

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



Creencias irracionales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de  
nivel secundario de una institución educativa del distrito de  
Nueva Cajamarca

**TESIS PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

Weyder Michel Carrasco Hoyos

**ASESOR**

Stalin Eliot Quispe Cisneros

Rioja, Perú

2023

**METADATOS COMPLEMENTARIOS****Datos de los Autores****Autor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 2**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 3**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Autor 4**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

**Datos de los Asesores****Asesor 1**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

**Asesor 2**

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

### Datos del Jurado

#### Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

#### Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

### Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

**\*Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA

#### ACTA N° 009-2024

En la ciudad de Nueva Cajamarca, a los quince días del mes de marzo del año dos mil veinticuatro, siendo las 14:10 horas, el Bachiller Weyder Michel Carrasco Hoyos sustenta su tesis denominada “**Creencias irracionales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca**” para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- |   |                    |
|---|--------------------|
| 1.- Prof. Rafael del Busto Bretoneche       | Aprobado : Regular |
| 2.- Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga | Aprobado : Regular |
| 3.- Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramirez      | Aprobado : Regular |

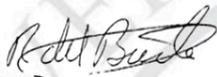
Se contó con la participación del asesor:

- 4.- Prof. Stalin Eliot Quispe Cisneros

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 15:09 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

**APROBADO: REGULAR**

Es todo cuanto se tiene que informar.



Prof. Rafael Martin Del Busto Bretoneche  
Presidente



Prof. Brigida Carolina Gutierrez Zuñiga



Prof. Claudia Rebeca Cahui Ramirez



Prof. Stalin Eliot Quispe Cisneros

Lima, 15 de marzo del 2024

**Anexo 2**

**CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR(A) DE TESIS / INFORME ACADÉMICO/ TRABAJO DE INVESTIGACIÓN/ TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO**

Nueva Cajamarca, 25 de Junio de 2024.

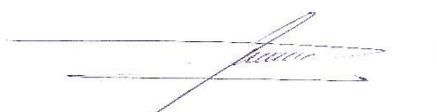
**Señor(a),**  
**YORDANIS ENIQUEZ CANTO**  
**Jefe del Departamento de Investigación/Coordinador Académico de Unidad de Posgrado**  
**Facultad de Psicología**

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis con título: Creencias irracionales y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca , presentado por **Weyder Michel Carrasco Hoyos (código de estudiante 2016101215 y D.N.I 73356659**, bajo mi asesoría para optar el **título profesional de Licenciado en Psicología**. ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser sustentado ante el Jurado Evaluador.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud del 15 %** .\* Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



---

**Firma del Asesor (a)**  
**DNI N°:08674786**  
**ORCID:0000-0002-6945-3222**

\* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

Creencias irracionales y ansiedad estado-rasgo en  
estudiantes de nivel secundario de una institución  
educativa del distrito de Nueva Cajamarca

## **DEDICATORIA**

Esta investigación va dedicada a mi madre y hermanas, por todo el apoyo incondicional recibido día a día, y porque me alientan a superarme para un futuro mejor.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento especial a Dios, por guiar y bendecir mi vida personal, familiar y profesional. Asimismo, a todas aquellas personas (familia, amigos, docentes, etc.) que han sido y siguen siendo parte de mi formación humana y profesional.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como **objetivo** determinar la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca. Respecto a **materiales y métodos**, la investigación fue de tipo correlacional y de diseño no experimental-transversal. Se aplicó el Registro de Opiniones (REGOPINA) y el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en 150 estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca. Se utilizó el STATA 14 y la prueba de chi-Cuadrado. Los **resultados** permitieron corroborar que las creencias irracionales se relacionan con la ansiedad estado ( $p=0.00$ ) y la ansiedad rasgo ( $p=0.04$ ). La ansiedad estado se relaciona con las dimensiones A ( $p=0.05$ ) y E ( $p=0.03$ ). Asimismo, las creencias irracionales se relacionan con la variable antecedentes de repetición de grado ( $p=0.04$ ). La ansiedad estado se relaciona con la variable vivo con ( $p=0.04$ ). La dimensión B se relaciona con la variable percepción del nivel socioeconómico ( $p=0.05$ ). Finalmente, la dimensión E se relaciona con el lugar de procedencia ( $p=0.01$ ) y lugar de residencia ( $p=0.05$ ). La evidencia anterior permitió llegar a las **conclusiones** de que los estudiantes que presentan creencias irracionales están proclives a desarrollar ansiedad estado y rasgo. También, a que las dimensiones de las creencias irracionales guardan mayor relación con la ansiedad estado y que la ansiedad estado se refleja en la convivencia de los estudiantes con sus padres.

**Palabras clave:** Ansiedad social, pensamiento positivo, pensamiento negativo, adolescencia, estudiante (*Fuente: DeCS*).

## ABSTRACT

The **objective** of this research was to determine the relationship between irrational beliefs and state-trait anxiety in high school students of an educational institution in the district of Nueva Cajamarca. Regarding **materials and methods**, the research was of a correlational and non-experimental-transversal design. The Opinion Register (REGOPINA) and the Inventory of State-Trait Anxiety (IDARE) were administered to 150 high school students from an educational institution in the district of Nueva Cajamarca. STATA 14 and the chi-square test were used. The **results** corroborated that irrational beliefs are related to state anxiety ( $p=0.00$ ) and trait anxiety ( $p=0.04$ ). State anxiety is related to dimensions A ( $p=0.05$ ) and E ( $p=0.03$ ). Likewise, irrational beliefs are related to the variable history of grade repetition ( $p=0.04$ ). State anxiety is related to the variable alive with ( $p=0.04$ ). Dimension B is related to the variable perception of socioeconomic status ( $p=0.05$ ). Finally, dimension E is related to place of origin ( $p=0.01$ ) and place of residence ( $p=0.05$ ). The above evidence allowed us to reach the **conclusions** that students who present irrational beliefs are prone to develop state and trait anxiety. Also, that the dimensions of irrational beliefs are more related to state anxiety and that state anxiety is reflected in the coexistence of students with their parents.

**Keywords:** Social anxiety, positive thinking, negative thinking, adolescence, student  
(Source: DeCS).

## ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1.Situación problemática	9
1.2.Formulación del problema	10
1.3.Justificación de la investigación	10
1.4.Objetivos de la investigación	11
1.4.1.Objetivo general	11
1.4.2.Objetivos específicos	11
1.5.Hipótesis	11
Capítulo II Marco teórico	13
2.1.Antecedentes de la investigación	13
2.2.Bases teóricas	15
Capítulo III Materiales y métodos	20
3.1.Tipo de estudio y diseño de la investigación	20
3.2. Población y muestra	20
3.2.1.Criterios de inclusión y exclusión	20
3.3.Variables	20
3.3.1.Definición conceptual y operacionalización de variables	20
3.4.Plan de recolección de datos e instrumentos	21
3.5.Plan de análisis e interpretación de la información	23
3.6.Ventajas y limitaciones	23
3.7.Aspectos éticos	24
Capítulo IV Resultados	25
Capítulo V Discusión	35
5.1. Discusión	35
5.2. Conclusión	36
5.3. Recomendaciones	37
Referencias bibliográficas	38
Anexos	

## INTRODUCCIÓN

Las creencias son ideas o pensamientos que el individuo crea en su mente para dar significado y sentido a la vida, en estas intervienen factores como la experiencia, cultura, sociedad y familia. Asimismo, entre ellas aparecen las creencias irracionales, que al ser pensamientos rígidos y desadaptativos, ocasionan problemas en el comportamiento (Ellis, 1999). Por su parte, las experiencias y vivencias se caracterizan por ser personales, es decir, cada persona piensa y actúa de manera diferente; tal es el caso de las ideas irracionales y la ansiedad que pueden variar de una persona a otra; situación a la que los adolescentes no son ajenos (Poroj, 2018). En este sentido, esta investigación se planteó dar respuesta al siguiente problema: ¿Cuál es la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca? De esta manera, se determinó la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado rasgo en estudiantes de nivel secundario. Una de las ventajas de este trabajo es que los instrumentos utilizados se encuentran adaptados y validados en el contexto peruano. Sin embargo, una de sus limitaciones es que no permitió observar el comportamiento de las variables a lo largo del tiempo.

Un trabajo internacional vinculado con el presente, es el de Poroj (2018), quien en Guatemala desarrolló una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre las ideas irracionales y la ansiedad de los adolescentes del Instituto Básico por Cooperativa de Aldea San Vicente Pacaya. Fue una investigación descriptiva-correlacional, con una muestra de 42 adolescentes entre los 14 y 18 años de edad. Como principal resultado encontró que las ideas irracionales se relacionan con la ansiedad en los estudiantes adolescentes, evidenciando que un mal manejo de los pensamientos ocasiona problemas físicos y emocionales.

Ese resultado permite corroborar que las creencias irracionales son ejecutadas de manera absoluta, ilógicas y no se confirman por acontecimientos reales; por lo que son contradichas por eventos conocidos (Auger, 1986). La ansiedad, por su parte, es entendida como un estado o patología que se caracteriza por una reacción de miedo, asociada a un elemento que produce en la persona lo que más teme y, al presentarse un acontecimiento desagradable, parece potenciar la posibilidad de que este ocurra realmente (Beck, Greenberg y Emery, 2014)

De acuerdo con lo anterior, la hipótesis planteada resalta que existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

En el marco de esta propuesta, esta investigación se encuentra estructurada en 5 capítulos: Capítulo I (problema de investigación: situación problemática, formulación, justificación, objetivos e hipótesis), capítulo II (Marco teórico: antecedentes y bases teóricas), capítulo III (Materiales y métodos: tipo de estudio y diseño de investigación, población y muestra, variables, plan de recolección de datos e instrumentos, plan de análisis e interpretación de la información, ventajas y limitaciones, aspectos éticos), capítulo IV (resultados) y capítulo V ( discusión, conclusiones y recomendaciones).

## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Situación problemática**

Uno de los grandes retos que afronta el ser humano a lo largo de la vida es el manejo de los propios pensamientos, ideas o juicios; aspectos que inciden en el comportamiento y en el modo de afrontar las diversas situaciones de la vida (Francia, 2016). Un inadecuado manejo de los pensamientos genera problemas emocionales y comportamientos desadaptativos (Tamayo, 2019). Para Espinoza (2014), una etapa donde las creencias juegan un papel importante es en la adolescencia, puesto que el adolescente está en búsqueda y en formación de su identidad.

Las creencias irracionales son razonamientos que parten de lo general de una representación ilógica y que no se guían de premisas de las que es más lógico que se debe partir (Ellis, 1999). Son ejecutadas de manera absoluta y no se confirman por acontecimientos reales, por lo que son contradichas por eventos conocidos (Auger, 1986). Estas ideas distorsionan la realidad, produciendo alteraciones emocionales y comportamentales que limitan el logro de objetivos o metas (Tamayo, 2019). Para Álvarez (2011), las interpretaciones irracionales cumplen un papel importante en la explicación de los problemas emocionales y por eso es importante identificarlas y trabajar en torno a ellas.

Atendiendo a estos presupuestos, Paroj (2018) desarrolló una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre las ideas irracionales y la ansiedad de los adolescentes del Instituto Básico por Cooperativa de Aldea San Vicente Pacaya. Fue una investigación descriptiva-correlacional con una muestra de 42 adolescentes entre los 14 y 18 años de edad. Entre sus resultados encontró que los estudiantes adolescentes obtuvieron niveles promedios tanto en ideas irracionales como en ansiedad estado y rasgo. Asimismo, Ángeles (2020), al asociar las creencias irracionales con la ansiedad en adolescentes limeños, encontró que las creencias irracionales guardan relación con la ansiedad estado. De esta manera, ambas investigaciones evidencian que un mal manejo de pensamientos ocasiona problemas emocionales. Para Velásquez (2002), las creencias irracionales desestabilizan la salud mental, provocando trastornos emocionales como la ansiedad.

La ansiedad es un estado o patología que se caracteriza por una reacción de miedo, ya que produce en la persona lo que más teme y, al presentarse un acontecimiento desagradable, parece potenciar la contingencia de que ocurra realmente (Beck, Greenberg y Emery, 2014). La ansiedad estado es una emoción transitoria que se ocasiona ante la percepción de un evento, acontecimiento o situación estresante y disminuye cuando el peligro desaparece (Naranjo y Salazar, 2012). Por su lado, la ansiedad rasgo se refiere a la tendencia que tiene la persona a sufrir ansiedad más que los demás, como un aspecto de su personalidad (Moreno, 2013). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) refiere que más de trescientos millones de personas sufren algún trastorno mental, siendo el principal de ellos la ansiedad; padecimiento que afecta cada día más a niños y adolescentes.

Otro de los trastornos con mayor prevalencia en la adolescencia es la depresión, con una ocurrencia de 24 millones. En esa línea de pensamiento, la Organización Panamericana de la Salud (2022) resalta que los principales trastornos que afectan a la población latinoamericana son los trastornos afectivos. Mientras tanto, en el Perú, según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), durante el 2020 más del 16% de niños y adolescentes manifestó sintomatología ansiosa o depresiva y, en casos más graves, ambos trastornos.

De esta manera, por lo mencionado anteriormente, se buscó determinar la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

- ¿Cuál es la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales y sus dimensiones en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?
- ¿Cuál es el nivel de la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?
- ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?
- ¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?
- ¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?
- ¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?

## **1.3. Justificación de la investigación**

Esta investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

La presente investigación se justifica teóricamente puesto que brindó información reciente y actualizada al conocimiento científico sobre las creencias irracionales y la ansiedad en estudiantes adolescentes del distrito de Nueva Cajamarca. Asimismo, sus hallazgos han sido discutidos sobre la base de un marco teórico (antecedentes previos de estudios de las variables y bases teóricas).

La justificación práctica se ve reflejada en la medida en que permitió conocer el diagnóstico situacional de los adolescentes con respecto a las creencias irracionales y la ansiedad; de esta manera, los principales actores de la comunidad educativa pueden plantear estrategias de intervención para mantener en óptimas condiciones la salud mental de los estudiantes, atendiendo sus problemas y necesidades.

De igual modo, presenta relevancia social en la medida en que permitirá a los alumnos, docentes, padres de familia y población en general tomar conciencia sobre el manejo del pensamiento y las creencias para conservar la salud mental y, de este modo, evitar trastornos mentales como la ansiedad.

