

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**Escuela Profesional de Psicología**



*Una Institución Adventista*

**TESIS**

**Creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.**

**Tesis presentada para optar el título profesional de psicóloga**

**Autores:**

Bach. Jocabeth Loyda Punto Sosa

Bach. Griselda Ccolqque Quispe

**Asesora:**

Mg. Rosa María Alfaro Vásquez

**Lima, febrero de 2016**

## **Dedicatoria**

A nuestros padres por toda la dedicación,  
esfuerzo y apoyo incondicional.

A nuestros hermanos y a todos los que  
participaron desinteresadamente en este proyecto.

## **Agradecimiento**

A nuestro Dios, por todos sus cuidados y bendiciones brindadas hoy y siempre.

A la Mg. Rosa Alfaro Vásquez, por brindarnos un asesoramiento de calidad y por la confianza brindada.

Al Mg. Daniel Josué Farfán Rodríguez, Mg. Jania Jaimes y Ps. Teófilo García por su apoyo y dedicación a nosotros.

Al Ps. Wildman Vilca por su guía en los procesos estadísticos.

## Índice de contenido

Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Resumen.....	xi
Introducción .....	xiii
Capítulo I.....	1
El problema .....	1
1. Planteamiento del problema .....	1
2. Formulación del problema .....	4
2.1. Problema general .....	4
2.2. Problema específico .....	4
3. Justificación.....	5
4. Objetivos de la investigación .....	6
4.1. Objetivo general.....	6
4.2. Objetivos específicos .....	6
Capítulo II .....	7
Marco teórico .....	7
1. Marco bíblico filosófico .....	7
1.1. Satisfacción marital .....	7
1.2. Creencias irracionales .....	9
2. Antecedentes de la investigación .....	10

2.1. A nivel internacional.....	10
2.2. A nivel nacional.....	16
3. Marco conceptual.....	17
3.1. Creencias irracionales.....	17
3.1.1. Definición de creencias.....	17
3.1.2. Definición de irracionalidad.....	18
3.1.3. Definiciones de creencias irracionales.....	18
3.1.4. Descripción de las 11 creencias irracionales de Albert Ellis.....	20
3.1.5. Creencias irracionales que influyen en la satisfacción marital.....	27
3.1.6. Modelos teóricos de creencias irracionales.....	28
3.2. Satisfacción marital.....	31
3.2.1. Definiciones del matrimonio.....	31
3.2.2. Definición de satisfacción marital.....	31
3.2.3. Características de satisfacción marital.....	32
3.2.4. Modelos teóricos de satisfacción marital.....	33
3.3. Marco teórico del adulto joven y adulto.....	34
4. Definición de términos.....	35
5. Hipótesis de la investigación.....	35
5.1. Hipótesis general.....	35
5.2. Hipótesis específicas.....	36
Capítulo III.....	37

Materiales y métodos .....	37
1. Diseño y tipo de investigación. ....	37
2. Variables de la investigación.....	37
2.1. Creencias irracionales .....	37
2.2. Satisfacción marital .....	37
2.3. Operacionalización de la variable.....	38
3. Delimitación geográfica y temporal.....	40
4. Participantes .....	40
4.1.1. Criterios de inclusión .....	40
4.1.2. Criterios de exclusión .....	40
4.2. Características de la muestra .....	41
5. Técnica e instrumentos de recolección de datos .....	41
5.1. Inventario de creencias irracionales de Albert Ellis .....	41
5.2. Inventario multifacético de satisfacción marital (IMSM) .....	42
6. Proceso de recolección de datos .....	44
7. Procesamiento y análisis de datos .....	45
Capítulo IV.....	46
Resultados y discusión.....	46
1. Resultados .....	46
1.1. Análisis descriptivo .....	46
1.1.1. Nivel de creencias irracionales .....	46

1.1.2. Nivel de creencias irracionales según datos sociodemográficos .....	47
1.1.3. Nivel de satisfacción marital.....	48
1.1.4. Nivel de satisfacción marital según datos sociodemográficos.....	49
1.2. Prueba de normalidad .....	51
1.3. Análisis de correlación de los variables.....	52
2. Discusión.....	52
Capítulo V.....	62
Conclusiones y recomendaciones .....	62
1. Conclusiones .....	62
2. Recomendaciones .....	64
Referencias.....	66
Anexos .....	76

## Índice de tablas

Tabla 1..... Cuadro de operacionalización de creencias irracionales.....	38
Tabla 2. Cuadro de operacionalización de satisfacción marital.....	39
Tabla 3..... Análisis de frecuencia de las características sociodemográficas.....	41
Tabla 4. Niveles de creencias irracionales en miembros casados de una comunidad cristiana.....	46
Tabla 5. Niveles de creencias irracionales según sexo.....	47
Tabla 6. Niveles de satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana.....	48
Tabla 7. Niveles de satisfacción marital según sexo.....	49
Tabla 8. Niveles de satisfacción marital según tiempo de casado.....	50
Tabla 9.. Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio...51	
Tabla 10. Coeficiente de correlación entre creencias irracionales y satisfacción marital.....	52



## Índice de figuras

Figura 1. Presentación básica del ABC de Ellis .....	29
Figura 2 Proceso de esquemas Beck .....	29
Figura 3 Triada cognitiva de Aron Beck .....	30
Figura 4. Modelo de Rusbult .....	34

## Índice de anexos

Anexo 1. Propiedades psicométricas del inventario de creencias irracionales .....	76
Anexo 2. Propiedades psicométricas del inventario multifacético de satisfacción marital .....	91
Anexos 3. Instrumentos utilizados en el estudio de investigación.....	106
Anexos 4. Consentimientos informados .....	113
Anexos 5. Carta de autorización .....	114
Anexo 6. Matriz de consistencia .....	115

## Resumen

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en un grupo de 222 miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, con edades comprendidas entre 20 a 65 años. La muestra es no probabilística, de tipo correlacional-transversal. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (Cañetas, Rivera y Díaz-Loving, 2002); los resultados obtenidos muestran que existe relación significativa entre creencias irracionales y satisfacción marital en los miembros casados de dicha comunidad. Asimismo, similares resultados se obtuvieron en las siguientes dimensiones: necesidad de aprobación, perfeccionismo, condenación, catastrofismo, ansiedad a lo desconocido, evitación al malestar y facilismo. Sin embargo, no se encontró relación en las siguientes dimensiones incontrolabilidad, dependencia y afección al pasado. Por tanto, se concluye que a mayores creencias irracionales habrá menor satisfacción marital.

**Palabras claves:** Creencias irracionales, satisfacción marital, comunidad cristiana.

## **Abstract**

This research aims to determine the relationship among irrational beliefs and marital satisfaction in a group of 222 married members of a Christian community in the District of independence, with ages ranging from 20 to 65 years old. The sample is not probabilistic, correlational-transversal type. The instruments used for data collection were inventory of irrational beliefs of Albert Ellis and the multitalented inventory of Marital satisfaction (Cañetas, Rivera and Diaz-Loving, 2002); the results show that there is a significant relationship among irrational beliefs and marital satisfaction in married members in this community, likewise similar results were obtained in the following dimensions: approval need, perfectionism, condemnation, catastrophism, anxiety to the unknown, discomfort and temptation avoidance. However there is not a relationship in the following dimensions, uncontrolled dependence and condition to the past. Therefore as a conclusion, more irrational beliefs will have lower marital satisfaction.

Key words: irrational beliefs, marital satisfaction, Christian community.

## **Introducción**

Una de las problemáticas que está incrementando el divorcio en la sociedad a nivel mundial y local es la insatisfacción en la vida marital, que puede llevar al fracaso conyugal; Diaz-Loving (2011) menciona que un elemento importante en la satisfacción marital son: los sentimientos, pensamientos y emociones, generados a través de creencias culturales. Castillo y Aristizábal (2006) menciona que las creencias irracionales suelen ser la base de muchos desacuerdos en las relaciones matrimoniales, estos a menudo surgen o resultan de esquemas de pensamientos negativos.

Por otro lado, se encontró que uno de los factores de mayor importancia para la incidencia es la falta de comunicación, baja autoestima, falta de habilidad en la solución de conflictos, los gustos, defectos, proyectos de vida y educación. Aludiendo que todas ellas vienen instaladas como patrones de conducta que interfieren en la vida marital.

Dada la importancia de los aspectos anteriores mencionados, es el propósito de este estudio explorar las creencias irracionales constituidas por el componente cognitivo y su relación con la satisfacción marital en las parejas casadas. Así mismo relacionar cada dimensión de las creencias irracionales con la satisfacción marital.

Para conseguir el objetivo del presente trabajo se encuentra estructurado en cinco partes con sus capítulos correspondientes, además de otras sesiones complementarias como el resumen, referencias bibliográficas y anexos.

El primer capítulo, contiene el planteamiento del problema, la justificación y los objetivos de la presente investigación.

El segundo capítulo, corresponde al marco teórico conceptual, que contiene las investigaciones nacionales e internacionales, así como las teorías y definiciones de las variables de estudio, además contiene las hipótesis del trabajo.

El tercer capítulo, corresponde a la metodología de la investigación, describiendo las características del diseño, población, el diseño muestral, el instrumento, y los procedimientos seguidos para el acopio de los datos y sus respectivos análisis.

El cuarto capítulo, se presenta los resultados de los datos en formas de tablas y figuras ilustrativas correspondientes a los análisis estadísticos utilizados para contrastar las hipótesis. Así también se ubica la discusión en donde se explica los resultados en función del marco teórico y se contrasta con las investigaciones anteriores.

Finalmente, en el quinto capítulo se presenta las conclusiones que permiten visualizar los aspectos derivados más importantes a partir de nuestros hallazgos. Así mismo se presenta algunas recomendaciones con la finalidad de ampliar o confirmar los datos aquí presentados.

## **Capítulo I**

### **El problema**

#### **1. Planteamiento del problema**

El divorcio es uno de los grandes problemas que afecta a nuestra sociedad, Greenwood y Guner (2008) refieren que se ha producido un aumento considerable en la tasa de divorcio, a partir de la segunda guerra mundial a la actualidad.

Una investigación realizada por Feldstein Family Law Group (2013) destacó que el continente europeo presenta tasas de divorcios más elevadas a nivel mundial; teniendo como principal país a Bélgica que ocupa el primer lugar con un 71%, seguido de Portugal con 68%, Hungría 67% República Checa 66%, España 61% y Francia 55%. En tanto Kreider y Campos aluden que la oficina de censo de los EE.UU. predice que más del 90% de los adultos que viven en este país están casados actualmente, y que casi la mitad de esos matrimonios terminarán en divorcio (Business Insider 2014).

En España, las rupturas de pareja han experimentado un aumento continuo desde la aprobación de la ley del divorcio en 1981, haciendo aumentar el número de divorcios; en el año de 1998 se aprecia 35.834 personas divorciadas y en el año 2012, 104.262 divorcios; evidenciándose un crecimiento del 19% (Instituto de Política Familia, 2014).

Por otro lado los países latinoamericanos son los que menor porcentaje de divorcios presentan. En Ecuador, el porcentaje de divorcios llega al 20%, en Guatemala al 5%, en México 15%, en Panamá 27%, en Brasil 21% y en Venezuela 27% y el lugar donde hay menos divorcios en comparación con otros países en todo el mundo es Chile (solo el 3%)

(El Economista América, 2014). Sin embargo, Bolivia es el país con mayor incidencia de divorcios el 70 a 80 % de los matrimonios terminaron en divorcio en los tres primeros años; en los juzgados de familia el 71,8% del total de casos atendidos corresponden a divorcios, 59% son demandados por las esposas y el 41% por los esposos; el mayor índice de divorcios se produce entre los 25 a 35 años de edad, el 74% de los divorcios son definidos de manera consentida por ambas partes y el 26% por injurias o malos tratos (Pinto, 2008).

En tanto, en el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática realizó un censo sobre nacimientos, defunciones, matrimonios y divorcios en el área metropolitana de Lima y Callao, entre los años 2005 al 2008, encontrándose que el distrito de Miraflores y San Juan de Lurigancho reportaron en conjunto el 59% de divorcios registrados e informados a nivel del departamento de Lima (INEI, 2007).

INEI (2012) muestra que en Lima Metropolitana se han incrementado las tasas de divorcio a finales del 2012, se reportaron 9073 divorcios, en la provincia de Lima fueron 8040 y en la Provincia Constitucional del Callao 1033 divorcios. Cinco distritos de la Provincia de Lima presentan valores entre 423 y 559 divorcios inscritos, como San Martín de Porres (559), Comas (486), Santiago de Surco (462), Breña (461) y Rímac (423), a diferencia de años anteriores la zona de Lima norte es la más afectada en la actualidad.

Arias (2003) explica que una de las causas principales de la creciente ola de divorcios es la insatisfacción matrimonial. Por su parte, Sánchez (2010) afirma que existen otras causas del divorcio como: dedicar demasiado tiempo al trabajo, el reparto de las tareas del hogar, los problemas económicos, las familias políticas, problemas de salud físicos o mentales (depresión), asimismo falta de comunicación y entendimiento; finalmente se encuentran los problemas sexuales e infidelidad.



Así también Escobar (2007) añade que el desconocimiento de nuestras limitaciones como seres humanos, y los cambios en los valores y en las costumbres; además de violencia física y psicológica pueden, ser otras razones para terminar una relación matrimonial (Pereyra, 2008).

Díaz y Loving señalan que la satisfacción marital es considerada como una evaluación global y subjetiva que un individuo hace de su cónyuge y su relación, por lo que se encuentra sujeta a las percepciones personales de cada miembro de la diada (Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007).

Por otro lado, Castillo y Aristizábal (2006) mencionan que las creencias irracionales suelen ser la base de muchos desacuerdos en las relaciones matrimoniales, a menudo surgen o resultan de esquemas de pensamiento defectuosos que forman parte de los procesos habituales de pensamientos del individuo. Por ello, las expectativas que cada persona aporta crean una dinámica importante respecto al gran número de necesidades de su pareja, a menudo, estas expectativas o anticipaciones producen y se transforman en demandas irreales. Por lo que para Castillo y Aristizábal (2006) el concepto de “creencia irracional” cobra vital importancia en el contexto de la violencia de pareja.

Según Landriscini (2006), las creencias irracionales se caracterizan por ser falsas, es decir, no coinciden con la realidad; se expresan como demandas, necesidades o deberes, llevan a emociones inadecuadas. En definitiva, este tipo de creencias propician conductas destructivas para la sociedad y para el individuo (Navas, 1981).

Por su parte, Zicavo y Vera (2011) señalan que el grado de satisfacción que experimenta la pareja depende mucho de los tipos de creencias adaptativas que distinguen; es así que los principios y valores que fueron instalados en la infancia, mediante esquemas de pensamientos y creencias adaptativas o desadaptativas darán un claro panorama del comportamiento futuro del individuo (Castro, 2015).

Todos estos aspectos de fracaso en los matrimonios de los diversos contextos son de gran importancia, generando la necesidad de realizar un trabajo de investigación sobre creencias irracionales y la satisfacción marital. Por lo tanto, se presenta esta investigación con la finalidad de determinar si existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

## **2. Formulación del problema**

### **2.1. Problema general**

¿Existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

### **2.2. Problema específico**

¿Existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre condenación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre catastrofismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre incontrolabilidad y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre ansiedad a lo desconocido y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre evitación al malestar y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre afección al pasado y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

¿Existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?.

### **3. Justificación**

La presente investigación pretende fortalecer y reafirmar las bases teóricas sobre creencias irracionales y satisfacción marital, además permitirá aportar conocimientos actuales y sintetizados sobre las variables ya mencionadas y su relación entre ellas; dado que se evidencian pocos estudios en nuestro país.

Con los resultados obtenidos se busca llegar a conclusiones importantes que servirá para dar nuevas aportaciones y datos estadísticos a futuros investigadores; Asimismo favorecerá a los terapeutas familiares y de pareja a plantear nuevas alternativas de intervención, enfatizando los procesos de pensamientos o ideas de tipo irracional.

Por otro lado, pretendemos beneficiar a los participantes de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, que al conocer los resultados obtenidos podrán ser motivados a buscar alternativas de solución para lograr un mejor estilo de vida, salud mental y un matrimonio sano y próspero.

Asimismo, beneficiará a los administradores, líderes y pastores de la comunidad, motivándolos a organizar eventos, seminarios y talleres para beneficiar así a su comunidad y a otras comunidades cristianas del distrito de Lima.

## **4. Objetivos de la investigación**

### **4.1. Objetivo general**

Determinar si existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

### **4.2. Objetivos específicos**

Determinar si existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre condenación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre catastrofismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre Incontrolabilidad y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre ansiedad a lo desconocido y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre evitación al malestar y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre afección al pasado y satisfacción en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Determinar si existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016

## **Capítulo II**

### **Marco teórico**

#### **1. Marco bíblico filosófico**

##### **1.1. Satisfacción marital**

La Biblia refiere que Dios creó a la primera pareja heterogénea de seres humanos, los cuales formaron el primer hogar instituyendo así el matrimonio, con la finalidad de que se reprodujesen y poblaran la tierra (Génesis 1: 27, 28).

Entonces es Dios mismo quien celebra la primera boda, por lo tanto, se puede afirmar que el autor de la institución del matrimonio es el creador del universo (White, 2009). El matrimonio fue una de las primeras dádivas de Dios al hombre, se puede evidenciar que el hombre no fue creado para vivir solo, sino para vivir acompañado con su cónyuge.

Asimismo, Dios en la Biblia dice que el matrimonio es sagrado que no debe ser tomado superficialmente (Hebreos 13: 4). White (1993) añade que el matrimonio es una unión para toda la vida, es un símbolo de la unión que existe entre Cristo y su Iglesia. El espíritu que Cristo manifiesta hacia su iglesia es el mismo espíritu que debe reinar entre esposos, ninguno de los dos debe tratar de dominar, ambos deben cultivar un espíritu de bondad, y estar bien resueltos a nunca perjudicarse ni afligirse el uno al otro, tanto el hombre como la mujer deben considerarse cuidadosamente.

Respecto al término de satisfacción marital, la Biblia no hace referencia sin embargo, señala ideales que permitirán la felicidad del matrimonio los cuales son:

- Igualdad: según Génesis (2:23) menciona que la mujer que Dios le dio a Adán era carne de su carne y hueso de sus hueso y por ello la mujer y el hombre se

encuentran en status igualitarios con las mismas capacidades y con el mismo valor. Asimismo Mateo 19:6 reafirma que la pareja es una sola carne una vez constituido el yugo conyugal.

- Permanencia: este es otro principio importante, la Biblia menciona en Génesis (2:24) que la pareja casada tiene el deber de dejar a su padre y a su madre y unirse a su pareja, esta unión implica la adherencia física, sexual, emocional y espiritual.
- Respeto: La Biblia propone en 1 Pedro (3:7) que las mujeres deben permanecer unidas respetando a sus esposos, siendo que esta es una de las necesidades primordiales en la vida del hombre Van Pelt (2012), en tanto el esposo tiene la responsabilidad de amar y proteger a su esposa, así ambos estarán cumpliendo con este principio.
- Comunicación: Las palabras amables pueden ser como bálsamo que ayuda a calmar la ira de las personas, de la misma manera en la relación de pareja, la comunicación forma la base fundamental de la prosperidad matrimonial. La Biblia refiere en Proverbios (25: 11) “manzana de oro con figura de plata es la palabra dicha como conviene”. Por su parte Van Pelt (2012), da un valor agregado al referir que la comunicación alcanza mayor efectividad al presentar el mensaje de acuerdo a como se espera que el cónyuge recepcione las mismas.
- Solución de conflicto: Goff (2003) señala algunos puntos importantes; considerando primero que se debe atacar al hecho no a la persona, que sepa perdonar, que pueda olvidar los errores del pasado, escoger bien el tiempo y el lugar de la discusión y orar juntos acerca de su conflicto. La Biblia en Efesios 4:26, menciona que existe la posibilidad de que una de las partes esté airado, pero que no se llegue al extremo de caer en pecado por ello, no se debe permitir que acabe el día sin resolver el conflicto.

- Físico sexual: Van Pelt (2012), “la vida sexual en el matrimonio no es automática y tampoco instintiva, sino es una aventura experimental y exploratoria, que dos personas emprenden durante un periodo largo de tiempo” (p. 99). Por su parte, la Biblia menciona en el libro de Eclesiastés 9:9 que el hombre debe gozarse con la mujer que ha elegido como esposa, todos los días de su vida. En tanto en Corintios 7: 3-5 afirma que los esposos deben cumplir con sus deberes conyugales.
- Complementariedad: la Biblia menciona en Génesis 2: 18 “no es bueno que el hombre esté solo, sino que le hare ayuda idónea para él”. En tanto Van Pelt (2012) engrandece la sabiduría de Dios al crear las características lógicas del hombre y emocionales de la mujer con el cual existe un complemento perfecto. Asimismo, 1 corintios 11:11 añade que el varón no es sin la mujer, ni la mujer sin el varón
- Amor: “Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella” (Efesios 5:25, 28,33 25), Van Pelt (2012) menciona que la mujer nunca se cansa de escuchar la palabra “te amo” además indica que la mayor necesidad para ella es sentirse amada por su esposo. Así también Van Pelt (2012) agrega que únicamente un hombre que ha experimentado el amor incondicional (ágape) de Dios en su vida tiene la capacidad para amar a otros con ese mismo amor. Y el esposo que ama así, será incapaz de romper sus votos nupciales y ser infiel a su esposa.

Por tanto White (1993, p 15) señala que el matrimonio es una bendición, “salvaguarda la felicidad y la pureza de la raza, satisface las necesidades sociales del hombre y eleva su naturales física, intelectual y moral, por ende, la felicidad y prosperidad del matrimonio depende de la unidad que haya entre los esposos”.

## **1.2. Creencias irracionales**

El principio de la sabiduría es el temor a Jehová (Prov. 1:7)

En el principio el hombre fue creado con una mente perfectamente equilibrada, con el tamaño y la fortaleza de todos sus órganos en desarrollo apropiado (White, 1990); se puede entender que Dios creó al ser humano con sus facultades perfectamente desarrolladas. White (2009) señala que las leyes de la mente fueron ordenadas por Dios y por ende, entre la mente y el cuerpo hay una relación misteriosa y maravillosa, la primera influye sobre el último y viceversa.

