

**UNIVERSIDAD RICARDO PALMA**  
**ESCUELA DE POSGRADO**  
**MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD**



**Tesis para optar el Grado Académico de Maestro en Psicología Clínica y de la Salud**

**Creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja en relación con sus estilos de afrontamiento, 2021**

**Autor: Bach. Vilchez Carhuancho, Hans Beger**

**Asesor: Mg. Huertas Mantilla, Leonardo Percy**

**LIMA - PERÚ**

**2022**

## **MIEMBROS DEL JURADO**

Dra. Alemán Carmona Ana María

Presidente

Dr. Altamirano Herrera Anibal

Miembro 1

Mg. Nario Dulanto Carlos

Miembro 2

Mg. Huertas Mantilla Leonardo

Asesor

## **DEDICATORIA**

La presente investigación se la dedico a mi familia, especialmente a mis hijas, para que puedan seguir el ejemplo del estudio y la investigación en sus vidas diarias.

## **AGRADECIMIENTOS**

Al Mg. Leonardo Huertas Manillas, quien brindó la asesoría respectiva al Trabajo de Tesis. A mis familiares quienes brindaron su apoyo moral y emocional.

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

CAPÍTULO I .....	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	14
1.1. Descripción del problema.....	14
1.2. Formulación del problema .....	17
1.2.1. Problema general .....	17
1.2.2. Problemas específicos.....	18
1.3. Importancia y justificación del estudio .....	20
1.3.1. Importancia .....	20
1.3.2. Justificación Teórica.....	21
1.3.3. Justificación Metodológica .....	21
1.3.4. Justificación Práctica .....	21
1.3.5. Justificación secundaria .....	21
1.4. Delimitación del estudio.....	22
1.4.1. Delimitación Espacial .....	22
1.4.2. Delimitación Temporal .....	22
1.4.3. Delimitación Teórica .....	22
1.5. Objetivos de la investigación .....	22
1.5.1. Objetivo general.....	23
1.5.2. Objetivos específicos .....	23

CAPÍTULO II .....	26
MARCO TEÓRICO.....	26
2.1. Marco histórico .....	26
2.2. Investigaciones relacionadas con el tema.....	27
2.2.1. Investigaciones internacionales .....	27
2.2.2. Investigaciones nacionales.....	29
2.3. Estructura teórica y científica que sustenta el estudio.....	31
2.3.1. Creencias irracionales .....	31
2.3.2. Estilos de afrontamiento al estrés .....	38
2.3.3. Violencia y Violencia de pareja.....	43
2.4. Definición de términos básicos .....	47
2.4.1. Creencia irracional .....	47
2.4.2. Estilos de afrontamiento .....	48
2.5. Fundamentos teóricos que sustentan las hipótesis (figuras o mapas conceptuales).....	49
2.6. Hipótesis.....	50
2.6.1. Hipótesis general.....	50
2.6.2. Hipótesis específicas.....	50
2.7. Matriz de operacionalización de las variables de estudio .....	52
2.7.1. Variable 1: Creencias Irracionales.....	52
2.7.1. Variable 2: Estilos de afrontamiento.....	53

CAPÍTULO III.....	55
MARCO METODOLÓGICO.....	55
3.1. Tipo, método y diseño de la investigación.....	55
3.1.1. Tipo de investigación.....	55
3.1.2. Método de investigación.....	55
3.1.3. Diseño de investigación.....	55
3.2. Población y muestra.....	56
3.2.1. Población.....	56
3.2.2. Muestra.....	57
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	57
3.3.1. Registro de opiniones Forma A (REGOPINA).....	58
3.3.2. Inventario Multidimensional de estimación del afrontamiento (COPE).....	59
3.3.3. Propiedades psicométricas de los instrumentos.....	60
3.4. Descripción de procedimientos de análisis.....	61
CAPÍTULO IV.....	63
RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	63
4.1. Resultados.....	63
4.1.1. Análisis descriptivo de tendencia central y variabilidad.....	63
4.1.2. Prueba de normalidad.....	67
4.1.3. Análisis correlacional no paramétrico.....	68

4.2. Análisis y discusión de resultados.....	72
CONCLUSIONES .....	81
RECOMENDACIONES.....	84
REFERENCIAS.....	88
ANEXOS .....	99