También presenta una justificación metodológica porque cuenta con instrumentos adaptados al contexto peruano, con criterios de validez y confiabilidad, mostrando objetividad y fiabilidad en la investigación.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

- Establecer la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de las creencias irracionales y sus dimensiones en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- Identificar el nivel de la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- Determinar la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

#### **1.5. Hipótesis**

##### **1.5.1. Hipótesis general**

- **H<sub>1</sub>**: Existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **H<sub>0</sub>**: No Existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

##### **1.5.2. Hipótesis específicas**

- **HE<sub>1</sub>**: Existe relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>0</sub>**: No existe relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>2</sub>**: Existe relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>0</sub>**: No existe relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

- **HE<sub>3</sub>**: Existe relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>0</sub>**: No existe relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>4</sub>**: Existe relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.
- **HE<sub>0</sub>**: No existe relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

En este apartado, se analizan los antecedentes del estudio y se proporciona una explicación detallada de los fundamentos teóricos que lo apoyan. Asimismo, se incluyen investigaciones previas relevantes que ofrecen un contexto y una justificación para la realización de este trabajo, estableciendo una base sólida para entender el problema en cuestión.

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

Los antecedentes se han organizado según su ámbito geográfico. En primer lugar, se realiza una revisión de los antecedentes a nivel internacional, ofreciendo una visión global del tema. A continuación, se exploran los antecedentes a nivel nacional, permitiendo contextualizar el estudio dentro del marco específico de Perú. Esta estructura facilita una comprensión completa del problema, comenzando con una perspectiva general y avanzando hacia una más específica.

#### **2.1.1. Internacionales**

Mayorga (2023), en Ecuador, realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre creencias irracionales y ansiedad estado rasgo en estudiantes adolescentes de un colegio estatal de Ecuador. La muestra estuvo conformada por 209 adolescentes, quienes respondieron el inventario de creencias irracionales y el cuestionario de ansiedad estado-rasgo. Fue una investigación cuantitativa, descriptiva, correlacional, no experimental, transversal. Entre sus resultados se encontró que las creencias irracionales se asocian con la ansiedad estado rasgo, especialmente la creencia 2 (perfeccionismo) y la creencia 3 (fantasía de maldad). De esta manera, llegó a la conclusión que las ideas irracionales podrían ser un aspecto importante en el desarrollo de la ansiedad estado rasgo en los adolescentes.

Guevara (2021), en Ecuador, realizó una investigación que tuvo como objetivo establecer la relación entre la ansiedad estado-rasgo y la autoestima en estudiantes adolescentes de la ciudad de Ambato, Ecuador. La muestra estuvo conformada por 200 estudiantes adolescentes de ambos sexos entre los 13 y 17 años de edad. Se aplicaron la Escala de Autoestima y el Inventario Estado-Rasgo. Fue una investigación cuantitativa, descriptiva, correlacional, no experimental, transversal. Entre sus resultados, se encontró que la mayoría de los adolescentes presentaron autoestima alta con un 41% y en ansiedad estado (57%) y ansiedad rasgo (54%) nivel promedio. Asimismo, se evidenció que la autoestima se relaciona con ansiedad estado-rasgo con un  $p$ -valor (0.01). Finalmente, se concluyó que los estudiantes adolescentes de la ciudad de Ambato al presentar autoestima alta tienen menores riesgos a desarrollar ansiedad estado-rasgo.

Reyes (2021), en Ecuador, realizó una investigación en tiempos de aislamiento social que tuvo como objetivo determinar la relación sobre la ansiedad estado rasgo y la depresión en adolescentes de la ciudad de Quito. La población muestral estuvo conformada por 45 adolescentes, quienes respondieron al inventario de ansiedad estado rasgo STAI y el inventario de depresión BDI-II. Fue una investigación cuantitativa, descriptiva, correlacional, no experimental, transversal. Entre sus resultados se encontró que los adolescentes que presentaron ansiedad estado y ansiedad rasgo de nivel alto presentaron depresión de nivel moderada a grave. Asimismo, se identificó que los varones presentaron mayor frecuencia en niveles alto de depresión que las mujeres. De esta manera, concluyó que existe una correlación significativa entre ansiedad estado rasgo y depresión en los adolescentes de la ciudad de Quito en tiempo de pandemia.

Catagua y Escobar (2020), en Ecuador, realizaron una investigación sobre ansiedad en adolescentes durante el confinamiento COVID-19. Tuvo como objetivo determinar identificar los niveles de ansiedad en los adolescentes del barrio Santa Clara, Cantón Manta. La muestra fue de 25 adolescentes de ambos sexos de entre 13 a 17 años. Para la recolección de los datos se aplicó el test de ansiedad de Beck. Fue una investigación descriptiva de corte transversal. Entre sus resultados se encontró que el 16% presenta una ansiedad de nivel mínima, un 32 % un nivel de ansiedad leve, un 44 % un nivel de ansiedad moderada y el 8% un nivel de ansiedad severa, concluyendo que existe una relación significativa entre el confinamiento y la ansiedad en los adolescentes.

Pereira (2019), en España, realizó una investigación que tuvo como objetivo identificar y comparar el nivel de ansiedad y depresión en adolescentes españoles y brasileños. La muestra fue de 447 estudiantes adolescentes de ambos sexos de los 13 a los 18 años edad. Los datos se recopilaron con el Inventario de Depresión Infantil, el Inventario de Ansiedad del Estado-Rasgo y una ficha sociodemográfica. Fue una investigación cuantitativa, descriptiva, comparativa, transversal. Entre sus resultados se encontró que las mujeres adolescentes presentan niveles altos en ansiedad rasgo (27.02%), ansiedad estado (21.13%) y depresión (15.22%). Asimismo, se encontró que las mujeres presentan mayor comorbilidad en depresión, ansiedad estado y rasgo con un 12.8%. A nivel comparativo, los adolescentes de nacionalidad brasileña presentan mayor comorbilidad de ansiedad y depresión con un 11.8% frente a un 9.7% de los españoles. Se concluyó que los adolescentes del sexo femenino de ambos países presentan mayor riesgo a desarrollar ansiedad estado-riesgo y depresión. Asimismo, los adolescentes brasileños son los que obtuvieron puntajes desfavorables en cuanto a la ansiedad y depresión.

### **2.1.2. Nacionales**

Watanabe (2021), en su investigación, sobre ansiedad por COVID-19 en adolescentes de nivel secundario en la ciudad de Lima. Tuvo como objetivo determinar el nivel de ansiedad en los adolescentes de quinto de secundaria de la institución educativa Leoncio prado de Paijan, de acuerdo a su edad y sexo, en torno a la pandemia por COVID-19. La muestra estuvo constituida por 83 alumnos de los cuales 54 fueron mujeres y 29 varones de entre 16 y 18 años. Se utilizó una ficha exploratoria para recolección de datos personales y la Escala de Ansiedad por coronavirus (CAS), en los resultados se concluyó que el nivel de ansiedad por coronavirus en los adolescentes es bajo, que no existen diferencias significativas de nivel de ansiedad considerando la variable edad, a diferencia de la variable sexo, donde sí se encontraron diferencias significativas en el nivel de ansiedad en las mujeres.

Amaro (2020) desarrolló una investigación sobre ansiedad estado-rasgo y adaptación de conducta en estudiantes de nivel secundario en la ciudad de Lima. Tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad rasgo – estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una Institución educativa del distrito de San Martín de Porres. La muestra estuvo conformada por 174 estudiantes de ambos sexos entre los 13 y 17 años de edad. Se utilizó el inventario de ansiedad rasgo - estado (IDARE) y el Inventario de adaptación de conducta (IAC). Fue un estudio cuantitativo, diseño no experimental, alcance correlacional. Entre sus principales resultados se encontró que existe relación entre el aumento de los niveles de la adaptación de conducta y la disminución de la ansiedad estado ( $p=0.039$ ) y la ansiedad rasgo ( $p=0.000$ ). Se concluyó que en los estudiantes existe un desequilibrio en las actitudes y el accionar del comportamiento, mostrando cierta inseguridad y

preocupación ante cambios en el estado emocional que provoca ansiedad rasgo-estado.

Zevallos (2020) desarrolló una investigación en la ciudad de Ayacucho sobre la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundaria. Tuvo como objetivo e identificar los niveles de prevalencia de la ansiedad Estado-Rasgo en los estudiantes de secundaria de la I.E.P. Eduardo Añaños Pérez de Patibamba-La Mar. La muestra fue 52 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes al tercero, cuarto y quinto grado. Se aplicó el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI). Fue una investigación aplicada, epidemiológico-transversal, descriptivo. Entre sus resultados se encontró que los estudiantes presentan tendencia promedio en ansiedad estado (63.5%) y ansiedad rasgo (32.7%). Se concluye que los estudiantes presentan ansiedad tanto en estado como en rasgo que causa patrones de conducta y pensamientos inadecuados.

Solórzano (2019) investigó sobre Creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario en la ciudad de Lima. Tuvo como objetivo determinar el nivel de las Creencias irracionales de los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa 2056 “José Gálvez”. La muestra fue de 53 estudiantes del quinto grado de nivel secundario de la Institución Educativa “José Gálvez”. Se utilizó el Cuestionario de creencias irracionales de Albert Ellis y fue una investigación descriptiva, no experimental, transversal. Entre sus resultados se encontró que el 85% de los estudiantes presentan creencias irracionales moderadamente negativo y el 15% creencias irracionales bajamente negativo. Se concluyó que los estudiantes en su mayoría presentan creencias irracionales moderadamente negativa, y esto podría ser a diferentes factores como el soporte inadecuado de los padres, cultura, estilos de crianza, etc.

Valdivia (2019) realizó un estudio sobre creencias irracionales en estudiantes de educación secundaria en Surco-Lima. Tuvo como objetivo determinar la existencia de creencias irracionales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Surco. La muestra estuvo conformada por 50 estudiantes de ambos sexos entre los 13 y 15 años de edad. Se utilizó el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y fue un estudio descriptivo, de diseño no experimental. Entre sus resultados se encontró que los estudiantes alcanzaron niveles promedio en necesidad de aprobación (82.0%), afán de perfeccionismo (66.0%), culpabilización (70%), intolerancia a la frustración (70%), causas externas (98.0%), miedo a lo desconocido (54.0%), evitación de problemas (90.0%), dependencia (82.0%), determinismo del pasado (82.0%) y pasividad (70.0%). Se concluyó que los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa de Surco se encuentran dentro de lo normal con respecto a las creencias irracionales.

Pillaca (2019) realizó una investigación en la ciudad de Lima, que tuvo como objetivo determinar la relación entre ansiedad estado-rasgo en adolescentes de un colegio público de un distrito de Lima. La muestra fue de 360 adolescentes entre los 11 a 17 años de edad, quienes respondieron la escala de clima social familiar – FES y el inventario de ansiedad estado rasgo STAI. Fue una investigación cuantitativa, correlacional, transversal. Entre sus resultados se encontró que más del 50% de los adolescentes presentaron mala percepción de clima social familiar y más del 48% presentaron niveles promedios en ansiedad estado-rasgo. Finalmente, concluyó que las creencias irracionales se asocian con la ansiedad estado-rasgo.

## 2.2. Bases teóricas

### 2.2.1. Creencias irracionales

### **2.2.1.1. Definición**

Son razonamientos que parten de lo general de una representación ilógica y que no se guían de premisas de las que deben partir. Se caracterizan por ser disfuncionales e irreales (Ellis, 1999).

Conjunto de pensamientos que se basan en las falsas percepciones que la persona se proyecta de sí mismo, de los demás y del contexto en el cual se desenvuelve, que provoca trastornos mentales como la ansiedad, la depresión, etc., que significa problemas en la salud mental (Oblitas, 2009).

Son pensamientos o ideas ejecutas de manera absoluta, ilógicas y no se confirman por acontecimientos reales; por lo que son contradichas por hechos conocidos (Auger, 1986).

### **2.2.1.2. Racionalidad e irracionalidad**

Ellis y Grieger (1981) refieren que existen dos tipos de creencias:

- a) Racionales: creencias que se expresan en deseos o preferencias. Estos pensamientos están ligados a la realidad, son verificables y no provocan daños emocionales. Permiten afrontar las situaciones estresantes positivamente.
- b) Irracionales: creencias que se expresan como obligación o exigencia. Se caracterizan por ser ilógicas. Generan conductas negativas que desestabilizan la salud mental. Impiden el desarrollo y crecimiento personal.

### **2.2.1.3. Dimensiones o escalas de las creencias irracionales**

Davis, Mckay y Eshelman (1985) plantean que las creencias irracionales están conformadas por 6 dimensiones o escalas principales:

- a) Escala A (Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno): Esta dimensión mide el nivel de creencia irracional que una persona tiene con respecto a los demás en referencia a la estima, valoración y apreciación. Este pensamiento es irracional porque es inconcebible que una persona agrade o guste a todo el mundo, porque todos pensamos y actuamos de diferente manera y no siempre será agrado de todos.
- b) Escala B (Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles): Esta dimensión evalúa el grado de pensamiento irracional que una persona tiene con respecto a sus capacidades, habilidades y destrezas. Esta idea es irracional porque no podemos pretender ser buenos, competentes y eficaces en todo, porque si lo pensamos así y no lo logramos genera en nosotros autodesprecio, autorreproche y auto desvalorización.
- c) Escala C (Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada): Esta dimensión evalúa el grado de pensamiento irracional que una persona tiene con respecto al concepto de justicia. Este pensamiento es irracional porque el condenar, castigar y avergonzar a una persona por sus actos no implica impartir justicia y tampoco depende de uno mismo para que los demás cambien de comportamiento y así evitar que sufran.
- d) Escala D (Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser): Esta dimensión mide el grado de pensamiento irracional que una persona tiene con respecto a los demás y a los eventos. Este pensamiento es irracional porque las personas y las circunstancias no siempre serán de acuerdo a nuestros deseos y no depende de uno mismo de cambiarlas sino de aceptarlas y seguir adelante.
- e) Escala E (La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos): Esta dimensión evalúa el grado de

pensamiento irracional desde la perspectiva de que la infelicidad es impuesta por los demás y por las situaciones de la vida, por ende, no depende exclusivamente de uno mismo. Esta idea es irracional porque atribuir la responsabilidad de la felicidad a factores externos implica evitar enfrentar la realidad.

f) Escala F (Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando): Esta dimensión mide el grado de pensamiento irracional centrado en que los acontecimientos pasados siempre serán obstáculos en la vida. Este pensamiento es irracional porque limita la percepción de que las experiencias pasadas deben ser tomadas como aprendizaje mas no como impedimento.

#### **2.2.1.4. Tipos de creencias irracionales**

Ellis (1999) menciona 10 tipos de creencias irracionales:

- a) Necesidad de aprobación: la persona siente que tiene la necesidad de ser amado, valorado y apreciado por todos.
- b) Altas auto expectativas: la persona debe ser bueno y competente en todo. Debe incluso alcanzar la perfección.
- c) Culpabilización: la idea que las personas malévolas deben ser castigadas severamente por sus actos.
- d) Reacción a la frustración: es desagradable y horrible que las cosas no salgan como están planeadas.
- e) Ansiedad: todo evento genera incertidumbre, miedo y sentimientos negativos que hacen daño.
- f) Evitación: es mejor huir de las situaciones estresantes que enfrentarlos.
- g) Dependencia: la persona se siente más segura cuando tiene a alguien a su lado.
- h) Indefensión: todo lo que le ocurre a la persona es producto del pasado y, por lo tanto, no se puede hacer nada.
- i) Pasividad: se debe ser feliz sin realizar algún tipo de esfuerzo. Se merece ser feliz, independiente de que si se hace algo o no para serlo.
- j) Control emocional: todas las desgracias de la vida se dan por factores externos y ante ellos no se puede controlar las emociones.