White (1990) alude que la acción armoniosa y saludable de todas las facultades del cuerpo y de la mente produce felicidad; mientras más elevada y refinada sean las facultades, más pura y sin mezcla será la felicidad.

Pero una constante trasgresión de las leyes de la naturaleza, que constituye también transgresión de la ley de Dios, provoca el sufrimiento y angustia que vemos por todas partes, dando como resultado una generación débil mental, moral y físicamente; toda esta miseria se ha ido acumulando de generación en generación, porque el hombre caído ha estado dispuesto a quebrantar la ley de Dios (White, 2009).

Por otro lado Wright señala que la dirección del curso de los pensamientos determina el rumbo del matrimonio Van Pelt (2001).

## **2. Antecedentes de la investigación**

En la revisión de la literatura se han encontrado diversos estudios sobre creencias irracionales, relacionadas con la satisfacción marital. Entre estos estudios tenemos las siguientes:

### **2.1. A nivel internacional**

Zeynep (2005) realizó una investigación en Turquía con el objetivo de buscar la asociación entre las creencias de relaciones disfuncionales y las relaciones conyugales de personas casadas. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Interpersonal de Distorsiones Cognitivas (Hamamci y Buyukozturk, 2004), Escala de Ajuste Diádico



(Spanier, 1976), y la Escala de Vida matrimonial (Tezer, 1986), que miden la satisfacción marital, se administraron a la muestra de 190 mujeres y hombres casados. El análisis reveló que las personas casadas con ajuste diádico bajo, aprobaron creencias significativamente más disfuncionales que aquellos con alto ajuste diádico. Se concluye que las creencias de relaciones disfuncionales: “estar muy cerca de los demás en sus relaciones causa consecuencias negativas”, tienen correlación negativa y moderada con el ajuste marital de los varones, pero las creencias irracionales fueron asociados positivamente con la satisfacción marital de las mujeres.

Möller, Rabe, y Nortje (2011) realizaron una investigación en Londres sobre creencias disfuncionales y conflicto marital en individuos casados angustiados y no angustiados, para determinar si existe relación entre las creencias irracionales y conflicto marital. La muestra estuvo conformada por 37 participantes casados de los cuales 17 individuos pertenecían a matrimonios en dificultades y 20 individuos a matrimonios sin dificultades, con edades comprendidas entre los 22 y 45 años. Estos fueron reclutados de diferentes organizaciones de la comunidad. Se emplearon cuatro escenas representando diferentes dimensiones del conflicto marital (poder/control, límites, inversión expresiva e inversión instrumental). Las pruebas aplicadas fueron la Escala Revisada de Ajuste Diádico (RDAS de Busby, Crane, Larzon y Chistensen 1995) y la Encuesta de creencias Personales. Los resultados obtenidos de esta investigación fueron que en todas las escenas, el grupo en dificultades mostró significativamente más cogniciones irracionales .80 ( $p < .01$ ) que el grupo sin dificultades .87 ( $p < .01$ ) mientras las escenas provocaron significativamente más pensamientos positivos en los individuos que no tenían dificultades en comparación con el grupo con dificultades. Los resultados también mostraron que el grupo sin dificultades manifestó más pensamientos positivos que negativos para todas las escenas combinadas de

conflicto. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas entre pensamientos positivos y negativos para el grupo con dificultades.

Gomez (2011) en la ciudad de Medellín- Colombia realizó un estudio con el objetivo de establecer los factores de riesgo cognitivos (distorsiones cognitivas) asociados con la insatisfacción marital. La muestra estuvo conformada por 175 participantes, 125 mujeres y 50 hombres en edades entre los 21 y 71 años, de los cuales el 68,6 % eran casados. Para la evaluación de la satisfacción marital se utilizó la escala de satisfacción marital de Roach, Browen y Frazier y la versión breve de la escala de ajuste diádico (EAD-13) de Santos-Iglesias e Inventario de pensamientos automáticos (IPA; Ruiz y Luján, 1991). Los hallazgos presentaron diferencias significativas entre los grupos, con puntuaciones altas de las medias en el grupo con insatisfacción marital para la totalidad de las variables distorsiones cognitivas una buena relación  $**p < .010$  y una significancia menor a  $*p < .050$  exceptuando la variable visión catastrófica, lo que nos indica que cuando los integrantes de la pareja se sienten frustrados o decepcionados su sistema mental los predispone a malinterpretar o exagerar el significado del comportamiento de la otra persona.

Dominguez (2012) realizó una investigación en España con el objetivo de analizar qué variables influyen en la satisfacción marital de ambos cónyuges, como individuos y como pareja. Esta investigación fue descriptiva, no experimental y de corte transversal; la muestra estuvo compuesta de 265 parejas casadas, con edades que oscilan entre 36 y 50 años, para los cuales se aplicó el Cuestionario de matrimonio (Russell y Wells, 1990). Los resultados obtenidos fueron que la edad de los cónyuges, los años de casados, el género y la homogamia estarían asociados a la satisfacción y ajuste marital. En cuanto a las diferentes variables objeto de análisis, destacaron los siguientes resultados: que los valores, dinámica de pareja, asuntos económicos, hijos, autopercepción, apoyo familiar y percepción de la pareja contribuyeron a que los padres tuvieran un matrimonio feliz.

Mora, Gomez, y Rivera, (2013) realizaron en México un estudio sobre la satisfacción marital y los recursos psicológicos en las parejas con y sin hijos pequeños en pro del bienestar familiar. La investigación tuvo como objetivo comparar los recursos psicológicos y la satisfacción marital en parejas de dos diferentes etapas de ciclo vital: 1) sin hijos y 2) con hijos pequeños. La muestra fue de 72 parejas, la mitad de ellos con hijos y la otra mitad, sin hijos. El método fue cuantitativo, con diseño no experimental, transversal, de nivel correlacional/comparativo. La recolección de datos fue mediante tres instrumentos: Escala de Evaluación de Relaciones Intrafamiliares, Escalas para Evaluar los Recursos Psicológicos y Escala de Satisfacción Marital. No encontrándose diferencias estadísticamente significativas respecto a los recursos psicológicos; no obstante las parejas sin hijos manifestaron mayor satisfacción en su relación y agrado con su entorno familiar; por el contrario, las parejas con hijos pequeños presentaron menor satisfacción con su pareja pero reportan mayor satisfacción con su funcionamiento familiar.

Fateh (2012) llevó a cabo una investigación en la ciudad de Javanrood-Irán bajo el objetivo de comparar las creencias irracionales entre parejas entrenadas y parejas normales; el tipo de investigación fue cuantitativa, descriptiva comparativa, diseño experimental de corte transversal; la población constó de 15 parejas entrenadas y 15 parejas normales. El primer grupo fue entrenado en el ámbito de la identificación de las creencias irracionales (por 7 sesiones), a continuación, ambos grupos fueron evaluados por el test de creencias irracionales (IBT). Los resultados obtenidos fueron que las creencias irracionales tienen diferencias significativas entre las parejas normales y capacitadas; estas diferencias han sido más significativas en relación con la demanda para su aprobación (DA), una alta auto-expectativas (HSE), la irresponsabilidad emocional (IE), el problema de evitar (PA), cambios desesperanza (HC), el perfeccionismo (P) y la totalidad de las creencias, de modo que las creencias irracionales en parejas entrenadas mostraron una

disminución importante. Por lo que el autor concluye que la formación e identificación de las creencias irracionales tienen un efecto significativo en la reducción de las mismas y también la mejora de estas creencias.

Román (2012) realizó una investigación en la ciudad de Guayaquil con el objetivo de determinar cómo las creencias irracionales inciden en la disfunción de la relación de las parejas que asisten al Centro de Desarrollo de la Niñez # 554 “Nazareth”, en una muestra de 20 parejas casados y convivientes con rango de edades comprendidas entre 25 y 50 años, y las estimaciones se hicieron mediante observación clínica. El cuestionario de investigación que tuvo la finalidad de obtener en qué medida cada cónyuge estaba de acuerdo con una lista de creencias acerca de la relación de pareja y el cuestionario de apoyo recogió información acerca de la validez y pertinencia de la investigación, así como de la disfunción de la relación, resueltos de forma independiente, mediante investigación correlacional, diseño no experimental de corte transversal. Al análisis de los resultados se pudo demostrar que la hipótesis H. A mayor número de creencias irracionales mayor disfunción en la relación de pareja es válida; asimismo, los resultados arrojaron diferencias entre las creencias irracionales de los hombres y las mujeres, encontrándose que las mujeres creen y demandan atención, tiempo, comunicación, romanticismo, entre otros; mientras que los hombres creen y por ende actúan de tal manera que dan prioridad a la realización laboral y la camaradería con sus amistades; finalmente se encontró que las creencias más influyentes son comunicación, violencia doméstica, lucha de poderes, relaciones sociales y autonomía.

Cheraghali, Masood y Goudarzi (2013) realizaron una investigación en la ciudad de Irán con el objetivo de predecir la satisfacción matrimonial basada en el perfeccionismo positivo y negativo. Por lo tanto, 123 personas (67 hombres y 56 mujeres) fueron seleccionadas a través del método de muestreo aleatorio polietápico. El estudio fue

correlacional, los participantes se sometieron a una prueba colina y los instrumentos utilizados fueron Inventario de perfeccionismo y la escala de Satisfacción Enrich civil. Se utilizó el método de regresión para el análisis estadístico. Los resultados obtenidos en este estudio indicaron que existe una correlación positiva entre el perfeccionismo positivo y la satisfacción marital (0.951) y una correlación negativa entre el perfeccionismo negativo y la satisfacción marital (0.325) respectivamente.

Shariati, Ahmadi, y Amiri, (2014) llevaron a cabo una investigación en Francia, con el objetivo de determinar la relación entre el perfeccionismo y creencias irracionales con ajuste marital, este estudio fue de tipo descriptivo-correlacional. La población estaba compuesto de todos los estudiantes casados de la Universidad Islámica de Kermanshah Azad, del departamento de Ciencia e Investigación, con una muestra de 200. La recolección de datos se hicieron mediante tres instrumentos, Escala multidimensional de perfeccionismo, la escala de creencia irracional ATIB y la Escala de ajuste diádico (DAS). Los resultados obtenidos indicaron que existe una relación negativa y significativa entre el perfeccionismo y creencias irracionales con ajuste marital ( $r=0.40$   $p<0.009$ ). Además entre las variables de predicción, las variables es decir las variables de creencias irracionales, la preocupación por los errores, dudas acerca de las acciones y la puntuación total de perfeccionismo tienen la capacidad de predecir el ajuste marital. Con base en los resultados del estudio, los autores concluyeron que las creencias y perfeccionismo irracionales juegan un papel importante en el ajuste marital.

Rosal (2014) realizó una investigación en la ciudad Quetzaltenango-México con el objetivo de determinar cuáles son los niveles de ideas irracionales que se presentan con más frecuencia en hombres y mujeres que estén en una relación de pareja en un grupo de 32 personas con edades entre 30 a 50 años, de distintos estratos sociales y nivel académico y que asisten regularmente a la Escuela de padres de la Parroquia Nuestra Señora de la

Merced. Esta investigación es de tipo descriptiva, no experimental y de corte transversal; para la recolección de datos se utilizó el Inventario de ideas irracionales de (Rafael Landívar) y los resultados evidencian que las parejas evaluadas manejan ideas irracionales, el área más significativa es el área somática con un 35%. Seguida por el área neurótica y en el área familiar, los resultados de 15% cada una. El autor concluye que el área más afectada en las parejas en cuanto a ideas irracionales es la somática, referente a la apariencia corporal y la importancia que se le da al físico de la pareja.

## **2.2. A nivel nacional**

Farfán (2013) realizó una investigación, con el objetivo de identificar si existe relación significativa entre rasgos de personalidad y satisfacción marital, la muestra estuvo conformado por 97 trabajadores de la universidad Peruana Unión, de ambos sexos, los participantes tenían más de 20 años. La Investigación fue cuantitativa no experimental, de diseño trasversal, de tipo descriptivo correlacional. La recolección de la información se hizo mediante dos inventarios: Cuestionario EPQR Abreviado de Eysenck, y el inventario Multifacético de satisfacción Marital. Los resultados de la investigación fueron que el rasgo de personalidad “neurotismo” tiene relación negativa y es altamente significativa con la satisfacción marital en las áreas de interacción ( $r = -.289, p < 0.01$ ), física- sexual ( $r = -.265, p < 0.01$ ), en tanto no existe relación entre reacciones en las mujeres y las dimensiones de satisfacción marital, esto indica que a mayor inestabilidad emocional, las mujeres perciben menor interacción, menor expresión físico- corporal e insatisfacción en las propuestas de recreación por parte de sus parejas.

Aguinaga (2012) investigó en Lima sobre creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas de violencia por la pareja. La muestra estuvo conformada por dos grupos: un primer grupo de 100 madres que reportaron ser víctimas de violencia por la pareja y ellas recibieron evaluación psicológica en el Instituto de Medicina Legal de Lima

Norte, y un segundo grupo de 92 madres que no fueron víctimas de violencia. La investigación fue descriptiva con un diseño comparativo, se determinó la muestra mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional, la recolección de la información se hizo mediante dos inventarios: el Inventario de Conducta Racional y el Inventario de Conducta Parental. Como resultado se obtuvo que existen diferencias significativas en las creencias irracionales, siendo las madres maltratadas las que presentaron puntuación más elevada en los factores frustración, necesidad de aprobación, sentimiento de culpa, inercia y evasión, ideas de infortunio y confianza en el control de las emociones. También se encontraron diferencias significativas en las conductas parentales, las madres no maltratadas reportaron menor tendencia a presentar conductas hostil, coercitiva y mayor tendencia a presentar conductas de apoyo, compromiso hacia sus hijos.

### **3. Marco conceptual**

#### **3.1. Creencias irracionales**

##### ***3.1.1. Definición de creencias***

Pepitone (1992) considera a las creencias como “conceptos normativos, creados y enraizados en los grupos culturales, son estructuras relativamente estables que representan lo que existe para el individuo más allá de la percepción de cosas eventos, personas y procesos” (p 63).

Para Ramos (2007) las creencias representan la realidad, contemplada desde cada perspectiva humana, y estos guían a la acción, son ideas muy estables que forman parte de los pensamientos y tienen un valor interpretativo y evaluativo, tienden a estar limitadas por la cultura en la que se mueve el individuo (referida sobre todo al contexto de aprendizaje); son resistentes al cambio (parece que las más tempranas son las más estables), pero no son inamovibles; a nivel cognitivo, actúan como un filtro sobre el pensamiento y el procesamiento de información; están relacionadas entre sí, y también influyen sobre otros

aspectos personales del individuo (actitudes y valores); son difíciles de medir, puesto que deben inferirse del comportamiento de las personas.

Las creencias dependen de variables culturales históricas, individuales y ecológicas, y tienen además una lógica y coherencia interna que organiza enunciados no verificados. Asimismo, menciona que son sistemas que permiten interpretar lo que sucede e incluso dar sentido a lo inesperado (Jodelet, 1989).

Beck (1990) menciona que las creencias se forman por la influencia de otras personas como los educadores, padres, por los medios de comunicación o por sucesos trascendentales ocurridos y por el mundo inconsciente, y que están teniendo una repercusión extraordinaria en la vida, y es difícil identificarlas y acceder a ellas.

### ***3.1.2. Definición de irracionalidad***

Según la Real Academia Española (2014) menciona que la irracionalidad es un comportamiento o expresión descabellados, faltos de racionalidad.

Asimismo, Flores y Velasco (2004) afirman que son pensamientos, en su mayoría de contenido catastrófico, absolutista, no-acertado, autoderrotista e irrealista. Es cualquier pensamiento que lleva a consecuencias autodestructivas que interfieren en forma significativa con la supervivencia y felicidad del individuo.

La irracionalidad entonces implica un pensamiento, emoción o conducta con consecuencias negativas o contraproducentes las cuales interfieren con el bienestar del organismo.

### ***3.1.3. Definiciones de creencias irracionales***

Las creencias irracionales son cogniciones evaluativas propias de cada persona y con un sentido de orden preferencial, siendo estos pensamientos absolutistas y dogmáticos; no



existe coherencia, difieren de la realidad e inducen a comportamientos de tipo negativos (Ellis, 1992).

La irracionalidad es cualquier pensamiento, emoción o comportamiento que lleva a consecuencias autoderrotistas o autodestructivas que interfieran de forma significativa con la supervivencia y felicidad del organismo (Navas, 1981).

Lega, Ortega, Sura, Costanzo, Friedman, Okelley y Predez (2009) afirman que los seres humanos, ante eventos desfavorables, deciden sentirse frustrados, defraudados, tristes y actúan de formas derrotistas; todo esto debido a las creencias irracionales que están instaladas en la mente y a su vez construye la insatisfacción en diversas áreas de la vida.

De acuerdo con Beck, las creencias son estructuras cognitivas que se desarrollan a partir de experiencias tempranas del individuo así como de factores ambientales, culturales y biológicos (Calvete y Cardeñoso, 2001).

Ellis y Lega (1993) sostienen que el pensamiento anticientífico o irracional es la causa principal de la perturbación emocional, ya que, de forma consciente o inconsciente, la persona escoge convertirse a sí misma en neurótica con su forma de pensar ilógica y poco realista. Asimismo Chaves y Quiceno (2010) afirman que las creencias irracionales se pueden iniciarse a partir de una premisa inadecuada y conducir a deducciones imprecisas que no son apoyadas por la evidencia y a menudo representan una sobre generalización; tomando la forma de órdenes o mandatos deberes y necesidades.

En tanto, Ellis (2000) presenta cuatro formas que podrían tomar las creencias irracionales, las cuales se expresan a partir de una innumerable cantidad de ideas específicas. Estas cuatro formas son la creencia de que alguien o algo debería ser necesario o diferente; encontrar la realidad horrenda y terrible del modo que es; pensar que no se puede tolerar esa realidad y por ende, no debió haber sido así; y pensar que otros han cometido errores por lo que no valen y merecen desaprobación.

De estas cuatro formas de irracionalidades, la TREC propone tres áreas principales para agrupar las creencias. El deber de actuar o funcionar a la perfección, lo que genera sentimientos de depresión, culpa y ansiedad; el esperar un comportamiento adecuado del resto, lo que genera sentimientos de ira y conductas pasivo-agresivas; y por último, la creencia de que las condiciones de vida deben ser favorables y fáciles para el sujeto, lo que produce lástima y problemas de autodisciplina. Estas consecuencias se dan siempre y cuando la persona se rija por estas creencias irracionales y obtenga respuestas incoherentes (Ellis y Russell, 1990).

Albert Ellis (1997) plantea tres ideas irracionales principales

- Tengo que actuar perfectamente.
- Los demás deben tratarme perfectamente.
- Las condiciones de mi vida tienen que ser cómodas, fáciles, etc.

De estas tres se derivan el tremendismo, la baja tolerancia, a la frustración (valoraciones descriptivas) y la condenación (reglas absolutistas).

#### ***3.1.4. Descripción de las 11 creencias irracionales de Albert Ellis***

❖ Ellis (2006) en el año de 1980 creó 11 tipos de creencias que se describen a continuación:

❖ *Necesidad de aprobación:* Esta idea manifiesta tener la necesidad extrema de ser amado, aprobado y aceptado por cada persona significativa de su alrededor.

A menudo se ha afirmado que los niños necesitan amor y aprobación; aunque es deseable sin duda que adultos sean amados y aprobados por gran parte de la gente con la que llega a tener una relación íntima es discutible si para los adultos es absolutamente necesarios ser aprobados por cada persona de su comunidad considerada como significativos para ellos, dicha creencia es irracional por las siguientes razones:

- El exigir ser aprobado por todos es una meta inalcanzable.
  - Si se necesita de forma extrema la aprobación siempre se generará una preocupación por la aceptación.
  - Es imposible ser siempre simpático o agradable para los demás.
  - Aunque uno pudiera alcanzar la aprobación de los demás, eso exigirá una enorme cantidad de esfuerzo y energía.
  - El intentar ser aprobado por los demás generaría un servilismo donde se tendría que abandonar las propias necesidades.
  - La inseguridad de no conseguir la aprobación de los demás generaría un comportamiento inseguro y molesto perdiéndose con ello el interés de los demás.
- ❖ *Perfeccionismo:* Esta idea gira en torno a que para considerarse a sí mismo valioso, se debe ser muy competente, de un intelecto elevado, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles. Mucha gente o la mayoría, creen que si no son competentes, suficientes y capaces en todos los aspectos, o por lo menos en un aspecto importante, son unos inútiles y se acobardan y mueren siendo esta una idea totalmente distorsionada e irracional, debido a que ningún ser humano puede ser totalmente competente o destacarse en todas los aspectos. Esto es una idea irracional por varias razones:
- Ningún ser humano puede ser totalmente competente en todos los aspectos o en la mayor parte de ellos.
  - Intentar tener éxito está bien, pero el exigirse que se debe tener éxito es la mejor manera de hacerse sentir incompetente e incapaz.
  - Forzarse más de la cuenta acarrea estrés y enfermedades psicosomáticas.

- El individuo que lucha por el éxito total está en continua comparación con otros ante los que se siente invariablemente inferior.
  - El ambicionar el éxito conlleva el querer ser superior a los demás, con lo que invariablemente se entra en conflicto con los otros.
  - El buscar el éxito distrae al individuo de su auténtico objetivo de ser más feliz en la vida.
  - La preocupación por el éxito acarrea el miedo al fracaso y a cometer errores, con lo que es fácil generar un disgusto por el trabajo y una tendencia al fracaso real en éste.
- ❖ *Condenación:* La idea consiste en que ciertas personas son viles malvados e infame y deben ser gravemente culpabilizados y castigados por su maldad. Por tanto, se sienten, alterados, enfadados y rencorosos y creen que la forma de impedir que actúen de esa manera es haciéndoles sentirse culpables y castigándoles. Estas ideas no son válidas ni racionales porque:
- Las personas somos seres limitados que la mayoría de las veces actuamos de manera automática e inconsciente sin una "maldad consciente".
  - El individuo que actúa mal en la mayoría de los casos, es una persona ignorante o perturbada que no es consciente de las consecuencias de sus comportamientos para los demás y para sí misma.
  - El castigar o culpabilizar severamente al que comete errores normalmente le conduce a seguir cometiéndolos, por el contrario, una actitud más tolerante y racional a la hora de considerar sus errores le favorece más el cambio positivo.

