencia cuando las cosas permanezcan perjudiciales y no haya manera de cambiarlas.
-
- **Esquema ABC.** Este esquema permite comprender como es que interactúan las creencias con las emociones y conductas.

Como psicoanalista Ellis, descubrió que, aunque sus pacientes mejoraban con el psicoanálisis, su mejoría no se debía al hecho de revivir acontecimientos pasados, hacer conscientes motivaciones inconscientes, trabajar la relación de transferencia, sino que, de acuerdo a lo que creía, el hecho de modificar sus creencias, cambiaba para mejorar los comportamientos y sentimientos perturbadores. (Ellis, 1992).

En 1995 Ellis dejó el psicoanálisis, centrándose en el cambio de sus Creencias Irracionales a través del debate, para elicitarse las creencias racionales. De esta forma la Terapia Racional-Emotiva (TRE) se convirtió en una teoría y práctica orientada cognitiva y conductualmente, poniendo un realce especial en la intervención activa, directiva y sistemática en el "aquí y ahora".

Ellis y Lega (1993) describen el ABC, eje central de la Terapia Racional-Emotiva (TRE) considerando lo siguiente:

"A": Acontecimiento activador, no siempre es una causa directa.

"B": Nuestras creencias acerca de "A".

"C": Consecuencia emocional y conductual.

El Acontecimiento activador (A). Representa los eventos, hechos o circunstancias. Por ejemplo: desaprobación un examen parcial.

Sistema de Creencias (B). Representa las creencias, supuestos, normas, etc. que tenemos en función a lo sucedido en "A". Estas creencias son las mediadoras entre las A y las C. Estas creencias pueden tener una base empírica en la realidad o no, por lo que las creencias que se producen pueden ser creencias racionales o Creencias Irracionales.

Es así que las Creencias racionales provocarán en "C" conductas funcionales y emociones positivas, mientras que las Creencias Irracionales producirán conductas disfuncionales y emociones negativas. Un ejemplo de creencia irracional: Soy un fracasado por no haber aprobado el examen.

Consecuencias (C). Representa el resultado a nivel emocional, conductual o fisiológico, de la evaluación que realizamos en B sobre el Acontecimiento en A. Por ejemplo: Ansiedad, tristeza, llanto, respuestas neurovegetativas.

Lega, Caballo y Ellis (1997), explican el esquema ABC, para lo cual argumentan que cuando los pacientes describen “A”, el terapeuta analiza los siguientes elementos: Lo que sucedió y la percepción del paciente de lo que ocurrió. En este aspecto La TREC, realiza una diferenciación entre la realidad objetiva y la percibida. Mientras que la realidad objetiva se puede verificar, es decir, se condice con la realidad, la segunda hace referencia a lo que mencionan los pacientes y cómo supuestamente es.

Es en “B”, donde cobran capital relevancia las creencias, siendo estas conceptualizadas como cogniciones, pensamientos; que realizan la evaluación de la realidad. “B” está caracteriza por tener dos tipos de creencias: La racionales y las irracionales. En relación a estas últimas, que es importante identificar los “debería”, “tendría que”, cuando sean equivalentes a exigencias, demandas, imperativos como un dogma moral. Estos “debo de” y “tengo que” rígidos, los cuales como se apreció en las Ideologías De Necesidad Perturbadora, están agrupados en una triada cognitiva que direccionan a tres inferencias irracionales nucleares, las cuales están descritas por Lega et al. (1997), siendo estas las siguientes:

- 1. Tremendismo:** Que implica la tendencia a destacar en gran medida lo desfavorable de un suceso, a interpretarlo totalmente negativo, es creer que las situaciones no debiesen ser tan nefastas como aquellas que están sucediendo.

- 2. Baja tolerancia a la frustración o No lo puedo soportar:** Es la propensión a extremar lo intolerable de un evento, es por ello la valoración de lo insoportable el resultado de estar en aquel estado; es por esa razón que además se siente que no es posible alcanzar la felicidad. Sea porque que es factible su ocurrencia: “si tal cosa ocurre es insoportable, terrible, horrible”; o porque no es factible que ocurra: “si tal cosa no ocurre, es insoportable, terrible, horrible”.
- 3. Condenación:** Propensión a calificar como “mala”, la valoración de un individuo o incluso de la propia valía personal, como consecuencia del comportamiento particular. Es creer que la valoración de cada uno está en dependencia directa de lo que realice o deje de realizar, con base a las exigencias que se tengan. Ejemplo: Si una persona no realizó lo que le solicité o realiza algo que no debía hacer, entonces no es la persona que yo creía, y me siento decepcionado por ello.

Es por “C”, por lo general, que llega un paciente a consulta, es decir la consecuencia emocional, siendo en la mayor cantidad de las circunstancias, fácil de reconocer y explicar por el paciente. Ahora bien, no todas las consecuencias emocionales son consideradas un problema para la TREC, pues esta hace una diferenciación entre las emociones que ayudan y aquellas que son perjudiciales, siendo esta considerada como la que dificulta alcanzar los objetivos, la que no permite disfrutar y por estar acompañada de conductas desadaptativas.

Resumiendo, Ellis en su modelo ABC, remarca el rol capital de las Creencias Irracionales (B) como causantes de los dificultades psicológicas, puesto que el desencadenante de las emociones negativas y conductas disfuncionales (C), no siguen en forma directa a los Eventos Activadores (A), sino que están dependerán de la evaluación poco realista y lógica de cómo se percibe “A”.

- **Origen de las Ideas Irracionales.** Al respecto Benesch (2009) determina que las ideas irracionales se originan en gran medida en el seno familiar y también a la comunidad a la cual pertenece la persona. En esta línea de pensamiento Young (1999) citado por Ferrel, González y Padilla (2013) argumenta que la causa de las Creencias Irracionales está relacionada con aprendizajes pasados, los cuales llegan a ser generalizados, empiezan en las etapas de desarrollo temprano, en la familia o en la sociedad y perduran para luego relacionarse a diferentes situaciones remotas a la situación real.

Ellis y MacLaren (2004) mencionan que toda persona tiene una tendencia biológica a ser constructivas y destructivas, es decir de ayudarse y de autodestruirse a sí misma respectivamente. La interrelación de estas propensiones con las circunstancias del medio y el aprendizaje social, crearían las alteraciones emocionales y conductuales.

Ellis, Dryden, y Cartón (1989) mencionan que la génesis de las Creencias Irracionales está relacionada con:

a) Tendencia innata de los humanos a la irracionalidad. Las personas poseen en sus encéfalos áreas precorticales consecuencia de su evolución como especie que posibilitan que aparezca propensión a la irracionalidad en su comportamiento.

b) Historia de aprendizaje. Existe la posibilidad que las personas, sobre todo, en la etapa donde socializan en la infancia, aprendan de sus vivencias ya sea de forma directa o de modelos socio-familiares algunas Creencias Irracionales.

Es relevante mencionar que, aunque se puedan tener pensamientos y comportamientos racionales, producto de un aprendizaje, estos se pueden transformar en Cogniciones erróneas debido a la propensión innata a la irracionalidad.

Bosqued (2005) citado por Mazariegos (2013) describe que las Creencias Racionales son originadas al emplear la corteza cerebral, la parte más racional e intelectual del encéfalo, en tanto que las Creencias Irracionales estarían vinculadas con la amígdala y el sistema límbico, que componen su estructura más emocional y añeja.

- **Mantenimiento de las Ideas Irracionales.** A continuación se explicará los factores que permiten el mantenimiento de las Creencias Irracionales. Ellis, Dryden y Cartón (1989) enfatizan los siguientes factores:

Baja tolerancia a la frustración: Los individuos, persiguiendo sus demandas de comodidad, realizan una búsqueda de placer en un breve periodo (“debo estar bien ahora”), que lo llevan a no esmerarse para mejorar (“tendría que ser más fácil”).

Mecanismos de defensa psicológicos: Procedentes de lo anterior y por no tolerar la incomodidad.

Síntomas secundarios: Resultante de los dos anteriores, componen dificultades secundarias y radican en “Estar perturbados por la perturbación” (Ansiedad por tener ansiedad: “Tengo ansiedad y no tendría que estar así”).

1.1.2 Espiritualidad

Para la presente investigación se considerarán definiciones enmarcadas en el ámbito científico.

Jiménez (2005) argumenta que para conceptualizar la Espiritualidad de una forma que abarque aspectos en común entre la diversidad de culturas, tendría que incluir las carencias de las personas, las cuales probablemente las tenemos todos, en este contexto se identifican las siguientes necesidades:

1. La de encontrar sentido, propósito y realización en la vida (la cual es fundamental a la existencia, su no satisfacción puede generar sufrimiento y vacío existencial).
2. La de esperanza o de voluntad de vivir (en salud como en enfermedad, tiene la misma relevancia).
3. La de tener fe en nosotros mismos, en los demás o en Dios (favorece a los dos anteriores).

Parsian y Dunning (2009) definen Espiritualidad como la vivencia particular de las personas que influye en sus cogniciones e interpretaciones sobre la salud, la familia y la existencia. Hace referencia a las ideas sobre el propósito de la existencia que puede hallarse por medio de la relación con el yo interno y las relaciones gratas con los demás y con la naturaleza. De igual modo, se enfoca en el concepto de identidad interior, sentido de la vida y conexión de las personas.

Para Reed (como se citó en Diaz, 2012) la Espiritualidad es la autotranscendencia (capacidad evolutiva del individuo) que facilita a la persona a ampliar sus límites individuales y que le permite la orientación para tareas y metas superiores de sí misma, sin negar valía personal, el ser en la situación presente y beneficiando su propia maduración, permitiendo obtener una sensación permanente de dicha y de estar conectado con uno mismo y con el medio.

Según Goswami y Goswami (2012) la Espiritualidad es definida como la necesidad positiva y esencial que poseen los individuos para crecer según los valores que le dan sentido a la vida y que mantengan el sentimiento de esperanza.

Benavent (2014) conceptualiza a la Espiritualidad, como la fuerza de vida; en las pasiones e inspiraciones que motivan y conectan con el mundo, que impulsa a la vida, disminuye las preocupaciones más profundas.

Nogués (como se citó en Benavente, 2014) menciona que es posible sintetizar la Espiritualidad contemporánea de acuerdo a:

1. La preocupación por una «higiene mental»: la Espiritualidad como aquello que ayuda a ordenar los pensamientos, los sentimientos y las emociones.
2. La referencia a la trascendencia, que a menudo no está bien definida, que puede integrar desde seres espirituales hasta energías e influencias indeterminadas.

3. Como alternativa a la religión, que por distintos motivos se ve como una institución arcaica, la Espiritualidad se ve como una posibilidad de adaptar individualmente las respuestas a la necesidad de encontrar un sentido, huyendo del compromiso comunitario.

kings, Hedstrom, Hughes, Leaf, y Saunders (como se citó en Cobo, 2016) mencionan que la Espiritualidad es un conjunto de valores que tienen las personas a lo largo de sus vidas, que le permite experimentar las sensaciones de bienestar por obras que son altruistas y siempre buscan un pensamiento pro social.

Koenig, McCullough y Carson (como se citó en Lemos y Oñate, 2018) la Espiritualidad se estructura como una indagación individual, con la finalidad de entender aquellas preguntas capitales de nuestra vida, la existencia y de la conexión con lo que trasciende o es sagrado, que podrían o no conducir a la realización de rituales religiosos o a conformar una colectividad.

- **Diferencias entre Espiritualidad y Religión.** Debido a que existen confusiones con los términos, se hace relevante establecer un deslinde conceptual entre ambos.

Koenig, McCullough y Larson (como se citaron en Quiceno y Vinaccia, 2009) establecen que mientras la Espiritualidad implica una búsqueda constante de encontrar una razón a la existencia y a su relación con aquello que involucra a las trascendencia (que podría o no, encaminarnos a la formación de una colectividad y a tener o no, rituales religiosos), la religión es entendida como un sistema establecido por rituales, creencias, prácticas así como rituales y símbolos que permitirían acercarnos a los trascendente (Dios, un poder mayor, o la verdad absoluta).

Shafranske y Sperry (como se citó en Sieverson, Evans, Florenzano, y Fernández, 2016), argumentan que la mayor convergencia entre los autores que definen a la Espiritualidad y la religión, hacen referencia a que mientras la Espiritualidad es entendida como una realidad dirigida a la trascendencia con base a la vivencia religiosa individual, la religión en cambio es comprendida como una entidad social que tiene una serie de costumbres y rituales delimitadas y reglamentadas.

De acuerdo con Hood (2003) (como se citó en Riso, 2009) La religión es percibida como esencial, estática, institucional y objetiva, mientras que la Espiritualidad es calificada como funcional, dinámica, individual, subjetiva, basada en la vivencia.

Parsian y Dunning (2009) al igual que Simkin (2016) arriban a la conclusión que tanto la religión como la Espiritualidad involucran un sentimiento, la primera en relación a los sagrado, mientras que en las segunda, están en

referencia a lo beneficioso de la existencia de la persona consigo misma y con los otros.

- **Dimensiones de la Espiritualidad.** Parsian y Dunning (2009), describen las siguientes dimensiones de la Espiritualidad:

Concepto de Identidad Interior: Entendida como la indagación que realiza el individuo, con la finalidad de poder conocerse. Incluye a la autoconciencia y las creencias espirituales.

La autoconciencia está determinada por la identificación de capacidades, actitudes frente a sí mismo y valores, es la relación con el yo interno, nuestros pensamientos y sentimientos.