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Matriz de operacionalización de la variable X</i> .....	53
Tabla 2 <i>Matriz de operacionalización de la variable Y</i> .....	54
Tabla 3 <i>Estadísticos descriptivos de las Creencia Irracionales y sus componentes</i> .....	65
Tabla 4 <i>Estadísticos descriptivos de los Estilos de Afrontamiento</i> .....	67
Tabla 5 <i>Estadístico de normalidad con prueba de Shapiro-Wilk para las medidas de la variable de Creencias irracionales y la variable Estilos de Afrontamiento</i> .....	68
Tabla 6 <i>Análisis correlacional no paramétrico de las medidas de Creencias Irracionales y sus componentes, y los de Estilos de Afrontamiento</i> .....	71

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Mapa conceptual de las creencias irracionales de Albert Ellis (1975)</i> .....	37
Figura 2 <i>Mapa conceptual de estilos de afrontamiento según Julca (2018)</i> .....	42
Figura 3 <i>Mapa conceptual de fundamentos teóricos que sustentan las hipótesis</i> .....	49

## RESUMEN

La investigación buscó determinar la relación entre las creencias irracionales y estilos de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja en el año 2021, con base en la teoría de las creencias irracionales de Albert Ellis, los estilos de afrontamiento de Lazarus y Folkman, y bases conceptuales sobre la violencia de pareja; participaron 101 mujeres, entre 16 y 65 años de edad, registradas en el CEM Comisaria Jauja. Investigación no experimental, transversal, tipo correlacional, encontrándose que la creencia irracional de aprobación se correlacionó de manera negativa muy débil con afrontamiento enfocado en el problema, sin correlación con afrontamiento enfocado en la emoción, positiva débil con otros afrontamientos; influencia del pasado correlacionó de manera negativa muy débil con afrontamiento enfocado en el problema, sin correlación con afrontamiento enfocado en la emoción, positiva muy débil con otros afrontamientos; castigo correlacionó de manera negativa media con afrontamiento enfocado en el problema, positiva débil con afrontamiento enfocado en la emoción, positiva media con otros afrontamientos; catástrofe correlacionó de manera negativa muy débil con afrontamiento enfocado en el problema, sin correlación con afrontamiento enfocado en la emoción, positiva muy débil con otros afrontamientos; causas externas correlacionó de manera positiva muy débil con afrontamiento enfocado en el problema, negativa muy débil con afrontamiento enfocado en la emoción, sin correlación con otros afrontamientos; influencia del pasado correlacionó de manera negativa débil con afrontamiento enfocado en el problema, positiva débil con afrontamiento enfocado en la emoción, positiva muy débil con otros afrontamientos.

*Palabras clave:* creencias irracionales, estilos de afrontamiento.

## ABSTRACT

The research sought to determine the relationship between irrational beliefs and coping strategies in women victims of intimate partner violence in the province of Jauja in 2021, based on the theory of irrational beliefs by Albert Ellis, Lazarus coping strategies and Folkman, and conceptual bases on intimate partner violence; 101 women participated, between 16 and 65 years of age, registered in the CEM Comisaria Jauja. Non-experimental, cross-sectional, correlational-type research, finding that the irrational belief of approval correlated in a very weak negative way with problem-focused coping, without correlation with emotion-focused coping, and weak positive correlation with other coping strategies; past influence correlated very weakly negatively with problem-focused coping, no correlation with emotion-focused coping, very weakly positively correlated with other coping strategies; punishment was negatively correlated with problem-focused coping, weakly positive with emotion-focused coping, and medium positive with other coping strategies; catastrophe correlated very weakly negatively with problem-focused coping, no correlation with emotion-focused coping, very weakly positively with other coping strategies; external causes correlated very weakly positively with problem-focused coping, very weakly negatively correlated with emotion-focused coping, without correlation with other coping strategies; past influence correlated weakly negatively with problem-focused coping, weakly positively correlated with emotion-focused coping, and very weakly positively correlated with other coping strategies.

*Keywords:* irrational beliefs, coping strategies.

## INTRODUCCIÓN

La violencia en la relación de pareja es un problema de salud pública, siendo en nuestro medio la mujer la víctima principal, quien es sometida y subordinada por su agresor. Algunas víctimas afrontan con éxito esta relación violenta buscando una solución funcional, sin embargo, otro grupo de mujeres no lo hacen, perpetrándose en un ciclo de violencia que va deteriorando su integridad, y socavando sus derechos; muchos pueden ser los motivos que la mantienen en esta relación, de esto la presente investigación busca comprender los pensamientos y su relación con el modo en que las mujeres víctimas de violencia lo afrontan.