- El culpabilizarse uno y generar depresión, angustia o ansiedad, como el culpabilizar a los demás generando rabia y hostilidad, no conduce a otra cosa que al conflicto personal o social

*Catastrofismo:* La idea de que es tremendamente catastrófico el hecho de que las cosas no salgan como a uno le gustaría que fuesen. Las personas que piensan de esta manera se sienten terriblemente acongojados y tristes cuando alguna cosa no sale de la forma que les gustaría que fueran, o cuando el mundo es como es. El que esta gente se sienta claramente frustrada cuando no están consiguiendo lo que quieren con tanta fuerza es por su puesto normal. Sin embargo, que tal estado continúe permanente es completamente ilógico por muchas razones:

- No hay razón para pensar que las cosas deberían ser diferentes a lo que realmente son, otra cosa es que sea agradable o desagradable para ciertas personas.
  - El estar abatidos o acongojado por las circunstancias no ayudará a mejorarlas, y sí es posible puede contribuir a empeorarlas.
  - Cuando las cosas no salen como, se planeó está bien luchar por cambiarlas, pero cuando esto *es* imposible, lo más sano es aceptar las cosas como son.
  - Aunque pueda verse frustrado o privado de algo que se desea, el sentirse muy desventurados es sólo consecuencia de considerar erróneamente el deseo como una necesidad fundamental.
- ❖ *Incontrolabilidad:* La idea de que la desgracia humana se origina por causas externas y que hay poca capacidad o ninguna, de controlar las penas y perturbaciones. La mayoría de la gente en nuestra sociedad cree que lo que les hace desgraciados es el resto de personas y los acontecimientos, y que si estas fuerzas externas fueran diferentes ellos no se sentirían tan abatidos; cuando se da alguna

mala circunstancia, no tienen el control sobre sus emociones. Esta idea no es válida por varias razones:

- Los ataques verbales del resto solo afectarán en la medida en que se las valore y se las interprete.
- La expresión "me duele que mis amigos no me hagan caso" está mal dicha, ya que lo que les causa dolor es que lo diga dándole un valor de terrible o insoportable.
- Aunque la mayoría de la gente pueda creer que las emociones negativas no se pueden cambiar y simplemente deben sufrirlas, la experiencia demuestra que es factible el poderlas cambiarlas.

❖ *Ansiedad a lo desconocido:* Esta idea sostiene que si algo es o puede ser peligroso o temible, se deberá sentir terriblemente inquieto. Por ello, deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra. La mayoría de la gente en nuestra sociedad se obstina en creer que si están en peligro o si existe alguna posibilidad de que les acontezca algo que temen, tienen que permanecer preocupados por ese peligro real o en potencia. Esto es una idea irracional por varias razones:

- Si se está muy preocupado por un asunto de riesgo, el nerviosismo impide ver realmente la gravedad del asunto.
- La ansiedad intensa ante la posibilidad de que un peligro ocurra, impide afrontarlo con eficacia cuando realmente ocurre.
- El preocuparse mucho de que algo suceda no solo no evita que ocurra, sino que a menudo contribuye a su aparición.
- El inquietarse por una situación peligrosa conlleva el exagerar las posibilidades que ocurra, aunque sea esto muy improbable.

- Cuando han de venir acontecimientos inevitables como la enfermedad o la muerte de nada sirve el preocuparse anticipadamente por ellos.
  - La mayoría de los hechos temidos y peligrosos (como las enfermedades) son mucho menos catastróficos cuando ocurren de verdad, pero la ansiedad o el miedo de que sobrevengan si constituye algo incluso más doloroso que la propia situación temida.
- ❖ *Evitación al malestar:* Esta idea sostiene que es más fácil evitar que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades de la vida. Mucha gente siente que es mucho más simple hacer solo lo que es “fácil o natural” o lo que es intrínsecamente agradable, y evitar las dificultades y responsabilidades, las ideas de esta gente son falsas en distintos aspectos.
- Aunque a veces resulta cómodo abandonar determinadas actividades por considerarlas desagradables, esto trae grandes consecuencias negativas, por ejemplo: el dejar de estudiar, de trabajar o de realizar cualquier actividad que requiere esfuerzo físico o psíquico.
  - El proceso de tomar la decisión de no hacer algo que se considera difícil pero provechoso, habitualmente es largo y tortuoso y suele conllevar más sufrimiento que el hacer la actividad desagradable.
  - La confianza en sí mismo sólo proviene de hacer actividades y no de evitarlas. Si se evitan, la existencia se hará más fácil pero a la vez aumentará el grado de inseguridad y desconfianza personal.
  - Aunque, mucha gente supone que una vida fácil, evasiva y sin responsabilidades es algo apetecible, la experiencia demuestra que la felicidad del ser humano es mayor cuando está comprometido en un objetivo difícil y a largo plazo.

❖ *Dependencia:* La idea que se debe depender de los demás y que se necesita de alguien más fuerte en quien confiar. Aunque, en teoría se aprueba la libertad y la independencia en la sociedad, muchos creen que deben depender de otros y que se necesita de alguien más fuerte en quien confiar.

Aunque, en normal el tener un cierto grado de dependencia de los demás, no se debe llegar al punto de que los demás elijan o piensen por nosotros.

- Cuanto más se depende de los demás, menos se elige por sí mismo y más se actúa por los demás. Con lo que se pierde la posibilidad de ser uno mismo.
- Si se dejan que las decisiones las tomen otras personas, menos oportunidad se tendrá de aprender. Por lo que actuando así se genera más dependencia, inseguridad y pérdida de autoestima.
- Al depender de los demás, el sujeto se queda a merced de ellos, y esto implica que la vida toma una apariencia incontrolable ya que los demás pueden desaparecer o morir.

❖ *Afección al pasado:* La idea de que la historia pasada es determinante o decisivo de la conducta actual, y que algo que ocurrió alguna vez y le causa conmoción debe seguir afectándole indefinidamente. Esto es irracional por varias razones:

- Cuanto más influenciado se está por el pasado, más se utilizan soluciones a los problemas que fueron utilizadas entonces pero que hoy pueden ser ineficaces; por tanto, se pierde la oportunidad de encontrar otras actuales y más útiles.
- El pasado se puede utilizar de excusa para evitar enfrentarse a los cambios en el presente y de esa manera no realizar el esfuerzo personal requerido.



- Se exagera la importancia del pasado cuando en vez de decir "por mi pasado me resulta difícil cambiar", se dice "por mi pasado me resulta imposible cambiar".
- ❖ *Facilismo*: La idea de que la felicidad incrementa con la inactividad, la pasividad y el ocio. Muchas personas consideran, que no realizar trabajos y mantener responsabilidades hace que la vida sea más llevadera; esto aparentemente les hace felices porque no causa estrés y preocupación (Mc. Kay y Navas, 2008). Esta idea es falsa por varias razones:
  - El no hacer nada por tiempo prolongado causa temores y miedos que afrontar alguna responsabilidad.
  - El facilismo no siempre aumenta la felicidad, ya que genera sentimientos de inferioridad e inseguridad.
  - El facilismo lleva a la pérdida de metas.
  - La vida viene cargada de responsabilidades, los cuales se debe afrontar para para obtener beneficio.

### ***3.1.5. Creencias irracionales que influyen en la satisfacción marital***

Todas las personas interpretan los eventos de acuerdo a sus cogniciones o formas de pensamiento, dando a cada suceso o experiencia un juicio positiva o negativa.

Freeman y Arias- Galicia, refieren que la satisfacción marital está relacionada con el bienestar psicológico y físico del individuo y de la pareja (Lozano *et al.*, 2010).

En cuanto a Pedesky y Cols, citado por Castillo y Aristizábal (2006) y Román (2013) mencionan que las creencias irracionales son expectativas extremadamente rígidos, ilógico, absolutista y exagerados los cuales ocasionan problemas en la relación de pareja, creando expectativas irreales hacia su cónyuge. Por su parte Dryden y Ellis (1989) mencionan que dichas expectativas irrealistas, juegan un papel muy importante en el

desarrollo y mantenimiento de la insatisfacción y perturbación de la pareja. Asimismo aclaran que a menudo hay una gran discrepancia entre lo que la pareja suponía que iba a ocurrir en su relación y lo que ocurre en realidad. Por eso, las expectativas no realistas suelen ser el caldo de cultivo de problemas en la relación.

Siguiendo esta misma línea, Melero (2008) menciona que los procesos cognitivos son los mediadores entre los hechos que ocurren en una relación y las consecuencias (emocionales, cognitivas y conductuales) de algunas situaciones. Es decir, no es el acontecimiento en sí mismo lo que determina la respuesta, sino las creencias, los esquemas mentales que originan el diálogo interno.

### ***3.1.6. Modelos teóricos de creencias irracionales***

#### **3.1.6.1. Modelo teórico de Albert Ellis**

Castro (2015) refiere que según Ellis se pueden evitar las reacciones emocionales al estrés con cambiar la percepción de lo que se toma como estresante. Esas ideas constituyen el fundamento terapéutico que usa el diseño de la Terapia Racional Emotiva, la cual es un método que trata la modificación de patrones cognitivos irracionales en el paciente para mejorar las emociones y comportamiento desadaptativo. (Caro, 2011)

Por su parte, Oblitas (2008) sostiene que el pensamiento determina los sentimientos y las reacciones emocionales negativas con producto de un diálogo interno negativo que es denominado pensamiento catastrófico. Este pensamiento consiste en la evaluación subjetiva y poco realista que exagera la magnitud de los problemas.

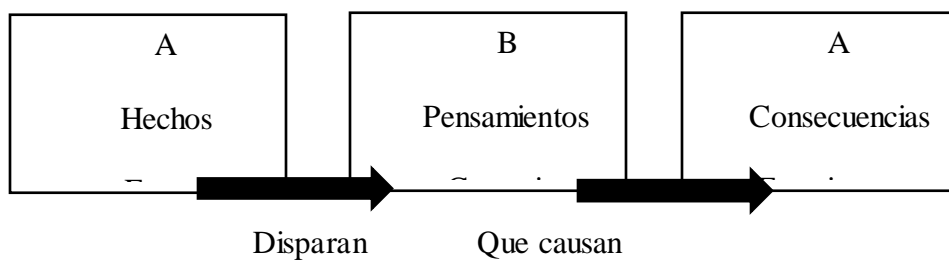
Ellis (2006) explica la idea principal del modelo:

- Evento Activador (A): En el sistema de Ellis, A representa un evento activador que genera el estrés. Puede ser cualquier transacción potencialmente estresante. He aquí

algunos ejemplos: un accidente automovilístico, la cancelación de una cita, retraso inesperado en una fila del banco.

- Sistema de creencias (B): Representa la creencia en un evento o la evaluación del estrés. Según Ellis, a menudo se consideran desastres los pequeños reveses. Y así surge el pensamiento catastrófico “Que terrible es esto”, “las cosas nunca me salen bien” y “jamás me ascenderán”.
- Consecuencia (C): Representa los efectos del pensamiento negativo. Cuando la evaluación de eventos estresantes es demasiado negativa, las consecuencias suelen causar malestar emocional. De ahí que se sienta enojo, ansiedad, pánico o abatimiento.

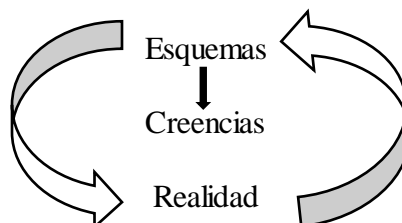
**Figura 1. Presentación básica del ABC Ellis (2006)**



### 3.1.6.2. Modelo teórico de Aarón Beck

Según Beck (citado por Camacho, 2003) las estructuras cognitivas pueden relacionarse con los esquemas. Los procesos cognitivos con la atribución de sentido se da a partir de los esquemas. Los resultados cognitivos se relacionan con las creencias, que son el resultado del proceso que se da entre los esquemas y la realidad, dichas creencias a su vez influyen en el mismo proceso.

**Figura 2 Proceso de esquemas Beck (citado por Camacho, 2003)**



✓ Esquemas

Para Beck, los esquemas son patrones cognitivos relativamente estables que constituyen la base de la regularidad de las interpretaciones de la realidad. Las personas utilizan sus esquemas para localizar, codificar, diferenciar y atribuir significaciones a los datos del mundo. Los esquemas también fueron definidos como estructuras más o menos estables que seleccionan y sintetizan los datos que ingresan (Ruiz, 2011).

✓ Creencias

Las creencias son los contenidos de los esquemas. Son el resultado directo de la relación entre la realidad y nuestros esquemas. Podemos definir a las creencias como todo aquello en lo que uno cree, son como mapas internos que nos permiten dar sentido al mundo, se construyen y generalizan a través de la experiencia.

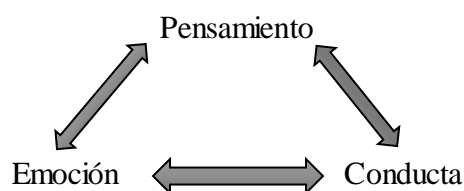
Existen diferentes tipos de creencias, clásicamente hablamos de:

- Creencias nucleares: son aquellas que constituyen el self de la persona, son difíciles de cambiar, dan el sentido de identidad y son idiosincrásicas. Ej.: Yo soy varón.
- Creencias periféricas: se relacionan con aspectos más secundarios. Son más fáciles de cambiar y tienen una menor relevancia que las creencias nucleares. Ej.: La vida siempre te da una segunda oportunidad.

✓ Pensamientos automáticos

Se definen a los pensamientos automáticos que aparecen en el flujo del pensamiento normal y condicionan su dirección o curso; se les atribuye una certeza absoluta, por eso no son cuestionados y condicionan la conducta y el afecto (Camacho, 2003).

**Figura 3 Triada cognitiva de Aron Beck (Camacho, 2003)**



## **3.2. Satisfacción marital**

### ***3.2.1. Definiciones del matrimonio***

Tacero (2002) menciona que el matrimonio consiste en la unión conyugal del varón y de la mujer, que mantienen un modo de vida inseparable. Asimismo, Cole (2002) alude al matrimonio como un contrato pactado entre dos personas de diferente sexo, en el que se estipula vivir en unión conyugal con el objetivo de ayudarse mutuamente y establecer una familia, surgiendo de él derechos y obligaciones para ambos cónyuges.

Sin embargo, Grün (2002) la define como una institución importante de la vida social, no es solo algo emocional, sino que también, tiene que ser una estructura complementaria determinada que debe ayudar a los conyugues a vivir correctamente.

Por otro lado, Van Pelt (2001) señala que el matrimonio no es algo que uno prueba a ver si le sirve, para entonces decidir si quedarse con él o no, sino, más bien, algo que uno decide como una promesa, haciendo todo esfuerzo posible por mantenerla.

### ***3.2.2. Definición de satisfacción marital***

(Sanchez, 2011; Lozano, Armenta, Garcia, Padilla, y Diaz-Loving 2010 y Acevedo *et al* 2007) La satisfacción marital es considerada una evaluación global y subjetiva que se hace del conyugue en términos de favorabilidad o desfavorabilidad. Por su parte, Boland y Follingstad mencionan que la satisfacción marital es una representación global de actitudes, sentimientos y auto reporte del matrimonio, comúnmente, vistos en extremos, tales como feliz versus infeliz, satisfactorio versus insatisfactoria (Sanchez, 2011).

Sin embargo, Nina (1985) define a la satisfacción marital como una actitud positiva o negativa de un individuo hacia el matrimonio. Asimismo, Vera (citado por Farfan, 2013) concuerda que la satisfacción marital es una actitud que una persona tiene de su

matrimonio, pudiendo ser positiva o negativa de acuerdo a la satisfacción de sus necesidades y realización personal.

Existen varias definiciones sobre satisfacción marital; sin embargo, todos coinciden que es una evaluación global y subjetiva de actitudes, sentimientos, pensamientos y valoraciones de los aspectos positivos y negativos que un individuo hace sobre su pareja y la relación; es una descripción general de la vida matrimonial.

### ***3.2.3. Características de satisfacción marital***

Lozano, Armenta, Garcia, Padilla, y Diaz-Loving (2010) señalan que la satisfacción marital se divide en las siguientes áreas: Físico-Sexual, expresada en los contactos e intercambios físico-corporales; intercambios emocionales que facilitan la interacción de la pareja, comunicación y diversión, que corresponde la manera cómo se comunica y se divierte afectivamente dentro y fuera del hogar; la familia, comprende la distribución y cooperación de las tareas del hogar por parte de los conyugues; toma de decisiones, refleja la organización y funcionamiento de los conyugues y por último, los hijos, hace referencia a los sentimientos del cónyuge con respecto a la educación, atención y cuidado que su pareja da a los hijos.

Por su parte, Becerra, Roldan y Wenceslao (2012 ) aluden que la satisfacción marital incluye reacciones emocionales, la relación en sí y los aspectos estructurales, tales como la forma de organización, establecimiento y cumplimiento de las reglas en la pareja y la educación de los hijos.

Asimismo, Ojeda, Díaz -Loving y Rivera (citado por Farfan, 2013) consideran que la satisfacción marital se compone de seis factores, a continuación se menciona:

- Factor de interacción: Son los aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de la pareja.

- Factor físico y sexual: Son las expresiones físicos corporales como la caricia, abrazos, besos y relaciones sexuales.
- Factor de Organización y funcionamiento: Este factor se refiere a la parte estructural, instrumental, de toma de decisiones, de solución de problemas y su función de la pareja.
- Factor de la familia: Completa la organización y realización de tarea que dan en el hogar, tales como la distribución y cooperación.
- Factor de diversión: Es definida como la diversión que tienen la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar.
- Factor hijos: Se refiere a la satisfacción que siente el cónyuge por la educación, atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos.

### ***3.2.4. Modelos teóricos de satisfacción marital***

#### ***3.2.4.1. Modelo teórico de (Gottman 1977 y O'Leary y Smith.1999)***

La satisfacción marital se estudió desde la perspectiva de psicología social, siendo un tema de suma importancia para el bienestar de la pareja, familia y la sociedad, por ejemplo, Gottman (1977), en O'Leary y Smith,(1991) proponen el sistema de interacción de parejas, en el que los elementos afectivos y la comunicación son de vital importancia para establecer una alta calidad en el matrimonio, a la vez la pareja debe tomar el amor como una característica para evaluar el vínculo matrimonial (Lozano, Armenta, Garcia, Padilla, y Dias-Loving, 2010).

#### ***3.2.4.2. Modelo de Rusbult Citado por Melero (2008)***

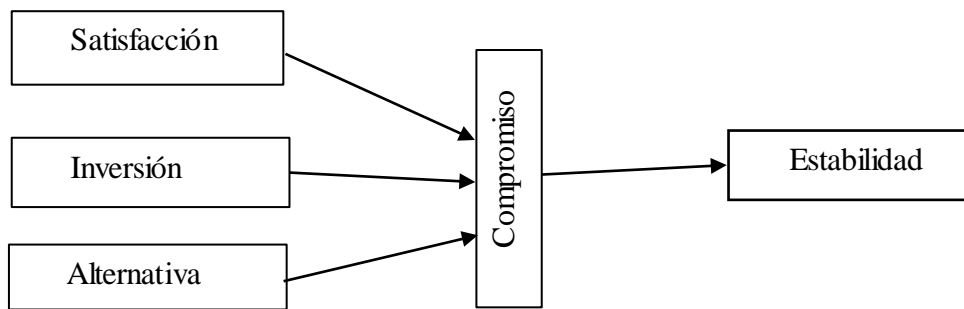
Rusbult (1980-1983) propuso un modelo llamado “de inversión” donde propone que el compromiso es la variable determinante en la estabilidad de la relación de pareja. Tal

compromiso, puede definirse como apego o implicación afectiva hacia su cónyuge en la que existe un compromiso de mantener la relación a largo plazo. Este modelo tiene tres premisas básicas:

- Satisfacción con la relación
- Calidad de las alternativas
- Magnitud de la inversión (recursos y/o materiales personales)

Cuando estos tres elementos están presentes en una relación, habrá una implicancia mayor en el compromiso de ambas partes y favorecerá a la longevidad de la pareja.

**Figura 4. Modelo de Inversión de Rusbult citado por Melero (2008)**



### 3.3. Marco teórico del adulto joven y adulto

Se considera adultez temprana desde la segunda hasta la cuarta década de la vida, es decir, desde los 20 a los 40 años aproximadamente. En esta etapa, las personas se proponen objetivos como estudiar una carrera, noviar, casarse y tener una familia y lograr las metas trazadas, requiriendo de la toma de decisiones en todas las áreas de su vida. Asimismo, se caracteriza por el desarrollo pleno de la inteligencia que se relaciona con la manera como las personas lidian con su medio, se adapta, lo cambia a encontrar una nueva y mejor alternativa (Consuegra, 2010).

La etapa de adultez media va desde los 40 hasta los 65 años aproximadamente, en esta etapa se presentan cambios hormonales en hombre y la mujer conocida como andropausia y



menopausia, además, se da el síndrome del nido vacío y la jubilación. Además, esta etapa se caracteriza por la presencia de la denominada inteligencia cristalizada, que es la habilidad para recordar y usar información, de acuerdo a la educación recibida y de la formación cultural (Consuegra, 2010).

#### **4. Definición de términos**

**Creencias irracionales.** Son esquemas equivocadas de interpretar los hechos que generan múltiples consecuencias negativas (Consuegra, 2010).

**Irracional.** Se define como algo que es absurdo o que no tiene sentido o que no tiene capacidad de pensar o razonar (Real Academia Española, 2014).

**Satisfacción marital.** La satisfacción marital es una evaluación global y subjetiva que un individuo hacía su cónyuge y su relación (Acevedo *et al.*, 2007).

**Satisfacción.** Originada etimológicamente en el latín “satisfactiōnis” palabra compuesta integrada por “satis”, bastante o suficiente y el verbo “facere” , “hacer”, la palabra satisfacción designa lo que ha sido realizado de modo acabado, cumpliendo las expectativas, órdenes o deseos, de tal modo que habiendo hecho lo suficiente se siente la gratificación o el agrado de llegar a un buen resultado (Consuegra, 2010).