#### **2.2.1.5. Características de las creencias irracionales**

Bernard, Joyce y Rosewarne (1983) mencionan que las creencias irracionales presentan las siguientes características:

- No son verdaderas: son pensamientos alejados de la realidad y sus interpretaciones se basan en suposiciones.
- Suelen expresarse en órdenes y mandatos: son ideas encasilladas que están obligadas a cumplirse a pesar de las circunstancias. Una orden debe ser ejecutada por encima de todo.
- Están orientadas a la expresión de emociones inadecuadas: estos pensamientos al no ser manejados adecuadamente generan trastornos mentales como el estrés, depresión, ansiedad, etc.
- Se presentan como obstáculos en el logro de metas y objetivos: ante la interpretación equivocada de la realidad y el desequilibrio emocional la persona se bloquea y no es capaz de realizar efectivamente sus actividades.

#### **2.2.1.6. Modelo teórico de las creencias irracionales**

##### **a) Teoría del A-B-C**

Ellis (1990) menciona que esta teoría se fundamenta en el postulado de que las personas no sufren en sí por los acontecimientos, sino por las interpretaciones que

realizan acerca de ellos. Asimismo, resalta que las creencias irracionales provocan trastornos mentales como la inestabilidad emocional, ansiedad y depresión.

Esta teoría enfatiza que los pensamientos, sentimientos y conductas actúan conjuntamente entre sí, y pueden provocar desequilibrio emocional dependiendo de la percepción de los acontecimientos vividos.

Asimismo, plantea que el individuo, ante los eventos estresantes, adopta dos tipos de pensamientos:

- Pensamiento Racional: tipo de pensamiento funcional y práctico que permite analizar los sucesos para el control emocional y adoptar conductas adaptativas.
- Pensamiento irracional: es un pensamiento fuera de la realidad. No es funcional ni práctico. Origina alteraciones emocionales y conductuales.

Para este autor, la teoría se resume en la siguiente manera:

- A (evento o acontecimiento activador): puede ser provocado por situaciones internas o externas.
- B (pensamiento - creencias): es la reacción al suceso desencadenante (A). Aquí se visualizan los pensamientos o creencias racionales e irracionales.
- C (consecuencias): viene a ser la respuesta al acontecimiento activador y al tipo de pensamiento adoptado, que se transforma en consecuencia, y esta puede ser emotiva, cognitiva o conductual. Es importante resaltar que entre A y C siempre está B.

## **2.2.2. Ansiedad**

### **2.2.2.1. Definición**

Es una reacción natural ante cualquier acontecimiento que implica algún tipo de peligro en la estabilidad emocional, genera reacciones a nivel fisiológico, cognitivo, conductual y social. Su sintomatología varía de acuerdo con la intensidad y gravedad (Spielberger, 1972).

Es un estado o patología que se caracteriza por una reacción de miedo, produce en el individuo lo que más teme, y al presentarse un acontecimiento desagradable parece potenciar de qué este ocurra realmente (Beck, Greenberg y Emery, 2014).

### **2.2.2.2. Dimensiones de la ansiedad**

#### **a) Ansiedad estado**

La ansiedad estado se refiere a un estado puntual en la que se experimenta tensión, inquietud, nerviosismo, preocupación, confusión de que algo va a ocurrir. A las sensaciones subjetivas los acompaña sensaciones físicas y movimientos corporales variados (Moreno, 2013).

Spielberger, Gorsuch y Lushere (1967) refiere "la ansiedad estado como un estado o condición emocional transitoria del organismo humano, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de tensión y aprensión e incluso una hiperactividad del sistema nervioso autónomo" (p.7).

Estado emocional transitorio que se ocasiona ante la percepción de un evento, acontecimiento o situación estresante y disminuye cuando el peligro desaparece. Se manifiestan la sintomatología fisiológica (Naranjo y Salazar, 2012).

#### **b) Ansiedad rasgo**

Al hablar de rasgo ansiedad, se refiere a la tendencia que tiene la persona de sufrir ansiedad más que los demás, como aspecto de su personalidad. Las personas son más propensas a reaccionar de forma ansiosa, y eso no quiere decir que sufra un problema psicológico (Moreno, 2013).

Es la predisposición a la ansiedad, que es característica de la personalidad, donde el sujeto adopta conductas ansiosas ante cualquier evento e incluso ante situaciones que no implican peligro ni amenaza. Aquí se identifican la intensidad y duración de la sintomatología ansiosa cuando el estímulo es amenazante (Spielberger y Díaz, 1975).

La ansiedad rasgo se ocasiona ante situaciones estresantes y no estresantes, donde la persona, ante cualquier circunstancia, adopta siempre patrones de comportamientos ansiosos como parte de su personalidad (Spielberger, Gorsuch y Lushere, 1967)

### **2.2.2.3. Ansiedad psíquica y ansiedad física**

#### **a) Ansiedad psíquica**

Se refiere a la preocupación, miedo, obsesión, necesidad de búsqueda de ayuda, pérdida de control. La ansiedad afecta a la concentración, dificultando el aprendizaje; distorsiona las percepciones, como la reducción de la memoria y la retención de datos (Schlatter, 2003).

#### **b) Ansiedad somática**

Son manifestaciones corporales, como la palpitación o aceleración del ritmo cardiaco, escalofríos, temblor, sequedad en la boca, hormigueo, sudoración, dificultad para respirar o tragar, sensación de inestabilidad (Schlatter, 2003).

### **2.2.2.4. Manifestaciones de la ansiedad**

Navas y Vargas (2012) resaltan que la sintomatología de la ansiedad se manifiesta en tres componentes:

#### **a) Cognitivo-subjetivo**

Están los pensamientos automáticos, la experiencia del yo, el enfoque de la percepción.

#### **b) Fisiológico-somático**

Corresponde a la manifestación fisiológica que se produce por la activación del sistema nervioso autónomo.

#### **c) Conductual - motor**

Manifestaciones conductuales expresadas en inhibir o suscitar el comportamiento motor como señal de defensa.

### **2.2.2.5. Modelo teórico de la ansiedad**

#### **a) Teoría Estado – Rasgo de la Ansiedad de Spielberger**

Spielberger (1972) menciona que esta teoría sostiene que existe la ansiedad como emoción, el estado; y, la ansiedad rasgo, corresponde a la personalidad. Es decir, el estado emocional es un proceso poco duradero en el tiempo, en cambio, la ansiedad rasgo, se refiere a las características particulares, propias del individuo, con determinada frecuencia en la vida cotidiana. Los estados emocionales son reflejos subjetivos en un momento único, y los estados rasgos permanentes y duraderos.

Para Domínguez (2012), esta teoría describe a la ansiedad estado como un proceso emocional de corta duración. Mientras tanto, el estado rasgo es propio de las características de la personalidad que convierte al individuo propenso a padecerlo con frecuencia. En este sentido, los estados emocionales serían el reflejo subjetivo de la situación vital del sujeto en un momento determinado, mientras que las emociones

como rasgos de personalidad impregnados a lo largo de la existencia, por lo que corresponde a factores biológicos, históricos, socioculturales, etc.

## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

Esta investigación corresponde a un tipo de estudio correlacional. Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) los estudios correlaciones permiten conocer cómo dos o más variables guardan relación entre sí.

El diseño es no experimental- transversal. Para Hernández, Fernández y Baptista (2014) en los estudios no experimentales-transversales no existe manipulación de variables y se desarrollan en un solo momento.

### **3.2. Población y muestra**

La investigación se realizó a través de un censo, debido a que la población como objeto de estudio fue tomada en su conjunto, es decir la muestra es toda la población.

La población estuvo formada por estudiantes del cuarto y quinto grado de nivel secundario de la Institución Educativa San Juan Bautista del distrito de Nueva Cajamarca, región San Martín, durante la pandemia por la COVID 19 en el mes de junio del 2021; constituyendo un total de 150 estudiantes de ambos sexos entre los 15 y 17 años de edad.

#### **3.2.1. Criterios de inclusión y exclusión**

##### **a) Inclusión**

Estudiantes de ambos sexos que pertenecen al cuarto y quinto grado de secundaria de las diferentes secciones de la Institución Educativa San Juan Bautista.

Estudiantes que firmen el acta de consentimiento informado, autorizado por sus padres o tutor(a).

Personas con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones e ítems.

##### **b) Exclusión**

Estudiantes que presenten problemas de salud mental severos o trastorno psicológico. Así como los que tienen una deficiente lectura.

Estudiantes que no cooperen y que no sigan las instrucciones, como, por ejemplo, no llenar datos en la ficha sociodemográfica o no responder a todos los ítems de los instrumentos.

No se considerará las hojas de respuestas de los instrumentos psicológicos que no estén contestadas adecuadamente, según las instrucciones.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables**

##### **a) Creencias Irracionales**

###### **Definición conceptual**

Según Ellis y Grieger (1981) las creencias irracionales son ideas o pensamientos que se expresan como obligación, mandato o exigencia. Se caracterizan por ser absolutas, disfuncionales y alejadas de la realidad. Generan emociones negativas y obstaculizan el cumplimiento de metas y objetivos. Sus expresiones son: “debo”, “deberías”, “tengo”, “necesito”, etc.

### **Definición operacional**

Creencias irracionales es una variable cualitativa politómica ordinal. Tiene 6 dimensiones categorizadas en:

A = Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno: racional (0-4), tendencia racional (5-6), tendencia irracional (7-8) e irracional (9-10).

B = Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles: racional (0-5), tendencia racional (6), tendencia irracional (7-8) e irracional (9-10).

C = Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada: racional (0-5), tendencia racional (6), tendencia irracional (7) e irracional (8-10).

D = Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser: racional (0-6), tendencia racional (7), tendencia irracional (8) e irracional (9-10).

E = La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos: racional (0-7), tendencia racional (8), tendencia irracional (9) e irracional (10).

F = Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando: racional (0-4), tendencia racional (5), tendencia irracional (6-7) e irracional (8-10).

De la suma de estas dimensiones se obtiene la categoría general:

Altamente Racional: 0-30.

Racional: 31-35.

Tendencia Racional: 36-39.

Tendencia Irracional: 40-42.

Irracional: 43-47.

Altamente Irracional: 48 a más.

### **b) Ansiedad**

#### **Definición conceptual de Ansiedad**

Es un estado o patología que se caracteriza por una reacción de miedo, produce en el individuo lo que más teme, y al presentarse un acontecimiento desagradable parece potenciar que este ocurra realmente (Beck, Greenberg y Emery, 2014).

Naranjo y Salazar (2012) definen a la ansiedad estado como una condición emocional transitoria que se ocasiona ante la percepción de un evento, acontecimiento o situación estresante y disminuye cuando el peligro desaparece. Se manifiesta la sintomatología fisiológica.

Spielberger y Díaz (1975) definen a la ansiedad rasgo como la predisposición a la ansiedad que es característica de la personalidad, donde el sujeto adopta conductas ansiosas ante cualquier evento e incluso ante situaciones que no implican peligro ni amenaza.

### **Definición operacional**

Ansiedad estado-rasgo es una variable cualitativa politómica ordinal. Tiene 2 dimensiones categorizadas en:

Estado: alto (más de 44), medio (30-44), bajo (menos de 30).

Rasgo: alto (más de 44), medio (30-44), bajo (menos de 30).

### **c) Sociodemográfica**

Se aplicará una ficha que tendrá los siguientes datos:

a) **Sexo:** femenino y masculino. Cualitativa dicotómica nominal.

b) **Edad:** quince a dieciséis y diecisiete. Cualitativa dicotómica ordinal.

- c) **Grado:** cuarto y quinto. Cualitativa dicotómica ordinal.
- d) **Vive con:** mamá y papá, solo con mamá, solo con papá, con mamá y hermanos (as), con papá y hermanos (as), con tíos u otros parientes. Cualitativa politómica nominal
- e) **Percepción del nivel socioeconómico:** bajo, medio, alto. Cualitativa politómica ordinal.
- f) **Lugar de procedencia:** Costa, Sierra y Selva. Cualitativa politómica nominal.
- g) **Lugar de residencia:** Nueva Cajamarca, Rioja, Elías Soplín Vargas, Yuracyacu, Pardo Miguel Naranjos, Yorongos. Cualitativa politómica nominal.
- h) **Antecedentes de repetición de grado académico:** sí, no. Cualitativa dicotómica nominal.

### 3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

#### 3.4.1. Técnica

Se utilizarán las técnicas psicométricas. La recolección de datos se realizará mediante la encuesta, que consiste en entregar el instrumento al sujeto encuestado, quien responderá a los ítems escribiendo su respuesta, o marcando una opción de las alternativas. En el proceso de investigación se seguirá los siguientes procedimientos:

- Coordinar con la dirección de la Institución educativa.
- Presentar la solicitud de permiso y la carta de aprobación por el comité de ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, para la aplicación de instrumentos.
- Hacer seguimiento a la solicitud hasta obtener la autorización de la Dirección.
- Coordinar los horarios para la entrega del consentimiento informado.
- Entregar a cada participante el consentimiento informado y recogerlos debidamente firmados, ello acredita a quienes participarán voluntariamente en la investigación.
- Coordinar los horarios para la aplicación de los instrumentos psicológicos, en un espacio limpio y libre de distractores. Siendo indispensable aplicar los instrumentos en grupo y en un solo tiempo.
- Entrega de hoja de respuestas, lápiz y borrador para luego explicar los objetivos de la investigación, así como las instrucciones para el desarrollo de las pruebas.
- Estar atento a las preguntas de los participantes, al momento que resuelven las pruebas psicológicas, cuidando no alterar los ítems.
- Recoger y revisar que cada participante haya seguido las instrucciones.