Las creencias espirituales, que implica la importancia de la Espiritualidad en la vida, es decir vivir en coherencia a lo que se piensa.

Sentido de Vida: Es la motivación referida al entorno, el servicio a la colectividad y a la promoción de las prácticas espirituales, las cuales son entendidas como actividades que muestran de forma patente a la Espiritualidad, así tenemos a la meditación, oración, el cuidado de la naturaleza, etc.

Conexión con las Personas: Es el enlace y requerimiento que tienen los individuos con la Espiritualidad y todo entorno concerniente a ello, involucra las necesidades espirituales, lo que involucra alcanzar un propósito en la vida, con base en perdonar, amar y conexiones con los demás.

1.2. Investigaciones Contemporáneas

Como se mencionó, hasta la fecha no se han hallado investigaciones que correlacionen ambas variables, por lo que se darán a conocer investigaciones que aborden por separados las Creencias Irracionales y la Espiritualidad, tanto en el ámbito Nacional como en el Internacional.

Investigaciones Nacionales Sobre Creencias Irracionales

Gutiérrez (2014) realizó una investigación para conocer la relación entre Clima Social Familiar y Las Creencias Irracionales en universitarios de Psicología tanto del primer como del segundo ciclo, de una universidad particular en Piura. La investigación fue Cuantitativa, de tipo Descriptiva - Correlacional. Se realizó la selección de forma intencional a una muestra conformada por 58 universitarios. Las pruebas empleadas fueron la Escala de Clima Social Familiar de Moos y el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis. Se encontró una correlación significativa entre las variables, deduciendo que ambas son dependientes.

Vásquez (2015) tuvo como objetivo en su investigación, conocer la existencia de diferencias significativas en los patrones de creencias irracionales en los universitarios con rendimiento académico bueno, regular y deficiente, de

una universidad particular de Lima. La muestra estuvo constituida por 310 universitarios entre los 16 a 24 años de edad, pertenecientes a las escuelas profesionales de Psicología, Enfermería, Nutrición, Ingeniería civil, Ingeniería ambiental y Comunicación. Se empleó el Registro de Opiniones (A) adaptado y validado por Guzmán, para la evaluación de las Creencias Irracionales. Se empleó un diseño no experimental de corte transversal y de alcance descriptivo comparativo. Los hallazgos indicaron que no existen diferencias significativas en los patrones de necesidad de aprobación, perfeccionismo, condenación, catastrofismo e incontrolabilidad, con los universitarios con rendimiento académico deficiente, regular y bueno. Sin embargo, se halló diferencias significativas en el patrón influencia del pasado, en la que se aprecia mayor presencia de creencias irracionales en los universitarios con rendimiento académico regular respecto a los grupos con rendimiento académico bueno y deficiente.

Ponce y Orosco (2016) tuvieron como objetivo determinar si existe relación significativa entre creencias irracionales y ansiedad estado - rasgo en universitarios del primer ciclo de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad particular de Lima. En cuanto a su diseño, esta fue no experimental de corte trasversal y de alcance correlacional. La conformación de la muestra fue de 166 universitarios tanto hombre como mujeres, desde los 16 hasta los 22 años de edad. Se utilizó El Inventario de Creencias Irracionales de Ellis, y el Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (STAI), de Spielberg, Gorsuch y Lushene. Los hallazgos indican que a nivel global, existe correlación

significativa entre ambas variables en los universitarios del primer año. En nueve creencias irracionales se encontró relación con ansiedad estado – rasgo, excepto en la creencia de dependencia emocional (N°8)

Rasco y Suarez (2017) tuvieron como objetivo determinar si existe relación significativa entre las creencias irracionales y la ansiedad, emplearon un diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional. 318 universitarios fue la cantidad de la muestra, la misma que estaba comprendida entre los 16 y 30 años de edad, en una universidad privada de Lima Este. Los instrumentos empleados fueron el Registro de Opiniones (Guzmán, 2009) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (Spielberger et al., 1975). Los hallazgos demuestran que existe relación significativa entre cinco creencias irracionales con la ansiedad estado-rasgo, excepto con la creencia irracional de infelicidad.

Kuba (2017) buscó determinar la relación existente entre Creencias Irracionales y Ansiedad Social. La muestra estuvo conformada por 124 universitarios (hombre y mujeres) de Psicología, entre los 18 hasta los 28 años de edad, de una Universidad Privada de Lima. Se emplearon el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis y el Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos CASO A-30.

Los hallazgos determinaron la existencia de relación moderada y positiva entre las variables. Otros hallazgos relevantes indicaron que la presencia alta de ansiedad social se encuentra en el 40% de universitarios, en lo que respecta a las Creencias Irracionales, se identificaron a las Creencias de Dependencia Emocional y Sobre implicación como las que se presentan con mayor ocurrencia.

Investigaciones Internacionales Sobre Creencias Irracionales

Medrano, Galleano, Galera y Valle Fernández (2010) en una investigación no experimental, buscaron determinar la relación entre creencias irracionales, rendimiento y deserción. Fueron 31 universitarios ingresantes (23 mujeres y 8 hombres) de psicología, en Córdoba (Argentina), para la selección se empleó el muestreo no probabilístico accidental. Para la evaluación de las Creencias Irracionales se tuvo que elaborar entrevista de diez preguntas abiertas para ulteriormente hacer un análisis de contenido. Los hallazgos indicaron que no existe correlación significativa con el rendimiento académico, así como que la mayor cantidad de Creencias Irracionales se encuentran en los alumnos que abandonaban la universidad.

Huerta y Alcázar (2014) expusieron que las personas con mayor inteligencia tienen un mayor procesamiento lógico por lo que tendrían una menor incidencia de creencias irracionales. El objetivo fue conocer la correlación entre el puntaje del coeficiente intelectual y los puntajes de Creencias Irracionales. Se emplearon la Escala de Inteligencia de Adultos WAIS-III y el Inventario de Ideas Irracionales de Ellis. 28 universitarios (hombres y mujeres) de Puebla en México, conformaron la muestra. Se hallaron 315 correlaciones en total, de las cuales 10 fueron significativas aunque moderadas, solo cinco correlaciones validaron la hipótesis. Las puntuaciones del CI se encontraron en el intervalo de los 60 hasta los 113 puntos.

Los resultados contradicen la hipótesis, así cuanto mayor inteligencia, mayor nivel irracionalidad. Estas correlaciones se vieron únicamente en los varones.

Investigaciones Nacionales Sobre Espiritualidad

Rivera Y Rodríguez (2016) tuvieron como objetivo en su investigación el de precisar los sentimientos sobre espiritualidad, en relación a la autoconciencia, creencias y practicas espirituales. La muestra estuvo conformada por 110 universitarios (hombre y mujeres) de los ciclos primero y sexto de la Facultad de Enfermería de una universidad particular en Arequipa. La investigación fue cualitativa. Se empleó la entrevista a profundidad con preguntas abiertas. Los hallazgos indican que, en lo concerniente a las categorías de la Autoconciencia, estas son positivas, uniformes y orientadoras. En cuanto a las Creencias Espirituales, todos los universitarios, poseen pensamientos uniformes, positivos y sinceros. Por último sobre las Practicas Espirituales, aunque existen conocimientos sobre las mismas a nivel teórico, no las ejecutan.

Mamani (2018) se planteó conocer si existe relación significativa entre bienestar psicológico, satisfacción familiar y espiritualidad en universitarios de una institución particular en Lima. Se utilizó un diseño no experimental de corte transversal y de alcance correlacional. 384 universitarios (hombres y mujeres) de 17 a 18 años de edad, constituyeron la muestra. Se emplearon la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) de Casullo, la Escala de

Satisfacción Familiar (ESFA) de Barraca y López-Yarto y el Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning. Los hallazgos indican que el autoconocimiento, autoaceptación y el bienestar con uno mismo generan placer en las interacciones con la familia, así como el de apreciar la existencia de una manera positiva y con un sentido espiritual.

Alva y Castillo (2018) buscaron conocer la relación entre la espiritualidad y estilo de vida. Su investigación fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, tipo correlacional y de corte transversal. 176 universitarios de Medicina Humana. Emplearon el muestreo no probabilístico por conveniencia. Se empleó el Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning y el Cuestionario S.N. – 52 para los Estilos de vida de Walker, Sechrist y Pender. Los hallazgos indican que existe correlación entre las variables, así como que el 75% de los universitarios, posee un nivel bajo de espiritualidad.

Investigaciones Internacionales Sobre Espiritualidad

Morales (2016) tuvo como objetivo el de conocer la relación de tres variables: Espiritualidad, Bienestar físico y Bienestar Psicológico. 387 universitarios entre mujeres y hombres, mayores a los 18 años de edad, del primer año, pertenecientes a dos universidades de Puerto Rico, constituyeron la muestra. La investigación fue descriptiva – correlacional. Se empleó el cuestionario desarrollado por Morales, quien realizó esta investigación: EBFSEU, posee 3 escalas, las mismas que miden las tres variables. Los hallazgos indican que existe una correlación media entre las tres variables,

además los resultados evidencian diferencias significativas entre los niveles de Espiritualidad al establecer la comparación entre hombre y mujeres.

Cunningham (2005) realizó una investigación encaminada a determinar las consecuencias de un breve curso psicoeducativo en la espiritualidad y en la salud. 97 pacientes que se encontraban en distintas etapas y tipos de neoplasias constituyeron la muestra, fundamentalmente mujeres (80%) y en promedio más jóvenes en lo que respecta a la población general de cáncer. Se realizaron ocho sesiones, así como evaluaciones pre y post test.

Los hallazgos indicaron que posterior a la intervención se evidenciaron mejoras significativas antes de los seis meses (empezando a evidenciarse mejoría en la séptima y media semanas). Asimismo, la mayoría de los participantes aceptaron mucho mejor su situación actual, experimentando una perspectiva más positiva del significado de su existencia, evidenciando la influencia de la espiritualidad.

1.3. Planteamiento del Problema

1.3.1 Descripción de la Realidad Problemática. En los resultados dados a conocer por el INEI, respecto al II Censo Nacional Universitario 2010 (en la que no se incluye la Universidad Femenina del Sagrado Corazón), en lo que concierne a los estudiantes de universitarios de pregrado, se obtuvo que existen 277,073 alumnos, en las edades comprendidas de 15 a 20 años, (h=126,214 y m=150,859) que representan al 35% de la población universitaria en el Perú, mientras que el grupo etario de 21 a 25 años (h=169,306 y m=159,091) lo que

representa al 42%. Es decir, este segmento representa al 77% de los universitarios peruanos.

León-Jiménez et al. (2012) señalan que los trastornos de salud mental de acuerdo a la Organización mundial de la salud (OMS) son considerados como una de las diez primeras causas de morbilidad a nivel mundial teniendo como poblaciones más vulnerables a los jóvenes universitarios. Es en esta población, que se producen una diversidad de cambios producto del tránsito de la educación secundaria a la universitaria.

El inicio de la etapa de formación superior universitaria, no solo conlleva al establecimiento de nuevos roles, responsabilidades, sino que además de acuerdo a Pulgar (2010) la educación superior en Latinoamérica se encuentra en shock, por la internacionalización, el impacto de las nuevas tecnologías, las exigencias de calidad y demandas de acceso a sociedades del conocimiento, todo ello según Arnett (2007) conllevaría a una reevaluación de sus creencias que repercutirían no solo en cambios de comportamiento sino en sus cogniciones, en diferentes áreas, con el objetivo de hallar su propia identidad.

Ellis, Dryden y Cartón (1989) mencionan que este panorama posibilitaría no solo el mantenimiento sino la aparición de nuevas Creencias Irracionales. Al respecto Medrano et al. (2010) manifiestan que las creencias irracionales pueden interferir con nuestra motivación, la constancia en el comportamiento, la apropiada armonía en el ámbito social y académico, y en los objetivos determinados. González et al. (2005) además señalan que aquellos alumnos que tienen creencias irracionales muestran problemas para ejercer control de

sus estados emocionales y de los pensamientos que pueden distraerlos, así como dificultad para automotivarse.

Además del impacto de las Creencias Irracionales, Jiménez (2005) reconoce que estamos inmersos en una el efecto de una economía mundial y de una sociedad postmodernista, en la que prima el vacío existencial, lo que conlleva al desarrollo de un incremento de molestia con uno mismo y de trastornos mentales, ocasionando por su fragmentación, la ausencia de ideales definidos que proporcionen al individuo de un sentido de vida, predominando un comportamiento individualista generalizado. De acuerdo con Russell (2003), Nizama (2010) y Gabasová (2016), en la actualidad se presencia una atrofia del aspecto espiritual del hombre, existe una crisis espiritual, y ésta se encuentra extremadamente influenciada por el materialismo y el consumo, se incrementa en sumo grado el vacío existencial, la que se halla saciada de la búsqueda de placer, apariencia, sensualismo, vanidad, tedio, desdicha y escapatoria hacia la exaltación, libertinaje, la irracionalidad y la búsqueda sensaciones extremas, que conllevan casi siempre a situaciones nefastas.

De acuerdo a Beltrán, Torres, Martínez, Beltrán y Calderón (2011) actualmente se experimenta un tiempo espinoso en las nuevas generaciones, que involucran a niños, adolescentes y jóvenes, en quienes se percibe un vacío existencial, que de acuerdo a Frankl (1995) es la neurosis masiva de la época actual, la cual implicaría una forma de nihilismo personal, entendido éste como la aseveración de que el ser carece de significación.