**Insatisfacción.** Sentimiento de malestar disgusto que se tiene cuando no se consiguen deseo o no se cubre una necesidad (Real Academia Española 2014).

**Matrimonio.** El matrimonio es considerado como la institución social más importante para el establecimiento e integración de la familia (Abboud, Baumeister y Castillo 2009).

#### **5. Hipótesis de la investigación**

##### **5.1. Hipótesis general**

Existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

## **5.2. Hipótesis específicas**

Existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre condenación y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre catastrofismo y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre incontrolabilidad y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre ansiedad a lo desconocido y insatisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre evitación al malestar e insatisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre dependencia y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre afección al pasado y satisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

Existe relación entre facilismo e insatisfacción marital en personas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016.

## **Capítulo III**

### **Materiales y métodos**

#### **1. Diseño y tipo de investigación.**

El presente trabajo se inscribe como una investigación dentro del enfoque cuantitativo no experimental, debido a que no se manipula las variables, el diseño de la investigación corresponde básicamente aun diseño trasversal porque los instrumentos se aplicaron en un momento único, de tipo correlacional, porque se pretende determinar si existe relación entre creencias irracionales y la satisfacción marital en parejas casadas en una comunidad cristiana del distrito de Independencia (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2010).

#### **2. Variables de la investigación**

##### **2.1. Creencias irracionales**

Las creencias irracionales son cogniciones evaluativas propias de cada persona y con un sentido de tipo preferencial, siendo estos pensamientos absolutistas y dogmáticos; no existe coherencia, difieren de la realidad e inducen a comportamientos de tipo negativos (Ellis, 1992).

##### **2.2. Satisfacción marital**

Evaluación global y subjetiva que un individuo hacia su cónyuge y su relación, por lo que se encuentra sujeta a las percepciones personales de cada miembro de la diada. (Lozano, Armenta, Garcia, Padilla, y Diaz-Loving, 2010 ).

### 2.3. Operacionalización de la variable

Tabla 1

*Cuadro de operacionalización de creencias irracionales*

Definiciones Operacional	Dimensión	Ítems	Categorización de respuestas
Las creencias irracionales son cogniciones evaluativas propias de cada persona y con un sentido de tipo preferencial, siendo estos pensamientos absolutistas y dogmáticos; no existe coherencia, difieren de la realidad e inducen a comportamientos de tipo negativos (Ellis, 1992).	Necesidades de aprobación.	de 1, 11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91	
	Perfeccionismo	2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92	
	Condenación	3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93	
	Catastrofismo	4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94	Si
	Incontrolabilidad.	5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95	No
	Ansiedad a lo desconocidos	6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96	
	Evitación al malestar	7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97	
	Dependencia	8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 98	
Baremos general -Funcional 0-34	Afección al pasado	9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99	
-Disfuncional autocontrolado 35- 43	Facilismo	10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100	
-Disfuncional 44-100			

Tabla 2

*Cuadro de operacionalización de satisfacción marital*

Definición de operacional	Dimensión	Ítems	Categorías de respuestas
La satisfacción marital es considerada como una evaluación global y subjetiva de un individuo hacía su cónyuge y su relación, por lo que se encuentra sujeta a las percepciones personales de cada miembro de la diada  (Acevedo <i>et al.</i> , 2007) Baremos Muy insatisfechos Insatisfechos Satisfechos Muy satisfechos	Interacción	12,13,24,25,14,15,16,17, 18,19,20,21,22,23,39,40	5.- Me gusta mucho 4.- Me gusta
	Físico sexual	1,2,3,4,5, 6,7,8,9,10,11	3.- Ni me gusta, ni me disgusta 2.- Me disgusta 1.-Me disgusta mucho
	Organización y Funcionamiento	26,27,28,29,37,38	
	Familia	30,31,32,33	
	Recreación	34, 35, 36,41	
	Hijos	42,43,44,45,46	

### **3. Delimitación geográfica y temporal**

La población de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, se encuentra ubicado en la zona del norte de Lima. El estudio se comenzó en el mes de marzo del 2015 con una extensión hasta fines del mes de febrero del 2016.

### **4. Participantes**

La población considerada para la presente investigación, está conformada por parejas casadas miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, que caracterizan por cultivar la espiritualidad y confianza en Dios, además, por la práctica de valores y servicio abnegado.

La muestra es no probabilística, seleccionados por características determinadas a criterio de las investigadoras, conformadas por parejas casadas. Entre los que se consideran valores iguales de 111 mujeres y 111 varones, el rango de edades de los participantes será entre 20 a 65 años respectivamente al momento de aplicar el instrumento.

#### ***4.1.1. Criterios de inclusión***

Parejas que se encuentren casados

Parejas que tengan edades de entre 20 a 65 años

Parejas pertenecientes a una comunidad cristiana del distrito de Independencia

Parejas que acepten voluntariamente desarrollar los test.

#### ***4.1.2. Criterios de exclusión***

Parejas que no se encuentren casados

Parejas que no tengan edades de entre 20 a 65 años

Parejas que no pertenecen a una comunidad cristiana del distrito de Independencia

Parejas que no acepten voluntariamente desarrollar los test.

## 4.2. Características de la muestra

Tabla 3

*Frecuencia de las características sociodemográficas de los participantes*

		n	%
Edad de los participantes	20-35 años	93	41,9%
	36-50 años	104	46,8%
	51-65 años	25	11,3%
Sexo de los participantes	masculino	111	50,0%
	femenino	111	50,0%
Tiempo casados de los participantes	1-5 tiempo casado	65	29,3%
	6-9 tiempo casado	52	23,4%
	10-13 tiempo de casado	52	23,4%
	14 a más tiempo de casado	53	23,9%

La tabla 3 muestra las características sociodemográficas de los miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de distrito de independencia (46,9%) de los participantes tiene edades de entre 20-35 años. En cuanto al género, se aprecia un número igual de hombres y mujeres (50% respectivamente); por otro lado, se aprecia que más personas se encuentran casados entre 1 a 5 años (29,3%).

## 5. Técnica e instrumentos de recolección de datos

### 5.1. Inventario de creencias irracionales de Albert Ellis

El Inventario de creencias irracionales es un registro de opiniones que se basa en recopilaciones de 10 principales ideas irracionales propuestas por Albert Ellis, que según este autor generan perturbaciones emocionales. Consta de 100 ítems con 2 opciones de respuesta 1= Si y 2= No; las ideas irracionales que se incluyen en este instrumento son: necesidad de aprobación, perfeccionismo, condenación, catastrofismo, Incontrolabilidad, ansiedad a lo desconocido, evitación al malestar, dependencia, afección al pasado y facilismo. Bocanegra en el año de 1991 validó el inventario de creencias irracionales de Ellis por medio del criterio de expertos o jueces. Siendo que

este tipo de validez de contenido se determina mediante la comparación sistemática de los reactivos de la prueba con el dominio del contenido del postulante. En cuanto al tipo de confiabilidad utilizado, Bocanegra trabajó con la consistencia interna como un criterio de medida de la homogeneidad del instrumento; el procedimiento estadístico seguido para el establecimiento la confiabilidad del instrumento de evaluación se calculó con la variante Kuder- Richardson obteniendo como resultado a la creencia Nro. 3 como la más confiable (0.78) y la creencia Nro. 4 como la más menos confiable (0.68). Lo que indicaría una menor homogeneidad entre sus ítems. Por su parte, Pacheco (1998), estudia la confiabilidad de este instrumento a través del coeficiente de consistencia interna obteniendo un alpha de Crombach de 0.78

Así también, se realizó la confiabilidad para el inventario de creencias, donde obtuvo un alpha de Crombach del instrumento de 0.76, así como un alfa de 0.56 a 0.72 en cada creencia la cual indica que el instrumento y cada creencia poseen una confiabilidad adecuada.

Todos estos datos resultados nos permiten concluir que la prueba es válida y confiable, permitiendo obtener puntuaciones consistentes.

## **5.2. Inventario multifacético de satisfacción marital (IMSM)**

Esta escala fue construida por Cañetas, Rivera y Diaz- Loving (2002) validado en una población mexicana, este inventario evalúa el nivel de satisfacción marital en parejas casadas y convivientes, está compuesto por 48 reactivos, con opciones de respuesta de tipo likert del 1 al 5 de la siguiente forma: 1) me disgusta mucho, 2) de disgusta 3) ni me gusta, 4) me gusta y 5) me gusta mucho. Los baremos se clasifican en: altamente insatisfecho, insatisfecho, satisfecho y altamente satisfecho. Dicho constructo tuvo un nivel de confiabilidad de alfa de Cronbach superior a 0.80 denotando su excelente fiabilidad para ser aplicado en las diferentes situaciones que se requieren.



Farfán (2013) validó el Inventario Multifacético de Satisfacción Marital, para una población universitaria en la ciudad de Lima, por medio de criterio de expertos o jueces, donde obtuvo un alfa crombach de 0.80 indicando que el instrumento no presenta dificultad en el enunciado de los ítems.

Ambos resultados permiten concluir que el instrumento es válido y confiable, permitiendo obtener puntuaciones consistentes.

Los reactivos de cada factor son los siguientes:

Dimensión de interacción: Esta dimensión evalúa los aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilita la interacción de pareja. Pertenece los siguientes ítems 12, 13, 24, 25, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 39, 40.

Dimensión físico sexual: Esta dimensión evalúa las expresiones físico-corporales como caricias, abrazos, besos y contacto físico. Pertenecen los siguientes ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 1.

Organización y funcionamiento: Esta dimensión evalúa la parte estructural y toma de decisiones, solución de problemas y función de la pareja. Pertenecen los siguientes ítems 26, 27, 28, 29, 37, 38.

Dimensión de familia: Esta dimensión evalúa la organización y la realización de tareas que se llevan a cabo en el hogar. Pertenecen los siguientes ítems 30, 31, 32, 33.

Dimensión de recreación: esta dimensión evalúa la recreación que tiene la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar. Pertenecen los siguientes ítems 34, 35, 36, 4.

Dimensión de hijos: Esta dimensión evalúa la satisfacción que siente el cónyuge en la educación, atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos. Pertenecen los siguientes ítems 42, 43, 44, 45, 46.

Para garantizar las propiedades psicométricas del instrumento en la muestra de estudio se realizó la validez el Inventario de Satisfacción Marital por criterio de jueces, obteniendo como resultado un alfa de crombach de ,96 indicando que el instrumento no presenta inconveniente en el enunciado de sus ítems y es apropiado para utilizarlo en la población de estudio

## **6. Proceso de recolección de datos**

Los datos fueron recolectados de forma colectiva mediante los siguientes instrumentos Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis e Inventario Multifacético de Satisfacción Marital en la comunidad cristiana del distrito de Independencia; para poder tener acceso a la muestra se realizó contactos con los directores de jóvenes de las diversas iglesias (Las Magnolias, Fiori, Jardines, El volante, José Gálvez, Víctor Raúl, Payet, El Faro, La Educación, Tahuantinsuyo A y B y Monte Oreb) dichos jóvenes fueron capacitados para la aplicación de los instrumentos en una tarde de sábado. A los participantes del estudio se les presento el consentimiento informado que contenía los objetivos, procedimiento, utilidad del instrumento de evaluación, así como las consideraciones éticas. La aplicación de los instrumentos fueron de la siguiente forma: dicha comunidad se reúnen los sábados para realizar sus cultos, y hubo un espacio denominado “anuncios” en ese momento se entregó los instrumentos, se dio un periodo de 20 a 30 minutos para la devolución de los test. Así mismo en el programa denominado “culto joven” se pidió un espacio de tiempo de entre 20 a 30 minutos respectivamente. Este mismo procedimiento se siguió en las siguientes fechas 02, 06, 08,09 y 16 de enero, con horarios de entre 9:30 a.m y 4.00 p.m.

## **7. Procesamiento y análisis de datos**

Una vez recolectado la información, los datos se introdujeron manualmente en la hoja de cálculo del Excel y luego se exportaron al programa estadístico SPSS 22.0 donde se realizó la limpieza de datos y recodificación. Para el análisis se utilizó el estadístico rho de Spearman, debido a que en la prueba de bondad Kolmogorov-Smirnov (K-S) no hubo una distribución normal. Luego se procedió a sacar los resultados en tablas descriptivas y de contingencia. Una vez obtenido los resultados permitieron interpretar y confirmar o rechazar las hipótesis planteadas.

## Capítulo IV

### Resultados y discusión

#### 1. Resultados

##### 1.1. Análisis descriptivo

###### 1.1.1. Nivel de creencias irracionales

Tabla 4

*Niveles de creencias irracionales en miembros casados de una comunidad cristiana*

	Funcional		Disfuncional auto controlado		Disfuncional	
	n	%	n	%	n	%
Creencias irracionales	64	28,8%	50	22, %	108	48,6%
Necesidades de aprobación	130	58,6%	0	0%	92	41,4%
Perfeccionismo	34	15,3	2	,9%	186	83,8%
Condenación	168	75,7%	18	8,1%	36	16,2%
Catastrofismo	168	75,7%	0	0%	54	24,3%
Incontrolabilidad	26	11,7%	158	71,2%	38	17,1%
Ansiedad a lo desconocido	152	68,5%	4	1,8%	66	29,7%
Evitación al malestar	186	83,8%	2	,9%	34	15,3%
Dependencia	136	61,3%	0	0%	86	38,7%
Afección al pasado	0	0%	98	44,1%	124	55,9%
Facilismo	114	51,4%	16	7,2%	92	41,4%

En la tabla 4 se observa que la mayoría de los encuestados de la comunidad cristiana del distrito de independencia presentan un nivel disfuncional de creencias irracionales 48,6%, así mismo 83,8% presentan disfuncionalidad en la creencia irracional

perfeccionismo y afección al pasado 55,9% ; por otro lado, se aprecia un nivel funcional en necesidad de aprobación, condenación, catastrofismo, ansiedad a lo desconocido, evitación al malestar, dependencia y facilismo 58,6%, 75,7%, 68,5%,83,8%, 61,3% y 51,4% respectivamente. En tanto, observamos un nivel disfuncional autocontrolado en la dimensión Incontrolabilidad 71,2%.

### 1.1.2. Nivel de creencias irracionales según datos sociodemográficos

Tabla 5

*Niveles de creencias irracionales según sexo*

	Sexo de los participantes											
	Masculino						Femenino					
	Funcional		Disfuncional Autocontrolado		Disfuncional		Funcional		Disfuncional Autocontrolado		Disfuncional	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Creencias Irracionales	31	27.90%	24	21.60%	56	50.50%	33	29.70%	26	23.40%	52	46.80%
Necesidad Aprobación	67	60.40%	0	0.00%	44	39.60%	63	56.80%	8	0.50%	48	43.20%
Perfeccionismo	18	16.20%	0	0.00%	93	83.80%	16	14.40%	2	1.80%	93	83.80%
Catastrofismo	81	73.00%	0	0.00%	30	27.00%	87	78.40%	0	0.00%	24	21.60%
Incontrolabilidad	15	13.50%	75	67.60%	21	18.90%	11	9.90%	83	74.80%	17	15.30%
Ansiedad a lo Desconocido	76	68.50%	1	,9%	34	30.60%	76	68.50%	3	2.70%	32	28.80%
Evitación Malestar	94	84.70%	1	9%	16	14.40%	92	82.90%	1	0.90%	18	16.20%
Dependencia	70	63.10%	0	0.00%	41	36.90%	66	59.50%	0	0.00%	45	40.50%
Afección al Pasado	0	0.00%	48	43.20%	63	56.80%	0	0.00%	50	45.00%	61	55.00%
Facilismo	53	47.70%	8	7.20%	50	45.00%	61	55.00%	8	7.20%	42	37.80%

En la tabla 5 se observa que el grupo de varones y mujeres presentan un nivel disfuncional de creencias irracionales con 50.5% y 46.8% respectivamente. Similares resultados se aprecia en perfeccionismo y afección al pasado. En tanto, se observa que

hombres y mujeres tiene un nivel funcional en necesidad de aprobación 60.4% y 56.8%, catastrofismo, ansiedad a lo desconocido, evitación al malestar, dependencia y facilismo. Y un nivel disfuncional autocontrolado en Incontrolabilidad 67.6% en hombres y 74.8% en mujeres.

### 1.1.3. Nivel de satisfacción marital

Tabla 6

*Niveles de satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana*

	Muy satisfecho		Satisfecho		Insatisfecho		Muy insatisfecho	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Satisfacción marital	55	24,8%	49	22,1%	57	25,7%	61	27,5%
Interacción	50	22,5%	52	23,4%	61	27,5%	59	26,6%
Físico sexual	27	12,2%	80	36,0%	52	23,4%	63	28,4%
Organización y funcionamiento	26	11,7%	77	34,7%	51	23,0%	68	30,6%
Familia	29	13,1%	64	28,8%	69	31,1%	60	27,0%
Recreación	29	13,1%	50	22,5%	72	32,4%	71	32,0%
Hijos	41	18,5%	68	30,6%	10	46,4%	103	46,4%

En la tabla 6 se observa que las parejas casadas de la comunidad cristiana del distrito de independencia se sienten muy insatisfechos con su relación de pareja 27,5% 25.7% lo que evidencia una percepción negativa de su conyugue. De manera equivalente se observa en interacción, familia, recreación, hijos, es decir, las parejas tienen la necesidad de mejorar algunos aspectos de su matrimonio. Por otro, lado existe un grupo que muestra satisfacción en físico-sexual y organización y funcionamiento 36.0% y 34,7% respectivamente.

### 1.1.4. Nivel de satisfacción marital según datos sociodemográficos

Tabla 7

*Niveles de satisfacción marital según sexo*

	Sexo de los participantes							
	Masculino				Femenino			
	Satisfecho		Insatisfecho		Satisfecho		Insatisfecho	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Satisfacción Marital	60	54.10%	51	45.90%	58	52.30%	53	47.70%
Interacción	57	51.40%	54	48.60%	63	56.80%	48	43.20%
Físico_Sexual	60	54.10%	51	45.90%	55	49.50%	56	50.50%
Organización y Funcionamiento	55	49.50%	56	50.50%	64	57.70%	47	42.30%
Familiar	60	54.10%	51	45.90%	69	62.20%	42	37.80%
Recreación	69	62.20%	42	37.80%	74	66.70%	37	33.30%
Hijos	53	47.70%	58	52.30%	60	54.10%	51	45.90%

En la tabla 7 se observa que el grupo de varones y mujeres muestra satisfacción en su relación de pareja 54,1% y 58.3% respectivamente, de la misma manera, se aprecia en las dimensiones de interacción, físico sexual, organización y funcionamiento, familia y recreación. Por otro lado, se observa que los participantes de género masculino presentan más insatisfacción en la dimensión de hijos 52.3%.

Tabla 8

*Niveles de satisfacción marital según tiempo de casado*

	Tiempo Casados															
	1 - 5 años de casado				6-9 años de casado				10-13 años de casado				14 a más años de casado			
	Satisfecho		Insatisfecho		Satisfecho		Insatisfecho		Satisfecho		Insatisfecho		Satisfecho		Insatisfecho	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Satisfacción	39	60.00%	26	40.00%	3	44.20%	29	55.80%	25	48.10%	27	51.90%	31	58.50%	22	41.50%
Interacción	0	61.50%	25	38.50%	23	44.20%	29	55.80%	26	50.00%	26	50.00%	31	58.50%	22	41.50%
Físico sexual	36	55.40%	29	44.60%	26	50.00%	26	50.00%	24	46.20%	28	53.80%	29	54.70%	24	45.30%
Organización y funcionamiento	39	60.00%	26	40.00%	27	51.90%	25	48.10%	24	46.20%	28	53.80%	29	54.70%	24	45.30%
Familiar	1	63.10%	24	36.90%	30	57.70%	22	42.30%	24	46.20%	28	53.80%	34	64.20%	19	35.80%
Recreación	41	63.10%	24	36.90%	38	73.10%	14	26.90%	31	59.60%	21	40.40%	33	62.30%	20	37.70%
Hijos	32	49.20%	33	50.80%	9	55.80%	23	44.20%	22	42.30%	30	57.70%	30	56.60%	23	43.40%

En la tabla 8 se observa que de 1 a 5 años de casados los participantes presentan un alto porcentaje de satisfacción marital con un 60,0%, se observa puntaje similar de 14 años a más 58,5%. Sin embargo, entre los 6 a 13 muestran insatisfacción en la vida marital con un 44,2% y 48,1 % respectivamente. Puntajes parejos se observan en las dimensiones de interacción, físico sexual, organización y funcionamiento, familiar, recreación e hijos.



## 1.2. Prueba de normalidad

Tabla 9

*Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio*

Instrumentos	VARIABLES	Media	D.E	K-S	P
	Creencias irracionales global	42.94	9.884	.105	.00
	Necesidad de aprobación	4.49	3.432	.351	.00
	Perfeccionismo	7.23	2.488	.306	.00
	Condenación	3.06	2.794	.405	.00
	Catastrofismo	3.59	3.049	.376	.00
	Incontrolabilidad	2.92	2.303	.331	.00
	Ansiedad a lo desconocido	4.17	3.117	.331	.00
Creencias irracionales	Evitación al malestar	2.94	2.235	.352	.00
	Dependencia	4.36	2.875	.213	.00
	Afección al pasado	5.52	3.044	.245	.00
	Facilismo	4.63	2.923	.225	.00
	Satisfacción marital global	152.89	27.860	.082	.001
	Interacción	53.39	13.292	.149	.00
	Físico sexual	35.57	9.889	.136	.00
	Organización y funcionamiento	19.68	4.278	.141	.00
Satisfacción marital	Familia	13.32	2.864	.142	.00
	Recreación	13.92	2.864	.170	.00
	Hijos	17.01	4.108	.152	.00

\*p<0.05

Con el propósito de realizar los análisis correlacionales y contrastar las hipótesis planteadas en la investigación, se procedió a analizar primero la prueba de bondad de ajuste para precisar si las variables de estudio presentan una distribución normal. Por lo tanto, la tabla 8 presenta los resultados de la prueba de bondad de Kolmogorov-Smirnov (K-S). Como se observa en la tabla 9 los datos correspondientes a las 2 variables en su mayoría no presentan una distribución normal, dado que el coeficiente obtenido (K-S) es significativo ( $p < 0.05$ ). Por consiguiente, para los análisis estadísticos correspondientes se empleara estadística no paramétrica.