#### 3.4.2. Instrumentos

Se utilizarán dos instrumentos:

##### a) Creencias Irracionales

##### Registro de Opiniones (REGOPINA)

Fue creado por Davis, Mckay y Eshelman en 1985. Adaptado en el Perú por Requejo en el 2018 en adolescentes de 11 a 18 años de edad. Tiene 65 ítems distribuidos en 6 dimensiones o indicadores: A= Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno (1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55), B= Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles (2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 56), C = Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada (3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57), D = Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser (4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52, 58), E = La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos (5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 53, 59), F = Si algo afecto fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando (6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54, 60) y 5 ítems miden la consistencia del evaluado. Tiene como objetivo. Poner de

manifiesto las ideas irracionales particulares que contribuyen, de forma encubierta, a crear y mantener el estrés y la infelicidad. Se puede administrar a adolescentes y adultos que hayan cursado y aprobado por lo menos un año de instrucción secundaria, de manera individual y colectiva con un tiempo aproximando de 20 minutos. La prueba tiene como respuesta de F y V por cada ítem. Para la calificación se utiliza la plantilla de respuesta, donde si coincide la respuesta se puntúa con 1 y si esto no ocurre se puntúa con 0. Presenta categorías por dimensiones: A = Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno: racional (0-4), tendencia racional (5-6), tendencia irracional (7-8) e irracional (9-10), B = Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles: racional (0-5), tendencia racional (6), tendencia irracional (7-8) e irracional (9-10), C = Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada: racional (0-5), tendencia racional (6), tendencia irracional (7) e irracional (8-10), D = Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser: racional (0-6), tendencia racional (7), tendencia irracional (8) e irracional (9-10), E = La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos: racional (0-7), tendencia racional (8), tendencia irracional (9) e irracional (10), F = Si algo afecto fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando: racional (0-4), tendencia racional (5), tendencia irracional (6-7) e irracional (8-10). Categorizada a nivel general en: altamente Racional: 0-30, racional: 31-35, tendencia Racional: 36-39, tendencia Irracional: 40-42, irracional: 43-47 y altamente Irracional: 48 a más.

Requejo (2018) probó la validez de contenido por medio de criterio de jueces de experto, mostrando resultados entre 0.80 y 1. Asimismo, se probó la confiabilidad a través del Coeficiente de Kuder Richardson, mostrando un resultado de 0.71, lo que indica fiabilidad a la prueba.

## **b) Ansiedad**

### **Inventario de Ansiedad Estado- Rasgo IDARE**

Fue creado Spielberger y Díaz en 1975. Adaptado en el Perú Céspedes en el 2015. Está conformado por 40 ítems, repartidos en dos dimensiones: ansiedad estado (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10, 11,12,13,14,15,16,17,18,19, 20) y ansiedad rasgo (21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39,40). Tiene como objetivo evaluar el nivel de ansiedad estado y ansiedad rasgo. Puede ser administrado de manera individual y colectiva en adolescentes y adultos. Tiene una duración de 15 minutos. Su ámbito de aplicación es el área educativa, clínica e investigación. La prueba tiene como respuesta escala Likert: ansiedad estado (no en lo absoluto=1, un poco=2, bastante=3, mucho=4) y ansiedad rasgo (casi nunca=1, algunas veces=2, frecuentemente=3, casi siempre=4). Para la calificación se suman los puntajes por cada dimensión y categorizan en: alto (más de 44), medio (30-44), bajo (menos de 30).

Céspedes (2015) probó la validez de constructo a través del análisis factorial de la prueba KMO y esfericidad de Bartlett. El valor de KMO de la Escala de Ansiedad Estado fue 0.923 y 0.924 en la Escala Ansiedad Rasgo, mostrando valores significativos. Asimismo, probó la confiabilidad por medio del coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach, mostrando índices de valor de 0.855 para ansiedad estado y 0.816 ansiedad rasgo, denotando fiabilidad la prueba.

### **3.5. Plan de análisis e interpretación de la información**

Para el análisis e interpretación de la información se utilizará el programa estadístico STATA14; asimismo, mediante el análisis descriptivo, se utilizará las frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas. A nivel inferencial, para hallar la relación entre las variables categóricas, se empleará el Chi - Cuadrado con un nivel de significancia de 0.05.

### **3.6. Ventajas y limitaciones**

La presente investigación tiene como ventaja el acceso a la población objeto de estudio, lo cual permitirá la obtención de datos, dado que se utilizará la encuesta como técnica y como instrumento el cuestionario; del mismo modo, se constituirá como la primera investigación correlacional en lo que respecta a la especialidad de Psicología, en la provincia de Rioja. Con respecto al diseño de la investigación transversal, permitirá la ejecución del proyecto en poco tiempo y a bajo costo. Los instrumentos psicológicos a emplearse se encuentran adaptados y validados en el contexto peruano.

Las limitaciones serían que, al ser un estudio de tipo correlacional, no se observaría la causa ni el efecto entre las variables. Al ser de corte transversal, no se observaría la secuencia a largo tiempo de las variables estudiadas. Los cuestionarios pueden tener como limitación la deseabilidad social, este aspecto será controlado mediante la sensibilización de los participantes, destacando el anonimato de los evaluados y de su uso sólo para fines de investigación.

### **3.7. Aspectos éticos**

Esta investigación se ha regido a los siguientes aspectos éticos:

#### **Consentimiento de la participación**

La presente investigación cuenta con el consentimiento y aprobación de cada uno de los estudiantes involucrados en la muestra de estudio establecida (94 estudiantes), los cuales, bajo documento formal, aceptan la participación para dicha investigación.

#### **Confidencialidad**

Como muestra de ética profesional, en la presente investigación se muestran las más altas normas de confidencialidad en cuanto a la información que puedan brindarnos cada uno de los estudiantes, permitiendo así un adecuado uso de la información y el análisis de la misma.

#### **Veracidad**

Los métodos utilizados para la obtención de información y el tratado de la misma son desarrollados con estándares profesionales, los cuales permiten brindar la seriedad de la investigación, dando así una exactitud en cada uno de los resultados que se puedan obtener y tomando medidas correctivas según proceda el desarrollo de la investigación.

#### **Profesionalismo**

La actuación de los investigadores para con los investigados es de mucho respeto y delicadeza al momento de encontrar situaciones no deseadas, las cuales pudieran romper toda susceptibilidad sentimental, brindando así la confianza y respaldo para la mejora de cada situación encontrada.

## CAPÍTULO IV. RESULTADOS

En la tabla 1 se muestra que, de 100 estudiantes, el 58.00% fue de sexo femenino, el 70.67% tenía entre quince y dieciséis años de edad, el 60.00% cursaba el cuarto grado, el 62.67% vivía con ambos padres, el 47.33% tenía como lugar de procedencia a la selva, el 66.67% residía en Nueva Cajamarca, el 59.33% percibía un nivel socioeconómico bajo y el 94.00% no tenía antecedentes de repetición de grado académico.

**Tabla 1. Descripción de las variables principales y sociodemográficas**

	n	f
<b>V. Sociodemográficas</b>		
<b>Sexo</b>		
Masculino	63	42.00
Femenino	87	58.00
<b>Edad</b>		
Quince a dieciséis	106	70.67
Diecisiete	44	29.33
<b>Grado</b>		
Cuarto	90	60.00
Quinto	60	40.00
<b>Vivo con</b>		
Mamá y papá	94	62.67
Solo con mamá	19	12.67
Solo con papá	10	6.67
Mamá y hermanos	12	8.00
Papá y hermanos	7	4.67
Tíos u otros parientes	8	5.33
<b>Lugar de procedencia</b>		
Costa	43	28.67
Sierra	36	24.00
Selva	71	47.33
<b>Lugar de residencia</b>		
Nueva Cajamarca	100	66.67
Rioja	16	10.67
Elías Soplín Vargas	21	14.00
Yuracyacu	8	5.33
Pardo Miguel Naranjos	1	0.67
Yorongos	4	2.67
<b>Percepción del nivel socioeconómico</b>		
Bajo	39	26.00
Medio	89	59.33
Alto	22	14.67
<b>Antecedentes de repetición de grado</b>		
Sí	9	6.00
No	141	94.00

Asimismo, se aprecia que el 56.00% de estudiantes presentó tendencia a creencias irracionales. Las dimensiones A=es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno (53.33%), B=Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles (56.00%), C=ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada (35.33%) y F=Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando (56.67%) presentaron tendencia a creencias irracionales.

Las dimensiones D=es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser (48.67%) y E=la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos (74.00%) presentaron creencias racionales. Con respecto a la ansiedad, el 57.33% manifestó ansiedad estado de nivel medio y el 48.67% ansiedad rasgo de nivel alto.

**Tabla 1. Continúa**

	N	f
<b>Creencias Irracionales</b>		
Altamente Racional	5	3.33
Racional	19	12.67
Tendencia Racional	26	17.33
Tendencia Irracional	84	56.00
Irracional	16	10.67
<b>A=Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno</b>		
Racional	12	8.00
Tendencia racional	54	36.00
Tendencia irracional	80	53.33
Irracional	4	2.67
<b>B=Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles</b>		
Racional	21	14.00
Tendencia racional	35	23.33
Tendencia irracional	84	56.00
Irracional	10	6.67
<b>C=Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada</b>		
Racional	34	22.67
Tendencia racional	40	26.67
Tendencia irracional	53	35.33
Irracional	23	15.33
<b>D=Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser</b>		
Racional	73	48.67
Tendencia racional	53	35.33
Tendencia irracional	21	14.00
Irracional	3	2.00
<b>E=La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos</b>		
Racional	111	74.00
Tendencia racional	31	20.67
Tendencia irracional	8	5.33
<b>F=Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando</b>		
Racional	5	3.33
Tendencia racional	18	12.00
Tendencia irracional	85	56.67
Irracional	42	28.00
<b>Ansiedad/Estado</b>		
Alto	58	38.67
Medio	86	57.33
Bajo	6	4.00
<b>Ansiedad/Rasgo</b>		
Alto	73	48.67

Medio	71	47.33
Bajo	6	4.00

En la tabla 2, se aprecia que existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado ( $p=0.00$ ), donde el 73.26% de estudiantes que presentó tendencia a creencias irracionales manifestó ansiedad estado de nivel medio. Asimismo, las creencias irracionales se relacionan con la ansiedad rasgo ( $p=0.04$ ), donde el 65.75% de estudiantes que presentó tendencia a creencias irracionales manifestó ansiedad rasgo de nivel alto.

**Tabla 2. Relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo**

	Creencias Irracionales										p
	Altamente Racional		Racional		Tendencia Racional		Tendencia Irracional		Irracional		
	n	f	n	F	n	F	n	f	n	f	
<b>Ansiedad/ Estado</b>											0.00
Alto	4	6.90	11	18.97	13	22.41	17	29.31	13	22.41	
Medio	1	1.16	7	8.14	12	13.95	63	73.26	3	3.49	
Bajo	0	0.00	1	16.67	1	16.67	4	66.67	0	0.00	
<b>Ansiedad/ Rasgo</b>											0.04
Alto	4	5.48	3	4.11	9	12.33	48	65.75	9	12.33	
Medio	1	1.41	15	21.13	16	22.54	32	45.07	7	9.86	
Bajo	0	0.00	1	16.67	1	16.67	4	66.67	0	0.00	

En la tabla 3, se aprecia que existe relación entre la dimensión A=es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno y la ansiedad estado ( $p=0.05$ ), donde el 66.25% de estudiantes que presentó tendencia a creencia irracional en esta dimensión manifestó ansiedad estado de nivel medio. Asimismo, la dimensión E=la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos se relaciona con la ansiedad estado ( $p=0.03$ ), donde el 55.86% de estudiantes que presentó creencia racional en esta dimensión manifestó ansiedad estado de nivel medio.

**Tabla 3. Relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo**

	Ansiedad –Estado						P	Ansiedad-Rasgo						P
	Alto		Medio		Bajo			Alto		Medio		Bajo		
	n	f	N	f	n	F		n	f	n	f	n	f	
<b>Creencias Irracionales</b>														
<b>A=Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno</b>							0.05							0.96
Racional	6	50.00	6	50.00	0	0.00	6	50.00	5	41.67	1	8.33		
Tendencia racional	23	42.59	27	50.00	4	7.41	24	44.44	28	51.85	2	3.70		
Tendencia irracional	25	31.25	53	66.25	2	2.50	41	51.25	36	45.00	3	3.75		
Irracional	4	100.00	0	0.00	0	0.00	2	50.00	2	50.00	0	0.00		
<b>B=Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles</b>							0.31							0.47
Racional	9	42.86	11	52.38	1	4.76	7	33.33	12	57.14	2	9.52		
Tendencia racional	9	25.71	26	74.29	0	0.00	19	54.29	16	45.71	0	0.00		
Tendencia irracional	35	41.67	44	52.38	5	5.95	41	48.81	39	46.43	4	4.76		
Irracional	5	50.00	5	50.00	0	0.00	6	60.00	4	40.00	0	0.00		
<b>C=Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada</b>							0.33							0.43
Racional	15	44.12	18	52.94	1	2.94	16	47.06	17	50.00	1	2.94		
Tendencia racional	19	47.50	19	47.50	2	5.00	20	50.00	16	40.00	4	10.00		
Tendencia irracional	15	28.30	37	69.81	1	1.89	25	47.17	27	50.94	1	1.89		
Irracional	9	39.13	12	52.17	2	8.70	12	52.17	11	47.83	0	0.00		
<b>D=Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser</b>							0.53							0.69
Racional	32	43.84	37	50.68	4	5.48	31	42.47	38	52.05	4	5.48		
Tendencia racional	16	30.19	35	66.04	2	3.77	29	54.72	22	41.51	2	3.77		
Tendencia irracional	8	38.10	13	61.90	0	0.00	12	57.14	9	42.86	0	0.00		
Irracional	2	66.67	1	33.33	0	0.00	1	33.33	2	66.67	0	0.00		
<b>E=La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos</b>							0.03							0.41
Racional	45	40.54	62	55.86	4	3.60	53	47.75	54	48.65	4	3.60		
Tendencia racional	11	35.48	20	64.52	0	0.00	18	58.06	12	38.71	1	3.23		
Tendencia irracional	2	25.00	4	50.00	2	25.00	2	25.00	5	62.50	1	12.50		
<b>F=Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando</b>							0.71							0.25
Racional	1	20.00	4	80.00	0	0.00	4	80.00	1	20.00	0	0.00		

Tendencia racional	9	50.00	9	50.00	0	0.00	7	38.89	10	55.56	1	5.56
Tendencia irracional	32	37.65	50	58.82	3	3.53	43	50.59	41	48.24	1	1.18
Irracional	16	38.10	23	54.76	3	7.14	19	45.24	19	45.24	4	9.52

En la tabla 4, se aprecia que las creencias irracionales se relacionan con la variable antecedentes de repetición de grado ( $p=0.04$ ), donde el 58.87% de estudiantes que no tenía antecedente de repetición de grado presentó tendencia a creencias irracionales.