Se aprecia el impacto de las Creencias Irracionales y de la Espiritualidad en la población universitaria. Es así, que entre posibles niveles de convergencia, la investigación de Beck y Haigh (2014) destaca al mencionar que los esquemas negativamente sesgados, se desarrollan en un complejo proceso, en la que se aprecia no solo a los procesos cognitivos de atención selectiva y memoria emocional, sino al factor genético, en la que el polimorfismo 5-hidroxitriptamina (gen transportador de la serotonina, forma corta), conlleva a una gran actividad neurofisiológica, reflejándose ello en sesgos en la atención a estímulos importantes en el ámbito emocional (Gibb et al, como se citaron en Beck y Haigh, 2014).

Este mismo receptor de la serotonina cobra relevancia en la investigación de Borg, Andrée, Soderstrom, y Farde (2003) cuando al medir su actividad, a través de una serie de imágenes del cerebro, encuentran que el grado de espiritualidad (medido por la escala de trascendencia y espiritualidad) se relacionaba con la variación en la actividad del receptor 5-HT1A (5-hidroxitriptamina). Estableciendo una relación inversa: cuanto más espiritual se es, el tipo de receptor 5-HT1A está menos activo. El genetista Hamer (como se citó en Golombek, 2015) decidió comparar la escala de trascendencia con los genes de los individuos, hallando que la variabilidad en la escala trascendental se parecía bastante a la variabilidad en el gen de VMAT2 (vesicular monoamina transportador 2).

En otro aspecto, Anandarajah y Hight (cómo se citó en chacón, 2015) consideran que la espiritualidad se encuentra conformada por elementos de índole emocional, conductual y cognitivos.

Respecto a la intervención, Navas y Villegas (2006) así como Morales (2015) indican que apostar por herramientas y perspectivas que integren esta dimensión nos pueden ayudar a comprender los aspectos más profundos de la persona con la que intervenimos, sus creencias, ideas, convicciones, valores, objetivos y metas, permitiéndonos conocer sus potencialidades, asociándolas a una mejoría en la salud mental y a una rápida adecuación a las exigencias del entorno, en especial al estrés prolongado.

Pagán-Torres, Reyes-Estrada, y Cumba-Avilés (2017) decidieron denominar Terapia Cognitiva-Conductual Integrada Religiosa o Espiritualmente (TCCIRE), a una corriente psicoterapéutica orientada religiosa o espiritualmente que ha tenido diversos propulsores dentro de la TCC. Al respecto Hodge (2006), argumenta que la TCCIRE cumple con los requisitos de la Asociación Americana de Psiquiatría para un tratamiento eficaz contra la depresión; mientras que Richards y Worthington (2010) señalan que cumplen con los estándares de eficacia para personas con depresión y ansiedad.

Frank (1995) se plantea la idea de que el ser humano, para vivir y sobrevivir, debe ser capaz de encontrarle un sentido a su propia experiencia. Irwin et al. (Como se citaron en Navas y Villegas, 2006) argumentan que la Espiritualidad, puede tener un profundo efecto en los niveles de ansiedad y depresión así como en la rapidez de su de recuperación.

González et al. (2005) argumentan que los estudiantes que tienen cogniciones más racionales poseen un mayor compromiso con sus trabajos académicos inclusive en condiciones difíciles o complicadas que necesitan de mayor esfuerzo.

En este panorama, que la presente investigación tiene como propósito contribuir al estudio científico respecto a la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en los estudiantes de nivel universitario, lo que podría ayudar a entender parte de la compleja dinámica humana.

1.3.2 Formulación del Problema. Por todo lo expuesto anteriormente, se busca dar respuesta al siguiente problema de investigación:

¿Cuál es la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General:

Establecer la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana.

1.4.2 Objetivos Específicos:

- Identificar la relación entre La Creencia Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el sexo.
- Identificar la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el turno de estudios.
- Identificar la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según la convivencia familiar.
- Conocer los tipos de Creencias Irracionales más frecuentes en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana.
- Conocer las dimensiones más frecuentes de Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana

1.5 Hipótesis y Variables

1.5.1 Formulación de las Hipótesis.

Hipótesis General:

Existe relación significativa entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana.

Hipótesis Específicas:

H₁: Existe diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el sexo.

H₂: Existe diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el turno de estudios.

H₃: Existe diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según la convivencia familiar.

1.5.2 Variables de La Investigación.

Creencias Irracionales

Ci₁: Necesidad de Afecto.

Ci₂: Afán de Perfeccionismo.

Ci₃: Fantasía de Maldad.

Ci₄: Idea de Catástrofe.

Ci₅: Determinismo de los Hechos.

Ci₆: Miedo a lo Desconocido.

Ci₇: Evitación de Problemas.

Ci₈: Deseo de Protección.

Ci₉: Determinismo del Pasado.

Ci₁₀: Ocio Indefinido.

* Ci = Creencia Irracional.

Espiritualidad

D 1: Concepto de Identidad Interior

SD: Autoconciencia

SD: Creencias Espirituales

D 2: Sentido de Vida

SD: Prácticas Espirituales

D 3: Conexión de las personas jóvenes

SD: Necesidades Espirituales

* D = Dimensión.

* SD = Sub Dimensión.

Variables Sociodemográficas

Edades : 16 a 34 años.

Sexo : Masculino.

Femenino.

Turno : Tarde.

Noche.

Convivencia : Vive con ambos padres.

Familiar Vive con la madre.

Vive con el padre.

No vive con ninguno.

1.5.3 Definición Operacional de las Variables

Creencias Irracionales

Es una variable de tipo cuantitativa. Sus indicadores son los puntajes obtenidos por el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis, que mide diez Creencias Irracionales: 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 y Ocio Indefinido.

Espiritualidad

Es una variable de tipo cuantitativa. Sus indicadores son los puntajes obtenidos por Cuestionario de Espiritualidad creado por Parsian y Dunning que mide tres dimensiones: Concepto de Identidad Interior; Sentido de Vida y Conexión de las personas.

CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1 Tipo y Diseño de la Investigación

La presente investigación corresponde al tipo correlacional, debido a que se determinó la relación entre dos variables. En cuanto al diseño, es no experimental, debido a que no se manipuló variable alguna, siendo medidas en su contexto natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Además, es de corte transversal, en virtud a que los datos fueron recolectados una sola vez, en un tiempo determinado (Kerlinger y Lee, 2002).

2.2 Participantes

Se empleó el software estadístico G*Power, en su versión 3.1.9.2, de Faul, Erdfelder, Lang y Buchner (2007), del cual se obtuvo que la muestra mínima corresponde a 168 universitarios.

Se utilizaron para realizar el cálculo correspondiente, el nivel de significancia, la potencia y la medida del tamaño del efecto. Con respecto al nivel de significancia se usó el valor de .05, mientras que para la potencia se empleó el valor de .95. Cohen (1992), al respecto consideró que el valor mínimo, para realizar los cálculos respectivos en las investigaciones debería ser de .80.

Con respecto la medida del tamaño del efecto se han presentado varias alternativas, dependiendo de cada investigación (Ferguson, 2009). Para Cohen (1992) el tamaño puede estar comprendido entre los valores .2 y .3 que indican

un efecto pequeño, en torno a .5 si es un efecto mediano, un efecto alto cuando es mayor a .8.

Al no existir investigaciones antecedentes que nos permitan entender el puntaje más próximo para el cálculo; se empleó una estimación de .25 que indica un efecto pequeño.

Sin embargo en miras de mejorar los resultados y debido a la accesibilidad de la muestra, se consideraron a 226 participantes, de una población de 300 universitarios.

La muestra estuvo constituida por 226 estudiantes de una universidad particular de Lima, Los estudiantes corresponden al primer ciclo y sus edades están comprendidas entre los 16 y 34 años (74.78% de mujeres y 25.22% de hombres) siendo la edad de 17 años la que se presentó con mayor frecuencia, representando un 47.79%

El 88.1% estudia en el turno tarde, mientras que el 11.9% estudia en la noche. Respecto a la familia, el 53.5% vive con ambos padres y un 34.1% vive solo con la madre. En el 38.1% de los casos, el grado de instrucción de la madre es técnico y un 31.9% es universitario; en relación al padre, el 29.2% tiene grado de instrucción técnico y un 46.5% es universitario.

2.2.1 Criterios de inclusión:

- Universitarios del primer ciclo.
- Universitarios que asistieron el día de la evaluación.
- Universitarios que brindaron el consentimiento informado.

2.2.2 Criterios de exclusión:

- Estudiantes que realizaron cuestionarios incompletos o llenados sin cumplir con las instrucciones mencionadas en estas.
- Estudiantes que no brindaron el consentimiento informado.
- Estudiantes de ciclo superiores al primero.
- Estudiantes que presenten algún déficit sensorial o cognitivo significativo.

2.2.3 Muestreo. La muestra se estableció mediante el método de muestreo no probabilístico por conveniencia. Ello implica (en la investigación cuantitativa) escoger los casos que estén disponibles o por comodidad para el investigador. (Hernández et al., 2010).

2.2.4 Consideraciones éticas. Entre los aspectos éticos a considerarse se solicitó el permiso correspondiente al Decano de la universidad particular para el procedimiento legal y formal de aplicación de instrumentos en aula, así como cumplir con todo lo estipulado en los parámetros requeridos.

Se tuvo en cuenta el Consentimiento informado, el cual fue llenado por los participantes, a quienes se les explicó los objetivos de la investigación, la confidencialidad de los resultados, el anonimato y se dejó en claro que la participación es voluntaria.

Así mismo, no se manipuló los resultados obtenidos a favor de corroborar la hipótesis, salvaguardando así el adecuado proceso de la investigación y la transparencia de los resultados evaluados.

2.3 Medición

En el presente trabajo se utilizarán tres instrumentos:

2.3.1 Ficha Sociodemográfica. Este instrumento permitió recoger información de los participantes como: edad, sexo, turno de estudio, tipo de convivencia familiar, entre otros.

2.3.2 Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis. El cual es un registro de opiniones basado en la clasificación de diez Creencias Irracionales, según el autor, estas Creencias Irracionales causan y perpetúan las perturbaciones emocionales.

Fue creada por Ellis (1980) en Norteamérica, posteriormente fue traducida al español en el año 1998. La aplicación de la prueba es tanto individual como colectiva, para ser aplicada desde los 12 años de edad,

desarrollándose en un tiempo promedio de 20 a 30 minutos. Tiene 100 ítems, que evalúan las diez categorías, las cuales se pueden apreciar en la Tabla 2

La calificación se efectúa por medio de puntajes directos e indirectos, los que pueden contener un valor desde 0 hasta 1 punto por cada ítem, luego se suman en diferentes escalas según la creencia irracional. La interpretación se ejecuta de acuerdo a los siguientes indicadores: Un puntaje comprendido entre 5 a 6, implica que la creencia irracional limita a la persona en algunas circunstancias, y se considera por lo tanto en una creencia de presencia “no dificultosa”, un puntaje comprendido entre 7 a 10, indica que la creencia irracional limita en la mayor cantidad de áreas de la vida del individuo evaluado, considerándola una creencia de presencia “dificultosa”.

Kuba (2017) realizó el análisis por consistencia interna, para determinar la confiabilidad, utilizando el Coeficiente Alfa de Cronbach y obteniendo un valor de .815, lo que indica una alta confiabilidad.

Rivas (2016) determinó la validez de contenido, para lo cual empleó el criterio de seis jueces, especialistas y con dominio en el empleo de la TREC; estableciendo un Coeficiente V de Aiken, para las 6 sub escalas, que fluctuaron entre .92 y .98, mientras que fue de .95, para la totalidad de la prueba.

Tabla 2*Inventario de Creencias Irracionales*

N°	Creencia irracional	Tipo de Creencia Irracional	N° de Ítems
1	Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de los semejantes, familia y amigos.	Necesidad de afecto.	1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91
2	Debo ser indefectiblemente competente, y casi perfecto en todo lo que emprendo.	Afán de perfeccionismo.	2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92
3	Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deberían ser castigadas.	Fantasía de maldad.	3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93
4	Es horrible el hecho de que las cosas no vayan por el camino que uno quisiera que fueran.	Idea de catástrofe.	4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94
5	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.	Determinismo de los hechos.	5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95
6	Se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.	Miedo a lo desconocido.	6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96
7	Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente.	Evitación de problemas.	7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97
8	Se necesita contar con alguien más grande y fuerte que uno mismo.	Deseo de protección.	8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, 98
9	El pasado tiene una gran influencia en la determinación del presente.	Determinismo del pasado.	9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99
10	La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.	Ocio indefinido.	10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100

2.3.3 Cuestionario de Espiritualidad de Parsian y Dunning. Fue desarrollado por Parsian y Dunning (2009) en Australia, con la finalidad de medir el constructo de espiritualidad, siendo conceptualizada como la búsqueda de sentido de la vida, la autorrealización y la conexión de las personas consigo mismo, con otras personas y el todo universal. El SQ procede de los siguientes instrumentos que miden dicha variable: La escala de espiritualidad, la escala del significado espiritual (SMS), la escala de experiencias espirituales diarias (DSES) y una encuesta que fue empleada en una investigación nacional en el Instituto de Investigación de Educación Superior por la Universidad de California, a fin de para examinar la búsqueda de los alumnos de significado y propósito (Parsian y Dunning, 2009).