### 1.3. Análisis de correlación de los variables

Tabla 10

*Coefficiente de correlación entre creencias irracionales y satisfacción marital*

Creencias irracionales	Satisfacción marital	
	rho	p
Creencias irracionales	-,562**	,000
Necesidad de aprobación	-,408**	,000
Perfeccionismo	-,307**	,000
Condenación	-,394**	,000
Catastrofismo	-,305**	,000
Incontrolabilidad	-,045	,509
Ansiedad a lo desconocido	,223**	,001
Evitación al malestar	-,161*	,016
Dependencia	,080	,235
Afección al pasado	-,094	,063
Facilismo	-,288**	,000

\*\* La correlación es significativa al nivel 0.01

Como se puede observar en la tabla 10, el coeficiente de correlación de Spearman indica que existe una relación negativa y altamente significativa entre las creencias irracionales y satisfacción marital de los miembros de la comunidad cristiana de independencia ( $r = -,562$ ,  $p < 0.01$ ). Es decir, que a mayores creencias irracionales instaladas en los miembros de la comunidad cristiana del distrito de Independencia menor será la satisfacción marital.

## 2. Discusión

El propósito de esta investigación fue determinar la relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, el coeficiente rho de Spearman muestra un grado de intensidad de  $\rho = -562$  ( $p < .05$ ) que indica que hay una fuerte relación negativa y alta

significancia; es decir, que a mayores creencias irracionales instaladas en los miembros de dicha comunidad, menor será su satisfacción marital. En tal sentido Dryden y Ellis (1989) considera que la conducta de un individuo está determinada en gran medida por el modo que tiene de estructurar sus cogniciones, estas se basan en actitudes o supuestos (esquemas) desarrollados a partir de experiencias. Así mismo, Díaz-Loving (2011) afirma que el contexto cultural influyen en las conductas pensamientos, creencias, valores, comportamientos y en el desarrollo de la personalidad; esto afecta la percepción que cada uno tiene de su relación de pareja. Lozano et al (2010) En tanto, Pedesky y Cols, citado por Castillo y Aristizábal (2006), afirman que los matrimonios con problemas aparecen cuando uno de los cónyuges tienen creencias irracionales, estas son expectativas extremadamente rígidos, ilógico absolutista y exagerados; así mismo Lega, *et al.*, (2009) reafirman que dichas creencias irracionales construyen la insatisfacción en la vida matrimonial; muchos pensamientos giran alrededor de que “hombres y mujeres creen que deben ser amados y aprobados por casi todas las personas que conocen”, pero cuando notan que eso no sucede en la realidad, en seguida atribuyen ese desdén al “tener una debilidad o un defecto inaceptable”, pues siempre “deberían” ser aceptados. En tanto, Zeynep (2005), Möller, Rabe, y Nortje (2011), Gomez (2011) y Roman (2012) en sus investigaciones encontraron que a mayor número de creencias irracionales hubo mayor disfunción en la relación marital.

En cuanto al objetivo específico, se encontró que existe relación altamente significativa entre necesidad de aprobación y la satisfacción marital en miembros casados del distrito de Independencia arrojando un rho =  $-.408$  ( $p < .05$ ), es decir, a mayor necesidad de aprobación de los participantes, menor será su satisfacción marital. En tal sentido Mc.Kay y Navas (2008) refieren que las personas tienen una imperiosa necesidad de ser amados y aprobados por su entorno, formando demandas absolutistas,

dogmáticas, irreales y poco coherente; además, Gómez (2011) agrega que desde esta filosofía de vida, aquellas parejas que mantienen este tipo de relación, experimentan pensamientos intrusivos de posesividad y celos; por su parte, Farouk (2006) señala que toda relación basada en necesidad de aprobación terminan en fracaso; constantemente sienten que algo anda mal cuando no escuchan la frase “te amo” durante el día, por tanto, se presentan estos pensamientos, “quiero gustar a todo el mundo”, “a menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte” todos esta situación conlleva a que las parejas sean vulnerables emocionalmente y desconfiados de su relación de pareja.

Así mismo, se encontró relación negativa y alta significancia entre perfeccionismo y satisfacción marital, con un grado de intensidad de  $\rho = -.307$  ( $p < .05$ ). Es decir, cuánto más creencias irracionales de tipo perfeccionismo existen, menor será la satisfacción marital; en ese sentido Ellis (1992) menciona que el perfeccionismo es una creencia irracional con reglas absolutistas, exigencia de competencias, expectativas muy elevadas y éxito desmesurado, porque de lo contrario el individuo se considera inadecuado o inservible, creando un tipo de pensamiento como “no puedo soportar cometer errores”, “odio equivocarme en algo” y “evito las cosas que no puedo hacer bien”. Las expectativas elevadas y las exigencias tanto en el hombre como en la mujer traen consigo conflictos relacionales (Burin, 2008). Así mismo Van Pelt (2012) refiere que las personas que tiene grandes expectativas en cuanto al matrimonio y estas no se cumplen surgen decepciones y desencanto que llevan al fracaso matrimonial; así mismo Epstein (1986) menciona que las perspectivas irreales sobre la vida conyugal hacen que las parejas se decepcionen y aflijan; mientras que niveles bajos de expectativas han sido asociados a relaciones placenteras debido a la mayor probabilidad de que sean prosperas (Rusbult y Buunk, 1993). Entonces los pensamientos de tipo perfeccionistas pueden existir en la comunidad de estudio, debido a que se les exige un comportamiento

apropiado e inalcanzable a su cosmovisión en las diversas áreas de sus vidas, estas demandas, irreales y extremistas puede afectar la relación de pareja, creando conflicto y disfuncionalidad en la satisfacción conyugal. Sustentando a lo dicho anteriormente Cheraghali *et al.*, (2013) encontraron una relación negativa y significativa entre el perfeccionismo y satisfacción marital y Shariati *et al.*, (2014) hallaron una relación significativa entre perfeccionismo tanto positivo como negativo con satisfacción marital; ambas investigaciones validan que el perfeccionismo juegan un papel muy importante en la relación de pareja respecto a la insatisfacción.

En la dimensión de condenación y satisfacción marital en los miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, se encontró un  $\rho = -.394$  ( $p < .05$ ), con una moderada fuerza de correlación en sentido negativo y una elevada significancia; lo que indica que a mayores creencias de tipo condenativo, menor será la satisfacción conyugal en la población ya mencionada. Por tanto, Mc.Kay y Navas (2008) aluden que la condenación es una afirmación negativas, usan calificativos para culpabilizar y juzgar a las personas y a ellos mismos, produciendo pensamientos como “la gente que se equivoca debería ser castigada”, “hay demasiadas personas que escapan del castigo del infierno” esta forma de pensar crea división en la relaciones de pareja. Dryden y Ellis (1989) explican que cuando ambos miembros se condenan mutuamente, la perturbación en la pareja puede persistir indefinidamente con muy pocas oportunidades de encontrar una solución constructiva. Así mismo Van Pelt (2012) afirma que la crítica constante o el desprecio, por parte de cualquiera de los cónyuges son anunciadores de desastre matrimonial, hasta el punto de llegar al divorcio. Además, se deduce que los valores y creencias de la comunidad estudiada tienden a ser serradas, rígidas y condenativa con límites poco permeables y se da escasa oportunidad a cometer errores, puesto que

consideran que deben ser ejemplos a seguir para la sociedad; este tipo de demandas genera conflictos en la vida marital.

En la dimensión catastrofismo con relación a la satisfacción marital en la comunidad cristiana de independencia se halló un  $\rho = -,305$  ( $p < .05$ ), encontrándose una moderada intensidad de relación negativa y una alta significancia, por ende, se halló que a mayor creencias catastróficas menor es la satisfacción en los participantes, con respecto a ello Navas (1981) refiere que la visión catastrófica en las personas es tremendamente desagradable que lleva al individuo a quejarse constantemente de la mala suerte. Por su parte Gomez (2011) manifiesta que esta situación de malestar constante desgasta emocionalmente a una de las partes empeorando la situación en la relación matrimonial; en tanto Ellis (1992), dice que si un miembro de la pareja no consigue lo que realmente quiere, valora el hecho como cien por ciento malo y catastrófico y mide su relación de manera inmensamente insatisfecha, considerando que “su relación de pareja es horroroso y tremendamente malo”, “una mirada distraída en la cara de una persona del sexo opuesto es la primera señal de abandono” Y “cuando el cónyuge no llega a la casa a la hora indicada, la esposa supone que algo malo le ha sucedido” este tipo de pensamientos son extremistas, valorando las situaciones como máximo. Por tanto, se puede inferir que en dicha comunidad existe este tipo de pensamientos que dificulten la relación marital.

Por otro lado, en la dimensión de incontrolabilidad y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, el resultado de la prueba Spearman arrojó un  $\rho = -,045$  ( $p = ,509$ ), por lo tanto, no existe relación significativa entre la dimensión de Incontrolabilidad y satisfacción marital en dicha comunidad, en tal sentido Ellis (2006) refiere que la Incontrolabilidad es una idea que se origina por causales externos; la gente cree que tiene poca capacidad o ninguna

de controlar sus penas y perturbaciones. En contraposición a ello, Navas (1981), menciona que hay un sin número de personas que pasan su vida culpando al destino, la suerte y otras personas por todo lo mal que se sienten, las experiencias y fuerzas externas, aunque pueden ser físicamente dañinas o molestas, no necesariamente tienen que ser muy perturbadoras en el sentido emocional, a no ser que, contribuyan a esto con actitudes, creencias y reacciones a tales experiencias, entonces está en sus manos el poder controlar las reacciones emocionales ante tales experiencias; por tanto, en la población no se encontró relación porque los participantes tienen una cosmovisión bíblica, Kyung (2011) menciona que la cosmovisión bíblica es un sistema de creencias espirituales o la capacidad espiritual para discernir la voluntad de Dios; bíblicamente denominada como la 'inteligencia transformada' que conforma el sistema de creencias cristianas. Por tanto, las personas que creen en Dios tienen la capacidad de distinguir entre lo bueno y lo malo y están más capacitados para enfrentar y controlar sus emociones ante situaciones externas.

White (1993) sustenta que la voluntad, el intelecto y las emociones son transformados cuando son controlados por el poder de la religión, Además, Van Pelt (2012) afirma que conocer a Dios hace que las parejas sean amantes y pacientes ante cualquier evento.

Con respecto al objetivo específico de ansiedad a lo desconocido y satisfacción marital se obtuvo un  $\rho = ,223$  ( $p < .05$ ) que muestra una baja correlación positiva y una alta significancia, es decir, que a mayor ansiedad a lo desconocido, mayor satisfacción marital en miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de Independencia; en tal sentido, Ellis (2006) sostiene que el miedo a lo desconocido se muestra mediante la preocupación excesivas, llevando al individuo a la imposibilidad de enfrentar situaciones que se le presenten; sin embargo, Rojas (2000) indica que existe una

ansiedad creativa de orden positiva que lleva al progreso personal, esta es una tensión emocional que dirige a la persona a enfrentar situaciones que generan angustia y les ayuda a sacar lo mejor de sí y pulir vertientes negativas de su forma de ser; por ende, se infiere que las parejas que presentan este tipo de ansiedad se motivan a enfrentar dichas vertiente y al logro de sus metas trazadas, en diversas áreas de la vida marital, que implica: interacción, organización y funcionamiento, físico sexual, recreación y cuidado de los hijos; generando así satisfacción en ambas partes. En tanto, Van-Minnen y Kampman (2000) mencionan que la ansiedad puede o no tener un efecto positivo en la satisfacción sexual que a su misma vez pertenece a un área de la satisfacción marital. Corroborando a ello, Rodríguez (2010), en su investigación, encontró relación positiva entre ansiedad y satisfacción sexual, el autor concluye que a mayor ansiedad mayor será la satisfacción de la misma. Así mismo, dicha comunidad se caracteriza en su mayoría por su creencia en Dios, esto los puede preparar ante cualquier evento que genere ansiedad personal o de pareja; para enfrentar las desavenencias que se presentan en la relación marital.

En cuanto a la séptima dimensión de evitación al malestar y satisfacción marital en la comunidad cristiana de Independencia se halló un  $\rho = -.161$  ( $p < .05$ ) que muestra una débil intensidad de relación y un buen nivel de significancia, es decir, a mayor evitación al malestar, menor será la satisfacción conyugal en dicha población. Por consiguiente, Navas (1981) menciona que la evitación al malestar es una idea irracional, usada para evitar tareas y responsabilidades, por la búsqueda de satisfacción inmediata, tales pensamientos son comúnmente utilizadas como “evito enfrentar los problemas”, “me resulta difícil hacer las tareas desagradables ”; Ellis (1997) señala que tales conductas traen consecuencias negativas a nivel personal como: inseguridad, desconfianza, evasión y temor en sí mismo, y hacia el futuro, consecuentemente mayor inseguridad a



situaciones nuevas; por lo tanto se infiere que esta problemática ocurre en la relación conyugal. Por su parte, Van Pelt (2012) explica que la realidad de la norma de vida de la familia, demanda que ambos cónyuges trabajen, por lo tanto, si se rompe el ciclo de responsabilidades generan conflicto y disgusto marital.

En la dimensión de dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, el resultado de la prueba Spearman arrojó un  $\rho = -.080$  ( $p=.235$ ), por lo tanto, no se halló relación significativa en la población de estudio, es decir, que la dependencia en dicha población no afecta la satisfacción marital. En tal sentido, Calvete y Cardeñoso (1999) refieren que la dependencia, consiste en creer que se debe disponer siempre de alguien más fuerte en quien apoyarse y sentirse incapaz de adoptar decisiones propias. Navas (1981) alude que en cierta medida las personas presentan y necesitan un grado de dependencia a inicios de su relación matrimonial, pero refiere que esta debe ser llevada a una interdependencia con el objetivo de que los cónyuges se cuiden mutuamente, pero no subyuguen su voluntad ante la otra parte.

En tanto, la población de estudio en su mayoría se caracteriza, por mantener una experiencia personal con Dios, con respecto a ello Canales (2011) refiere que pertenecer a una religión repercute de manera positiva en la experiencia matrimonial, volviéndola más satisfactoria; debido a que someten su voluntad y dependencia a Dios que a los hombres y creen certeramente que Dios los fortalecerá en las diversas situaciones.

El noveno objetivo fue determinar si existe relación entre afición al pasado y satisfacción marital en miembros casados de la comunidad cristiana de Independencia, para ello se utilizó el rho de Spearman que arrojó como resultado  $= -.094$  ( $p=.063$ ), que indica que no existe relación significativa entre dichas dimensión y satisfacción marital. Ellis (2006) define que los eventos pasados determinan la conducta actual, sin embargo

Becoña (2006) menciona que el ser humano es una estructura compleja, capaz de sobreponerse a cualquier situación que se le presente superando las afecciones pasadas; asimismo Navas (1984) refiere que el individuo es lógico y camina viviendo el presente y visualizando el futuro. Además, White (2007) afirma que toda carga pasada es resuelta en Cristo. Así también (Braithwaite, Selby y Wincham 2011; Fincham, Hall y Beach 2006; Gordon, Hughes, Tomcik, Dixon y Litzinger, 2009; Kachadourian, Fincham y Davila, 2004; Kim Johnson y Ripley, 2011; Paleari, Regalia y Fincham, 2005), citado por Guzmán, Alfaro, y Armenta (2014), concluyen que la capacidad de perdonar a la pareja aumenta los niveles de satisfacción en la vida marital, conllevando beneficios en la comunicación y menores niveles de agresión psicológica. Además, Finkel, Rusbult, Kumashiro, y Hannon (2002) añaden que el perdón favorece a elaborar pensamientos positivos, de sí mismo y de su cónyuge. Por tanto las comunidades cristianas se identifican por la búsqueda constante del perdón de Dios, permitiendo olvidar el pasado y su influencia.

Por último, se pretendió determinar si existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, obteniendo como resultado un rho de  $-.288$  ( $p < .05$ ) que muestra una débil correlación negativa y una alta significancia. Lo que indica que en dicha población, a mayor facilismo menor será la satisfacción marital, en tal sentido Mc.Kay y Navas, (2008) mencionan que el facilismo es una creencias distorsionada con el pensamiento de que “la felicidad aumenta con la inactividad, pasividad y diversión indefinidos”; asimismo Ellis (1961) agrega que tales pensamientos causan consecuencias negativas en distintas áreas del individuo; personal, conyugal, familiar y social; un aspecto muy importante en la satisfacción marital es el apoyo mutuo e incondicional en las dificultades y amenazas de la vida (Castillo y Aristizábal, 2006). Así mismo Becerra, *et al.* (2012) añade que el

cumplimiento de los roles, reglas y educación de los hijos son vitales en la satisfacción conyugal. Por tanto, las creencias facilistas pueden dificultar las relaciones de pareja.

## Capítulo V

### Conclusiones y recomendaciones

#### 1. Conclusiones

De acuerdo a los datos y resultados de esta investigación sobre la relación entre creencias irracionales y satisfacción marital se llega a las siguientes conclusiones.

- Con respecto al objetivo general, sobre creencias irracionales y satisfacción marital se encontró una relación negativa y significativa con un grado de intensidad de  $\rho = -.562$  ( $p < .05$ ) en miembros casados de la comunidad del distrito de Independencia; es decir, que a mayores creencias irracionales instaladas en los miembros de dicha comunidad, menor será su satisfacción marital.
- Con respecto al primer objetivo específico, se encontró una relación negativa y significativa entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en los miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de Independencia con un  $\rho = -.408$  ( $p < .05$ ) lo cual indica que a mayor necesidad de aprobación en los participantes de dicha comunidad menor será la satisfacción marital.
- Con respecto al segundo objetivo específico, se halló un  $\rho = -.307$  ( $p < .05$ ) lo cual indica que existe una relación negativa y significativa entre perfeccionismo y satisfacción en miembros casados del distrito de Independencia, es decir, que a mayor creencia de tipo perfeccionista influye negativamente en la satisfacción marital.

- El tercer objetivo específico, fue determinar la relación entre condenación y satisfacción marital encontrándose una moderada relación negativa y alta significancia en los miembros de la comunidad cristiana del distrito de Independencia con un  $\rho = -,394$  ( $p < .05$ ), por lo tanto, a mayores creencias de tipo condenativo, menor será la satisfacción conyugal.
- Con respecto al cuarto objetivo específico se halló un  $\rho = -,305$  ( $p < .05$ ) que indica que existe relación negativa y muy significativa entre el catastrofismo y satisfacción marital, es decir, que a mayor visión catastróficas en los miembros de la comunidad, experimentaran menor satisfacción marital.
- En tanto al quinto objetivo específico, no se halló relación significativa entre incontrolabilidad y satisfacción marital en una población cristiana del distrito de Independencia con un  $\rho = -,045$  ( $p = ,509$ ), que indica que la incontrolabilidad no determina la insatisfacción marital en dicha población.
- En cuanto al sexto objetivo, se pretendió determinar si existe relación entre ansiedad a lo desconocido y satisfacción marital arrojando como resultado un  $\rho = ,223$  ( $p < .05$ ) que muestra una baja correlación positiva y una alta significancia, es decir, que a mayor ansiedad a lo desconocido, mayor satisfacción marital en la comunidad cristiana del distrito de Independencia.
- En cuanto al séptimo objetivo específico, se halló un  $\rho = -,161$  ( $p < .05$ ) que muestra una débil correlación negativa y buen nivel de significancia entre evitación al malestar y satisfacción marital en los miembros casados de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, es decir, que a mayor creencias de evitación al pasado, menor será la satisfacción conyugal.

- Con respecto al octavo objetivo específico se pretendió determinar si existe relación entre dependencia y satisfacción marital arrojando como resultado un  $\rho = -,080$  ( $p=,235$ ), lo cual indica que no existe relación significativa en dicha población, por lo cual, se concluye que la creencias de dependencia no determina la satisfacción en la pareja.
- Con respecto al noveno objetivo específico, de afección al pasado y satisfacción marital en miembros de una comunidad cristiana del distrito de Independencia se halló un  $\rho$  de  $= -,094$  ( $p=,063$ ), lo cual indica que no existe relación significativa en dicha comunidad, por lo tanto, se concluye que las creencias de afección al pasado no determina la satisfacción marital.
- Por último, en cuanto al décimo objetivo específico de facilismo y satisfacción se halló un  $\rho$  de  $-,288$  ( $p<.05$ ) lo cual indica que existe una débil relación negativa y una alta significancia entre facilismo y satisfacción marital de los miembros de la comunidad cristiana del distrito de Independencia, por consiguiente, a mayor creencia de tipo facilista menor será la satisfacción marital.

## **2. Recomendaciones**

Finalizando este trabajo de investigación se recomienda lo siguiente:

- A nivel preventivo realizar programas educativos, buscando orientar e informar sobre las creencias irracionales tanto de causas como de consecuencias y al mismo tiempo de posibles alternativas que pueden servir como sustitutos de los pensamientos distorsionados.
- A nivel institucional se recomienda implementar programas de intervención sobre mitos y creencias en la relación de parejas, estas pueden incluir: creencias sobre necesidad de aprobación, perfeccionismo, condenación, catastrofismo,

incontrolabilidad, evitación al malestar, dependencia, afección al pasado y facilismo.

- Se recomienda una réplica de la presente investigación en la que se evalúe a los dos integrantes del matrimonio para conocer las creencias predominantes y, si ambos tiene la misma satisfacción marital o no, asimismo realizarlo en otros contextos seculares y comparar las diferencias.
- Se recomienda considerar otros factores que tengan relación o que intervienen en la satisfacción marital, como el estrés, satisfacción sexual, carga en el hogar, comunicación, número de hijos, el sentido del humor, entre otros.
- Ampliar el número de participantes de la muestra para tener mayor comprensión y generalización de los datos obtenidos.
- Revisar el instrumento de creencias irracionales respecto a la dimensión perfeccionismo para posteriores investigaciones ya que pareció poco comprensible a la población estudiada.
- Se recomienda validar el test de creencias irracionales y reducir los ítems, debido a que los encuestados se mostraron muy cansados, asimismo se sugiere que para próximas investigaciones se aplique dicha prueba de manera personalizada, evitando distractores externas.