**Tabla 4. Relación entre las creencias irracionales y las variables sociodemográficas**

	Creencias Irracionales										p
	Altamente Racional		Racional		Tendencia Racional		Tendencia Irracional		Irracional		
	n	f	N	f	n	f	n	f	n	f	
<b>V. Sociodemográficas</b>											
<b>Sexo</b>											
Masculino	3	4.76	5	7.94	10	15.87	38	60.32	7	11.11	0.54
Femenino	2	2.30	14	16.09	16	18.39	46	52.87	9	10.34	
<b>Edad</b>											
Quince a dieciséis	4	3.77	18	16.98	19	17.92	53	50.00	12	11.32	0.08
Diecisiete	1	2.27	1	2.27	7	15.91	31	70.45	4	9.09	
<b>Grado</b>											
Cuarto	3	3.33	14	15.56	12	13.33	52	57.78	9	10.00	0.44
Quinto	2	3.33	5	8.33	14	23.33	32	53.33	7	11.67	
<b>Vivo con</b>											
Mamá y papá	1	1.06	13	13.83	13	13.83	57	60.64	10	10.64	0.49
Solo con mamá	2	10.53	4	21.05	5	26.32	6	31.58	2	10.53	
Solo con papá	1	10.00	1	10.00	2	20.00	4	40.00	2	20.00	
Mamá y hermanos	0	0.00	1	8.33	3	25.00	7	58.33	1	8.33	
Papá y hermanos	0	0.00	0	0.00	2	28.57	4	57.14	1	14.29	
Tíos u otros parientes	1	12.50	0	0.00	1	12.5	6	75.00	0	0.00	
<b>Lugar de procedencia</b>											
Costa	1	2.33	4	9.30	10	23.26	22	51.16	6	13.95	0.74
Sierra	1	2.78	3	8.33	5	13.89	24	66.67	3	8.33	
Selva	3	4.23	12	16.90	11	15.49	38	53.52	7	9.86	
<b>Lugar de residencia</b>											
Nueva Cajamarca	4	4.00	12	12.00	15	15.00	60	60.00	9	9.00	0.07
Rioja	1	6.25	1	6.25	4	25.00	6	37.50	4	25.00	
Elías Soplín Vargas	0	0.00	3	14.29	2	9.52	15	71.43	1	4.76	
Yuracyacu	0	0.00	3	37.50	3	37.50	2	25.00	0	0.00	
Pardo Miguel Naranjos	0	0.00	0	0.00	1	100.00	0	0.00	0	0.00	
Yorongos	0	0.00	0	0.00	1	25.00	1	25.00	2	50.00	
<b>Percepción del nivel socioeconómico</b>											
Bajo	2	5.13	5	12.82	6	15.38	23	58.97	3	7.69	0.81
Medio	3	3.37	9	10.11	17	19.10	50	56.18	10	11.24	
Alto	0	0.00	5	22.73	3	13.64	11	50.00	3	13.64	
<b>Antecedentes de repetición de grado</b>											
Sí	1	11.11	2	22.22	4	44.44	1	11.11	1	11.11	0.04
No	4	2.84	17	12.06	22	15.60	83	58.87	15	10.64	

En la tabla 5, se aprecia que la ansiedad estado se relaciona con la variable vivo con (p=0.04), donde el 58.51% de estudiantes que vivía con ambos padres presentó ansiedad estado de nivel medio.

**Tabla 5. Relación entre la ansiedad estado-rasgo y las variables sociodemográficas**

	Ansiedad/Estado						P	Ansiedad/Rasgo						P
	Alto		Medio		Bajo			Alto		Medio		Bajo		
	n	f	n	f	n	f		n	f	n	f	n	f	
<b>V. Sociodemográficas</b>														
<b>Sexo</b>													0.42	
Masculino	21	33.33	40	63.49	2	3.17	36	57.14	24	38.10	3	4.76	0.16	
Femenino	37	42.53	46	52.87	4	4.60	37	42.53	47	54.02	3	3.45		
<b>Edad</b>													0.37	
Quince a dieciséis	44	41.51	57	53.77	5	4.72	52	49.06	51	48.11	3	2.83	0.53	
Diecisiete	14	31.82	29	65.91	1	2.27	21	47.73	20	45.45	3	6.82		
<b>Grado</b>													0.43	
Cuarto	31	34.44	55	61.11	4	4.44	40	44.44	46	51.11	4	4.44	0.45	
Quinto	27	45.00	31	51.67	2	3.33	33	55.00	25	41.67	2	3.33		
<b>Vivo con</b>													0.04	
Mamá y papá	38	40.43	55	58.51	1	1.06	47	50.00	44	46.81	3	3.19	0.66	
Solo con mamá	6	31.58	11	57.89	2	10.53	6	31.58	11	57.89	2	10.53		
Solo con papá	3	30.00	6	60.00	1	10.00	5	50.00	5	50.00	0	0.00		
Mamá y hermanos	3	25.00	7	58.33	2	16.67	6	50.00	6	50.00	0	0.00		
Papá y hermanos	4	57.14	3	42.86	0	0.00	4	57.14	3	42.86	0	0.00		
Tíos u otros parientes	4	50.00	4	50.00	0	0.00	5	62.50	2	25.00	1	12.50		
<b>Lugar de procedencia</b>													0.59	
Costa	19	44.19	21	48.84	3	6.98	20	46.51	22	51.16	1	2.33	0.86	
Sierra	12	33.33	23	63.89	1	2.78	19	52.78	16	44.44	1	2.78		
Selva	27	38.03	42	59.15	2	2.82	34	47.89	33	46.48	4	5.63		
<b>Lugar de residencia</b>													0.18	
Nueva Cajamarca	37	37.00	60	60.00	3	3.00	51	51.00	46	46.00	3	3.00	0.46	
Rioja	8	50.00	5	31.25	3	18.75	9	56.25	5	31.25	2	12.50		
Elías Soplín Vargas	8	38.10	13	61.90	0	0.00	9	42.86	12	57.14	0	0.00		
Yuracyacu	3	37.50	5	62.50	0	0.00	2	25.00	5	62.50	1	12.50		
Pardo Miguel Naranjos	0	0.00	1	100.00	0	0.00	0	0.00	1	100.00	0	0.00		
Yorongos	2	50.00	2	50.00	0	0.00	2	50.00	2	50.00	0	0.00		
<b>Percepción del nivel socioeconómico</b>													0.14	
Bajo	11	28.21	25	64.10	3	7.69	17	43.59	19	48.72	3	7.69	0.53	
Medio	37	41.57	51	57.30	1	1.12	47	52.81	40	44.94	2	2.25		
Alto	10	45.45	10	45.45	2	9.09	9	40.91	12	54.55	1	4.55		
<b>Antecedentes de repetición de grado</b>													0.46	

Sí	4	44.44	4	44.44	1	11.11	3	33.33	6	66.67	0	0.00
No	54	38.30	82	58.16	5	3.55	70	49.65	65	46.10	6	4.26

En la tabla 6, se aprecia que la dimensión B=debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles se relaciona con la percepción del nivel socioeconómico ( $p=0.05$ ), donde el 53.93% de estudiantes que percibía nivel socioeconómico medio presentó tendencia irracional en esta dimensión.

**Tabla 6. Relación entre las dimensiones A, B, C de las creencias irracionales y las variables sociodemográficas**

	<b>A=Es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno</b>				p	<b>B=Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles</b>				p	<b>C=Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada</b>				p
	Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional	Irracional		Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional	Irracional		Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional	Irracional	
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)		n(%)	n(%)	n(%)	n(%)		n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
<b>V. Sociodemográficas</b>															
<b>Sexo</b>					0.43					0.45					0.39
Masculino	5(7.94)	18(28.57)	38(60.32)	2(3.17)		7(11.11)	13(20.63)	40(63.49)	3(4.76)		12(19.05)	14(22.22)	25(39.68)	12(19.05)	
Femenino	7(8.05)	36(41.38)	42(48.28)	2(2.30)		14(16.09)	22(25.29)	44(50.57)	7(8.05)		22(25.29)	26(29.89)	28(32.18)	11(12.64)	
<b>Edad</b>					0.06					0.31					0.06
Quince a dieciséis	11(10.38)	41(38.68)	50(47.17)	4(3.77)		17(16.04)	24(22.64)	56(52.83)	9(8.49)		31(29.25)	27(25.47)	30(28.30)	18(16.98)	
Diecisiete	1(2.27)	13(29.55)	30(68.18)	0(0.00)		4(9.09)	11(25.00)	28(63.64)	1(2.27)		3(6.82)	13(29.55)	23(52.27)	5(11.36)	
<b>Grado</b>					0.38					0.17					0.30
Cuarto	10(11.11)	31(34.44)	47(52.22)	2(2.22)		17(18.89)	18(20.00)	49(54.44)	6(6.67)		19(21.11)	26(28.89)	28(31.11)	17(18.89)	
Quinto	2(3.33)	23(38.33)	33(55.00)	2(3.33)		4(6.67)	17(28.33)	35(58.33)	4(6.67)		15(25.00)	14(23.33)	25(41.67)	6(10.00)	
<b>Vivo con</b>					0.13					0.16					0.48
Mamá y papá	7(7.45)	27(28.72)	56(59.57)	4(4.26)		17(18.09)	21(22.34)	46(48.94)	10(10.64)		23(24.47)	23(24.47)	32(34.04)	16(17.02)	
Solo con mamá	3(15.79)	9(47.37)	7(36.84)	0(0.00)		2(10.53)	5(26.32)	12(63.16)	0(0.00)		5(26.32)	3(15.79)	9(47.37)	2(10.53)	
Solo con papá	1(10.00)	1(10.00)	8(80.00)	0(0.00)		1(10.00)	5(50.00)	4(40.00)	0(0.00)		0(0.00)	3(30.00)	5(50.00)	2(20.00)	
Mamá y hermanos	0(0.00)	9(75.00)	3(25.00)	0(0.00)		0(0.00)	2(16.67)	10(83.33)	0(0.00)		4(33.33)	4(33.33)	4(33.33)	0(0.00)	
Papá y hermanos	0(0.00)	4(57.14)	3(42.86)	0(0.00)		0(0.00)	2(28.57)	5(71.43)	0(0.00)		0(0.00)	4(57.14)	1(14.29)	2(28.57)	
Tíos u otros parientes	1(12.50)	4(50.00)	3(37.50)	0(0.00)		1(12.50)	0(0.00)	7(87.50)	0(0.00)		2(25.00)	3(37.50)	2(25.00)	1(12.50)	
<b>Lugar de procedencia</b>					0.22					0.77					0.59
Costa	1(2.33)	18(41.86)	22(51.16)	2(4.65)		4(9.30)	10(23.26)	26(60.47)	3(6.98)		11((25.58)	10(23.26)	13(30.23)	9(20.93)	
Sierra	1(2.78)	14(38.89)	20(55.56)	1(2.78)		6(16.67)	7(19.44)	19(52.78)	4(11.11)		7(19.44)	8(22.22)	17(47.22)	4(11.11)	
Selva	10(14.08)	22(30.99)	38(53.52)	1(1.41)		11(15.49)	18(25.35)	39(54.93)	3(4.23)		16(22.54)	22(30.99)	23(32.39)	10(14.08)	
<b>Lugar de residencia</b>					0.38					0.68					0.32
Nueva Cajamarca	8(8.00)	35(35.00)	55(55.00)	2(2.00)		16(16.00)	25(25.00)	53(53.00)	6(6.00)		25(25.00)	27(27.00)	33(33.00)	15(15.00)	
Rioja	1(6.25)	5(31.25)	8(50.00)	2(12.50)		2(12.50)	1(6.25)	10(62.50)	3(18.75)		2(12.50)	7(43.75)	3(18.75)	4(25.00)	
Elías Soplín Vargas	1(4.76)	8(38.10)	12(57.14)	0(0.00)		1(4.76)	5(23.81)	14(66.67)	1(4.76)		3(14.29)	5(23.81)	10(47.62)	3(14.29)	
Yuracyacu	2(25.00)	5(62.50)	1(12.50)	0(0.00)		1(12.50)	2(25.00)	5(62.50)	0(0.00)		4(50.00)	1(12.50)	3(37.50)	0(0.00)	
Pardo Miguel Naranjos	0(0.00)	0(0.00)	1(100.00)	0(0.00)		0(0.00)	0(0.00)	1(100.00)	0(0.00)		0(0.00)	0(0.00)	1(100.00)	0(0.00)	
Yorongos	0(0.00)	1(25.00)	3(75.00)	0(0.00)		1(25.00)	2(50.00)	1(25.00)	0(0.00)		0(0.00)	0(0.00)	3(75.00)	1(25.00)	
<b>Percepción del nivel socioeconómico</b>					0.27					0.05					0.87
Bajo	5(12.82)	10(25.64)	22(56.41)	2(5.13)		4(10.26)	11(28.21)	19(48.72)	5(12.82)		10(25.64)	11(28.21)	13(33.33)	5(12.82)	
Medio	7(7.87)	33(37.08)	48(53.93)	1(1.12)		16(17.98)	22(24.72)	48(53.93)	3(3.37)		21(23.60)	21(23.60)	32(35.96)	15(16.85)	
Alto	0(0.00)	11(50.00)	10(45.45)	1(4.55)		1(4.55)	2(9.09)	17(77.27)	2(9.09)		3(13.64)	8(36.36)	8(36.36)	3(13.64)	
<b>Antecedentes de repetición de grado</b>					0.42					0.55					0.28
Sí	2(22.22)	3(33.33)	4(44.44)	0(0.00)		1(11.11)	1(11.11)	7((77.78)	0(0.00)		4(44.44)	3(33.33)	1(11.11)	1(11.11)	

---

No 10(7.09) 51(36.17) 76(53.90) 4(2.84) 20(14.18) 34(24.11) 77(54.61) 10(7.09) 30(21.28) 37(26.24) 52(36.88) 22(15.60)

---

En la tabla 7, se aprecia que la dimensión E=la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos se relaciona con la variable lugar de procedencia ( $p=0.01$ ), donde el 74.65% de estudiantes que procedía de la selva presentó creencia racional en esta dimensión. Asimismo, esta misma dimensión se relaciona con la variable lugar de residencia ( $p=0.05$ ), donde el 74.00% de estudiantes que residía en Nueva Cajamarca presentó creencia racional en esta dimensión.