Tras cada víctima hay una forma de reaccionar acorde a sus creencias propias, y a sus estilos de afrontamiento que ha ido obteniendo a lo largo de su vida, sin embargo, creemos que existe una relación entre la elección de estos estilos con base en sus creencias, por tal nos planteamos determinar tal relación entre las creencias irracionales de aprobación, perfección, castigo, catástrofe, causas externas e influencia del pasado con los estilos de afrontamiento centrado en el problema, centrado en la emoción y en otros estilos de afrontamiento adicionales. Esta investigación se limita a mujeres de la provincia de Jauja, considerando que su bagaje cultural puede ser diferente en comparación a otros contextos, además que temporalmente los datos de estudios se extraerán de hechos de violencia ocurridos en el año 2021.

La investigación trabaja bajo el marco teórico de las creencias irracionales propuestas por Albert Ellis, parte de su Terapia Racional Emotiva Conductual y bajo el paradigma del ABC, quien sustentó que las creencias irracionales son demandas poco adaptativas que puede conllevar a actuar de modo disfuncional. También se aborda la teoría transaccional de Lazarus y Folkman quienes explican que las personas ante las adversidades tienen formas específicas de afrontar el estrés. Para comprender sobre la violencia de pareja se explora temas como el ciclo de violencia propuesta por Leonor Walker, la teoría ecológica de Bronfenbrenner entre otros. A todo ello, nosotros nos planteamos que si existe una relación significativa entre cada una de estas creencias irracionales y los estilos de afrontamiento.

En cuanto al marco metodológico, la presente investigación es tipo básica, de diseño no experimental, transversal y de tipo correlacional, con una muestra de 101 mujeres víctimas de violencia de pareja registradas como usuarias en el CEM Comisaria Jauja entre los meses de enero a setiembre del año 2021, con edades comprendidas entre los 16 a 65 años, residentes de la provincia de Jauja; se describe los instrumentos utilizados como el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) y el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE).

En los resultados se presenta el análisis descriptivo de tendencia central de las creencias presentes en las mujeres víctimas de violencia, así como de sus estilos de afrontamiento. Se describe la prueba de normalidad mediante Shapiro-Wilk, y se muestra los estadísticos correlacionales no paramétricos con la Rho de Spearman. Finalmente se procede con el análisis y la discusión de los resultados, respondiendo a nuestros objetivos.

# CAPÍTULO I

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 1.1. Descripción del problema

En las relaciones de pareja aparecen conflictos, muchos de ellos terminan en violencia de un miembro hacía otro, principalmente existe una historicidad en la relación donde uno de los miembros va ejerciendo dominio, sometimiento y control recurrente, afectando no solo en la relación de pareja, sino en la integridad de la víctima, el tipo de violencia ejercida puede ser física, psicológica, sexual o económica, y muchos de estos casos no solo han generado daños temporales sino hasta permanentes, incluso la muerte. De esto, la violencia en la pareja es un inconveniente en la salud pública, siendo la mujer quién mayormente se ve afectada por su condición de tal, en una sociedad donde los estereotipos de género aún son vigentes; sin embargo, muchas mujeres aún toleran estos actos incluso después de haber presentado alguna denuncia; tanto los servidores públicos, profesionales de salud, familiares de la víctima misma se cuestionan de porqué les resulta complicado de salir de la relación violenta.

A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), señaló que el 35 % de las mujeres se encontraban en una situación de violencia de pareja tanto física o sexual. De ello, autores como Huerta et al. (2017) refirieron que ser víctima de violencia de pareja afecta los esquemas cognitivos sobre uno mismo y del entorno, apareciendo distorsiones cognitivas. Herrera y Cañas (2020) mencionaron que experimentar violencia conlleva a una situación de estrés, y si existe una cronicidad puede generar daños a nivel cognitivo, por tal, las mujeres víctimas van mostrando una marcada incapacidad para el afrontamiento a tales situaciones que les genera estrés.

Echeburúa y Corral (2007) refieren que la mujer víctima de violencia alcanza baja valoración sobre sí misma, miedo, pérdida de control, vergüenza, confusión, sentimientos de humillación, sentimiento de culpa, incluso trastornos como estrés postraumático, depresión, ansiedad, problemas con el consumo de alcohol y drogas, contemplación de ideas suicidas, y otras complicaciones presentes en la clínica diaria.