## Referencias

- Abboud, C., Baumeister, T. y Castillo, O. (2009). *El divorcio en el derecho iberoamericano*. Argentina. (REUS).
- Acevedo, V., Restrepo, G. y Tovar, J. (2007). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Revista de Pensamiento Psicológico*, 3(8), 85–107. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/801/80130808.pdf>
- Aguinaga, A. (2012). *Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas y no víctimas de violencia infligida por la pareja*. (Tesis para optar en grado Academico de Magister en psicología con mencion en psicología clínica y de la salud, Universidad Nacional Mayor de San Marcos). Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1464/1/Aguinaga\\_aa.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1464/1/Aguinaga_aa.pdf)
- Arias, F. (2003). La Escala de Satisfacción Marital: Análisis de su confiabilidad y validez en una muestra de supervisores mexicanos. *Revista Interamericana de Psicología*, 37, 67–92. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3053870&orden=223953&info=link>
- Becerra, S., Roldan, W. y Wenceslao, C. (2012). Factores de Enriquecimiento , Mantenimiento , Comunicación y Bienestar en la Relación Marital. *Revista de Psicología GEPU*, 3(1), 37–62.
- Beck, A. (1990). *Beck Anxiety Inventory manual*. Madrid: San Antonio 7° Edition, Ed.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: Definición, Características y Utilidad Del Concepto. *Revista de Psicopatología Y Psicología Clínica*, 11(3), 25–146. Recuperado de <http://doi.org/ISSN 1136-5420/06>
- Calvete, E. y Cardeñoso, O. (1999). Creencias y síntomas depresivos: Resultados preliminares en el desarrollo de una Escala de Creencias Irracionales abreviada.



- Revista Anales De Psicología*, 15, 179–190. Recuperado de <http://digitum.um.es/jspui/handle/10201/10185>
- Calvete, E. y Cardeñoso, O. (2001). Creencias , Resolución de Problemas Sociales y Correlatos Psicológicos. *Psicothema*, 13, 95–100.
- Camacho, J. (2003). *El ABC de la Terapia Cognitiva*.
- Canales, C. (2011). *Perfil de la víctima de la violencia conyugal con respecto al funcionamiento familiar, la satisfacción marital y las actitudes ante el agravio*. (Tesis para optar el grado de Maestría en Relación Familiar. Universidad de Montemorelos). Recuperado de [http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/jspui/bitstream/123456789/197/1/Tesis Maestría Carmen Canales.pdf](http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/jspui/bitstream/123456789/197/1/Tesis%20Maestría%20Carmen%20Canales.pdf)
- Caro, I. (2011). *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas, modelos y técnicas principales*. España: Printed in.
- Castillo, S. y Aristizábal, D. (2006). Relación entre ajuste marital y depresión en hombres y mujeres de 25 a 65 años de la ciudad de Bogotá, D.D. *14 Noviembre*, 1, 1689–1699. Recuperado de <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Castro, Y. (2015). *Esquemas maladaptativos tempranos, características sociodemográficas y de la labor, como predictores de ansiedad en personal de la policía nacional*. Universidad Católica de Colombia. Recuperado de [http://repository.ucatolica.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/10983/2696/ESQUEMAS MAL ADAPTATIVOS, CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS Y DE LA LABOR EN PERSONAL DE LA POLIC.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repository.ucatolica.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/10983/2696/ESQUEMAS%20MAL%20ADAPTATIVOS,%20CARACTERISTICAS%20SOCIODEMOGRAFICAS%20Y%20DE%20LA%20LABOR%20EN%20PERSONAL%20DE%20LA%20POLICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chaves, L. y Quiceno, N. (2010). Validación del cuestionario de creencias irracionales (TCI) en la población colombiana. *Revista de Psicología Universidad de*

- Antioquia*, 2. Recuperado de file:///C:/Users/Admin/Downloads/10230-30004-1-PB.pdf
- Cheraghali, H., Masood, A. y Goudarzi, M. (2013). Prediction of Marital Satisfaction based on Perfectionism. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 89(1958), 567–571. Recuperando de: <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.896>
- Cole, J. (2002). *Dificultades y conflictos en la pareja* Hispano:Europa S.A.
- Consuegra, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Recuperando de <https://www.academia.edu/4562479/119415476-DICCIONARIO-DE-PSICOLOGIA>
- Díaz-Loving, R. (2011). Current Mesoamerican Couples: Cultural Heritage; Families in Transition; Sustainable Relationships. *Acta de Investigación Psicológica*, 53(9), 1689–1699. Recuperado de <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Dominguez, E. (2012). *Estudio sobre satisfacción marital y variables asociadas en parejas Españolas*. (Trabajo magistral). Universidad DSalamanca. Recuperando de [http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/121029/1/TFM\\_DominguezJoveE\\_Marital.pdf](http://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/121029/1/TFM_DominguezJoveE_Marital.pdf)
- Dryden, W. Y Ellis, A. (1989). *Practica de la Terapia Racional Emotiva*. New York: (DESCLÉEDE. Recuperado de [https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/ellis\\_-\\_1989\\_-\\_prc3a3c2a1ctica\\_de\\_la\\_terapia\\_racional\\_emotiva1.pdf](https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/ellis_-_1989_-_prc3a3c2a1ctica_de_la_terapia_racional_emotiva1.pdf)
- Ellis, A. (1961). *A guide to rational Living*. New York: Prentice.
- Ellis, A. (1992). *Terapia Racional emotiva con alcohólicos y toxicómanos*. New York: Brouwer .S.
- Ellis, A. (2000). Técnicas para discutir pensamientos irracionales. *Revista de Toxicomanías*, 25, 23–25.
- Ellis, A. (2006). *Razón y Emoción en Psicoterapia*. España: Desclée de

- Ellis, A. Y Lega, L. (1993). Como aplicar algunas reglas basicas del metodo científico al cambio de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Revista de Psicologia Conductual, Vol 1*, 101–110. Recuperado de <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1993/num1/Como%20aplicar%20algunas.pdf>
- Ellis, A. y Russell, G. (1990). *Ellis Manual de terapia racional-emotiva*. New York: DESCLEE DE BROUWER,S A..
- Escobar, G. (2007). *Matrimonio imperfecto y feliz*. Mexico: S. Trillas, Ed.
- Farfán, D. (2013). *Rasgos de personalidad y su relacion con la satisfacion marital en trabajadores de la Universidad Peruana Unión*. (Tesis para Mastria, Univensidad Peruana Union), Peru.
- Farouk, M. (2006). *Como olvidar a alguien*. Recuperando de [https://books.google.com.pe/books?id=M3MACwAAQBAJ&pg=PT65&dq=como+olvidar+a+alguien&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKewiCvKGy8dvKAhWCVT4KHUwwCisQ6AEIGzAA#v=onepage&q=como olvidar a alguien&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=M3MACwAAQBAJ&pg=PT65&dq=como+olvidar+a+alguien&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKewiCvKGy8dvKAhWCVT4KHUwwCisQ6AEIGzAA#v=onepage&q=como%20olvidar%20a%20alguien&f=false)
- Fateh, S. (2012). A comparison of irrational beliefs between trained couples and normal couples. *Life Science Journal, 9*(3), 2023–2026. Recuperando de [http://www.lifesciencesite.com/lj/life0903/292\\_10759life0903\\_2023\\_2026.pdf](http://www.lifesciencesite.com/lj/life0903/292_10759life0903_2023_2026.pdf)
- Feldstein Family Law Group. (2013). Divorce Fact Sheet 2013. Toronto. Recuperando de <http://www.separation.ca/wp-content/uploads/FELDSTEIN-FAMILY-LAW-Divorce-Fact-Sheet-2013.pdf>
- Finkel, J., Rusbult, C., Kumashiro, M. y Hannon, P. (2002). Dealing with betrayal in close relationships: Does commitment promote forgiveness? *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 956–974. Recuperando de <http://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.956>

- Flores, A. y Velasco, C. (2004). Miedos y creencias irracionales en mujeres víctimas conyugales. *Ajayu*, 2(1). Recuperado de <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v2n1/v2n1a4.html>
- Gomez, E. (2011). *Distorsiones cognitivas como factor de riesgo en la insatisfacción marital*. (Trabajo de grado presentado para optar por el título de Magister en Psicología). Universidad de San Buenaventura. Recuperado de [http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/jspui/bitstream/10819/499/1/Distorsiones\\_Cognitivas\\_Riesgo\\_Gomez\\_2011.pdf](http://bibliotecadigital.usbcali.edu.co/jspui/bitstream/10819/499/1/Distorsiones_Cognitivas_Riesgo_Gomez_2011.pdf)
- Greenwood, J. y Guner, N. (2008). Marriage and Divorce since World War II: Analyzing the Role of Technological Progress on the Formation of Households. *NBER Macroeconomics Annual*, 23(1), 231–276. Recuperado de <http://doi.org/10.1086/593087>
- Grün, A. (2002). *El matrimonio, Bendición para la vida en común*. Madrid.
- Guzmán, M., Alfaro, I. y Armenta, C. (2014). Perdón y satisfacción marital: Una mirada desde lo sistémico//Forgiveness and marital satisfaction: A view from the systemic. *Salud & Sociedad*, 4(3), 284–294. Recuperado de <http://www.saludysociedad.cl/index.php/main/article/viewArticle/153>
- Hernandez, R., Fernandez, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación*. Recuperado de <http://www.casadellibro.com/libro-metodologia-de-la-investigacion-5-ed-incluye-cd-rom/9786071502919/1960006>
- INEI. (2007). Nacimientos, defunciones, matrimonios y divorcios en el área metropolitana de Lima y Callao. *Instituto Nacional de Estadística e Informática*.
- INEI. (2012). Perú : Nacimiento, defunciones, matrimonio y Divorcios. *Instituto Nacional de Estadística e Informática*, 1(Divorcios), 51–58. Recuperado de <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones>

- Instituto de Política Familia. (2014). Informe Evolucion de la Familia en España. Recuperando de [file:///C:/Users/Admin/Downloads/31972\\_IPF\\_Familia-2014\(1\).pdf](file:///C:/Users/Admin/Downloads/31972_IPF_Familia-2014(1).pdf)
- Jodelet, D. (1989). *Representations sociales: un domaine en expansion*. París. PUF, 7<sup>Edi</sup>
- Landriscini, M. (2006). La Terapia Racional Emotiva De Ellis. *Norte de Salud Mental*, 25, 126–129. Recuperando de <http://documentacion.aen.es/pdf/revista-norte/volumen-vi/revista-25/126-la-terapia-racional-emotiva-de-albert-ellis.pdf>
- Lega, L., Sura, K., Friemand, M., Kelly, O. y Paredes, M. (2009). Aculturación y diferencias en las creencias irracionales sobre el rol femenino tradicional ( O ' Kelly Women Beliefs Scale ) en mujeres colombianas residentes en su país de origen y en Estados Unidos Acculturation and di erences in the irrational beliefs. *Revista Colombia de Psicología*, 18, 53–61.
- Lozano, R., Armenta, C., Garcia, A., Padilla, N. y Díaz-Loving, R. (2010). Validación de la Escala de Evaluación de Relaciones en la Población Mexicana. ... *Del Estado de México*, 18(2), 56–65. Recuperandode <http://www.iberomx.com/web/files/publicaciones/ripsic/ripsic18-2.pdf#page=58>
- Mc.Kay, D. y Navas, E. (2008). Inventario de creencias irracionales. Recuperado de <http://myslide.es/documents/manual-de-inventario-de-creencias-irracionales.html>
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja, apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. (Tesis Doctoral, UniversitatdeValència). Recuperandode <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10234/melero.pdf;jsessionid=CCE82B5904CCC3F7879D01485FE958B7.tdx1?sequence=1>
- Möller, A. ., Rabe, H. y Nortje, C. (2011). Creencias disfuncionales y conflicto marital

- en individuos casados angustiados y no angustiados. *RET: Revista de Toxicomanías*, (62),15–21. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3626151&orden=291119&info=link>
- Mora, M., Gomez, M. y Rivera, M. (2013). La satisfacción marital y los recursos psicológicos en las parejas con y sin hijos pequeños en pro del bienestar familiar. *Revista Uaricha*, 1096(22), 79–96. Recuperado de [www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha\\_1022\\_079-096.pdf](http://www.revistauaricha.umich.mx/Articulos/uaricha_1022_079-096.pdf)
- Navas, J. (1981). Terapia Racional Emotiva. *Terapia Racional Emotiva*, 14(1), 75–83. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80513105>
- Navas, J. (1984). Terapia Racional-Emotiva. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 16, 277–290. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80516207.pdf>
- Nina, E. (1985). *Auto divulgación y satisfacción marital en matrimonio de Mexico y Puerto Rico*. Mexico: UNAM.
- Oblitas, L. (2008). Psicología de la salud: Una ciencia del bienestar y la felicidad. *Psicología de La Salud: Una Ciencia Del Bienestar Y La Felicidad*, 16(1), 15.
- Pepitone, A. (1992). El mundo de las creencias: Un análisis psicosocial. *Revista de Psicología Y Personalidad*, 7, 66–67.
- Pereyra, M. (2008). *Construyendo familias felices para parejas*. Mexico: U. Montemorelos., Ed.
- Pinto, B. (2008). *Amor y Personalidad en Universitarios Aymaras del Departamento de la Paz*. (Tesis Doctoral, Universidad de Granada) Recuperado de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/2049/1/17658974.pdf>
- Ramos, C. (2007). *El pensamiento de los aprendientes en torno a cómo se aprende una lengua: dimensiones individuales y culturales*. Madrid: ASELE-CIDE

- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23rd ed.). Recuperando de <http://dle.rae.es/?id=M70xeZl>
- Rodriguez, O. 2010. Relación entre satisfacción sexual , ansiedad y prácticas sexuales. *PensamientoPsicológico*,7,41–52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/801/80113673003.pdf>
- Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad*. España: Planeta, S. A
- Roman, N. (2012). *creencias irracionales y su incidencia en la disfunción de la relacion de pareja*. (Tesis para optar el grado de Licenciatura en psicología Universidad de Guayaquil).
- Rosal, R. (2014). *Creencias Irracionales en personas con Relacion de Pareja*. (Tesis para optar el título de Psicologo Clínico, Universidad Rfael Landivar). Recuperando de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rosal-Rafael.pdf>
- Ruiz, C. (2011). *Introduccion a la terapia cognitivo conductual*.
- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101–117. Recuperando de <http://doi.org/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- Sanchez, A. (2011). *Tendencia a recreacion al complicito y satisfaccion marital*. Trabajo de grado para optar al título de magíster Scientiarum en Psicología Clínica Universidad Rafaela Urdaneta, Maracaibo)
- Sánchez, M. (2010). *Factores que influyen en el divorcio y como este afecta a los hijos*. (Tesis previa a la obtención del título de Licenciada en Psicología Educativa en la especialización de Educación Básica, Universidad de Cuenca). Recuperando de

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/5022/1/Tesis.pdf>

- Shariati, S., Ahmadi, S. y Amiri, P. (2014). The relationship between irrational beliefs and Perfectionism with marital adjustment. *Reef Resources Assessment and Management Technical Paper*, 40. Recuperado de <http://behaviorsciences.com/wrramt/wpcontent/uploads/2014/04/81-Shariati.pdf>
- Tacero, J. (2002). *Nueva aproximación a la pericia psicológica desde la dimensión personal del proceso*. España: F. Alvarez, Ed. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=CZyQqV5KSXwC&pg=PA5&lpg=PA5&dq=Tacero+\(2002\)+matrimonio&source=bl&ots=4cEDg2QPAR&sig=vpASNJYMxwIXjRU8h4VUoz-K-us&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjyIOTRiqjKAhVHx5AKHa\\_4DzMQ6AEIGzAA#v=onepage&q=Tacero+\(2002\)+matrimonio&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=CZyQqV5KSXwC&pg=PA5&lpg=PA5&dq=Tacero+(2002)+matrimonio&source=bl&ots=4cEDg2QPAR&sig=vpASNJYMxwIXjRU8h4VUoz-K-us&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjyIOTRiqjKAhVHx5AKHa_4DzMQ6AEIGzAA#v=onepage&q=Tacero+(2002)+matrimonio&f=false)
- Van Minnen, A. y Kampman, M. (2000). The interaction between anxiety and sexual functioning: A controlled study of sexual functioning in women with anxiety disorders. *Sexual and Relationship Therapy*, 15(1), 47–57. Recuperado de <http://doi.org/10.1080/14681990050001556>
- Van Pelt. (2012). *Amor sin secretos*. Argentina: ACES.
- White, E. (1990). *Mente Caracter y Personalidad Tomo 2*. Argentina: ACES.
- White, E. (1993). *Testimonio acerca de conducta sexual adulterio y divorcio*. Argentina: ACES.
- White, E. (2007). *El Camino a Cristo*. Argentina: ACES.
- White, E. (2009). *El Hogar Cristiano* Argentina: ACES.
- Zeynep, H. (2005). Dysfunctional Relationship Beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 33, 3013–



328.Recuperandode

<http://www.ingentaconnect.com/content/sbp/sbp/2005/00000033/00000004/art000>

01?authentication=failed.

Zicavo, N. y Vera, C. (2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Rev. Psicol*, 13(1), 74–89.

## Anexos

### Anexo 1. Propiedades psicométricas del inventario de creencias irracionales

#### Fiabilidad del inventario de creencias irracionales

La fiabilidad global del inventario de creencias irracionales y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente de Alpha de Cronbach. La tabla 10 indica que la que la consistencia interna del inventario de creencias irracionales de (100 ítems) en la muestra estudiada es de ,79 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad ya que supera el punto de corte igual a 70 considerando como indicador de una buena fiabilidad para los instrumentos de medición psicológica. También se observa que los puntajes de fiabilidad en la mayoría de las dimensiones son aceptables.

Tabla 11

*Estimación de consistencia interna del inventario de creencias irracionales*

<b>Sub dimensiones</b>	<b>Nº Ítems</b>	<b>Alpha</b>
Necesidades de aprobación	10	,880
Perfeccionismo	10	,798
Condenación	10	,831
Catastrofismo	10	,849
Incontrolabilidad	10	,738
Ansiedad a lo desconocidos	10	,846
Evitación al malestar	10	,697
Dependencia	10	,786
Afección al pasado	10	,815
Facilismo	10	,788
Creencias irracionales	100	,79

### Validez de constructo sub test- del inventario creencias irracionales

Se aprecia en la tabla 12, los coeficientes de correlación producto- Momento de Pearson (r) son significativo; lo que indica que la escala presenta validez de constructo. Asimismo, los coeficiente que resulta de la correlación entre cada uno de las dimensiones y el constructo en sus globalidades son moderados en su mayoría, además de ser altamente significativos

Tabla 12

#### *Índices de Correlaciones sub test – inventario de creencias irracionales*

Dimensiones	Test	
	R	P
Necesidades de aprobación	,626**	,000
Perfeccionismo	,524**	,000
Condenación	,704**	,000
Catastrofismo	,734**	,000
Incontrolabilidad	,218	,001
Ansiedad a lo desconocido	-,093	,166
Evitación al malestar	,106	,114
Dependencia	-,061	,363
Afección al pasado	,349**	,000
Facilismo	,305**	,000

Lima, 18 de Noviembre del 2015

Estimado (a):

---

Presente:

Me dirijo a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ (a) para validar el contenido de un instrumento de medición. Instrumento que lleva por título:

**INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES DE ALBERT ELLIS**

Para dar cumplimiento a lo anteriormente expuesto se hace entrega formal de la operacionalización de variables involucradas en el estudio, las tablas de especificaciones respectivas, el cuestionario y los formatos de validación, el cual deberá llenar de acuerdo a sus observaciones, a fin de orientar y verificar la claridad, congruencia, adecuado uso de palabras para el contexto y dominio de los contenidos para los diversos ítems del cuestionario.

Agradezco de antemano su receptividad y colaboración. Su apoyo me permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en la elaboración de mi tesis para optar el grado de Licenciatura en Psicología.

Quedo de Ud. en espera del feedback respectivo para mi trabajo académico.

Muy Atentamente:

Jocabeth Loyda Punto Sosa

Griselda Ccolque Quispe

## INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO

### (JUICIO DE EXPERTOS)

#### **Instrucciones**

El presente instrumento

La evaluación requiere de la lectura detallada y completa de cada uno de los ítems propuestos a fin de cotejarlos de manera cualitativa con los criterios propuestos relativos a: **congruencia con el contenido, claridad en la redacción, uso de palabras en el contexto y dominio del constructo**. Para ello deberá asignar una valoración si el ítem presenta o no los criterios propuestos, y en caso necesario se ofrece un espacio para las observaciones que hubiera.