**Tabla 7. Relación entre las dimensiones D, E, F de las creencias irracionales y las variables sociodemográficas**

	<b>D=Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser</b>				p	<b>E=La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos</b>			p	<b>F=Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando</b>				p
	Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional	Irracional		Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional		Racional	Tendencia racional	Tendencia irracional	Irracional	
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)		n(%)	n(%)	n(%)		n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
<b>V. Sociodemográficas</b>														
<b>Sexo</b>					0.06				0.18					0.73
Masculino	32(50.79)	17(26.98)	11(17.46)	3(4.76)		50(79.37)	12(19.05)	1(1.59)		3(4.76)	9(14.29)	34(53.97)	17(26.98)	
Femenino	41(47.13)	36(41.38)	10(11.49)	0(0.00)		61(70.11)	19(21.84)	7(8.05)		2(2.30)	9(10.34)	51(58.62)	25(28.74)	
<b>Edad</b>					0.79				0.07					0.12
Quince a dieciséis	49(46.23)	40(37.74)	15(14.15)	2(1.89)		84(79.25)	18(16.98)	4(3.77)		4(3.77)	16(15.09)	54(50.94)	32(30.19)	
Diecisiete	24(54.55)	13(29.55)	6(13.64)	1(2.27)		27(61.36)	13(29.55)	4(9.09)		1(2.27)	2(4.55)	31(70.45)	10(22.73)	
<b>Grado</b>					0.39				0.58					0.71
Cuarto	46(51.11)	30(33.33)	11(12.22)	3(3.33)		67(74.44)	17(18.89)	6(6.67)		4(44.44)	12(13.33)	49(54.44)	25(27.78)	
Quinto	27(45.00)	23(38.33)	10(16.67)	0(0.00)		44(73.33)	14(23.33)	2(3.33)		1(1.67)	6(10.00)	36(60.00)	17(28.33)	
<b>Vivo con</b>					0.45				0.87					0.88
Mamá y papá	47(50.00)	32(34.04)	13(13.83)	2(2.13)		70(74.47)	18(19.15)	6(6.38)		4(4.26)	11(11.70)	48(51.06)	31(32.98)	
Solo con mamá	11(57.89)	7(36.84)	1(5.26)	0(0.00)		14(73.68)	4(21.05)	1(5.26)		1(5.26)	3(15.79)	12(63.16)	3(15.79)	
Solo con papá	5(50.00)	3(30.00)	2(20.00)	0(0.00)		7(70.00)	3(30.00)	0(0.00)		0(0.00)	1(10.00)	8(80.00)	1(10.00)	
Mamá y hermanos	4(33.33)	4(33.33)	4(33.33)	0(0.00)		10(83.33)	2(16.67)	0(0.00)		0(0.00)	1(8.33)	8(66.67)	3(25.00)	
Papá y hermanos	3(42.86)	2(28.57)	1(14.29)	1(14.29)		6(85.71)	1(14.29)	0(0.00)		0(0.00)	1(14.29)	3(42.86)	3(42.86)	
Tíos u otros parientes	3(37.50)	5(62.50)	0(0.00)	0(0.00)		4(50.00)	3(37.50)	1(12.50)		0(0.00)	1(12.50)	6(75.00)	1(12.50)	
<b>Lugar de procedencia</b>					0.71				0.01					0.49
Costa	21(48.84)	16(37.21)	4(9.30)	2(4.65)		34(79.07)	9(20.93)	0(0.00)		1(2.33)	6(13.95)	24(55.81)	12(27.91)	
Sierra	19(52.78)	12(33.33)	5(13.89)	0(0.00)		24(66.67)	6(16.67)	6(16.67)		0(0.00)	2(5.56)	21(58.33)	13(36.11)	
Selva	33(46.48)	25(35.21)	12(16.90)	1(1.41)		53(74.65)	16(22.54)	2(2.82)		4(5.63)	10(14.08)	40(56.34)	17(23.94)	
<b>Lugar de residencia</b>					0.67				0.05					0.07
Nueva Cajamarca	47(47.00)	37(37.00)	13(13.00)	3(3.00)		74(74.00)	21(21.00)	5(5.00)		2(2.00)	9(9.00)	61(61.00)	28(28.00)	
Rioja	11(68.75)	4(25.00)	1(6.25)	0(0.00)		13(81.25)	0(0.00)	3(18.75)		0(0.00)	1(6.25)	9(56.25)	6(37.50)	
Elías Soplín Vargas	10(47.62)	8(38.10)	3(14.29)	0(0.00)		16(76.19)	5(23.81)	0(0.00)		1(4.76)	4(19.05)	10(47.62)	6(28.57)	
Yuracyacu	4(50.00)	2(25.00)	2(25.00)	0(0.00)		6(75.00)	2(25.00)	0(0.00)		2(25.00)	3(37.50)	2(25.00)	1(12.50)	
Pardo Miguel Naranjos	1(100.00)	0(0.00)	0(0.00)	0(0.00)		1(100.00)	0(0.00)	0(0.00)		0(0.00)	0(0.00)	1(100.00)	0(0.00)	
Yorongos	0(0.00)	2(50.00)	2(50.00)	0(0.00)		1(25.00)	3(75.00)	0(0.00)		0(0.00)	1(25.00)	2(50.00)	1(25.00)	
<b>Percepción del nivel socioeconómico</b>					0.84				0.51					0.81
Bajo	21(53.85)	12(30.77)	6(15.38)	0(0.00)		28(71.79)	10(25.64)	1(2.56)		2(5.13)	3(7.69)	23(58.97)	11(28.21)	
Medio	41(46.07)	33(37.08)	12(13.48)	3(3.37)		65(73.03)	19(21.35)	5(5.62)		2(2.25)	13(14.61)	51(57.30)	23(25.84)	
Alto	11(50.00)	8(36.36)	3(13.64)	0(0.00)		18(81.82)	2(9.09)	2(9.09)		1(4.55)	2(9.09)	11(50.00)	8(36.36)	
<b>Antecedentes de repetición de grado</b>					0.71				0.76					0.20
Sí	6(66.67)	2(22.22)	1(11.11)	0(0.00)		7(77.78)	2(22.22)	0(0.00)		1(11.11)	0(0.00)	7(77.78)	1(11.11)	
No	67(47.52)	51(36.17)	20(14.18)	3(2.13)		104(73.76)	29(20.57)	8(5.67)		4(2.84)	18(12.77)	78(55.32)	41(29.08)	

## CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

### 5.1. Discusión

Al correlacionar las variables creencias irracionales y ansiedad estado – rasgo, se encontró asociación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo. Es decir, se aprecia que existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado ( $p=0.00$ ), donde el 73.26% de estudiantes que presentó tendencia a creencias irracionales manifestó ansiedad estado de nivel medio. Asimismo, las creencias irracionales se relacionan con la ansiedad rasgo ( $p=0.04$ ), donde el 65.75% de estudiantes que presentó tendencia a creencias irracionales manifestó ansiedad rasgo de nivel alto. De igual manera, Mayorga (2023) encontró que las creencias irracionales se asocian con la ansiedad estado - rasgo en adolescentes de un colegio estatal de Ecuador, especialmente la creencia 2 (perfeccionismo) y la creencia 3 (fantasía de maldad). De esta manera, llegó a la conclusión de que las ideas irracionales podrían ser un aspecto importante en el desarrollo de la ansiedad estado - rasgo en los adolescentes. Así también, en una investigación de Perú, Pillaca (2019) concluyó que las creencias irracionales se asocian con la ansiedad estado-rasgo. La ansiedad estado se asocia con las dimensiones A= es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno se relaciona con la ansiedad estado ( $p=0.05$ ) y E =la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos de las creencias irracionales se relaciona con la ansiedad estado ( $p=0.03$ ). Asimismo, las creencias irracionales se asocian con el dato sociodemográfico antecedentes de repetición de grado ( $p=0.04$ ). La ansiedad estado se asocia con el dato sociodemográfico vivo con ( $p=0.04$ ). La dimensión B (debemos ser inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles) se asocia con la percepción del nivel socioeconómico ( $p=0.05$ ) y la dimensión E (la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos) se asocia con lugar de procedencia ( $p=0.01$ ) y lugar de residencia ( $p=0.05$ ). Cabe resaltar que el 56.00% de estudiantes presentó tendencia a creencias irracionales. En las dimensiones A= (53.33%), B= (56.00%), C= (35.33%) y F= (56.67%) presentó tendencia a creencias irracionales. Sin embargo, las dimensiones D= (48.67%) y E= (74.00%) presentó creencias racionales. Con respecto a la ansiedad, el 57.33% manifestó ansiedad estado de nivel medio y el 48.67% ansiedad rasgo de nivel alto.

Los estudiantes que presentaron tendencia a creencias irracionales manifestaron ansiedad estado de nivel medio. Estos resultados guardan concordancia con lo encontrado por Guevara (2021), que obtuvo como resultado ansiedad estado (57%) nivel promedio. Las falsas percepciones que la persona proyecta de sí misma, y del contexto en el cual se desenvuelve, provoca el desarrollo de trastornos mentales como la ansiedad (Oblitas, 2009). Entonces, también se denotan con ansiedad estado, lo cual se manifiesta en los estudiantes cuando experimentan tensión, inquietud, nerviosismo, preocupación, confusión de que algo va a ocurrir. A las sensaciones subjetivas, las acompañan las sensaciones físicas y movimientos corporales variados (Moreno, 2013). La ansiedad estado aparecerá ante la percepción de un evento, situación estresante y cuando el peligro desaparece (Naranjo y Salazar, 2012).

Los estudiantes que presentaron tendencia a creencias irracionales manifestaron ansiedad rasgo de nivel alto. Estos resultados guardan concordancia con lo encontrado por Reyes (2021), quien encontró que los adolescentes presentaron ansiedad estado y ansiedad rasgo de nivel alto. Esto podría evidenciar que los estudiantes con tendencia a creencias irracionales son más propensos a desarrollar sintomatología ansiosa como parte de su personalidad (García, 2014). Es decir, los estudiantes presentan cogniciones erróneas que provocan emociones y conductas disfuncionales que se dan como producto del desajuste con la realidad (Lira y Sánchez, 2007). Así también, se incrementa la ansiedad ante situaciones estresantes

y no estresantes, donde ante cualquier circunstancia se adopta siempre patrones de comportamientos ansiosos como parte de su personalidad (Spierberger, Gorsuch y Lushere, 1967)

Los estudiantes que presentaron tendencia a creencia irracional en la dimensión A=es necesario y ser querido por todas las personas significativas para uno, manifestaron ansiedad estado de nivel medio. De igual forma, Catagua y Escobar (2021) encontraron que la mayoría de adolescentes de Ecuador (44 %) se ubica en un nivel de ansiedad moderada. Así también, Zeballos (2020) encontró en adolescentes de Ayacucho tendencia promedio en ansiedad estado (63.5%). Para Hernández y Badel (2011), esta creencia manifiesta la carencia de afectividad que producen emociones inadecuadas como la ansiedad. La necesidad de aprobación y apreciación al no ser cubierta y alcanzada genera frustración, dolor, displacer y decepción que se traduce en insatisfacción con la vida (Davis, Mckay y Eshelman, 1985).

Los estudiantes que presentaron creencia irracional en la dimensión E=la infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos manifestaron ansiedad estado de nivel medio. Este resultado guarda concordancia con Guevara (2021), que obtuvo como resultado ansiedad estado (57%) y ansiedad rasgo (54%) nivel promedio. Valdivia (2019), en Perú, encontró también niveles promedio en necesidad de causas externas (98.0). Esta asociación evidencia que el manejo adecuado de este tipo de pensamiento reduce la carga emocional y por ende la sintomatología ansiosa (Velásquez, 2002). Para Davis, Mckay y Eshelman (1985), esta creencia se vuelve racional cuando el individuo es consciente de que la felicidad depende de él mismo a pesar de la influencia de factores externos. En este sentido, la ansiedad estado es un estado puntual de manifestaciones de inquietud, preocupación, nerviosismo, etc., que disminuye con el manejo de los eventos estresantes (Moreno, 2013).

Los estudiantes que no tienen antecedente de repetición de grado presentaron tendencia a creencias irracionales. No existen investigaciones previas que permitan constatar este resultado. Para Huertas y Alcázar (2014), las creencias irracionales cumplen un papel importante en la motivación académica e incluso en el desempeño académico, puesto que, el perfeccionismo, la competencia y las altas autoexpectativas, motivan al estudiante esforzarse para obtener óptimos logros académicos. En este sentido, una posible explicación de este resultado sería que estos estudiantes podrían estar concibiendo a la repetición de grado como un atraso en su formación académica y por lo tanto deben evitarlo.

Los estudiantes que vivían con ambos padres manifestaron ansiedad estado de nivel medio. No existen investigaciones previas que permitan constatar este resultado. Sin embargo, Pillaca (2019) encontró resultados en Lima donde más del 50% de los adolescentes presentó mala percepción de clima social familiar y más del 48% presentó niveles promedios en ansiedad estado-rasgo. Un funcionamiento inadecuado y una mala adaptación en la cohesión familiar se relaciona directamente con ansiedad en los adolescentes (Fernández y Vílchez, 2016; Gonzales, 2018). En las relaciones familiares siempre se experimenta problema o dificultades y esto ocasiona tensión y nerviosismo, pero cuando se actúa oportunamente en la búsqueda de soluciones, la intensidad de este malestar disminuye, sin afectar otras áreas de la vida (García y García, 2021). Por otro lado, en la adolescencia, los mismos cambios biológicos, la búsqueda de identidad y la presión de los padres ante el futuro, genera preocupación, angustia y tensión (Bueno, 2019).

Los estudiantes que percibieron nivel socioeconómico medio presentaron tendencia irracional en la dimensión B=debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y

eficaces en todos los aspectos posibles. No existen investigaciones previas que permitan constatar este resultado. Para Hoyos (2016), los estudiantes con niveles socioeconómicos pocos favorables se sienten obligados a esforzarse más que los demás para lograr sus objetivos. De acuerdo a Huertas y Alcázar (2014), esta desventaja socioeconómica podría servir a los estudiantes como motivación para exigirse y comprometerse con la vida.

Los estudiantes que procedían de la región Selva y residen en Nueva Cajamarca presentaron la creencia: "La infelicidad humana es causada por hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos". No existen investigaciones previas que permitan constatar este resultado. Para Davis, Mckay y Eshelman (1985) esta creencia se vuelve racional cuando la persona percibe y afronta la realidad objetivamente, teniendo en cuenta que él mismo es el responsable de su felicidad y bienestar.

## **5.2. Conclusiones**

En el transcurso de esta investigación, se han examinado varios aspectos relacionados con las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo, con el objetivo de analizar, comprender y obtener conclusiones significativas. Durante este proceso, se ha recopilado y analizado una amplia variedad de datos, se han revisado investigaciones previas relevantes y se han empleado metodologías específicas para responder a las preguntas planteadas. Ahora se reflexiona sobre los resultados obtenidos y se extraen conclusiones sólidas que podrían ampliar el conocimiento existente sobre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo, además de ofrecer orientación para futuras investigaciones en este ámbito. A continuación, se presentan las conclusiones derivadas de este estudio:

Se encontró relación significativa entre creencias irracionales y ansiedad estado – rasgo. Es decir, los estudiantes con creencias irracionales están proclives a desarrollar sintomatología ansiosa de estado – rasgo, produciéndoles problemas en el manejo emocional y en el correcto afrontamiento de los eventos estresantes. Se evidencia que los pensamientos tienen un gran dominio sobre la conducta y, al no ser controlados, generan carga emocional que puede ser originada de manera interna o externa en la persona.