El SQ está conformado por 4 sub dimensiones, teniendo un total de 29 ítems. Los subdimensiones son:

- Autoconciencia, que tienen un total de diez ítems.
- Creencias espirituales, posee cuatro ítems.
- Prácticas espirituales, tiene seis ítems.
- Necesidades espirituales, tiene un total de nueve ítems.

Estos subdimensiones, se encuentran incluida en tres dimensiones:

- Concepto de Identidad Interior (Autoconciencia y Creencias Espirituales).
- Sentido de la Vida (Prácticas Espirituales)
- Conexión de las Personas (Necesidades Espirituales)

Se emplea una escala de tipo formato Likert, para la puntuación:

- Muy en desacuerdo = 1 punto.
- En desacuerdo = 2 puntos.
- De acuerdo = 3 puntos.
- Muy de acuerdo = 4 puntos.

Los totales de cada dimensión, resultan de las puntuaciones de los ítems que corresponden a los subdimensiones que les corresponden. Por lo que resultan tres totales específicos (uno por dimensión) y un total general. Asimismo, el SQ tiene tres preguntas abiertas, pero ellas no se han considerado en esta investigación.

Las escalas de puntuación son para el General: Alto (73 – 116) y Bajo (29 – 72). Por dimensiones: concepto de identidad interior: Alto (36 – 56) y Bajo (14 – 35); sentido de vida: Alto (16 - 24) y Bajo (6 – 15); conexión de las personas Jóvenes: Alto (23 - 36) y Bajo (9 – 22).

Tabla 3*Cuestionario de Espiritualidad*

Dimensiones	Subdimensiones	Ítems
Concepto de Identidad Interior	Autoconciencia	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.
	Creencias Espirituales	11, 12, 13, 14.
Sentido de Vida	Prácticas Espirituales	15, 16, 17, 18, 19, 20.
Conexión de las personas	Necesidades Espirituales	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29.

En cuanto a la confiabilidad, la investigación realizada por Parsian y Dunning (2009) en 160 jóvenes, demuestran un alfa de Cronbach de .94 (alto) para la escala global, en lo que respecta a sub dimensiones de Autoconciencia y Creencias Espirituales, ambas obtuvieron .91, para Prácticas Espirituales fue de .80, mientras que para la subdimensión de Necesidades Espirituales se halló un .89. Se realizó el análisis factorial exploratorio, para determinar la validez, obteniéndose un KMO de .90 ($P < .001$) y una varianza del 62.17%.

Díaz et al. (2012) realizaron una investigación en 204 universitarios de Bogotá, con la finalidad de realizar la adaptación cultural del instrumento, es así que la validez de contenido, se determinó por criterio de tres expertos en espiritualidad y un grupo de 12 adultos jóvenes, de esta forma se ajustaron el

fraseo en nueve ítems. Respecto a la validez de constructo, se realizó el análisis factorial exploratorio, hallándose que el 52.60% de la varianza está explicada por las subdimensiones de la versión original. En cuanto a su confiabilidad, el alfa de Cronbach fue de .88 para la escala global, en lo que respecta a subdimensiones, la Autoconciencia obtuvo un .82, Creencias Espirituales un .90, la de Prácticas Espirituales fue de .74, mientras que para la subdimensión de Necesidades Espirituales se halló un .76. Se sugirió la reubicación de tres ítems (21, 22 y 23), de la subdimensión Necesidades Espirituales a la subdimensión Prácticas Espirituales para optimizar el ajuste del modelo.

En otro estudio Díaz (2012), con una muestra de 499 universitarios que no consumían alcohol o lo hacían de forma moderada, en la que no se incluyó la nueva ubicación de los tres ítems propuestos anteriormente, se halló respecto a la confiabilidad un alfa de Cronbach de .91 para la escala global, en lo que respecta a subdimensiones, la Autoconciencia obtuvo un .83, Creencias Espirituales un .91, la de Prácticas Espirituales fue de .75, mientras que para la subdimensión de Necesidades Espirituales se halló un valor de .78. En cuanto a la validez, Se realizó el análisis factorial exploratorio, obteniéndose que el 56.4% de la varianza se encuentra explicada por las mismas subdimensiones que en su anterior estudio.

2.4 Procedimiento

Se presentó el proyecto de la investigación, posteriormente a su aprobación, se hizo la búsqueda de los instrumentos con sus propiedades psicométricas para que fueran aprobados.

Luego, se realizó la recolección de datos, presentándose un documento dirigido al decano de la universidad particular, requiriendo autorización para la administración de las pruebas psicológicas a los universitarios del primer ciclo.

Posteriormente se ingresó a cada una de las cinco aulas, indicando a los alumnos que su participación era voluntaria, por lo que se explicó la ficha de consentimiento informado. El tiempo medio por cada aplicación fue de 40 minutos.

El tiempo que demandó la aplicación fue de una semana.

Se mantuvo en anonimato la participación de los alumnos y se destinó un número arábigo a cada uno, con el fin de registrar sus resultados y utilizarlos adecuadamente en el procesamiento y análisis de datos, por lo que se creó una base de datos en Excel para el ingreso de la data respectiva para luego procesarla con el Software SPSS.

La información obtenida se empleó para dar a conocer los resultados en la presente investigación.

2.5 Análisis de los Datos

Inicialmente se creó una base de datos en Excel para Windows, para luego exportar dicha información para ser procesada al software SPSS versión 24.0, para luego realizar la depuración de los datos, a fin de obtener los resultados, lo que permitió obtener los datos estadísticos inferenciales para determinar los resultados de la muestra.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1 Análisis Descriptivo

Con relación al objetivo 4: Conocer los tipos de Creencias Irracionales más frecuentes en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, se aprecia lo siguiente:

Tabla 4

Frecuencia de los Tipos de Creencias Irracionales

	CI1	CI2	CI3	CI4	CI5	CI6	CI7	CI8	CI9	CI10
Creencia No Irracional	27.0%	14.2%	24.8%	15.9%	3.1%	27.9%	28.3%	2.7%	30.5%	25.2%
Creencia Irracional No Dificultosa	50.9%	38.5%	33.2%	36.7%	14.2%	44.3%	50.0%	20.4%	46.5%	46.0%
Creencia Irracional Dificultosa	22.1%	47.4%	42.0%	47.4%	82.7%	27.9%	21.7%	77.0%	23.0%	28.8%
Total	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Las Creencias Irracionales 5 (Determinismo de los hechos) y 8 (Deseo de protección); son las que se presentan con mayor frecuencia con el 82.7% y 77% respectivamente.

Las Creencias Irracionales 1 (Necesidad de afecto) y 7 (Evitación de problemas); son las que se presentan con menor frecuencia con el 22.1% y 21.7% respectivamente.

Con relación al objetivo 5: Conocer las dimensiones de Espiritualidad más frecuentes en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, se aprecia lo siguiente:

Tabla 5

Frecuencia de las Dimensiones de Espiritualidad

	D1	D2	D3
Bajo	84.5%	96.0%	75.7%
Alto	15.5%	4.0%	24.3%
Total	100.0%	100.0%	100.0%

Respecto a la variable Espiritualidad, se aprecia que la dimensión que se presenta con mayor frecuencia en el nivel alto es la dimensión 3 (Conexión de las personas) con un valor del 24.3%, seguida de la dimensión 1 (Concepto de Identidad Interior) con el 15,5%

Se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, para la variable Creencias Irracionales encontrándose los siguientes resultados:

Tabla 6

Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov Para Creencias Irracionales

	Ci1	Ci2	Ci3	Ci4	Ci5	Ci6	Ci7	Ci8	Ci9	Ci10
Estadístico de prueba	.258	.299	.270	.299	.493	.221	.254	.468	.236	.232
Sig. asintótica(bilateral)	.000 ^c									

Los resultados para cada uno de los tipos de Creencias Irracionales, son p-valor no significativo (.000), lo que indica que no reúne los criterios de normalidad.

También se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, para la variable Espiritualidad, hallándose:

Tabla 7

Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov Para Espiritualidad

	D1	D2	D3
Estadístico de prueba	.510	.541	.471
Sig. asintótica(bilateral)	.000 ^c	.000 ^c	.000 ^c

Se obtuvo, para cada una de las dimensiones de espiritualidad, un p-valor no significativo (.000), lo que indica que no reúne los criterios de normalidad, por lo que debido a que ambas pruebas no cumplen con los requisitos de normalidad, es que se opta por el empleo de pruebas no paramétricas.

3.2 Contraste de Hipótesis

3.2.1. Hipótesis General. Existe relación significativa entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana.

Tabla 8

Matriz de Correlaciones de Creencias Irracionales y Espiritualidad

Creencias Irracionales		Espiritualidad		
		D1	D2	D3
Creencia_1	Coeficiente de correlación	-.006	.044	.037
	Sig. (bilateral)	.933	.513	.580
Creencia_2	Coeficiente de correlación	.028	.011	.041
	Sig. (bilateral)	.676	.871	.540
Creencia_3	Coeficiente de correlación	-.007	.037	-.003
	Sig. (bilateral)	.914	.583	.970
Creencia_4	Coeficiente de correlación	.045	.036	.028
	Sig. (bilateral)	.505	.587	.679
Creencia_5	Coeficiente de correlación	-.061	-.081	-.005
	Sig. (bilateral)	.363	.226	.935
Rho de Spearman Creencia_6	Coeficiente de correlación	.016	-.061	-.041
	Sig. (bilateral)	.807	.364	.535
Creencia_7	Coeficiente de correlación	.008	-.114	-.033
	Sig. (bilateral)	.902	.087	.618
Creencia_8	Coeficiente de correlación	.142*	-.046	.161*
	Sig. (bilateral)	.033	.496	.016
Creencia_9	Coeficiente de correlación	.097	.022	-.039
	Sig. (bilateral)	.144	.739	.564
Creencia_10	Coeficiente de correlación	-.021	-.007	-.056
	Sig. (bilateral)	.754	.911	.402

*. La correlación es significativa en el nivel .05 (bilateral).

Se realizó el análisis mediante la correlación bivariada de los tipos de Creencias Irracionales y de las dimensiones de Espiritualidad.

Se encontró un coeficiente de correlación positivo bajo (.142) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección) con la dimensión 1(Concepto de Identidad Interior).

Asimismo, se encontró un coeficiente de correlación positivo bajo (.161) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección) con la dimensión 3 (Conexión de las personas).

Por lo expuesto, no se prueba la Hipótesis General de la investigación.

3.2.2 Contraste de Hipótesis Específicas.

Para la contrastación de las hipótesis específicas se realizó el análisis comparativo con las pruebas no paramétricas de U de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis.

H₁. Existen diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el sexo.

Tabla 9*Análisis Comparativo de Variables Según Sexo*

	Sexo	N	Rango promedio	Sig. Asintótica
C1	Masculino	57	125.18	.89
	Femenino	169	109.56	
	Total	226		
C2	Masculino	57	101.96	.091
	Femenino	169	117.39	
	Total	226		
C3	Masculino	57	107.27	.374
	Femenino	169	115.60	
	Total	226		
C4	Masculino	57	95.05	.007
	Femenino	169	119.72	
	Total	226		
C5	Masculino	57	117.29	.441
	Femenino	169	112.22	
	Total	226		
C6	Masculino	57	102.06	.102
	Femenino	169	117.36	
	Total	226		
C7	Masculino	57	104.29	.18
	Femenino	169	116.61	
	Total	226		
C8	Masculino	57	109.64	.481
	Femenino	169	114.80	
	Total	226		
C9	Masculino	57	99.44	.043
	Femenino	169	118.24	
	Total	226		
C10	Masculino	57	112.11	.841
	Femenino	169	113.97	
	Total	226		
D1	Masculino	57	107.89	.232
	Femenino	169	115.39	
	Total	226		
D2	Masculino	57	109.00	.076
	Femenino	169	115.02	
	Total	226		
D3	Masculino	57	113.75	.964
	Femenino	169	113.41	
	Total	226		

Existen diferencias significativas (.007) entre la Creencia Irracional 4 (Idea de catástrofe) y Sexo, así como la Creencia Irracional 9 (Determinismo del pasado) y sexo (.043). En las otras comparaciones de Creencias Irracionales y en todas las dimensiones de Espiritualidad no existen diferencias significativas con la variable de agrupación sexo, por lo que no se prueba la hipótesis específica H₁.

H₂. Existen diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, según el turno.

Tabla 10

Análisis Comparativo de Variables Según Turno

	Turno	N	Rango promedio	Sig. Asintótica
C1	Tarde	199	112.51	.497
	Noche	27	120.83	
	Total	226		
C2	Tarde	199	114.64	.435
	Noche	27	105.07	
	Total	226		
C3	Tarde	199	113.98	.747
	Noche	27	109.94	
	Total	226		
C4	Tarde	199	114.38	.548
	Noche	27	107.00	
	Total	226		
C5	Tarde	199	113.25	.813
	Noche	27	115.33	
	Total	226		
C6	Tarde	199	114.32	.584
	Noche	27	107.46	
	Total	226		
C7	Tarde	199	114.45	.518
	Noche	27	106.50	
	Total	226		
C8	Tarde	199	112.87	.589
	Noche	27	118.17	
	Total	226		
C9	Tarde	199	115.14	.269
	Noche	27	101.41	
	Total	226		
C10	Tarde	199	116.39	.052
	Noche	27	92.20	
	Total	226		
D1	Tarde	199	113.60	.918
	Noche	27	112.74	
	Total	226		
D2	Tarde	199	113.54	.937
	Noche	27	113.19	
	Total	226		
D3	Tarde	199	113.82	.785
	Noche	27	111.11	
	Total	226		

No se han encontrado diferencias significativas, entre los tipos de Creencias Irracionales con la variable de agrupación turno, así como tampoco existen diferencias significativas entre las dimensiones de Espiritualidad con la variable de agrupación turno, por lo que no se acepta la hipótesis específica H₂.