Juez N°: \_\_\_\_\_ Fecha actual: \_\_\_\_\_

Nombres y Apellidos del Juez: \_\_\_\_\_

Institución donde labora: \_\_\_\_\_

Años de experiencia profesional o científica: \_\_\_\_\_

**CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL  
INSTRUMENTO  
DICTAMINADO POR EL JUEZ**

**1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para el examinado) y estructura del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**4) ¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**5) ¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**6) Los ítems del instrumento ¿tienen correspondencia con la dimensión al que pertenece en el constructo?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

## OPERACIONALIZACIÓN DEL INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES DE ALBERT ELLIS

### INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES DE ALBERT ELLIS

**Objetivo General:** Evaluar las frecuencias de las 10 ideas distorsionadas

Objetivos específicos	Dimensiones del constructo	Ítems
<p>Evaluar la frecuencia de la idea distorsionada “necesito ser amado y aceptado por las personas significativas de mi entorno”</p>	<p>1.-Necesidades de aprobación.</p>	<p>1.-Para mi es importante recibir la aprobación de los demás                      11.- me gusta que los demás me respeten, pero yo no tengo porque manifestar respeto a nadie                      21.- Quiero gustar a todo el mundo                      31.- puedo gustarme a mí mismo, aun cuando no guste a os demás                      41.- si no gusto a los demás, es un problema no el mío                      51.-Pienso que es duro ir en contra de lo que piensan los demás                      61.- Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás, no tengo la necesidad real de ello                      71.- A menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte                      81.- Tengo considerable preocupación por lo que la gente piensa de mi                      91.- Ser criticado es algo fastidioso, pero no perturbador</p>
<p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende”</p>	<p>2.-Perfeccionismo</p>	<p>2.- Odio equivocarme en algo                      12.- Evito las cosas que no pueden hacer bien                      22.- No me gusta competir en aquellas actividades en que los demás son mejores que yo                      32.- Me gustaría triunfar en algo, pero no pienso que deba hacerlo                      42.- Para mí es muy importante alcanzar el éxito en todo lo que hago                      52.- Disfruto de las actividades por sí mismas, al margen de lo bueno y malo que sean ellas                      62.- Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo                      72.- Me trastorna cometer errores</p>



<p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberías ser castigadas”</p>	<p>3.- Condenación</p>	<p>82.- Muchas veces me enfado muchísimo por cosas sin importancia  92.- No me asusta hacer aquellas cosas que no hago del todo bien</p> <p>3.- La gente que se equivoca, logra lo que se merece  13.- Hay demasiadas personas que escapan del castigo del infierno  23.- No me gusta competir en aquellas actividades en que los demás son mejores que yo  33.- La inmoralidad debería castigarse severamente  43.- Yo pocas veces culpo a la gente de sus errores  53.- El miedo al castigo es lo que hace a la gente ser buena  63.- Todo el mundo es, esencialmente bueno  73.- No es equitativo que “llueva igual sobre el justo que sobre el injusto”  83.- Generalmente doy una segunda oportunidad a quien se equivoca  93.- Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean</p>
<p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fuera”</p>	<p>4.- Catastrofismo</p>	<p>4.- Generalmente, acepto los acontecimientos con tranquilidad  14.- Las frustraciones no me distorsionan  24.- Las cosas deberían ser distintas a como son  34.- A menudo me siento trastornado por situaciones que no me gustan  44.- Normalmente, acepto las cosas como son, aunque no me guste.  54.- Si las cosas me desagradan, opto por ignorarlas  64.- Hago todo lo que puedo por conseguir lo que quiero y una vez conseguido, deja de preocuparme  74.- Yo disfruto honestamente de la vida  84.- La gente es más feliz cuando tiene metas y problemas que resolver  94.- Raramente, me importunan los errores de los demás</p>
<p>Evaluar la frecuencia de idea</p>	<p>5.-Incontrolabilidad.</p>	<p>5.-Si una persona quiere, puede ser feliz en casi toda circunstancia  15.- A la gente no le trastornan las cosas o hechos, sino lo que piensan de ellos  25.- Yo provoqué mi propio malhumor</p>

<p>distorsionada “los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según como los acontecimientos inciden sobre sus emociones”</p> <p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”</p> <p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “es más fácil evitar los problemas y responsabilidades que afrontarlas”</p>	<p>6.- Ansiedad a lo desconocidos</p> <p>7.- Evitación al malestar</p>	<p>35.- Las personas desgraciadas, normalmente, deben este estado así mismas</p> <p>45.- Nadie está mucho tiempo de malhumor o enfadado, a menos que quiera estarlo</p> <p>55.- Cuanto más problemas tiene una persona, menos feliz es</p> <p>65.- Nada es intrínsecamente perturbador, si lo es se debe al modo en que lo interpretamos</p> <p>75.- Debería haber más personas que afrontaran lo desagradable de la vida</p> <p>85.- Nunca hay razón para permanecer afligido mucho tiempo</p> <p>95.- El hombre construye su propio infierno interior</p> <p>6.- Tengo a las cosas que a menudo me resultan objeto de preocupación.</p> <p>16.- Me producen poca ansiedad los peligros inesperados o los acontecimientos futuros</p> <p>26.- A menudo, no puedo quitarme un asunto de la cabeza</p> <p>36.- No me preocupo por no poder evitar que algo ocurra</p> <p>46.- No puedo soportar correr riesgos</p> <p>56.- Raramente me siento ansioso al pensar en el futuro</p> <p>66.- Me preocupan mucho determinadas cosas del futuro</p> <p>76.- Algunas veces me resulta imposible apartar de mi mente el miedo a algo</p> <p>86.- Raramente, pienso en cosas como la muerte o la guerra nuclear</p> <p>96.- Muchas veces me sorprende planeando lo que haría si me encontrara en situaciones de peligro</p> <p>7.- Normalmente, aplazo las decisiones importantes</p> <p>17.- Trato de afrontar los trabajos fastidiosos y hacerlos cuanto antes</p> <p>27.- Evito enfrentarme a los problemas</p> <p>37.- Normalmente, tomo las decisiones tan pronto como pueda</p> <p>47.- La vida es demasiado corta para pasarla haciendo cosas que a uno no le gustan</p> <p>57.- Raramente aplazo las cosas</p> <p>67.- Me resulta difícil hacer las tareas desagradables</p>
--	--	---

<p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”</p> <p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente”</p>	<p>8.- Dependencia</p> <p>9.- Afección al pasado</p>	<p>77.- Una vida fácil, muy pocas veces resulta compensadora  87.- No me gustan las responsabilidades  97.- Si tengo que hacer algo, lo hago a pesar de que no sea agradable</p> <p>8.- Todo el mundo necesita de alguien a quien recurrir en busca de ayuda y consejo  18.- En las decisiones importantes, consulto con una autoridad al respecto  28.- Todo el mundo necesita tener fuerza de sí mismo una fuente de energía  38.- Hay determinadas personas de las que dependo mucho  48.- Me gusta valerme por mi mismo  58.- Yo soy el único que realmente puedo entender y solucionar mis problemas  68.- Me desagrada que otros tomen decisiones por mi  78.- Pienso que es fácil buscar ayuda  88.- No me gusta depender de los demás  98.- He aprendido a no estar pendiente de nada que no esté relacionado con mi bienestar</p> <p>9.- “Una cebra no puede cambiar sus rayas”  19.- Es casi imposible superar la influencia del pasado  29.- Solo ´por una vez algo afecto tu vida de forma importante, no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.  39.- La gente sobrevalora la influencia del pasado  49.- Si hubiera vivido experiencias distintas, podría ser más como me gustaría ser  59.- Normalmente, no pienso que las experiencias pasadas me afectan en la actualidad  69.- Somos esclavos de nuestro pasado  79.- Una vez que algo afecta tu vida de forma importante, seguirá haciéndolo siempre  89.- La gente, nunca cambia básicamente  99.- No miro atrás con resentimiento</p>
--	--	--

<p>Evaluar la frecuencia de idea distorsionada “la felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido”</p>	<p>10.- Facilismo</p>	<p>10.- Prefiero, por sobre todas las cosas, pasar el tiempo libre de una forma tranquila  20.- Me gusta disponer de muchos recursos  30.- Me siento más satisfecho cuando tengo muchas cosas que hacer.  40.- Lo que más me divierte es realizar algún proyecto creativo  50.- Me gustaría jubilarme y apartarme totalmente del trabajo  60.- Tener demasiado tiempo libre, resulta aburrido  70.- A veces desearía poder irme a una isla tropical y tenderme en la playa sin hacer nada más  80.- Me encanta estar tumbado  90.- La mayoría de las personas trabajan demasiado y no toman el suficiente descanso  100.- No me siento realmente contento hasta que no estoy relajado y sin hacer nada</p>
---	-----------------------	--

## INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES DE ALBERT ELLIS

### DEFINICION CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO

#### Creencias irracionales

Las creencias irracionales son cogniciones evaluativas propias de cada persona y con un sentido de tipo preferencial, siendo estos pensamientos absolutistas y dogmáticos; no existe coherencia, difieren de la realidad e inducen a comportamientos de tipo negativos.

#### Dimensiones del constructo

**1.- Necesidades de aprobación.-** Es una necesidad absoluta tener el amor y la aprobación de sus padres, familiares y amistades.

**2.-Perfeccionismo.-** Para considerarme valioso tengo que ser muy competente y conseguir mis objetivos en todo el aspecto posible

**3.- Condenación.-** Hay personas que son inmorales y perversas y deben de ser acusadas y castigadas por sus defectos y malas acciones

**4.- Catastrofismo.-** Es tremendo y catastrófico cuando las cosas no salgan como uno quiere

**5.-Incontrolabilidad.-** La desgracia humana se origina por causas externas y no tenemos capacidad para controlar los trastornos que nos producen

**6.- Ansiedad a lo desconocidos.-** Si algo es lo puede ser peligroso o amenazante, debo sentirme muy inquieto y preocuparme constantemente por la posibilidad que de acurra lo peor

**7.- Evitación al malestar.-** Es más fácil evitar las dificultades y responsabilidades de la vida que afrontarla

**8.- Dependencia** Dependemos de los demás por lo que necesito tener a alguien más fuerte que yo en quien confiar y quien dependemos

**9.- Afección al pasado.-** El pasado me determina. Algo que me ocurrió una vez y me conmociono, debe seguir afectándome indefinidamente

**10.- Facilismo.-** La felicidad aumenta por la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido

**Validación de contenido por criterio de jueces**

**Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis: coeficiente V de Aiken  
para validez de contenido de los ítems según la claridad de los mismos**

<b>Dimensión</b>	<b>Ítems</b>	<b>V(claridad)</b>	<b>V(congruencia)</b>	<b>V(contenido)</b>	<b>V(contexto)</b>
Necesidad de aprobación	1	1	1	0.8	1
	11	1	1	1	1
	21	1	1	0.8	1
	31	1	0.8	1	1
	41	1	1	1	1
	51	0.8	0.8	1	1
	61	1	0.8	1	1
	71	1	0.8	1	1
	81	0.8	1	1	1
	91	1	1	1	1
Perfeccionismo	2	1	1	1	1
	12	1	1	1	1
	22	1	1	1	1
	32	1	1	1	1
	42	1	1	1	1
	52	1	1	1	1
	62	1	1	1	1
	72	1	1	1	1
	82	1	1	1	1
	92	1	1	1	1
Condenación	3	1	1	1	1
	13	0.8	1	1	1
	23	1	1	1	1
	33	1	1	1	1
	43	1	1	1	1
	53	1	1	1	1
	63	1	1	1	1
	73	1	1	1	1
	83	1	1	1	1
	93	1	1	1	1
Catastrofismo	4	0.8	1	1	1
	14	0.8	1	1	1
	24	0.8	1	1	1
	34	0.8	1	1	1
	44	1	1	1	1
	54	1	1	1	1
	64	1	1	1	1
	74	0.8	1	1	1
	84	1	1	1	1
	94	1	1	1	1

	5	0.8	0.8	1	1
	15	0.8	1	1	1
	25	0.8	1	1	1
	35	1	1	1	1
	45	1	1	1	1
Incontrolabilidad	55	0.8	1	1	1
	65	0.8	1	1	1
	75	1	1	1	1
	85	0.8	1	1	1
	95	0.6	1	1	1
	6	1	1	1	1
	16	1	1	1	1
	26	1	1	1	1
	36	1	1	1	1
Ansiedad a lo desconocido	46	1	1	1	1
	56	1	1	1	1
	66	1	1	1	1
	76	1	1	1	1
	86	1	1	1	1
	96	1	1	1	1
	7	1	1	1	1
	17	1	1	1	1
	27	1	1	1	1
	37	1	1	1	1
Evitación al malestar	47	1	1	1	1
	57	1	1	1	1
	67	1	1	1	1
	77	1	1	1	1
	87	1	1	1	1
	97	1	1	1	1
	8	1	1	1	1
	18	1	1	1	1
	28	1	1	1	1
	38	1	1	1	1
Dependencia	48	1	1	1	1
	58	1	1	1	1
	68	1	1	1	1
	78	1	1	1	1
	88	1	1	1	1
	98	1	1	1	1
	9	1	1	1	1
	19	1	1	1	1
Afección al pasado	29	1	1	1	1
	39	1	1	1	1
	49	1	1	1	1
	59	1	1	1	1

	69	1	1	1	1	1
	79	1	1	1	1	1
	89	1	1	1	1	1
	99	1	0.8	1	1	1
Facilismo	10	1	1	1	1	1
	20	1	1	1	1	1
	30	1	1	1	1	1
	40	1	1	1	1	1
	50	1	1	1	1	1
	60	0.8	1	1	1	1
	70	0.8	1	1	1	1
	80	1	1	1	1	1
	90	1	1	1	1	1
	100	1	1	1	1	1

*Criterio de Validez de contenido del Inventario de Creencias Irracionales*

Nº	Mg Andia	Lic. Grimaldo	Mg. Rosa Alfaro	Ps. Huapaya	Lic. Widman	Sumatoria	V
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	0	1	1	3	0.8
4	1	1	1	0	1	4	0.8
5	1	1	0	1	1	4	0.8
6	1	1	1	1	1	5	1



## Anexo 2. Propiedades psicométricas del inventario multifacético de satisfacción marital

### Fiabilidad del inventario de multifacético de satisfacción marital

La fiabilidad global del inventario de creencias irracionales y de sus dimensiones se valoró calculando el índice de la consistencia interna mediante el coeficiente de Alpha de Cronbach. La tabla 13 indica que la que la consistencia interna del inventario multifacético de satisfacción marital de 46 ítems en la muestra estudiada es de ,96 que puede ser valorado como indicador de una elevada fiabilidad ya que supera el punto de corte igual a ,70 considerando como indicador de una buena fiabilidad para los instrumentos de medición psicológica. También se observa que los puntajes de fiabilidad en la mayoría de las dimensiones son aceptables.

**Tabla 13**

*Estimaciones de consistencia interna del inventario multifacético de satisfacción marital*

Sub dimensiones	N° Ítems	Alpha
Interacción	16	,950
Físico sexual	11	,968
Organización y funcionamiento	6	,852
Familia	4	,725
Recreación	4	,742
Hijos	5	,892
Satisfacción marital	46	,96

### **Valides del inventario multifacético de satisfacción marital**

Como se observar en la tabla 14, los coeficientes de correlación producto- Momento de Pearson ( $r$ ) son significativos; lo que indica que la escala presenta validez de constructo. Asimismo, los coeficientes que resultan de la correlación entre cada uno de las dimensiones y el constructo en su globalidad son moderados en su mayoría, además de ser altamente significativos.

Tabla 14

*Correlaciones sub test – inventario multifacético de satisfacción marital*

<b>Sub dimensiones</b>	<b>N° Ítems</b>	<b>Alpha</b>
Interacción	16	,950
Físico sexual	11	,968
Organización y funcionamiento	6	,852
Familia	4	,725
Recreación	4	,742
Hijos	5	,892
Satisfacción marital	46	,96

Lima, 18 de Noviembre del 2015

Estimado (a):

---

Presente:

Me dirijo a usted con la finalidad de solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ (a) para validar el contenido de un instrumento de medición. Instrumento que lleva por título:

### **Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM)**

Para dar cumplimiento a lo anteriormente expuesto se hace entrega formal de la operacionalización de variables involucradas en el estudio, las tablas de especificaciones respectivas, el cuestionario y los formatos de validación, el cual deberá llenar de acuerdo a sus observaciones, a fin de orientar y verificar la claridad, congruencia, adecuado uso de palabras para el contexto y dominio de los contenidos para los diversos ítems del cuestionario.

Agradezco de antemano su receptividad y colaboración. Su apoyo me permitirá utilizar un instrumento con garantía de validez científica en la elaboración de mi tesis de post grado correspondiente a la Licenciatura en psicología.

Quedo de Ud. en espera del feedback respectivo para mi trabajo académico.

Muy Atentamente:

Griselda Ccolque Quispe  
Jocabeth Loyda Punto Sosa

**INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO  
(JUICIO DE EXPERTOS)**

**Instrucciones**

El presente instrumento tiene como finalidad medir a satisfacción marital

La evaluación requiere de la lectura detallada y completa de cada uno de los ítems propuestos a fin de cotejarlos de manera cualitativa con los criterios propuestos relativos a: **congruencia con el contenido, claridad en la redacción, uso de palabras en el contexto y dominio del constructo**. Para ello deberá asignar una valoración si el ítem presenta o no los criterios propuestos, y en caso necesario se ofrece un espacio para las observaciones que hubiera.

Juez N°: \_\_\_\_\_ Fecha actual: \_\_\_\_\_

Nombres y Apellidos del Juez: \_\_\_\_\_

Institución donde labora: \_\_\_\_\_

Años de experiencia profesional o científica: \_\_\_\_\_

**CRITERIOS GENERALES PARA VALIDEZ DE CONTENIDO DEL  
INSTRUMENTO**

**DICTAMINADO POR EL JUEZ**

**1) ¿Está de acuerdo con las características, forma de aplicación (instrucciones para el examinado) y estructura del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**2) A su parecer ¿el orden de las preguntas es el adecuado?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

**3) ¿Existe dificultad para entender las preguntas del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

4) **¿Existen palabras difíciles de entender en los ítems o reactivos del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

5) **¿Las opciones de respuesta están suficientemente graduados y pertinentes para cada ítem o reactivo del instrumento?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

6) **Los ítems del instrumento ¿tienen correspondencia con la dimensión al que pertenece en el constructo?**

SI ( )

NO ( )

**Observaciones y/o sugerencias:**

## **INVENTARIO MULTIFACÉTICO DE SATISFACCIÓN MARITAL (IMSM)**

### **DEFINICION CONCEPTUAL DEL CONSTRUCTO**

#### **SATISFACCION MARITAL**

La satisfacción marital es considerada como una evaluación global y subjetiva que un individuo hacía su cónyuge y su relación, por lo que se encuentra sujeta a las percepciones personales de cada miembro de la diada

#### **DIMENSIONES DEL CONSTRUCTO:**

1.- **Factor de interacción.**- Son los aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de la pareja

2.- **Factor físico y sexual.**- Son las expresiones físicos corporales como la caricia, abrazos, besos y relaciones sexuales.

3.- **Factor de Organización y funcionamiento:** Se refiere a la parte estructural, instrumental, de toma de decisiones, de solución de problemas y su función de la pareja

4.- **Factor de la familia:** Completa la organización y realización de tarea que dan en el hogar, tales como la distribución y cooperación.

5.- **Factor de diversión.**- Es definida como la diversión que tienen la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar.

6.- **Factor hijos.** Se refiere a la satisfacción que siente el cónyuge por la educación, atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos.

**OPERACIONALIZACIÓN DEL CONSTRUCTO “SATISFACCIÓN MARITAL”**

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Dimensiones del constructo</b>	<b>Ítems</b>
<p>Evaluar los aspectos emocionales, afectivos y de comprensión que facilitan la interacción de pareja.</p>	<p>1.-Dimensión de interacción</p>	<p>12. La forma en que mi pareja se interesa por mi                      13. La frecuencia en que mi pareja se interesa por mi                      24. La manera en que mi pareja presta atención a mi apariencia                      25. La frecuencia en que mi pareja presta atención a mi apariencia                      14. La forma en que mi pareja me protege                      15. La frecuencia con la que mi pareja me protege                      16. La forma en la que mi pareja me demuestra su comprensión                      17. La frecuencia con la que mi pareja me comprende                      18. La forma en que mi pareja me apoya                      19. La frecuencia con la que mi pareja me demuestre su apoyo                      20. La sensibilidad con la que mi pareja responde a mis emociones                      21. La frecuencia con la que mi pareja responde de manera sensible a mis emociones                      22. La forma en que mi pareja se interesa en mis problemas                      23. La frecuencia con la que mi pareja se interesa en mis problemas                      39. La forma en que mi pareja dialoga conmigo                      40. Los temas que mi pareja aborda en nuestras conversaciones</p>



<p>Evaluar las expresiones físico-corporales como caricias abrazos, besos y contactos físicos.</p>	<p>2.-Dimensión de físico-sexual</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La manera en que mi pareja me abraza</li> <li>2. La frecuencias con la que mi pareja m me abraza</li> <li>3. La manera en que mi pareja me besa</li> <li>4. La frecuencia que mi pareja me a besa</li> <li>5. La manera en que mi pareja me acaricia</li> <li>6. La frecuencia en que mi pareja me acaricia</li> <li>7. La manera en que mi pareja me trata</li> <li>8. La manera en que mi pareja me expresa sus intereses en que tengamos relaciones sexuales</li> <li>9. La frecuencia con la que mi pareja me expresa sus interés en que tengamos relaciones sexuales</li> <li>10. La manera en que mi pareja me demuestra su amor</li> <li>11. La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su amor</li> </ol>
<p>Evaluar la parte estructural, instrumental, de toma de decisiones, de solución de problema y de función de la pareja.</p>	<p>3.-Dimensión de organización y funcionamiento-</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>26. La forma en que mi pareja soluciona los problemas familiares</li> <li>27. La frecuencia en que mi pareja soluciona los problemas familiares</li> <li>28. La forma en que mi pareja participa en la toma de decisiones</li> <li>29. La frecuencia en la que mi pareja participa en la toma de decisiones</li>   <li>37. La forma en que mi pareja administra el dinero</li>   <li>38. La contribución de mi pareja en los gastos familiar</li> </ol>
<p>Evaluar la organización y a la realización de tarea que el lleva a cabo en el hogar.</p>	<p>4.-Dimensión de familia.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>30. La manera en que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares</li> <li>31. La preferencia en que mi pareja distribuya las tareas familiares</li> <li>32. La forma en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar</li> <li>33. La frecuencia en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar</li> </ol>

<p>Evaluar la recreación que tiene a pareja en la convivencia y comunicación efectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar.</p>	<p>5.-Dimensión de recreación.</p>	<p>34. Las actividades recreativas que mi pareja propone  35. La frecuencia con la que mi pareja propone actividades recreativas  36. La forma en que mi pareja se recree  41. La frecuencia con la que mi pareja dialoga conmigo</p>
<p>Evaluar la satisfacción que siente el cónyuge en la educación, atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos.</p>	<p>6.-Dimensión de hijos</p>	<p>42. La educación que mi pareja propone para los hijos  43. La forma en que mi pareja educa a nuestros hijos  44. La frecuencia con la que mi pareja participa en la educación de nuestros hijos  45. La forma en la cual mi pareja preste atención a nuestros hijos  46. La frecuencia con la que mi pareja preste atención a nuestros hijos</p>

## INVENTARIO MULTIFACETICO DE SATISFACCION MARITAL

### INSTRUMENTO PARA FINES ESPECIFICOS DE LA VALIDACION DE CONTENIDO (JUCIO DEL EXPERTO)

N	Bloques e ítems	Claridad		Congruencia <sup>2</sup>		Contexto <sup>3</sup>		Dominio del <sup>4</sup> Constructo		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>INTERACCION</b>									
12	La forma en que mi pareja se interesa por mi									
13	La frecuencia en que mi pareja se interesa por mi									
24	La manera en que mi pareja presta atención a mi apariencia									
25	La frecuencia en que mi pareja presta atención a mi apariencia									
14	La forma en que mi pareja me protege									
15	La frecuencia con la que mi pareja me protege									
16	La forma en la que mi pareja me demuestra su comprensión									
17	La frecuencia con la que mi pareja me comprende									
18	La forma en que mi pareja me apoya									
19	La frecuencia con la que mi pareja me demuestre su apoyo									
20	La sensibilidad con la que mi pareja responde a mis emociones									
21	La frecuencia con la que mi pareja responde de manera sensible a mis emociones									
22	La forma en que mi pareja se interesa en mis problemas									
23	La frecuencia con la que mi pareja se interesa en mis problemas									
39	La forma en que mi pareja dialoga conmigo									
40	Los temas que mi pareja aborda en nuestras conversaciones									
		<sup>1</sup> Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem.				<sup>2</sup> El ítem tiene relación con el constructo (Comprensión Oral de Estructuras Gramaticales)				
		<sup>3</sup> Existe en el ítem alguna palabra que no es usual en nuestro contexto.				<sup>4</sup> El ítem evalúa el componente o dimensión específica del constructo (bloqueo)				



N	Bloques e ítems	Claridad		Congruencia <sup>2</sup>		Contexto <sup>3</sup>		Dominio del <sup>4</sup> Constructo		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	<b>INTERACCION</b>									
	<b>FAMILIA</b>									
30	La manera en que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares									
31	La preferencia en que mi pareja distribuya las tareas familiares									
32	La forma en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar									
33	La frecuencia en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar									
	<b>RECREACION</b>									
34	Las actividades recreativas que mi pareja propone									
35	La frecuencia con la que mi pareja propone actividades recreativas									
36	La forma en que mi pareja se recree									
41	La frecuencia con la que mi pareja dialoga conmigo									
	<b>HIJOS</b>									
42	La educación que mi pareja propone para los hijos									
43	La forma en que mi pareja educa a nuestros hijos									
44	La frecuencia con la que mi pareja participa en la educación de nuestros hijos									
45	La forma en la cual mi pareja preste atención a nuestros hijos									
46	La frecuencia con la que mi pareja preste atención a nuestros hijos									

<sup>1</sup> Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem.