Las dimensiones de las creencias irracionales guardan mayor relación con la ansiedad estado. De esta manera, se evidencia que los estudiantes, al presentar pensamientos irracionales, experimentan emociones transitorias de tensión, aprensión y miedo, que suelen disminuir con el manejo o control de las mismas.

Las creencias irracionales guardan relación con los antecedentes de repetición de grado. Esto podría darse porque los estudiantes estarían considerando el repetir de grado como un retroceso o estancamiento en la formación académica, por ende, atrasan el cumplimiento de metas y objetivos.

La ansiedad estado se refleja en la convivencia de los estudiantes con sus padres. De esta manera, se evidencia que las deficientes relaciones familiares, la falta de comunicación y una deficiente cohesión familiar podrían estar ocasionando sintomatología ansiosa.

La percepción del nivel socioeconómico guarda relación con la creencia irracional de eficiencia e inteligencia. Esto se daría puesto que los estudiantes que no cuentan con recursos económicos suficientes se ven en la necesidad de esforzarse al máximo para desarrollarse personalmente.

Finalmente, el lugar de procedencia y residencia permite tener un pensamiento racional sobre la infelicidad humana. De esta manera, se evidencia que los estudiantes que vivían en la Selva y residían en la ciudad de Nueva Cajamarca estarían concibiendo a la felicidad como una construcción y responsabilidad personal.

### **5.3. Recomendaciones**

A la luz de los resultados obtenidos en este estudio, se proponen una serie de recomendaciones con el fin de fortalecer las políticas y programas relacionados con las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo. Estas sugerencias están diseñadas para abordar las áreas identificadas como críticas durante la investigación, con el objetivo principal de mejorar la comprensión y el respaldo hacia la promoción y práctica de estrategias efectivas para manejar las creencias irracionales y reducir la ansiedad estado-rasgo entre los individuos afectados. Además, se busca fomentar la creación de entornos más favorables para el desarrollo de una comprensión saludable de las creencias irracionales y el manejo adecuado de la ansiedad, promoviendo prácticas y políticas que apoyen la toma de decisiones informadas y la implementación efectiva de estrategias de intervención. En esta línea, se presentan las siguientes recomendaciones:

De acuerdo a los resultados, se recomienda a las autoridades encargadas de la institución educativa a desarrollar estrategias de intervención dirigidas a la promoción y prevención de la salud, poniendo énfasis en la importancia de tener pensamientos racionales y el manejo de situaciones estresantes para evitar la ansiedad.

Se sugiere al encargado del área de psicología de la institución educativa desarrollar actividades que permitan identificar y brindar acompañamiento a aquellos estudiantes que presenten pensamientos irracionales y altos índices de ansiedad rasgo. Del mismo modo, se sugiere realizar con los estudiantes actividades que les permita conocer y adquirir estrategias de afrontamientos adecuados ante diferentes circunstancias de la vida. También, se sugiere desarrollar actividades con los padres de familia con la finalidad de mejorar la relación y comunicación familiar, de esta manera, preservar la salud mental de los estudiantes.

Los casos que se identifican con niveles leves moderados y graves, el psicólogo de la institución educativa deberá referir o derivar a las instituciones especializadas para el tratamiento correspondiente.

A los futuros investigadores, se sugiere realizar investigaciones longitudinales que permitan conocer el comportamiento de las variables durante un periodo de tiempo. Asimismo, se sugiere realizar investigaciones con toda la población estudiantil, a fin de generalizar los resultados y conocer mejor la realidad problemática de los estudiantes en relación a las variables estudiadas. Así también, se investigaría con respecto a las variables en la población de padres de familia.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez, L. (2011). Conceptos irracionales prototípicos de la depresión. Una articulación con las creencias irracionales de la REBT. Un estudio de casos y controles. *Revista de Universidad de Antioquia*, 3(2): 1-14.

Amaro, J. (2020) Ansiedad rasgo-estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte. Tesis de Licenciatura. Universidad Católica Sedes Sapientiae. Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/935/Tesis%20-%20Amaro%20Bravo%2c%20Jennyfer%20Milagros.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Angeles, J. (2020). Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes del primer ciclo, de las carreras de ciencias de la Universidad Tecnológica del Perú, año 2014. (tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/17968/Angeles\\_oj.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/17968/Angeles_oj.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Auger, L. (1986) *La démarche émotivo-rationnelle en psychothérapie et relation d'aide: Théorie et pratique*. Montréal: Ville-Marie.

Beck, A., Greenberg, R., y Emery, G. (2014) *Trastornos de ansiedad y fobias: una perspectiva cognitiva*. Recuperado de <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433027108.pdf>

Bernard, M., Joyce, M., y Rosewarne, P. (1983) *Helping teachers cope with stress*. In A. Ellis y M. Bernard (eds.), *Rational-emotive approaches to the problems of childhood*. Nueva York: Plenum Press.

Bueno, D. (2019) *Funcionalidad familiar y ansiedad en adolescentes de una institución educativa nacional*. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Federico Villareal. Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3833/UNFV\\_BUENO\\_SUYBATE\\_DALILA\\_LUCIA\\_TITULO\\_PROFESIONAL\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3833/UNFV_BUENO_SUYBATE_DALILA_LUCIA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Céspedes, E. (2015) *Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad Estado y Ansiedad Rasgo en niños y adolescentes del Lima sur*. Tesis de licenciatura. Universidad Autónoma del Perú. Lima, Perú.

Davis, M., McKay, M. & Eshelman, E. R. (1985). *Técnicas de autocontrol emocional*. Madrid: Ediciones Martínez Roca, S. A.

Domínguez, J. (2012). *Propiedades psicométricas del Inventario Ansiedad Estado-Rasgo en estudiantes de secundaria del Distrito de Florencia de Mora*. Tesis de licenciatura. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.

Ellis, A. (1999) *Una terapia breve más profunda y duradera: Enfoque teórico de la terapia racional emotivo-conductual*. Barcelona: Paidós.

Ellis, A. (1990). *Manual de Terapia Racional – Emotiva*. Bilbao: esclée de Brouwer S. A.

Ellis, A. y Grieger, R. (1981). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. vol 1. Bilbao: Desclee de Brouwer.

Ellis, A., y Grieger, R. (1990) Manual de Terapia Racional Emotiva. Vol 2. Bilbao: Desclee de Brouwe

Espinoza, J. (2014). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, núm. 90, pp. 57-71. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2650/265019660005.pdf>

Fernández, A., y Vílchez, L. (2016). La ansiedad y su asociación con elementos de funcionamiento en los padres de niños atendidos en servicios de urgencias pediátricos andaluces. Revista de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias, 28(4), 239-242.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021). Estado de la Infancia de UNICEF destaca el modelo peruano de atención comunitaria a la salud mental. Recuperado de <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/estado-mundial-de-la-infancia-unicef-destaca-modelo-peruano-atencion-comunitaria-salud-mental>

Francica, P. (2016) Creencias: una mirada desde las diferentes corrientes psicológicas. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/bibsipan/titulos/66624>.

García, D., y García, C. (2021) Funcionamiento familiar y ansiedad estado rasgo en adolescentes. Journal of neurosciende and public, 1(1): 19-26. Recuperado de <https://revista.uct.edu.pe/index.php/neuroscience/article/view/128/221>

García, S. (2014). Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad nacional. (tesis de maestría). Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/1148/GARCIA\\_AS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/1148/GARCIA_AS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gonzales, M. (2018). Adaptación de conducta en adolescentes de 5° año de secundaria en un colegio de Villa el Salvador, 2017. (Tesis de grado). Universidad Ricardo Palma.

Guevara, E. (2021) El autoestima y ansiedad en adolescentes de un colegio público y privado. Tesis de especialización. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato, Ecuador. Recuperado de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3132/1/77296.pdf>

Hernández, R; Fernández, C; y Bautista, P. (2014). *Metodología de Investigación*. (6.ª ed.). México: Mc. Graw Hill.

Hernández, G. y Badel, M. (2011). Irrational beliefs possessing the students in the program of psychology at the Corporación Universitaria del Caribe Cekar, the city of Sincelejo, Colombia. Revista Escenarios, 11, 49-70.

Hoyos, R. (2016). Niveles socioeconómicos y motivación en la elección de la carrera profesional en estudiantes preuniversitarios. (tesis de maestría). Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2320/hoyos\\_drg.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2320/hoyos_drg.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Huertas, J. y Alcázar, R. (2014). La inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios. Enseñanza e Investigación en Psicología, 19(2):1-9. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29238007003.pdf>

Lira, S. y Sánchez, J. (2007). Manual de psicoterapia cognitiva-conductual para trastornos de la salud. Lectores. España: Lectores.

Mayorga, M. (2033). Ideas irracionales y su relación con ansiedad estado rasgo en estudiantes de alto rendimiento. (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato, Ecuador. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/367350920\\_IDEAS\\_IRRACIONALES\\_Y\\_SU\\_RELACION\\_CON\\_ANSIEDAD\\_ESTADO-RASGO\\_EN\\_ESTUDIANTES\\_DE\\_ALTO\\_RENDIMIENTO](https://www.researchgate.net/publication/367350920_IDEAS_IRRACIONALES_Y_SU_RELACION_CON_ANSIEDAD_ESTADO-RASGO_EN_ESTUDIANTES_DE_ALTO_RENDIMIENTO)

Moreno, P. (2013). Aprender de la ansiedad: La sabiduría de las emociones. Bilbao: Editorial Desclée.

Naranjo, K., y Salazar, J. (2012). Comparación del nivel de Ansiedad en los pacientes de Cirugía programada mediante la aplicación de la escala de ansiedad e información preoperatoria de Amsterdam realizada en la visita pre anestésica y comparada con grupo control en los hospitales Eugenio Espejo y Clínicas 67 Pichincha marzo – octubre 2012. Tesis de grado. Instituto superior de Postgrado. Quito, Ecuador.

Navas, W y Vargas, M. (2012) Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. Revista médica de Costa Rica y Centroamérica LXIX (604) 497-507. Recuperado de <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rmcc/604/art11.pdf>

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022). Trastornos mentales. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2022). Salud mental. Recuperado de <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Oblitas, L. (2009). Cómo hacer psicoterapia exitosa. (4ª. Ed) Bogotá, Colombia: PSICOM

Pereira, H. (2019) Ansiedad y depresión en los adolescentes brasileños de enseñanza media: comparación con la población española. Tesis de doctorado. Universidad de Salamanca. España. Recuperado de [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/140332/DBCP\\_PereiradeMeloHM%AA\\_AnsiedadYDepresi%F3nAdolescentesBrasil.pdf;jsessionid=D1320057152DEEBAD92B6AE252D7B2F5?sequence=1](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/140332/DBCP_PereiradeMeloHM%AA_AnsiedadYDepresi%F3nAdolescentesBrasil.pdf;jsessionid=D1320057152DEEBAD92B6AE252D7B2F5?sequence=1)

Pillaca, M. (2019). Clima social familiar y ansiedad estado-rasgo en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores. (Tesis de licenciatura). Universidad Autónoma del Perú. Lima, Perú. Recuperado de <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/889/Pillaca%20Leon%2c%20Maria%20Raquel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ponce, S., 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. Tesis de licenciatura. Universidad Peruana Unión. Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/884/Shal%c3%b3n\\_Tesis\\_Bachiller\\_2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/884/Shal%c3%b3n_Tesis_Bachiller_2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Poroj, P. (2018) Ideas irracionales y ansiedad en estudiantes de tercero básico, entre las edades de 15 a 18 años del Instituto Básico por Cooperativa de Aldea San Vicente

Pacayá, municipio de Coatepeque, Quetzaltenango. Tesis de grado. Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/22/Poroj-Paola.pdf>

Requejo, A. (2018) Creencias irracionales y agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa Pública del distrito de San Martín de Porres, 2018. Tesis de licenciatura. Universidad César Vallejo. Lima, Perú. Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25808/Requejo\\_MAH.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25808/Requejo_MAH.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Reyes, K. (2021). Ansiedad y depresión en los adolescentes de 16 a 19 años en situación de aislamiento social que pertenecen a un grupo juvenil de Quito. (Tesis de licenciatura). Universidad Central de Ecuador. Quito, Ecuador. Recuperado de <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7d2f87f0-359f-46a9-8526-fdcaa0ceb19a/content>

Schlatter, J. (2003). La ansiedad: un enemigo sin rostro. Pamplona: Universidad de Navarra EUNSA S.A.

Solórzano, H. (2019). Creencias irracionales de los estudiantes del 5to. de secundaria de la institución educativa 2056 "José Gálvez" del distrito de Independencia, provincia de Lima en el periodo 2018. Tesis de licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4221/TRABSUFICIENCIA\\_SOLORZANO\\_HUGO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4221/TRABSUFICIENCIA_SOLORZANO_HUGO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Spielberger, C. (1972). Tendencias actuales en teoría e investigación sobre ansiedad. Nueva York: Academic Press.

Spielberger, C., y Díaz, R. (1975) Inventario de ansiedad: rasgo-estado IDARE - manual e instructivo. México: Manual Moderno

Spielberger, C., Gorsuch, R., y Lushere, R. (1967). Cuestionario de Ansiedad estado/rasgo STAI. Madrid: TEA Ediciones S.A.

Tamayo, M. (2019). Creencias Irracionales en Estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, según el Nivel de Estudios, Sexo y Lugar de Origen. Revista SCIELO, 9(2):79-90. Recuperado de [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-48322019000200079&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-48322019000200079&script=sci_abstract)

Valdivia, J. (2019) Creencias irracionales en estudiantes de educación secundaria en una I.E. Privada del distrito de Surco. Tesis de Licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4023/008594\\_Trab.\\_Suf.\\_Prof.\\_Valdivia%20Gutierrez%20Jessica%20Giovanna.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4023/008594_Trab._Suf._Prof._Valdivia%20Gutierrez%20Jessica%20Giovanna.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Velásquez, J. (2002) Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. Recuperado de [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/3394/Vel%c3%a1squez\\_sj.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/3394/Vel%c3%a1squez_sj.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Zevallos, L. (2020) Ansiedad estado-rasgo en estudiantes de secundaria de la I.E.P. Eduardo Añaños Pérez de Patibamba-la Mar. Tesis de licenciatura. Universidad de

Ayacucho Federico Froebel. Ayacucho, Perú. Recuperado de  
<http://repositorio.udaff.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11936/173/Tesis%20-%20Zevallos%20Quispe.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## ANEXOS

### ANEXO 1: REGISTRO DE OPINIONES (REGOPINA)

No es necesario que pienses mucho rato en cada frase. **Marque con un aspa (X)** en el recuadro de la columna V, si consideras que dicha afirmación es verdadera en usted o en la columna F, si consideras que dicha afirmación es falsa en usted.