Ellis y Grieger (1981), expusieron que las consecuencias emocionales y conductuales no obedecían únicamente a los hechos o situaciones de maltrato experimentada, sino a la creencia ubicada en medio de ambas, de esta forma tenemos la teoría del ABC: situaciones (representada por la letra A), creencia que se tiene sobre la situación (letra B), consecuencias emocionales y conductuales como resultado de la creencia que se tiene de la situación (letra C); de ahí parte el concepto de “creencia irracional”, término que es de suma importancia para entender la violencia de pareja. Ellis (1962), muestra algunas características sobre las creencias irracionales: primero porque son falsas, son creencias que no coinciden con la realidad, no coinciden con la situación; segundo porque se expresan como demandas, deber o necesidad; tercero porque llevan a experimentar unas inadecuadas emociones; y por último porque dificultan a conseguir los objetivos personales.

Ellis y Bernard (1990), hacen mención que las creencias irracionales conllevan a conductas destructivas tanto para el individuo como para la sociedad. De ello Barnett (2001), Aguilar, Nightingale (1994) y Mc Cann, Skheim y Abrahamson (1988, Citados por Calvete et al., 2007), específicamente refieren que los esquemas cognitivos de las mujeres que son víctimas de violencia se ven afectadas en su valoración y autoeficacia, incrementando el riesgo de padecer trastornos.



En nuestra época, con un estilo de vida frenético, con nuevas exigencias e innovaciones que son el afán del día a día, hacen que el estrés se vea intensificado por los estímulos constantes, y la cronicidad de un estrés sin adecuados estilos de afrontamiento pueden acarrear consecuencias adversas para la salud, tanto a nivel psicológico como físico. Arnold (1990), indica cuando uno percibe una situación dificultosa, nos llegamos a estresar, algunos de nosotros no podemos superarlos con facilidad, por no estar preparados y no contar con los recursos necesarios. Taylor (2007) señala que el afrontamiento al estrés viene a ser un conjunto de diversos estilos con componente cognitivos y conductuales, que los individuos utilizan para dar una solución a una problemática y con la experiencia afrontada uno está listo para afrontar situaciones similares en otros contextos.

Las mujeres que son víctimas de violencia de pareja tienen como estímulos fuertes estresores, cada una responde a estas situaciones empleando ciertos estilos, pero no siempre optan por lo más saludable. Como ejemplo tenemos lo expuesto por Kasaeinia et al., en el año 2017 en un estudio hecho en Irán, dieron que un 66.6 % de mujeres víctimas de violencia de pareja por maltrato físico usaban como estilo de afrontamiento la evitación, y el 67.3 % que sufría maltrato psicológico hacían uso de una estilo de afrontamiento centrado en sus emociones; Un estudio en Brasil realizado por Costa et al. (2018) mostraron que un 42.1 % de mujeres victimadas por sus parejas empleaban como estilos de afrontamiento la capacidad de modificar la situación experimentada y por ende salir del hecho violento, empero, un 26.3% usó el afrontamiento centrado en el escape, distanciamiento y evasión, pero manteniendo la relación con su agresor sin llegar a abandonarlo.

Los datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2019), denotaron que un 57.8 % de mujeres entre edades de 15 a 49 años sufrieron violencia por su pareja por lo

menos una vez en su vida. Fabian et al. (2020) mostraron que las mujeres peruanas victimadas por su pareja en su 59 % mantenían la creencia que era un deber esforzarse para que la relación no culmine y un 44 % mantenían la creencia del miedo a ser abandonadas por su pareja pese a las agresiones sufridas. Olazábal (2019) mostró que un 63.7 % de mujeres peruanas víctimas de violencia empleaban un afrontamiento inadecuado como negar o evitar el problema, al sentirse culpables por la situación experimentada se aislaban tanto de amigos como de familiares. El INEI (2019) también precisó que un 44.8 % de mujeres peruanas víctimas de violencia de pareja con vínculo matrimonial, buscaron ayuda en un familiar cercano generalmente en la madre; pero también mencionaron que un 47.8 % de mujeres víctimas no buscaron ayuda alguna debido a que consideraban que no era necesario mientras que un 14.7 % tampoco buscaba ayuda por sentir vergüenza.

Las estadísticas de violencia hacia la mujer por parte de su pareja en nuestro país son preocupantes año tras año, la violencia sigue persistiendo, y tras cada víctima de violencia hay creencias y estilos de afrontamiento que harán que la situación sea persistente o tenga un camino más saludable. Nuestra realidad peruana tiene diversas regiones en las que la mujer víctima de violencia de pareja puede responder de una manera distinta solo por el hecho de tener un contexto sociocultural diferente, es así que el presente estudio busca conocer las creencias irracionales y estilos de afrontamiento al estrés que están presentes en la mujer jaujina.