H₃. Existen diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el tipo de convivencia familiar.

Tabla 11

Análisis Comparativo de Variables Según Convivencia Familiar

	ConFam	N	Rango promedio	Sig. Asintótica
C1	Vive con Ambos Padres	121	111.32	.236
	Vive con la Madre	77	114.36	
	Vive con el Padre	9	89.06	
	No Vive con Ninguno	19	135.50	
	Total	226		
C2	Vive con Ambos Padres	121	109.02	.064
	Vive con la Madre	77	124.19	
	Vive con el Padre	9	73.56	
	No Vive con Ninguno	19	117.66	
	Total	226		
C3	Vive con Ambos Padres	121	106.83	.233
	Vive con la Madre	77	123.79	
	Vive con el Padre	9	100.50	
	No Vive con Ninguno	19	120.47	
	Total	226		
C4	Vive con Ambos Padres	121	111.05	.1
	Vive con la Madre	77	108.36	
	Vive con el Padre	9	124.17	
	No Vive con Ninguno	19	144.87	
	Total	226		
C5	Vive con Ambos Padres	121	116.97	.534
	Vive con la Madre	77	108.06	
	Vive con el Padre	9	108.67	
	No Vive con Ninguno	19	115.71	
	Total	226		
C6	Vive con Ambos Padres	121	116.19	

	Vive con la Madre	77	110.32	
	Vive con el Padre	9	77.28	
	No Vive con Ninguno	19	126.37	.215
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	110.00	
C7	Vive con la Madre	77	115.80	
	Vive con el Padre	9	99.67	.39
	No Vive con Ninguno	19	133.00	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	112.28	
	Vive con la Madre	77	115.21	
C8	Vive con el Padre	9	115.06	.98
	No Vive con Ninguno	19	113.61	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	114.07	
	Vive con la Madre	77	109.38	
C9	Vive con el Padre	9	110.44	.687
	No Vive con Ninguno	19	128.03	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	109.19	
	Vive con la Madre	77	119.16	
C10	Vive con el Padre	9	83.11	.147
	No Vive con Ninguno	19	132.37	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	113.74	
	Vive con la Madre	77	113.61	
D1	Vive con el Padre	9	108.56	.987
	No Vive con Ninguno	19	113.84	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	110.87	
	Vive con la Madre	77	113.40	
D2	Vive con el Padre	9	134.11	.009
	No Vive con Ninguno	19	120.89	
	Total	226		
	Vive con Ambos Padres	121	114.02	
	Vive con la Madre	77	119.75	
D3	Vive con el Padre	9	98.56	.118
	No Vive con Ninguno	19	91.95	
	Total	226		

Se encontró diferencias significativas (.009) entre la dimensión de Espiritualidad 2 (Sentido de Vida) con la variable de agrupación tipo de convivencia familiar, en ninguno de los tipos de Creencias Irracionales y en las otras dimensiones de Espiritualidad, se encontraron diferencias significativas, por lo que no se acepta la hipótesis específica H₃.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana durante el año 2018. Entre las características de la muestra, se encuentran que está comprendida entre los 16 y 34 años de edad (74.78% de mujeres y 25.22% de hombres) siendo la edad de 17 años la que se presentó con mayor frecuencia, representando un 47.79%.

Se discutirán los principales hallazgos, estableciendo relaciones entre investigaciones nacionales como internacionales, así como en el marco teórico que sustenta la presente investigación, haciendo la atinencia que no se han encontrado investigaciones que correlacionen las Creencias Irracionales con la Espiritualidad.

Con relación al Objetivo General: Establecer la relación que existe entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, se obtuvo como resultado que no existe una relación significativa entre Creencias Irracionales y Espiritualidad, por lo que no se acepta la Hipótesis General.

Piedmont (como se citó en Simkin y Azzollini, 2015) menciona que la espiritualidad implica la no realización de juicios de valor sobre uno mismo. Este argumento, explicaría entonces lo difícil que resultaría la evaluación de los indicadores de Creencias Irracionales referidos a uno mismo, en virtud a que como lo mencionan Ellis y Grieger (2003) las Creencias Irracionales se hallan enmarcadas en alguna de las tres principales ideologías de "necesidad perturbadora", es decir la tendencia

humana a hacer distorsiones de la realidad, a ver el mundo deformado y a hacer deformaciones antiempíricas sobre lo que ha sucedido o sucederá, además de hacer afirmaciones exigentes o imperativas. Ello estaría en concordancia directa a la primera ideología de necesidad perturbadora, en la que realizan exigencias hacia uno mismo.

Zinnbauer y Pargament (como se citó en Simkin y Etchezahar, 2013) van más allá al plantear que se debe considerar a la espiritualidad por fuera de todo juicio de valor, lo que haría pensar que se estarían afectando la segunda y tercera ideología de necesidad perturbadora, las cuales hacen referencia a las exigencias de los hacemos a los demás y las que se relacionan con las demandas que le hacemos a las circunstancias, respectivamente (Ellis y Grieger, 2003).

Otro aspecto relacionado es cuando Ellis y Grieger (1985) mencionan que probablemente existen miles de creencias irracionales, las que aún no han sido identificadas por su teoría, y muy probablemente algunas de ellas estarían asociadas a las dimensiones de la Espiritualidad.

Sin embargo, en los resultados, se identificó un coeficiente de correlación positivo bajo (.142) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) con la dimensión 1 (Concepto de Identidad Interior) de la Espiritualidad.

Asimismo, se identificó un coeficiente de correlación positivo bajo (.161) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) con la dimensión 3 (Conexión de las personas) de la Espiritualidad.

Koenig et al. (como se citaron en Quiceno y Vinaccia, 2009) mencionan que la Espiritualidad es entendida como el esfuerzo individual que busca comprender y para dar una respuesta acerca del significado de la existencia así como su interacción con lo que se percibe como sagrado, lo que podría ser entendido como un poder mayor; ello es reafirmado por San Martín (2007) al argumentar que la espiritualidad supone también ir al encuentro de lo trascendente siendo ello considerado como una representación de un poder superior.

Pinto (2007) refuerza lo anterior al describir la espiritualidad como un proceso donde de interacción constante entre nuestra conciencia con un poder sagrado o superior.

Referida a la dimensión de la conexión de las personas, Rosado (2008), menciona que la espiritualidad trata sobre relaciones e interrelaciones en todas las áreas: consigo mismo, con otras personas, con la naturaleza, con el universo, etc. La conexión interpersonal, se alcanza a través del respeto, el amor, la compasión y la aceptación; y se fortalecen en la medida que las personas desarrollan y mantienen relaciones saludables y prolíferas en todos sus entornos.

Esta búsqueda en la Espiritualidad de un poder mayor, final, más alto o superior estaría en concordancia con la idea de que cada uno, necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma (Creencia irracional 8).

Con relación al primer objetivo: Identificar la relación entre las Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el sexo, no se encontraron diferencias significativas. Sin embargo, se hallaron que existen diferencias significativas (.007) entre la Creencia Irracional 4 (La idea que es terrible que las cosas no fuesen como uno las desea) y Sexo, así como la Creencia Irracional 9 (La idea que el presente está determinado por la gran influencia del pasado) y sexo (.043).

De lo que se puede inferir que la variable de agrupación sexo, no influye para encontrar diferencias en la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad. Por lo que los universitarios del sexo femenino presentan niveles similares a los estudiantes del sexo masculino.

Con relación a que se encontró diferencias significativas entre la Creencia Irracional 4 (La idea que es terrible que las cosas no fuesen como uno las desea) y Sexo, dónde las mujeres presentan un superior rango promedio (119.72) comparados al de los hombres (95.05).

Lo que podría explicarse a raíz de la investigación de Hernández y Badel (2011) al indicar que esta idea de catástrofe en los estudiantes, implica un estado emocional negativo el cual es percibido como insoportable, al no lograr sus metas y/o expectativas. Al respecto Ellis (2006) agrega que estas personas tienen la idea irracional que ello jamás debería de suceder.

El que esta creencia irracional se encuentre en mayor promedio en las mujeres, podría condecirse con lo que postulan de Pérez, Labiano y Brusasca (2010) cuando investigaron la correlación entre sexo y Deseabilidad Social, en 400 personas en

Argentina. En dicho estudio hallaron que las mujeres presentan un mayor requerimiento de necesidad de aprobación social y temor al rechazo de las otras personas, en comparación con los hombres, teniendo mayor deseabilidad social.

El que las mujeres tengan mayor deseabilidad social que los hombres y estar ello ligado al ámbito académico, explicaría porque tendrían a presentar con mayor promedio esta creencia irracional

Con relación a que se encontró diferencias significativas entre la Creencia Irracional 9 (La idea que el presente está determinado por la gran influencia del pasado) y Sexo, dónde las mujeres presentan un superior rango promedio (118.24) comparados al de los hombres (99.44).

En este contexto es relevante la investigación de Tulving (1972) sobre la memoria declarativa, argumentando que está compuesta por la memoria semántica y la episódica. La primera, está referida al almacén en general del conocimiento, así como del lenguaje. Con relación a la memoria episódica es la memoria de los hechos que han sucedido y que va asociada con frecuencia a los estados emocionales. Es justamente este aspecto que Ríos-Flórez, Escudero-Corrales y Bautista-Ortiz (2018), consideraron al investigar sobre la influencia de las emociones sobre los procesos de la memoria declarativa. Arribando a establecer de forma general que tanto la fijación de la información se ve influenciada por las emociones y su ulterior recuperación.

Según Diener (cómo se citó en Goleman, 2012) las mujeres tienden a percibir las emociones (agradables y desagradables) en mayor magnitud que los hombres. En este marco referencial, se podría explicar porque las mujeres tienen a tener en mayor

promedio, la presencia de la creencia irracional que el presente está determinado por la gran influencia del pasado.

Respecto al segundo objetivo: Identificar la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el turno de estudios, no se encontraron diferencias significativas.

De lo que se puede inferir que la variable de agrupación turno de estudios, no influye para encontrar diferencias en la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad. Por lo que los universitarios del turno mañana presentan niveles similares a los estudiantes del turno noche.

En el tercer objetivo: Identificar la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según la convivencia familiar, no se encontraron diferencias significativas. No obstante, se diferencias significativas (.009) entre la dimensión de Espiritualidad 2 (Sentido de Vida) con la variable de agrupación tipo de convivencia familiar.

De lo que se puede inferir que la variable de agrupación convivencia familiar de estudios, no influye para encontrar diferencias en la relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad. Por lo que los universitarios que viven con ambos padres, solo con la madre, solo con el padre o con ninguno de ellos, presentan niveles similares entre ellos.

No obstante, se encontraron diferencias significativas (.009) entre la dimensión de Espiritualidad 2 (Sentido de Vida) con la variable de agrupación tipo de convivencia familiar.

En la Espiritualidad la dimensión del sentido de vida, es conceptualizada por Parsian y Dunning (2009) como la motivación referida al entorno, el servicio a la colectividad y a la promoción de las prácticas espirituales.

La relación del sentido de vida y la convivencia familiar, podría explicarse con los hallazgos de Manrique (2011) en su investigación sobre la descripción del sentido de la vida en adolescentes infractores de la ciudad de Medellín, Los hallazgos indicaron que es muy relevante la familia para la construcción del sentido de vida. En este mismo curso de pensamiento el estudio de Maseda et al. (2011) en investigación sobre el sentido de vida en los jóvenes españoles, hallaron que el 72,8% considera que la familia y amigos son referentes para la determinación del sentido de sus vidas.

Los resultados respecto al cuarto objetivo: Conocer los tipos de Creencias Irracionales más frecuentes en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, indican lo siguiente:

La Creencia Irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) es una de las dos creencias que se presentaron con más frecuencia en la presente investigación, encontrándose en la frecuencia del 82,7%

En este panorama, otro aspecto a considerar sería lo que menciona De Garay (2012) cuando argumenta que en el primer año en una universidad se produce un quiebre cultural, pedagógico y generacional con respecto al bachillerato. Los estudiantes ingresan a un universo desconocido. La universidad está estructurada para desarrollar la especialización del conocimiento y saber, situación totalmente diferente a la formación genérica del colegio.

Con relación a la Creencia Irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) Navas (1981) refiere que hay una gran cantidad de personas que asumen que sus infortunios dependen del destino o de las circunstancias en la que se encuentran. La mayor cantidad de los individuos en las sociedades, piensan que gran parte de su desdicha es por las circunstancias, por lo que no se sentirían apesadumbrados, si esas fuerzas exteriores fuesen distintas.

García (2014) encontró, en su investigación de creencias irracionales y ansiedad en universitarios de la carrera de medicina, que la Creencia Irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos), está asociada a la Ansiedad rasgo (aquella que forma parte de los rasgos de personalidad). Ello reafirmaría lo que la TREC manifiesta al mencionar que existe predisposición de respuestas desadaptativas, las cuales pueden llegar a desencadenar emociones negativas, generando así por ejemplo depresión como ansiedad.