Nº	Ítems	V	F
1	Para mí es importante recibir la aprobación de los demás.		
2	Odio equivocarme en algo.		
3	La gente que se equivoca debe recibir su merecido.		
4	Generalmente, acepto los acontecimientos desagradables con tranquilidad.		
5	Si una persona quiere, puede ser feliz en casi cualquier situación.		
6	“Árbol que crece torcido, nunca su tronco endereza”.		
7	Me gusta que los demás me respeten, pero yo no tengo que sentirme obligado a manifestar mi respeto a nadie.		
8	Evito las cosas que no puedo hacer bien.		
9	Las personas malas deben ser castigadas.		
10	Las frustraciones y decepciones no me perturban.		
11	A la gente no le alteran los acontecimientos sino la percepción que tienen de estos.		
12	Es casi imposible superar la influencia del pasado.		
13	Quiero agradecerle a todo el mundo.		
14	No me gusta competir en aquellas actividades en las que los demás son mejores que yo.		
15	Aquellos que se equivocan, merecen cargar con la culpa.		
16	Las cosas deberían ser distintas a como son.		
17	Yo mismo provoco mi mal humor.		
18	Si algo afectó tu vida de forma importante, no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.		
19	Me gusto a mí mismo, aun cuando no les guste a los demás.		
20	Me gustaría triunfar en algo, pero pienso que no estoy obligado a hacerlo.		
21	La inmoralidad debería castigarse severamente.		
22	A menudo me siento preocupado por situaciones que no me gustan.		
23	Las personas desdichadas, generalmente, se provocan ese estado a sí mismas.		
24	La gente le da mucha importancia a la influencia del pasado.		
25	Si no le gusto a los demás es su problema.		
26	Para mí es extremadamente importante alcanzar el éxito en todo lo que hago.		
27	Pocas veces culpo a la gente por sus errores.		
28	Normalmente, acepto las cosas como son, aunque no me gusten.		
29	Nadie está mucho tiempo de mal humor o molesto, a menos que quiera estarlo.		
30	Si hubiera vivido experiencias distintas, podría ser más como me gustaría ser.		
31	Creo que es difícil ir en contra de lo que piensan los demás.		
32	Disfruto de las actividades por sí mismas, al margen de lo bueno o malo que sea en ellas.		

33	El miedo al castigo es lo que hace que la gente sea buena.		
34	Si las cosas me desagradan, elijo ignorarlas.		
35	Cuantos más problemas tiene una persona, menor feliz es.		
36	No pienso que las experiencias pasadas me afecten en la actualidad.		
37	Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás, no la necesito realmente.		
38	Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo.		
39	Todo el mundo es, esencialmente bueno.		
40	Hago todo lo que puedo para conseguir lo que quiero; y después, dejo de preocuparme.		
41	Nada es preocupante por sí mismo; si lo es, se debe al modo en que lo interpretamos.		
42	Somos esclavos de nuestro pasado.		
43	A menudo me preocupo que la gente me apruebe y me acepte.		
44	Me preocupa cometer errores.		
45	No es justo que "llevea igual sobre el bueno que sobre el malo".		
46	Yo disfruto tranquilamente de la vida.		
47	No puedo evitar sentirme muy alterado ante ciertas situaciones.		
48	Una vez que algo afecta tu vida de forma importante, seguirá haciéndolo siempre.		
49	Usualmente me preocupo mucho por lo que la gente piensa de mí.		
50	Muchas veces me enfado muchísimo por cosas sin importancia.		
51	Generalmente, doy una segunda oportunidad a quien se equivoca.		
52	La gente es más feliz cuando tiene metas que alcanzar y problemas que resolver.		
53	No hay razón para permanecer preocupado por mucho tiempo.		
54	Básicamente, la gente nunca cambia.		
55	Ser criticado es algo incómodo pero no perturbador.		
56	No me asusta hacer aquellas cosas que no hago del todo bien.		
57	Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean.		
58	Raras veces me perturban los errores de los demás.		
59	El hombre construye su propio infierno interior.		
60	No miro atrás con resentimiento.		
61	Si cometo un error lo acepto con tranquilidad.		
62	Los acontecimientos negativos pueden ser superados.		
63	Hay gente que me altera el humor.		
64	Acepto con calma que otros sean mejores que yo en algo.		
65	Hay tristezas que jamás se superan.		

## ANEXO 2: INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO (IDARE)

**INSTRUCCIONES:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **cómo se siente ahora mismo, o sea, en estos momentos.**

No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

Nº	Estado	No en lo absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado	1	2	3	4
2	Me siento seguro	1	2	3	4
3	Estoy tenso	1	2	3	4
4	Estoy contrariado	1	2	3	4
5	Me siento a gusto	1	2	3	4
6	Me siento alterado	1	2	3	4
7	Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8	Me siento descansado	1	2	3	4
9	Me siento ansioso	1	2	3	4
10	Me siento cómodo	1	2	3	4
11	Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12	Me siento nervioso	1	2	3	4
13	Estoy agitado	1	2	3	4
14	Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4
15	Me siento relajado	1	2	3	4
16	Me siento satisfecho	1	2	3	4
17	Estoy preocupado	1	2	3	4
18	Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4
19	Me siento alegre	1	2	3	4
20	Me siento bien	1	2	3	4
	Rasgo	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21	Me siento bien	1	2	3	4
22	Me canso rápidamente	1	2	3	4
23	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24	Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25	Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26	Me siento descansado	1	2	3	4
27	Soy una persona “tranquila, serena y sosegada”	1	2	3	4
28	Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4

30	Soy feliz	1	2	3	4
31	Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33	Me siento seguro	1	2	3	4
34	Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35	Me siento melancólico	1	2	3	4
36	Estoy satisfecho	1	2	3	4
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38	Los desengaños me afectan tanto que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39	Soy una persona estable	1	2	3	4
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

### ANEXO 3: FICHA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

**Instrucciones:** En seguida se presentan preguntas de las cuales deberá marcar x y completar para obtener información sobre aspectos personales, laborales, etc.

1. Sexo
  - a) Femenino b) masculino
  
2. Edad
  - a) Quince a dieciséis b) Diecisiete
  
3. Grado
  - a) Cuarto b) Quinto
  
4. Vive con
  - a) mamá y papá b) Solo con mamá c) solo con papá d) con mamá y hermanos (as) e) con papá y hermanos (as) f) con tíos u otros parientes.
  
5. Percepción del nivel socioeconómico
  - a) Bajo b) medio c) alto
  
6. Lugar de procedencia
  - a) Costa b) Sierra c) Selva.
  
7. Lugar de residencia
  - a) Nueva Cajamarca b) Rioja c) Elías Soplín Vargas d) Yuracyacu e) Pardo Miguel f) Naranjos g) Yorongos
  
8. Antecedentes de repetición grado
  - a) Sí b) no

#### ANEXO 4: CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente consentimiento tiene como propósito proveer de información respecto del estudio a los padres o apoderados de las adolescentes participantes y brindarles una explicación clara de la investigación, la finalidad de la misma, así como el rol de los participantes (sus hijos).

El presente estudio estará a cargo del estudiante de Psicología Weyder Michel Carrasco Hoyos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, el mismo tiene como finalidad establecer la asociación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

Si Ud. Autoriza la participación de su hijo(a) en este estudio, se le solicitará a él/ella responder preguntas de una encuesta orientadas a la investigación. La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un código numérico de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede aclararlo llamando al siguiente número del investigador: 927205246; o escribiendo al siguiente correo: 2016101215@ucss.pe. Se le agradece de antemano la autorización de su menor hijo para participar en este estudio.

Autorizo la participación de mi menor hijo(a)..... en esta investigación conducida por estudiante Weyder Michel Carrasco Hoyos. Se me informó de la finalidad del estudio, que tiene como objetivo establecer la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado rasgo en adolescentes. Reconozco que la información que se proveerá en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial. Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que no puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.

.....  
Firma del Apoderado del participante

Nombre del apoderado:

DNI:

## ANEXO 5: MATRIZ DE CONSISTENCIA

**Título de la investigación:** Creencias irracionales y ansiedad estado - rasgo en estudiantes del quinto grado de educación secundaria de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Población y Muestra	Alcance y Diseño	Instrumentos	Análisis Estadístico
<p><b>Problema general:</b> ¿Cuál es la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales y sus dimensiones en</p>	<p><b>Objetivo general:</b> Establecer la relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Objetivos específicos Identificar el nivel de las creencias irracionales</p>	<p><b>Hipótesis General</b> <b>H<sub>1</sub>:</b> Existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca. <b>H<sub>0</sub>:</b> No Existe relación entre las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b> <b>HE<sub>1</sub>:</b> Existe relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa</p>	<p><b>V1: Creencias irracionales</b> Naturaleza: Cualitativa. Escala de medición: Ordinal. Categorías: Altamente Racional: 0-30. Racional: 31-35. Tendencia Racional: 36-39. Tendencia Irracional: 40-42. Irracional: 43-47. Altamente Irracional: 48 a más.</p> <p><b>V2: Ansiedad estado-rasgo</b> Naturaleza: Cualitativa. Escala de medición: Ordinal Categorías: Alto: más de 44 Medio: 30-44 Bajo: menos de</p>	<p><b>Población y muestra:</b> La población estará formada por estudiantes del cuarto y quinto grado de la Institución Educativa San Juan Bautista del Distrito de Nueva Cajamarca, Región San Martín, que hace un total de 150 estudiantes de ambos sexos entre los 15 y 17 años de edad. Investigación realizada a través de un censo. <b>Criterios de inclusión:</b> Participarán</p>	<p><b>Alcance:</b> Correlacional</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental -transversal.</p>	<p><b>Registro de Opiniones (REGOPINA)</b> Adaptado en el Perú por Requejo en el 2018. Requejo (2018) probó la validez de contenido por medio de criterio de jueces de experto, mostrando resultados entre 0.80 y 1. Asimismo, se probó la confiabilidad a través del Coeficiente de Kuder Richardson, mostrando un resultado de 0.71 lo que indica fiabilidad a la prueba.</p> <p><b>Inventario de Ansiedad</b></p>	<p><b>Análisis descriptivo:</b> Para el análisis e interpretación de la información se utilizará el programa estadístico STATA14, mediante el análisis descriptivo se utilizará las frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas.</p> <p><b>Estadística Inferencial</b> A nivel inferencial, para hallar la relación entre las variables categóricas se empleará el Chi - Cuadrado con un nivel de significancia</p>

<p>estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>¿Cuál es el nivel de la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>¿Cuál es la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel</p>	<p>y sus dimensiones en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Identificar el nivel de la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución</p>	<p>del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>0</sub>:</b> No existe relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>2</sub>:</b> Existe relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>0</sub>:</b> No existe relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>3</sub>:</b> Existe relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en</p>	<p>30</p>	<p>estudiantes de ambos sexos que pertenecen al quinto grado de secundaria de las diferentes secciones de la Institución Educativa San Juan Bautista.</p> <p>Estudiantes que firmen el acta de consentimiento informado, autorizado por sus padres o tutor(a).</p> <p>Personas con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones e ítems.</p> <p><b>Criterios de exclusión</b></p> <p>Estudiantes que presenten problemas de salud mental severos o trastorno</p>		<p><b>Estado- Rasgo IDARE</b></p> <p>Adaptada en el Perú Céspedes en el 2015.</p> <p>Céspedes (2015) probó la validez de constructo a través del análisis factorial de la prueba KMO y esfericidad de Bartlett. El valor de KMO de la Escala de Ansiedad Estado fue 0.923 y 0.924 en la Escala Ansiedad Rasgo, mostrando valores significativos. Asimismo, probó la confiabilidad por medio del coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach, mostrando índices de valor de 0.855 para ansiedad estado y 0.816 ansiedad rasgo, denotando</p>	<p>de 0.05.</p>
---	---	--	-----------	--	--	--	-----------------

<p>secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de nivel secundario de una</p>	<p>educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado- rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p>Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las</p>	<p>estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>0</sub>:</b> No existe relación entre los factores sociodemográficos y la ansiedad estado-rasgo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>4</sub>:</b> Existe relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p> <p><b>HE<sub>0</sub>:</b> No existe relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p>		<p>psicológico. Así como, los que tienen una deficiente lectura.</p> <p>Estudiantes que no cooperen y que no sigan las instrucciones, como, por ejemplo; no llenar datos en la ficha sociodemográfica o no responder a todos ítems de los instrumentos.</p> <p>No se considerará las hojas de respuestas de los instrumentos psicológicos que no estén contestadas adecuadamente, según las instrucciones.</p>		<p>fiabilidad la prueba.</p>	
---	---	---	--	--	--	------------------------------	--

<p>institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p> <p>¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y las dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca?</p>	<p>dimensiones de las creencias irracionales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa del distrito de Nueva Cajamarca.</p>						
---	---	--	--	--	--	--	--

**ANEXO 6: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE CREENCIAS IRRACIONALES**

Nombre de la variable	Dimensiones	Clasificación según la naturaleza	Escala de medición	categoría	Indicadores
Creencias Irracionales	A = Es necesario ser querido por todas las personas significativas para uno	Cualitativa politómica	Ordinal	Altamente racional Racional Tendencia racional Tendencia irracional Irracional Altamente irracional	0-30 31-35 36-39 40-42 43-47 48 a más
	B = Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles				
	C = Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada				
	D = Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como nos gustaría que debería ser				
	E = La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos				
	F = Si algo afecto fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando				

**ANEXO 7: OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE ANSIEDAD ESTADO-RASGO**

Nombre de la variable	Dimensiones	Clasificación según la naturaleza	Escala de medición	categoría	Indicadores
Ansiedad estado-rasgo	Estado	Cualitativa politómica	Ordinal	Alto	Más de 44
	Rasgo			Medio	30-44
				Bajo	Menos de 30

## ANEXO 8: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

Variable	Tipo	Indicadores	Categoría	Clase
Edad	Cualitativa	Quince a dieciséis Diecisiete	Ordinal	Dicotómica
Sexo	Cualitativa	Femenino masculino	Nominal	Dicotómica
Grado	Cualitativa	Cuarto Quinto	Ordinal	Dicotómica
Vivo con	Cualitativa	Mamá y papá Solo con mamá Solo con papá Con mamá y hermanos Con papá y hermanos (as), Con tíos u otros parientes.	Nominal	Politómica
Lugar de residencia	Cualitativa	Nueva Cajamarca Rioja Elías Soplín Vargas Yuracyacu Pardo Miguel Naranjos, Yorongos	Nominal	Politómica
Lugar de procedencia	Cualitativa	Costa Sierra Selva	Nominal	Politómica
Percepción del nivel socioeconómico	Cualitativa	Bajo Medio Alto	Ordina	Politómica
Antecedentes de repetición de grado	Cualitativa	Sí No	Nominal	Dicotómica