<sup>2</sup> El ítem tiene relación con el constructo (Comprensión Oral de Estructuras Gramaticales)

<sup>3</sup> Existe en el ítem alguna palabra que no es usual en nuestro contexto.

<sup>4</sup> El ítem evalúa el componente o dimensión específica del constructo (bloques)

## Validación de contenido por criterio de jueces

*Inventario multifacético de satisfacción marital (IMSM): coeficiente V de Aiken para validez de contenido de los ítems según la claridad de los mismos*

Dimensión	Ítems	V(claridad)	V(congruencia)	V(contenido)	V(contexto)
Recreación	12	0	1	1	1
	13	0	0	1	1
	14	0	0	1	1
	15	0	0	1	1
	16	1	1	1	1
	17	1	1	1	1
	18	1	1	1	1
	19	1	1	1	1
	20	1	1	1	1
	21	0	0	1	0
	22	1	1	1	1
	23	1	1	1	1
	24	0	0	1	0
	25	0	0	1	1
	39	1	0	1	1
	40	1	1	1	1
Físico-sexual	1	0	1	1	1
	2	1	1	1	1
	3	0.8	1	1	1
	4	1	0.8	1	1
	5	1	1	1	1
	6	1	1	1	1
	7	1	1	1	1
	8	1	1	1	1
	9	0.8	1	1	1
	10	0.8	0.6	1	1
	11	1	0.8	1	1
Organización y funcionamiento	26	0.8	0.8	1	1
	27	1	0.8	1	1
	28	0.8	1	1	1
	29	0.8	1	1	1
	38	0.8	1	0.8	0.8
Familia	30	0.8	0.8	1	1
	31	1	0.8	1	1
	32	0.8	1	1	1
	33	1	0.8	1	1

	34	1	1	1	1
	35	1	1	1	1
Recreación	36	1	1	1	1
	41	1	1	1	1
	42	1	1	1	1
	43	0.8	1	1	1
Hijos	44	1	1	1	1
	45	1	1	1	1
	46	1	1	1	1

*Criterio de Validez de contenido del Inventario Multifacético de Satisfacción Marital*

Nº	Mg. Andía	Mg. Farfán	Lic. Sara Hidalgo	Lic. Huapaya	Lic. Widman	Sumatoria	V
1	1	1	0	1	1	4	0.8
2	1	1	0	1	1	4	0.8
3	1	1	0	1	1	4	0.8
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	1	0	1	1	4	0.8
6	1	1	1	1	1	5	1

### Anexos 3. Instrumentos utilizados en el estudio de investigación

#### Inventario de creencias irracionales de Albert Ellis

Nombre:.....Edad.....Fecha.....

**Instrucciones:** A continuación, responda con un SI, si está de acuerdo con el ítem propuesto y con un NO, si está en desacuerdo. No es necesario que pienses mucho en cada ítem. Escriba rápidamente la respuesta y pase al siguiente. Asegúrese de que contesta lo que Ud, realmente piensa, no lo que cree que debería de pensar.

AFIRMACIONES	SÍ	No
1. Para mi es importante recibir la aprobación de los demás		
2. Odio equivocarme en algo		
3. La gente que se equivoca, merecen lo que les ocurra		
4. Generalmente, acepto los acontecimientos con tranquilidad		
5. Si una persona quiere, puede ser feliz en casi toda circunstancia		
6. Tengo miedo de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan		
7. Normalmente, aplazo las decisiones importantes		
8. Todo el mundo necesita de alguien a quien recurrir en busca de ayuda y consejo		
9. “Una cebra no puede cambiar sus rayas”		
10. Prefiero, por sobre todas las cosas, pasar el tiempo libre de una forma tranquila		
11. Me gusta que los demás me respeten, pero yo no tengo porque manifestar respeto por nadie.		
12. Evito las cosas donde me siento incapaz de hacer		
13. Hay demasiadas personas que escapan del castigo del infierno		
14. Puedo enfrentar las frustraciones		
15. A la personas se perturban no por las situaciones, sino por la visión que tienen		
16. Me producen poca ansiedad los peligros inesperados o los acontecimientos futuros		
17. Trato de afrontar los trabajos fastidiosos y hacerlos cuanto antes		
18. En las decisiones importantes, consulto con una autoridad al respecto		
19. Es casi imposible superar la influencia del pasado		
20. Me gusta disponer de muchos recursos		
21. Quiero gustar a todo el mundo		
22. Me disgusta competir en aquellas actividades en que los demás son		



mejores que yo		
23. Aquellos que se equivocan merecen cargar con la culpa		
24. Las cosas deberían ser distintas a como son		
25. Yo provoco mi propio malhumor		
26. A menudo, no puedo quitarme un asunto de la cabeza		
27. Evito enfrentarme a los problemas		
28. Todo el mundo necesita tener fuerza de sí mismo una fuente de energía		
29. Si por una vez algo afectó mi vida de forma importante, sin embargo esto en nada me afectara en el futuro.		
30. Me siento más satisfecho cuando tengo muchas cosas que hacer.		
31. Puedo gustarme a mí mismo, aun cuando desagrado a los demás		
32. Me gustaría triunfar en algo, pero no pienso que deba hacerlo		
33. La inmoralidad debería castigarse severamente		
34. A menudo me siento preocupado por situaciones que me desagradan		
35. Las personas desgraciadas, normalmente, deben este estado así mismas		
36. Me despreocupa por no poder evitar que algo ocurra		
37. Normalmente, tomo las decisiones tan pronto como pueda		
38. Hay determinadas personas de las que dependo mucho		
39. La gente sobrevalora la influencia del pasado		
40. Lo que más me divierte es realizar algún proyecto creativo		
41. Si desagrado a los demás es su problema, no el mío		
42. Para mí es muy importante alcanzar el éxito en todo lo que hago		
43. Pocas veces culpo a la gente de sus errores		
44. Normalmente, acepto las cosas como son, aunque me disguste.		
45. Nadie está mucho tiempo de malhumor o enfadado, a menos que quiera estarlo		
46. Soy incapaz de correr riesgos		
47. La vida es demasiada corta para gastarla haciendo tareas desagradables		
48. Me gusta valerme por mi mismo		
49. Si hubiera vivido experiencias distintas, podría ser más como me gustaría ser		
50. Me gustaría jubilarme y apartarme totalmente del trabajo		
51. Pienso que es duro ir en contra de lo que piensan los demás		
52. Disfruto de las actividades por sí mismas, al margen de lo bueno y malo que sean ellas		
53. El miedo al castigo es lo que hace a la gente ser buena		
54. Si las cosas me desagradan, opto por ignorarlas		

55. Cuanto más problemas tiene una persona, menos feliz es		
56. Raramente me siento ansioso al pensar en el futuro		
57. Raramente aplazo las cosas		
58. Yo soy el único que realmente puedo entender y solucionar mis problemas		
59. Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente		
60. Tener demasiado tiempo libre, resulta aburrido		
61. Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás, no tengo la necesidad real de ello		
62. Me molesta que los demás sean mejores que yo en algo		
63. Todo el mundo es, esencialmente bueno		
64. Hago todo lo que puedo por conseguir lo que quiero y una vez conseguido, deja de preocuparme		
65. Nada es intrínsecamente perturbador, si lo es se debe al modo en que lo interpretamos		
66. Me preocupan mucho determinadas cosas del futuro		
67. Me resulta difícil hacer las tareas desagradables		
68. Me desagrada que otros tomen decisiones por mí		
69. Somos esclavos de nuestro pasado		
70. A veces desearía poder irme a una isla tropical y tenderme en la playa sin hacer nada más		
71. A menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte		
72. Es ambiguo cometer errores		
73. No es equitativo que “llevea igual sobre el justo que sobre el injusto”		
74. Disfruto honestamente de la vida		
75. Debería haber más personas que afrontaran lo desagradable de la vida		
76. Algunas veces me resulta imposible apartar de mi mente el miedo a algo		
77. Una vida fácil, muy pocas veces resulta compensadora		
78. Pienso que es fácil buscar ayuda		
79. Una vez que algo afecta tu vida de forma importante, seguirá haciéndolo siempre		
80. Me agrada estar sin hacer nada		
81. Me preocupo por lo que la gente piensa de mí		
82. Muchas veces me enfado muchísimo por cosas sin importancia		
83. Generalmente doy una segunda oportunidad a quien se equivoca		
84. La gente es más feliz cuando tiene metas y problemas que resolver		
85. Nunca hay razón para permanecer afligido mucho tiempo		

86. Raramente, pienso en cosas como la muerte o la guerra nuclear		
87. Me desagradan las responsabilidades		
88. Me disgusta depender de los demás		
89. La gente, nunca cambia básicamente		
90. La mayoría de las personas trabajan demasiado e ignoran descansar		
91. Ser criticado es algo fastidioso, pero no perturbador		
92. No me asusta hacer aquellas cosas que no hago del todo bien		
93. Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean		
94. Raramente, me importunan los errores de los demás		
95. El hombre construye su propio infierno interior		
96. Muchas veces me sorprende planeando lo que haría si me encontrara en situaciones de peligro		
97. Si tengo que hacer algo, lo hago a pesar de que sea desagradable		
98. He aprendido a no estar pendiente de nada que no esté relacionado con mi bienestar		
99. No acostumbro mirar atrás con resentimiento		
100. No me siento realmente contento hasta que no estoy relajado y sin hacer nada		

### Inventario Multifacético De Satisfacción Marital (IMSM)

**Sexo** \_\_\_\_\_

**Edad** \_\_\_\_\_

**Tiempo de casados.** \_\_\_\_\_

**Instrucciones.-** A continuación se presenta información que se relaciona con su pareja, marque la alternativa de respuesta que más se acerca a su realidad.

5: Me gusta mucho

4: Me gusta

3: Ni me gusta, ni me disgusta

2: Me disgusta

1: Me disgusta mucho

N	Ítems	1	2	3	4	5
1	La forma en que mi pareja me abraza					
2	La frecuencias con que mi pareja me abraza					
3	La forma en que mi pareja me besa					
4	La frecuencia con que mi pareja me besa					
5	La forma en que mi pareja me acaricia					
6	La frecuencia con la que mi pareja me acaricia					
7	La forma en que mi pareja me trata					
8	La manera en que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales					
9	La frecuencia con la que mi pareja me expresa su interés en que tengamos relaciones sexuales					
10	La forma en que mi pareja me demuestra su amor					
11	La frecuencia con la que mi pareja me demuestra su amor					
12	La forma en que mi pareja se interesa por mi					
13	La frecuencia en que mi pareja se interesa por mi					
14	La forma en que mi pareja me protege					
15	La frecuencia con la que mi pareja me protege					

16	La forma en la que mi pareja me demuestra su comprensión					
17	La frecuencia con la que mi pareja me comprende					
18	La forma en que mi pareja me apoya					
19	La frecuencia con la que mi pareja me demuestre su apoyo					
20	La sensibilidad con la que mi pareja responde a mis emociones					
21	La frecuencia con la que mi pareja responde de manera sensible a mis emociones					
22	La forma en que mi pareja se interesa en mis problemas					
23	La frecuencia con la que mi pareja se interesa en mis problemas					
24	La forma en que mi pareja presta atención a mi apariencia					
25	La frecuencia en que mi pareja presta atención a mi apariencia					
26	La forma en que mi pareja soluciona los problemas familiares					
27	La frecuencia en que mi pareja soluciona los problemas familiares					
28	La forma en que mi pareja participa en la toma de decisiones					
29	La frecuencia en la que mi pareja participa en la toma de decisiones					
30	La forma en que mi pareja propone que se distribuyan las tareas familiares					
31	La frecuencia en que mi pareja distribuya las tareas familiares					
32	La forma en que mi pareja participa en la realización de las tareas del hogar					
33	La frecuencia en que mi pareja participa en la					

	realización de las tareas del hogar					
34	Las actividades recreativas que mi pareja propone					
35	La frecuencia con la que mi pareja propone actividades recreativas					
36	La forma en que mi pareja se recree					
37	La forma en que mi pareja administra el dinero					
38	La contribución de mi pareja en los gastos familiar					
39	La forma en que mi pareja dialoga conmigo					
40	Los temas que mi pareja aborda en nuestras conversaciones					
41	La frecuencia con la que mi pareja dialoga conmigo					
42	La educación que mi pareja propone para los hijos					
43	La forma en que mi pareja educa a nuestros hijos					
44	La frecuencia con la que mi pareja participa en la educación de nuestros hijos					
45	La forma en la cual mi pareja preste atención a nuestros hijos					
46	La frecuencia con la que mi pareja preste atención a nuestros hijos					

#### **Anexos 4. Consentimientos informados**

##### **Creencias irracionales y satisfacción marital en miembros de una comunidad del distrito de Independencia, 2016.**

Buenos días hermanos, es una alegría contar con ustedes, somos estudiantes de la Universidad Peruana Unión de la E.A.P de Psicología del programa de Licenciatura, Griselda Ccolque Quispe y Jocabeth Loyda Punto Sosa. Hoy queremos presentarles a ustedes dos cuestionarios, uno para que respondan como está la situación actual de su familia y el otro con respecto a situaciones que podrían ocurrirte, no se preocupen es completamente anónimo. Esta información será de mucha importancia para ejecutar actividades como talleres, seminarios, dinámicas de grupo y programas de intervención que les será de beneficio para ustedes y la institución, por lo tanto pedimos que respondan con sinceridad cada pregunta de ambos cuestionarios y antes de iniciar lee con atención las instrucciones correspondientes.

*He leído los párrafos anteriores y reconozco que al responder y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio.*

A continuación se detallan las instrucciones.

**INSTRUCCIONES:** Lea detenidamente, con mucha atención a las preguntas que a continuación se le presenta, tómese el tiempo que considere necesario y luego marque con un aspa (X) la respuesta la correcta.

## Anexos 5. Carta de autorización



**CARGO**

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Villa Unión, 11 de noviembre de 2015

**Pastor**  
**Guillermo Mostasero**  
**Distrito de Independencia B**  
**Presente**

De mi consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted y expresarle un cordial saludo, deseándole éxitos en la dirección de la feligresía a su cargo.

El motivo de la presente tiene como finalidad presentar a nuestros estudiantes **Griselda Ccolque Quispe** con código universitario N° 201110652 y **Loyda Jacobeth Punto Sosa** con código universitario N° 200720227, quienes se encuentran realizando una investigación (requisito de su formación académica de pre-grado) titulada: "Creencias irracionales y satisfacción marital en parejas casadas de la Misión Centro Oeste del Perú - 2015."

Por tal motivo, solicitamos el permiso respectivo y las facilidades del caso para ejecutar la investigación con las parejas casadas del distrito de Independencia B, que usted dignamente lidera.

Agradezco desde ya por el apoyo que se brinde a nuestros estudiantes con la investigación a realizarse y al mismo tiempo aprovecho la oportunidad para manifestarle mi estima personal.

Atentamente,



*D. Damaris*  
**Dra. Damaris Quinteros Zúñiga**  
**Directora de la EP de Psicología**

*a los hermanos  
dirigentes de Independencia  
"B" por favor darle  
toda las facilidades  
a la portada  
Bamburro  
14/11/15*



Anexo 6. Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES
<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPÓTESIS GENERAL</b>	<b>Variable 1</b>	<b>1.-Necesidades de aprobación.-</b>
¿Existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre creencias irracionales y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	<b>Creencias irracionales</b>  Las creencias irracionales son cogniciones evaluativas propias de cada persona y con un sentido de tipo preferencial, siendo estos pensamientos absolutistas y dogmáticos; no existe coherencia, difieren de la realidad e inducen a comportamientos de tipo negativos (Ellis, 1992).	Necesito ser amado y aceptado por las personas significativo de mi entorno
<b>PROBLEMA ESPECIFICO</b>	<b>OBJETIVO ESPECIFICO</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECIFICO</b>		<b>2.-Perfeccionismo.-</b>
¿Existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre necesidad de aprobación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016		Para considerarme valioso tengo que ser muy competente y conseguir mis objetivo en todos los aspectos posibles
¿Existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre perfeccionismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016		<b>3.- Condención.-</b> Hay personas que son inmorales y perversas y deben de ser acusadas y castigadas por sus defectos y malas acciones
				<b>4.,Catastrofismo.-</b> Es tremendo y catastrófico el que las cosas no salgan como uno quiere
				<b>5.- Incontrolabilidad.-</b> La desgracia humana se origina

de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	de Independencia, 2016	distrito de Independencia, 2016	por causas externas y no tenemos capacidad para control los trastornos que nos produce
¿Existe relación entre condenación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre condenación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre condenación y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	<p><b>6.- Ansiedad a lo desconocidos.-</b> Si algo es o puede ser peligroso o amenazante, debe sentirme muy inquieto y preocuparme constantemente por la posibilidad de que ocurra lo peor</p>
¿Existe relación entre catastrófico y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre catastrófico y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre catastrófico y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	<p><b>7.- Evitación al malestar.-</b> Es más fácil evitar las dificultades y responsabilidades de la vida que afrontables</p>
¿Existe relación entre y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?	Determinar si existe relación entre incontrolabilidad y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	Existe relación entre incontrolabilidad y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016	<p><b>8.- Dependencia.-</b> Dependemos de los demás por lo que necesito tener a alguien más fuerte que no en quien confiar y de quien depender</p>
¿Existe relación entre ansiedad a lo desconocido y	Determinar si existe relación entre ansiedad y satisfacción marital en miembros casados de una	Existe relación entre ansiedad a lo desconocido y satisfacción marital en miembros casados de	

<p>satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?</p>	<p>comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p>una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p><b>9.- Afección al pasado:</b> El pasado me termina. Algo que me ocurrió una vez y me conmociono, debe seguir afectándome indefinidamente</p>
<p>¿Existe relación entre evitación al malestar y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?</p>	<p>Determinar si existe relación entre evitación al malestar y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p>Existe relación entre evitación al malestar y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p><b>10.- Facilismo.-</b> La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido</p>
<p>¿Existe relación entre dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?</p>	<p>Determinar si existe relación entre dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p>Existe relación entre dependencia y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p><b>Satisfacción marital</b></p> <p>Según Lozano, Armenta, García, Padilla, y Díaz-Loving (2010) define como una actitud que una persona tiene de su matrimonio, pudiendo ser positiva o negativa de acuerdo a la satisfacción de sus necesidades y realización</p>
<p>¿Existe relación entre afección al pasado y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de</p>	<p>Determinar si existe relación entre afección al pasado y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p>Existe relación entre afección al pasado y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016</p>	<p><b>1.- Interacción:</b> Evalúa los aspectos emocionales afectivos y de comprensión que expresan que facilita la interacción de pareja</p> <p><b>2.- Físico sexual.-</b> Evalúa las expresiones físicos corporales</p> <p><b>3.- Organización y Funcionamiento.-</b> Evalúa la parte estructural, instrumental, de toma de decisiones, de solución de problemas y de función de la pareja</p>

---

Independencia, 2016?

¿Existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016?

Determinar si existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016

Existe relación entre facilismo y satisfacción marital en miembros casados de una comunidad cristiana del distrito de Independencia, 2016

personal.

**4.- Familia.-** Evalúa la organización y la realización de tareas que se llevan a cabo en el hogar

**5.-Recreación.-** Evalúa la recreación que tiene la pareja en la convivencia y comunicación afectiva que se lleva a cabo dentro y fuera del hogar

**6.-Hijos.-** Evalúa la satisfacción que se siente el conyugue por la educación atención y cuidado que proporciona su pareja a los hijos

---