Hernández y Badel (2011), también identificaron a la Creencia Irracional de Culpar a los otros como una de las que se presentaron con mayor incidencia (54.36%) al investigar las Creencias irracionales que poseen los estudiantes de Psicología en Colombia.

Hernández y Badel (2011) argumentan que una explicación a esta creencia irracional, estaría referido a que su presencia llevaría a las personas a autoperibirse con menor responsabilidad sobre sus problemas, por lo que además creerían que poseen poco o ningún control para poder solucionarlos.

La presencia de esta creencia irracional, además, conllevaría en el estudiante universitario a tener tristeza y/o ansiedad, porque asumiría que su malestar está en relación directa por el entorno educativo.

Mori (2012) en esta línea de pensamiento, menciona que es relevante observar que los estudiantes que tienen un bajo rendimiento académico, poseen la tendencia a no responsabilizarse de sus desaciertos creyendo que su malestar emocional está en relación directa con las circunstancias. Así mismo indica, que estos alumnos tienden a no buscar soluciones.

Otras de las Creencias Irracionales, que se encontró con mayor frecuencia fue la Creencia Irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) con un 77% de ocurrencia.

Estos resultados se condicen con lo que Kuba (2019) en su investigación sobre Creencias Irracionales Y Ansiedad Social, en universitarios de psicología en Lima, encontró acerca de las Creencias Irracionales que se presentaron con mayor

predominancia, identificando a las creencias irracionales 6 (La idea que ante aquello que sea desconocido, incierto o que posiblemente sea amenazante se tiene que sentir temor) y a la creencia irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) representadas en el 15.32% de los casos.

Coppari et al. (2008) en su investigación sobre Creencias Irracionales e Indicadores Depresivos en Estudiantes de Psicología, identificó a las Creencias irracionales 4 (La idea que es terrible que las cosas no fuesen como uno las desea), creencia irracional 6 (La idea que ante aquello que sea desconocido, incierto o que posiblemente sea amenazante se tiene que sentir temor) y creencia irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) como aquellas que se presentaban con mayor frecuencia.

Oblitas (2010) conceptualiza a las Creencias Irracionales como aquellas ideas que se encuentran alteradas, que son producto de percepciones distorsionadas, que generan sentimientos y/o emociones negativas. Argumenta además que las Creencias Irracionales son núcleos de vulnerabilidad individual, los cuales predisponen a la ansiedad, baja tolerancia y depresión.

En este curso de pensamiento, el haber identificado a las creencias irracionales 5 (Control emocional) y a la creencia irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma) como las más frecuentes, se podría explicar desde lo que proponen Beck y Emery (1985), que plantean que aquellos que tienen la creencia irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas

sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) de culpar a otros, de no asumir responsabilidades, tienen como eje central, aquellos esquemas, formados en estadios tempranos de desarrollo, relacionados a la interpretación sobre el peligro tanto a nivel interno como externo.

Al asociarlo con la Creencia Irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma), se apoyaría en la necesidad de tener la seguridad y apoyo de otros por si sucede lo que se teme.

Finalmente, respecto al quinto objetivo: Conocer las dimensiones de Espiritualidad más frecuentes en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana, se encontró que la dimensión que se presenta con mayor frecuencia en el nivel alto es la dimensión 3 (Conexión de las personas) con un valor del 24.3%, seguida de la dimensión 1 (Concepto de Identidad Interior) con el 15,5%.

Estos resultados se corroboran con los hallazgos de Mamani (2018) en su investigación sobre Bienestar psicológico, satisfacción familiar y espiritualidad en universitarios de Lima, en la que encuentra que la dimensión 3 (Conexión de las personas) se presenta en el nivel alto con la mayor frecuencia, alcanzando el 29.2%.

Parsian y Dunning (2009) refieren que la conexión de las personas, hace referencia a la vinculación, entendida como el requerimiento de establecer una relación entre la Espiritualidad y todo entorno que sea concerniente a ello.

Moreno y Rodríguez (2016) refieren que en los jóvenes consideran que el entorno cercano y las relaciones personales son los ámbitos más importantes de sus

vidas, agregando que la percepción sobre el propio bienestar es mejor entre quienes cuentan con un entorno cercano de apoyo.

Deci y Ryan (2008) consideran que tener relaciones significativas con otras personas, se constituye en una necesidad psicológica básica, y que, si y si estas se satisfacen, entonces producen en las personas los tipos de motivación interna y satisfacción.

Bohorquez y Rodríguez (como se citó en Forero, Camelo y Mendoza, 2015) consideran que durante la adolescencia se da mayor proximidad con los amigos y mantenimiento de contactos frecuentes, comunicación frecuente los amigos comparten sus pensamientos y sentimientos más íntimos.

Como limitaciones, se considera que no se han hallado investigaciones nacionales o internacionales que correlacionen Creencias Irracionales y Espiritualidad, y de las que existen, hay muy poca producción a nivel nacional, en la variable Espiritualidad.

El factor de la deseabilidad social pudo haber estado presente, ello debido a que se tratan de adolescentes y que la aplicación de las pruebas psicológicas a los estudiantes del primer ciclo, fue realizada por el propio docente.

Finalmente, el tamaño de la muestra no es el adecuado para poder generalizar los resultados, debido a que corresponde a un contexto dentro de la realidad de la institución.

Respecto a la Implicancias Teóricas, la presente investigación permitirá contribuir al conocimiento científico por la información actualizada y especializada de las variables de Creencias Irracionales y Espiritualidad. Generará un marco de referencia novedoso, ampliando la literatura actual en relación de estudiantes universitarios, en virtud a que no se han encontrado investigaciones que correlacionen Creencias Irracionales con Espiritualidad, logrando así ampliar los conocimientos del profesional de psicología, con base a los resultados, en donde la Creencia Irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) y la Creencia Irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma), fueron las que se presentaron con mayor ocurrencia, y considerando que en la variable Espiritualidad hay una búsqueda de trascendencia, lo que podría sugerir una tendencia en el estudiante universitario del primer ciclo, lo que conllevaría a realizar estudios más detallados al respecto.

Concerniente a Implicancias Prácticas, al desarrollar esta investigación permitirá desarrollar estrategias y programas encaminados a disminuir la incidencia o prevalencia de problemas psicológicos derivados de la creencia irracional 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) y la creencia irracional 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma), así como de

un nivel bajo en la dimensión 2 (Sentido de Vida) de Espiritualidad no sólo en el ámbito académico superior, sino que podría extrapolarse, por la naturaleza de las variables, al ámbito de la psicología clínica y comunitaria social.

CONCLUSIONES

1. No existe relación entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana. Sin embargo se encontró un coeficiente de correlación positivo bajo (.142) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección) con la dimensión 1(Concepto de Identidad Interior). Asimismo, se encontró un coeficiente de correlación positivo bajo (.161) y significativo al .05; entre la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección) con la dimensión 3 (Conexión de las personas).
2. No se encontraron diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el sexo, sin embargo, se hallaron que existen diferencias significativas (.007) entre la Creencia Irracional 4 (Idea de catástrofe) y Sexo, así como la Creencia Irracional 9 (Determinismo del pasado) y sexo (.043).
3. No se encontraron diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según el turno de estudios.

4. No se encontraron diferencias significativas entre Creencias Irracionales y Espiritualidad en estudiantes de primer ciclo de una universidad particular de Lima metropolitana según la convivencia familiar. No obstante, se encontraron diferencias significativas (.009) entre la dimensión de Espiritualidad 2 (Sentido de Vida) con la variable de agrupación tipo de convivencia familiar.
5. Las Creencia Irracional 5 (Determinismo de los hechos) y la Creencia Irracional 8 (Deseo de protección); son las que se presentan con mayor frecuencia con el 82.7% y 77% respectivamente.
6. En cuanto a la variable Espiritualidad, la dimensión que se presenta con mayor frecuencia en el nivel alto es la dimensión 3 (Conexión de las personas) con un valor del 24.3%, seguida de la dimensión 1 (Concepto de Identidad Interior) con el 15,5%.

RECOMENDACIONES

1. Debido a que los hallazgos no pueden generalizarse, por el tamaño muestral, se recomienda repetir la investigación en una población de mayor tamaño o emplear algún tipo de muestreo probabilístico.
2. Debido a que no se encontraron investigaciones que correlacionen Creencias Irracionales con Espiritualidad, se recomienda seguir investigando sobre ambas variables.
3. Asimismo, sería recomendable realizar la réplica de la presente investigación considerando otros marcos referenciales de las creencias irracionales así como de espiritualidad que permitan ahondar en una probable relación.
4. Investigar sobre las Creencias Irracionales 5 (La idea que los sucesos externos originan la mayoría de la desventura en el mundo, y que las personas sencillamente responden emocionalmente de acuerdo a estos acontecimientos) y 8 (La idea que cada persona necesita tener la ayuda de otra persona más grande y de mayor fuerza que sí misma), que fueron las que se presentaron con mayor ocurrencia en la presente investigación para así poder luego realizar programas de intervención encaminados a disminuir dichos errores cognitivos.

REFERENCIAS

- Alva, L. R. y Castillo, L. (2018). Espiritualidad y estilo de vida en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad peruana Unión, Lima 2017. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 11(1), 44-49. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/327045476_Espiritualidad_y_estilo_de_vida_en_estudiantes_de_Medicina_Humana_de_la_Universidad_Peruana_Union_Lima_2017
- Arnett, J. (2007). Emerging Adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. doi: 10.1111/j.1750–8606.2007.00016.x.
- Beck, A.T. y Emery, G. (1985). *Trastornos de ansiedad y fobias: Una perspectiva cognitiva*. Recuperado de <https://www.edeslee.com/img/cms/pdfs/9788433027108.pdf>
- Beck, A.T. y Haigh, E. A. P. (2014). Advances in Cognitive Theory and Therapy: The Generic Cognitive Model. *Annual Review of Clinical Psychology*, 10, 1-24. Recuperado de <https://www.annualreviews.org/doi/full/10.1146/annurev-clinpsy-032813-153734#article-denial>
- Beltrán, F., Torres, I., Martínez, G., Beltrán, L. & Calderón, M. (2011). Valoración del sentido de vida y la autoestima en estudiantes universitarios de Psicología. *Revista electrónica Medicina, Salud y Sociedad*, 1(3), 1-23. Recuperado de <https://docplayer.es/63898751-Valoracion-del-sentido-de-vida-y-la-autoestima-en-estudiantes-universitarios-de-psicologia.html>

- Benavent, E. (2014). *Espiritualidad y educación social*. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliotecafmhsp/detail.action?docID=3224661>.
- Benesch, H. (2009). *Atlas de psicología II*. Recuperado de https://books.google.com.pe/books?id=o1BrT73f_gYC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false
- Borg, J., Andrée, B., Soderstrom, H. & Farde, L. (2003). The Serotonin System and Spiritual Experiences. *American Journal of Psychiatry*, 165(12), 1965-1969. Recuperado de <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.ajp.160.11.1965>
- Carrión-Gutiérrez, M. A. (2017). *Descripción del perfil de estrés académico en universitarios y técnicas para su manejo* (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <http://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/11341/TG-3915.pdf?Sequence=4>
- Chacón, F. (2015). *La Dimensión Espiritual Del Ser Humano Como Elemento Del Modelo De Psicoterapia Integrativa Focalizada En La Personalidad* (Tesis de Maestría). Recuperado de <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/5602/1/11931.pdf>
- Cunningham, A.J. (2005). Integrating spirituality into a group psychological therapy program for cancer patients. *Integrative Cancer Therapies*, 4(2), 178-86. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1534735405275648>

- Cobo, M.C. (2016). *Temor a la muerte y espiritualidad en el grupo alcohólicos anónimos 24 horas sede Ambato* (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/23771/2/Cobo%20Poveda%20Mar%C3%ADa%20Cristina%201.pdf>
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. 2nd ed. New York: Erlbaum, Hillsdale.
- Coppari, N., Arellano, R., Barriocanal, S., Bellenzier, M., Bobadilla, Borgognon, G., ... y Vera, N. (2008). Estudio Descriptivo y correlacional sobre Creencias Irracionales e Indicadores Depresivos en Estudiantes de psicología. *Eureka*, 5(1), 44-59. Recuperado de <http://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-5-1-08-7.pdf>
- Coppari, N., Benítez, S., Benítez, S., Calvo, S., Concolino, C., Galeano, S., ... y Garcete, L. (2010). Relación entre Creencias Irracionales e Indicadores Depresivos en Estudiantes Universitarios. *Eureka*, 7(2), 32-52. Recuperado de <http://psicoeureka.com.py/sites/default/files/publicaciones/eureka-7-2-10.pdf#page=34>
- Deci, E. & Ryan, R. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49 (3), 182-185. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/a32f/3435bb06e362704551cc62c7df3ef2f16ab1.pdf>

- De Garay, A. (2012). *Mis estudios y propuestas sobre los jóvenes universitarios Mexicanos*. Recuperado de <https://www.ses.unam.mx/curso2015/pdf/28oct-DeGaray.pdf>
- Díaz, L. (2012). *Promoción de salud: Autotrascendencia, espiritualidad y bienestar en no consumidores y consumidores moderados de alcohol*. (Tesis de doctorado). Recuperado de <http://bdigital.unal.edu.co/8050/1/539435.2012.pdf>
- Ellis, A. (1980). *Razón y emoción en psicoterapia*. España: Editorial Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (2006). *Razón y emoción en psicoterapia*. España: Desclee de Brouwer.
- Ellis, A. (1992). *Terapia Racional Emotiva con Alcohólicos y Toxicómanos*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A., Dryden, W., y Cartón, E. (1989). *Práctica de la terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. y Grieger, R. (1990). *Manual de Terapia Racional – Emotiva*. España: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. y Grieger, R. (1985). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. (4ta ed.), Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. y Grieger, R. (2003). *Manual de Terapia Racional – Emotiva* (10ª ed.), España: Desclée De Brouwer.

- Ellis, A y Lega, L. (1993). Como aplicar algunas reglas básicas del método científico al cambio de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Psicología Conductual*. 1(1), 101-110. Recuperado de <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1993/num1/Como%20aplicar%20algunas.pdf>
- Ellis, A. y MacLaren, C. (2004). *Las relaciones con los demás: terapia del comportamiento emotivo racional: manual del terapeuta*. Barcelona: Océano.
- Espezúa, X.L. (2015). Salud Psicológica en la Teoría de Albert Ellis. *Revista de Psicología de Arequipa*, 165-167.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G. & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175-191. Recuperado de <https://link.springer.com/content/pdf/10.3758%2FBF03193146.pdf>
- Ferrel, F. R., González, J. y Padilla, Y. (2013). Esquemas maladaptativos tempranos y creencias irracionales en un grupo de homosexuales masculinos, de la ciudad de Santa Marta, Colombia. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 36-66. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/213/21328600004.pdf>
- Ferguson, C. J. (2009). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 532–538. doi:10.1037/a0015808

- Forero, A.M., Camelo, A.T. y Mendoza, F. (2015). *La amistad: Una mirada desde la adolescencia*. Recuperado de http://www.institutomerani.edu.co/publicaciones/tesis/2015/amistad_adolescencia_tesis_2015.pdf
- Frankl, V. (1995). *El Hombre en busca de Sentido*. Barcelona: Herder.
- García, S. (2014). *Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad nacional* (Tesis de maestría). Recuperado de http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1148/1/GARCIA_AS.pdf
- Gabasová, K. (2016). El fenómeno de la crisis espiritual del hombre en la actualidad en el contexto de la "cultura de la muerte". *Sincronía*, 20(69), 38–46. Recuperado de http://sincronia.cucsh.udg.mx/pdf/69/gabasova_69.pdf
- Golombek, D. (2015). *Las Neuronas De Dios: Una Neurociencia De La Religión, La Espiritualidad Y La Luz Al Final Del Túnel*. Recuperado de <http://www.sigloxxieditores.com.ar/pdfs/golombek-las-neuronas-de-dios.pdf>
- González-Rivera, J. A. (2017). Integrando la Espiritualidad en la Consejería Profesional y la Psicoterapia: Modelo Multidimensional de Conexión Espiritual. *Revista Griot*, 10(1), 56-69. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/324546441_Integrando_la_Espiritualidad_en_la_Consejeria_Profesional_y_la_Psicoterapia_Modelo_Multidimensional_de_Conexion_Espiritual

Goswami, A. y Goswami, A. (2012). *Ciencia y espiritualidad: Una integración cuántica.*

Recuperado de

<https://books.google.com.pe/books?id=AKSW9htvWH8C&printsec=frontcover&dq=Goswami+A,+Goswami+A.+Ciencia+y+espiritualidad&hl#v=onepage&q=Goswami%20A%2C%20Goswami%20A.%20Ciencia%20y%20espiritualidad&f=false>

Gutiérrez, E. Z. (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. (Tesis de

Licenciatura).

Recuperado

de

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/108/gutierrez_millon_eillean_zuhey_clima_social_familiar_y_creencias%20irracionales.pdf

Hernández, G., y Badel, M. (2011). Creencias irracionales que poseen los estudiantes

del Programa de Psicología de la Corporación Universitaria del Caribe CECAR, de la ciudad de Sincelejo, Colombia. *Escenarios*, 1(11), 49-70. Recuperado de

<http://revistasolds.cecar.edu.co/escenarios/article/view/252/235>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*

(6ta ed.). México D. F.: Mc Graw-Hill.

Hodge, D. R. (2006). Spiritually Modified Cognitive Therapy: A review of the literature.

Social Work, 51(2), 157-166. doi:10.1093/sw/51.2.157

- Huerta, J. N. y Alcázar, R. J. (2014). La inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(2). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29238007003>
- INEI (2015). Encuesta Nacional a Egresados Universitarios y Universidades, 2014. Recuperado de https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1298/Libro.pdf
- Jiménez, J. (2005). La espiritualidad, dimensión olvidada de la Medicina. *Revista Gaceta Universitaria*, 1(1), 92-101. Recuperado de http://revistagpu.cl/2005/GPU_junio_2005_pdf/la%20espiritualidad%20dimension%20olvidada%20de%20la%20medicina.pdf
- Kuba, C. M. (2017). *Relación Entre Creencias Irracionales Y Ansiedad Social En Estudiantes De La Facultad De Psicología De Una Universidad Privada De Lima Metropolitana*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Perú.
- Lega, L.I., Caballo, V.E. y Ellis, A. (1997). *Teoría y práctica de la terapia racional emotivo conductual*. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/230766621_Teoria_y_practica_de_la_terapia_racional_emotivo-conductual_Theory_and_practice_of_rational_emotive_behavior_therapy

- Lemos, V. y Oñate, M. E. (2018). Espiritualidad y personalidad en el marco de los Big Five. *Ciencias Psicológicas*, 12(1), 59-66. Recuperado de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v12n1/1688-4221-cp-12-01-59.pdf>
- Maseda, P., Osete, Y., Pérez, G., Reglero, M., Sánchez, L., Sierra, L. y Vila, A. (2011). El sentido de vida en los jóvenes: redes sociales, relaciones significativas y actividades de ocio. *Revista de Estudios de Juventud*, 102(95), 59-72. Recuperado de http://www.injuve.es/sites/default/files/tema4_revista95.pdf
- Mamani, B. (2018). *Bienestar psicológico, satisfacción familiar y espiritualidad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este* (Tesis de licenciatura). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1013/Belex_Tesis_Bachiller_2018.pdf
- Manrique, H. (2011). Descripción del sentido de la vida en adolescentes infractores de la ciudad de Medellín. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 2(2), 113-138. Recuperado de <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/236/225>
- Mazariegos, M. L. (2013). *Relación Entre Las Ideas Irracionales Y La Comunicación Disfuncional En La Familia*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/22/Mazariegos-Merly.pdf>

- Medrano, L. A., Galleano, C., Galera, M. y Valle Fernández, R. (2010). Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *Liberabit*, 16(2), 183-191. Recuperado de http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE_16_2_creencias-irracionales-rendimiento-y-desercion-academica-en-ingresantes-universitarios.pdf
- Morales, L. I. (2015). *Espiritualidad & Trabajo Social. Controversias y oportunidades*. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/318570924_Espiritualidad_y_trabajo_social_Controversias_y_oportunidades
- Morales, S. I. (2016). Relación entre la espiritualidad, el bienestar físico y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 7(1), 7-18. Recuperado de <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1549/1426>
- Moreno, A., y Rodríguez, E. (2016). Informe de juventud en España 2012. *Metamorfosis*, 0, 112-118. Recuperado de <http://revistametamorfosis.es/index.php/metamorfosis/article/view/15>
- Mori, M. (2012). Deserción universitaria en estudiantes de una universidad privada de Iquitos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 6(1), 60-83. Recuperado de <https://revistas.upc.edu.pe/index.php/docencia/article/view/42>
- Navas, R. (1981). Terapia racional emotiva. *Revista latinoamericana de psicología*, 13(1), 75-83. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80513105.pdf>

- Navas, C. y Villegas, H. (2006). Espiritualidad y Salud. *Revista Ciencias de la Educación*, 1(27), 29-45. Recuperado de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/volln27/27-2.pdf>
- Nizama, M. (2010). Vacuidad y estulticia: trastorno espiritual. *Revista de Investigación en Psicología*, 13(1), 87-108. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3739/300>
- 1
- Oblitas, L. (2008). *Psicoterapias contemporáneas*. México: Ceangage Learning.
- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida* (3ra ed.). Recuperado de https://kupdf.net/download/psicolog-iacute-a-de-la-salud-y-calidad-de-vida-3ra-edici-oacute-n-luis-a-oblitas-guadalupe-pdf_58c98017dc0d60c24d339030_pdf
- Pagán-Torres, O. M., Reyes-Estrada, M. y Cumba-Avilés, E. (2017). Religión, Espiritualidad y Terapia Cognitivo Conductual: Una Reseña Actualizada. *Salud y Conducta Humana*, 4(1), 13-34. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/320597229_Religion_Espiritualidad_y_Terapia_Cognitivo_Conductual_Una_Resena_Actualizada
- Pérez, M. J., Labiano, M. y Brusasca, C. (2010). Escala de Deseabilidad Social: Análisis psicométrico en muestra argentina. *Evaluar*, 10, 53 – 67. Recuperado de <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/viewFile/458/427>
- Palacio, C. (2015). La espiritualidad como medio de desarrollo Humano. *Cuestiones Teológicas*, 98(42), 459-481. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/cteo/v42n98/v42n98a09.pdf>

- Parsian, N y Dunning, T. (2009). Spirituality and Coping in Young Adults with Diabetes: a Cross-Sectional Study. *European Diabetes Nursing*, 6(3), 100-104. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/edn.144>
- Paula, I. (2007) *¡No puedo más! Intervención Cognitivo Conductual ante sintomatología depresiva en docentes*. Recuperado de https://books.google.com.pe/books?id=Jm_g7SvRn6UC&pg=PA187&lpg=PA187&dq#v=onepage&q&f=false
- Pinto, N. (2007). Bienestar espiritual de los cuidadores familiares de niños que viven enfermedad crónica. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 9(1), 20-35. Recuperado de <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/1584>
- Ponce, S. D. y Orosco, M. (2016). *Creencias irracionales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes del primer año de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad privada de Lima Este, 2016*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/884/Shal%C3%B3n_Tesis_Bachiller_2016.pdf
- Pulgar, L. (2010). *Factores de resiliencia presentes en estudiantes de la universidad del Bío Bío, Sede Chillán*. (Tesis de maestría). Recuperado de http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2127/1/Pulgar_Suazo_Lorenzo.pdf

- Quiceno, J. & Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad *Diversitas. Perspectivas en Psicología*, 5(2), 321-336. Recuperado de <http://revistas.usta.edu.co/index.php/diversitas/article/view/261/439>
- Rasco, L. A. y Suarez, V. S. (2017). *Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada de Lima Este, 2016*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/417/Lucy_Tesis_bachiller_2017.pdf
- Richards, P. S. & Worthington, E. L. (2010). The need for evidence-based, spiritually oriented psychotherapies. *Professional Psychology: Research and Practice*, 41(5), 363-370. doi: 10.1037/a0019469
- Riso, W. (2009). *Terapia Cognitiva*. Madrid: Paidós Ibérica.
- Ríos-Flórez, J., Escudero-Corrales, C., Bautista-Ortiz, L. (2018). Influencia de las emociones sobre los procesos de la memoria declarativa en el Deterioro cognitivo Leve. *Katharsis*, 25, 3-21. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6246263>
- Rivera, M. A. y Rodríguez, CH. N. (2016). *Sentimientos sobre espiritualidad de los estudiantes del 2° y 6° semestre de la facultad de enfermería de la universidad católica de santa maría. Arequipa, 2016*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/6698/60.1397.EN.pdf>

- Rodríguez, M. (2011). ¿Es la Espiritualidad una fuente de salud mental o de psicopatología? *Psiquiatria.com*, 1-19. Recuperado de <https://www.psiquiatria.com/revistas/index.php/psiquiatricom/article/viewFile/1346/1228>
- Ros, J. L. (2017). *Implicación de la espiritualidad en la resiliencia y en la calidad de vida de pacientes oncológicos* (Tesis de Doctorado). Recuperado de <http://repositorio.ucam.edu/handle/10952/2379>
- Rosado, C. (2008). What is spirituality? Memetics, quantum mechanics, and the spiral of spirituality. *Global Missiology English*, 1(6), 1-40. Recuperado de <http://ojs.globalmissiology.org/index.php/english/article/view/35>
- Salgado A. (2012). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana* (tesis doctoral). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3293/Salgado_la.pdf
- San Martín, C. (2007). Espiritualidad en la tercera edad. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 8(8), 111-128. Recuperado de <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/420/200>
- Sieverson, C., Evans, V., Florenzano, R. y Fernández, L. (2016). ¿Qué elementos se incorporan en las evaluaciones de la espiritualidad y religiosidad? una revisión de instrumentos validados. *Revista GPU*, 12(2), 216-223. Recuperado de http://revistagpu.cl/2016/GPU_junio_2016_PDF/INV_Que_elementos.pdf

- Simkin, H. (2016). *Espiritualidad, religiosidad y bienestar subjetivo y psicológico en el marco del modelo y la teoría de los cinco factores de la personalidad (Tesis de Doctorado)*. Recuperado de <https://www.aacademica.org/hugo.simkin/14.pdf>.
- Simkin, H. & Azzollini, S. (2015). Personalidad, autoestima, espiritualidad y religiosidad desde el modelo y la teoría de los cinco factores. *Psiencia*, 7(2), 339-361. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/3331/333141094002/>
- Simkin, H. y Etchezahar, E. (2013). Religiosidad, Espiritualidad Y Escepticismo: La Mediación Del Autoritarismo. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 17(2), 48-58. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3396/339630262003.pdf>
- Tulving, E. (1972). Episodic and semantic memory. En E. Tulving y W. Donaldson (Eds.), *Organization of memory* (pp. 381-402). Recuperado de http://alumni.media.mit.edu/~jorkin/generals/papers/Tulving_memory.pdf
- Vásquez, R. W. (2015). *Diferencias en los patrones de creencias irracionales en estudiantes con rendimiento académico deficiente, regular y bueno de una universidad particular de Lima-Perú*. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/194/Roberto_Tesis_bac_hiller_2015.pdf
- Zumalde, E. C. & Ramírez, O. C. (1999). Creencias y síntomas depresivos: Resultados preliminares en el desarrollo de una escala de Creencias irracionales abreviada. *Anales de Psicología*, 15(2), 179-190. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16715203>

ANEXOS

Edad : _____

ANEXO A

Turno: Tarde Noche

En tu casa, vives:

- Solo con mi familia
- Mi familia y otros familiares (tíos, etc)

Fecha de hoy: ____/____/____

Distrito en que vives: _____

Fecha de nacimiento:

____/____/____

Ultimo nivel de estudio de la madre

- Primaria
- Secundaria
- Técnico
- Universitario

Sexo:

- H
- M

Convivencia familiar

- Vivo con ambos padres
- Vivo con la madre
- Vivo con el padre
- No vivo con ninguno

Ultimo nivel de estudio del padre

- Primaria
- Secundaria
- Técnico
- Universitario

Ciclo : 1 2 3 4 5

Sección : _____

Número de Hermanos: _____

Tu orden de nacimiento: _____

Antes de pasar a la siguiente página, responda a las siguientes preguntas:

<p>¿Qué tan bueno eres en los cursos o tareas de números (matemática, estadística)?</p> <p><input type="checkbox"/> Muy bueno <input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo <input type="checkbox"/> Muy malo</p>	<p>Tengo una alta autoestima:</p> <p><input type="checkbox"/> Muy en desacuerdo <input type="checkbox"/> En desacuerdo <input type="checkbox"/> Entre uno y otro <input type="checkbox"/> De acuerdo <input type="checkbox"/> Muy de acuerdo</p>																									
<p>Puedo hacer frente a las dificultades (problemas) que se me presentan:</p> <p><input type="checkbox"/> Muy en desacuerdo <input type="checkbox"/> En desacuerdo <input type="checkbox"/> Entre uno y otro <input type="checkbox"/> De acuerdo <input type="checkbox"/> Muy de acuerdo</p>	<p>¿Qué tan bueno eres en los cursos o tareas de letras (psicología general, método de estudio, etc.)</p> <p><input type="checkbox"/> Muy bueno <input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo <input type="checkbox"/> Muy malo</p>																									
<p>¿En tu opinión, qué cantidad de tareas te dejan?</p> <p><input type="checkbox"/> Mucho <input type="checkbox"/> Bastante <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Poco <input type="checkbox"/> Casi nada</p>	<p>¿Generalmente, cómo ha sido tu rendimiento académico?</p> <p><input type="checkbox"/> Muy bueno <input type="checkbox"/> Bueno <input type="checkbox"/> Regular <input type="checkbox"/> Malo <input type="checkbox"/> Muy malo</p>																									
<p>Pienso que tengo buenas cualidades</p> <p><input type="checkbox"/> Muy en desacuerdo <input type="checkbox"/> En desacuerdo <input type="checkbox"/> Entre uno y otro <input type="checkbox"/> De acuerdo <input type="checkbox"/> Muy de acuerdo</p>	<p>Me gusta como soy</p> <p><input type="checkbox"/> Muy en desacuerdo <input type="checkbox"/> En desacuerdo <input type="checkbox"/> Entre uno y otro <input type="checkbox"/> De acuerdo <input type="checkbox"/> Muy de acuerdo</p>																									
<p>¿Con cuántas personas puedes contar en caso que tengas problemas o dificultades?</p> <p><input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 a 5 <input type="checkbox"/> 6 a 10 <input type="checkbox"/> más de 10</p>	<p>¿Con qué frecuencia puedes contar con tus padres (o apoderados) para resolver los trabajos o tareas académicas?</p> <p><input type="checkbox"/> Casi nunca <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> Frecuentemente <input type="checkbox"/> Muchas veces <input type="checkbox"/> Casi siempre</p>																									
<p>Actualmente, ¿cómo te llevas con tus compañeros de aula?:</p> <p><input type="checkbox"/> Me llevo muy mal <input type="checkbox"/> Me llevo mal <input type="checkbox"/> Me llevo normal con ellos <input type="checkbox"/> Me llevo bien <input type="checkbox"/> Me llevo muy bien</p>	<p>Actualmente, ¿cómo te llevas con tu familia?:</p> <p><input type="checkbox"/> Me llevo muy mal <input type="checkbox"/> Me llevo mal <input type="checkbox"/> Me llevo normal con ellos <input type="checkbox"/> Me llevo bien <input type="checkbox"/> Me llevo muy bien</p>																									
<p>GENERALMENTE, ¿con qué frecuencia ha sentido molestia por cualquiera de los siguientes problemas?</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Para nada</th> <th>Varios días</th> <th>Más de la mitad de los días</th> <th>Casi todos los días</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Sentirse nervioso/a, ansioso/a, o con los nervios de punta</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>2. No poder dejar de preocuparse o no poder controlar la preocupación</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>3. Sentirse desanimado/a, deprimido/a o sin esperanzas</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4. Poco interés o placer en hacer las cosas</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> </tbody> </table>		Para nada	Varios días	Más de la mitad de los días	Casi todos los días	1. Sentirse nervioso/a, ansioso/a, o con los nervios de punta	0	1	2	3	2. No poder dejar de preocuparse o no poder controlar la preocupación	0	1	2	3	3. Sentirse desanimado/a, deprimido/a o sin esperanzas	0	1	2	3	4. Poco interés o placer en hacer las cosas	0	1	2	3
	Para nada	Varios días	Más de la mitad de los días	Casi todos los días																						
1. Sentirse nervioso/a, ansioso/a, o con los nervios de punta	0	1	2	3																						
2. No poder dejar de preocuparse o no poder controlar la preocupación	0	1	2	3																						
3. Sentirse desanimado/a, deprimido/a o sin esperanzas	0	1	2	3																						
4. Poco interés o placer en hacer las cosas	0	1	2	3																						

ANEXO B
Formulario de consentimiento informado

Título del proyecto : Relación entre Creencias y Espiritualidad en universitarios.

Institución : Universidad de San Martín de Porres.

Investigador : Renzo Ballero Dávila.

Email : rballerod@usmp.pe

Presentación:

El presente es un estudio que tiene por finalidad conocer la relación que existe entre las Creencias y La Espiritualidad del estudiante universitario, por lo que su participación es primordial en este proceso y estaremos agradecidos si accede.

La participación consiste en responder los cuestionarios que figuran a continuación. El proceso es completamente anónimo y puede interrumpir su participación cuando considere pertinente sin que esto tenga repercusiones negativas para usted.

Esta actividad es voluntaria y no habrá algún tipo de beneficio académico o monetario.

Muchas gracias por su atención.

Respuesta: He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de investigación. Comprendo que puedo dejar de participar en esta actividad en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio académico por esta participación.

Firma: _____

Fecha: _____

ANEXO C

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES DE ALBERT ELLIS

A continuación encontrará afirmaciones respecto a cómo piensas en este momento. No existe respuesta buena o mala. No necesitas pensar mucho al responder.

Marque con una "X" la respuesta que se ajusta a la manera como piensas teniendo en cuenta: Sí (si estás de acuerdo) y No (si es que no estás de acuerdo con la afirmación)

PREGUNTAS	SI	NO
1. Es importante para mí que otras personas me aprueben.		
2. Odio el fallar en cualquier cosa.		
3. Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.		
4. Usualmente acepto filosóficamente lo que sucede.		
5. Si una persona quiere, puede ser feliz bajo cualquier circunstancia.		
6. Tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.		
7. Usualmente hago a un lado decisiones importantes.		
8. Todo el mundo necesita a alguien en quien pueda depender para ayuda y consejo.		
9. "Una cebra no puede cambiar sus rayas".		
10. Prefiero la tranquilidad del ocio por sobre todas las cosas.		
11. Me gusta tener el respeto de los demás, pero no es imprescindible para mí.		
12. Evito las cosas que no hago bien.		
13. Muchas personas malvadas escapan al castigo que ellas merecen.		
14. Las frustraciones no me perturban.		

PREGUNTAS	SI	NO
15. Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.		
16. Siento poca ansiedad respecto de peligros no esperados o eventos futuros.		
17. Trato de salir adelante y hago las tareas molestas cuando ellas surgen.		
18. Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.		
19. Es casi imposible el vencer las influencias del pasado,		
20. Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.		
21. 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. Soy responsable de mis propias emociones.		
26. Frecuentemente no puedo apartar mi mente de alguna preocupación.		
27. 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 tu vida eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro.		
30. Estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.		
31. Puede agradarme cómo soy aun cuando a otras personas no les agrade.		
32. Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no me siento necesariamente obligado (a) a 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 así 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.		

PREGUNTAS	SI	NO
38. Hay ciertas personas de las cuales dependo mucho.		
39. Las personas sobrevaloran la influencia del pasado,		
40. Disfruto mucho más al entregarme a un proyecto creativo.		
41. Si no le agrado a los demás, ése es su problema no el mío.		
42. Es muy 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 enojado (a) 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.		
49. Si hubiese tenido diferentes experiencias yo 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 cuán 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. 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.		

PREGUNTAS	SI	NO
62. Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.		
63. Todo el mundo es básicamente bueno.		
64. Hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.		
65. Ninguna cosa es perturbadora en si misma, solamente en la manera en que las interpretamos.		
66. Me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.		
67. Es difícil para mí el llevar a cabo 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 cuántas personas me aprueban y me aceptan.		
72. Me perturba el cometer errores.		
73. Es una injusticia el que "la lluvia caiga sobre el justo y el injusto".		
74. "Tomo las cosas como vienen".		
75. 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 rara vez muy recompensante.		
78. 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. Tengo gran preocupación por lo que otras personas sienten 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 ellas tienen desafíos y problemas que superar.		

PREGUNTAS	SI	NO
85. No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.		
86. 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 es perturbador el ser criticado.		
92. No tengo temor de hacer las cosas que no puedo hacer bien.		
93. Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.		
94. Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.		
95. Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismas.		
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 aun cuando no sea placentera.		
98. 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. No puedo sentirme realmente contento a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.		

ANEXO D CUESTIONARIO DE ESPIRITUALIDAD

Para los propósitos de este estudio, se define espiritualidad como la experiencia única de los individuos que influencia su pensamiento y sus percepciones acerca de la salud, la familia y la vida.

Se refiere a las creencias acerca del significado de la vida que puede encontrarse a través de la relación con el yo interno y las relaciones armoniosas con las otras personas y con la naturaleza.

Por favor indique qué tanto está de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes afirmaciones marcando la casilla apropiada que mejor se ajuste a su respuesta. Por favor, elija una sola respuesta.

Sección 1. Auto-conciencia: Esta sección busca información acerca de cómo se ve usted a usted mismo				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Creo que soy una persona valiosa.				
2. Creo que soy igual a otras personas.				
3. Siento que tengo muchas cualidades buenas.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.				
5. En un todo, me siento satisfecho con la persona que soy.				
6. Siento que soy una persona compasiva y amable.				
7. En general, soy una persona con autoconfianza.				
8. Mi vida es significativa para mí mismo.				

Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
9. Soy capaz de encontrar significado en situaciones difíciles.				
10. Pienso acerca de cosas positivas cuando evalúo mi vida.				
Sección 2. Importancia de las creencias espirituales en la vida. Esta sección busca conocer su opinión acerca de la importancia de la espiritualidad en su vida.				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
11. La espiritualidad me ayuda a definir las metas que establezco en mi vida.				
12. La espiritualidad me ayuda a decidir quién soy.				
13. La espiritualidad es una parte de mi enfoque general hacia la vida.				
14. La espiritualidad está integrada en mi vida.				
Sección 3. Prácticas espirituales: Esta sección pregunta acerca de sus prácticas espirituales.				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
15. Medito para alcanzar la paz interior.				
16. Leo libros acerca de la espiritualidad.				
17. Empleo el silencio para ponerme en contacto con mi yo interior.				
18. Trato de vivir en armonía con la naturaleza.				
19. A menudo me involucro en programas para cuidar el medio ambiente tales como limpiar el medio ambiente, plantar árboles o en programas de conservación.				
20. Trato de encontrar cualquier oportunidad para ampliar mi espiritualidad.				

Sección 4. Necesidades espirituales. Esta sección pregunta acerca de sus necesidades espirituales.

Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
21. Busco la belleza en la vida.				
22. Trato de encontrar respuestas a los misterios de la vida.				
23. Trato de alcanzar paz interior y armonía.				
Afirmación	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
24. Realmente disfruto escuchar música.				
25. Estoy buscando un propósito en la vida.				
26. Mi vida es un proceso de conversión y está en constante evolución.				
27. Necesito tener una conexión emocional fuerte con las personas que me rodean.				
28. Mantener y nutrir las relaciones con los demás es importante para mí.				
29. Estoy desarrollando una filosofía significativa de la vida.				