## **1.2. Formulación del problema**

### ***1.2.1. Problema general***

Teniendo en cuenta el problema de investigación se formuló la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y los de estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021?

### ***1.2.2. Problemas específicos***

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la aprobación y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?

### **1.3. Importancia y justificación del estudio**

#### ***1.3.1. Importancia***

La violencia de pareja es un problema de salud pública, nociva para la familia y sus integrantes, y por ende afecta a la sociedad en general, tal como lo señaló la Organización Mundial de la Salud en el año 1996. Se ha señalado que la violencia genera un daño en las víctimas y tener la condición de mujer se establece como un riesgo sustancial. En la dinámica de la violencia de pareja existe otro aspecto a tener en cuenta, viene a ser la posibilidad de perpetuarse en las siguientes generaciones a través de la descendencia, son los hijos quienes observan en calidad de testigos, y que por aprendizaje vicario pueden incorporar creencias erróneas, así como desarrollar bajos estilos de afronte al estrés, que van observando en el día a

día de su progenitores o familiares con los que viven, y al cumplir la mayoría de edad se ve reflejado en sus roles sociales que tendrán que desempeñar.

### ***1.3.2. Justificación Teórica***

La presente investigación es de gran aporte teórico debido a que las investigaciones respecto a estos temas son escasas, por lo cual, el presente estudio permitirá a través de las teorías de Ellis (1962) y de Lázarus y Folkman (1986) incrementar los conocimientos en ambas variables de estudio, sobre las creencias irracionales y estilos de afrontamiento.

### ***1.3.3. Justificación Metodológica***

Desde el punto de vista metodológico, a pesar de que esta investigación es correlacional puede servir de base para futuras propuestas de programas de intervención que beneficiarán a todas las mujeres que viven dentro de esta problemática en un contexto similar.

### ***1.3.4. Justificación Práctica***

Además, el presente estudio desde una visión social ayudará a los psicólogos debido a que aportará mayores conocimientos, así como a todo profesional y comunidad interesada en estos temas afines.

### ***1.3.5. Justificación secundaria***

En la provincia de Jauja, la idiosincrasia de su población es muy diferente de la ciudad de Lima, tienen sus tradiciones, esquemas culturales, y sobre todo prima el machismo, a la que muchas mujeres han interiorizado, naturalizado tales ideas en su sistema de creencias que cuando sucede un hecho de violencia reaccionan minimizándolo. Además, muchas mujeres de la provincia de Jauja no cuentan con trabajos propios, dependen en su mayoría de sus parejas, mientras que ellas se quedan en casa, con la crianza de los hijos, con la crianza del ganado, o se

dedican a actividades agrícolas, a lo que justifican o restan importancia si sus agresores atentan contra sus derechos de vivir una vida digna como personas sin violencia.

#### **1.4. Delimitación del estudio**

La presente investigación buscó conocer las creencias irracionales propuestas por Albert Ellis, así como los estilos de afrontamiento al estrés, estudiada por diversos psicólogos, que se encuentran presentes en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja.

##### ***1.4.1. Delimitación Espacial***

El estudio se realizó en la provincia de Jauja, incluyendo sus distritos. Se trabajó con mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de sus parejas y denunciaron el hecho, esto limita a un número importante de mujeres que a pesar de ser agredidas no han denunciado el hecho.

##### ***1.4.2. Delimitación Temporal***

El presente estudio correspondió a aquellas mujeres víctimas de violencia de pareja que han presentado su denuncia durante el año 2021, precisamente entre enero hasta setiembre. De esta forma se intervino en el trabajo de campo desde el mes de octubre hasta el mes de diciembre del 2021, y en enero del 2022 se realizó el procesamiento de resultados, concluyendo el estudio en marzo del 2022.

##### ***1.4.3. Delimitación Teórica***

Los temas tratados fueron las creencias irracionales presentes en las mujeres víctimas de violencia de la provincia de Jauja, así como también los estilos de afrontamiento presentes en cada una de ellas para afrontar situaciones similares.

#### **1.5. Objetivos de la investigación**

### ***1.5.1. Objetivo general***

Determinar la relación significativa entre las dimensiones de las creencias irracionales y los de estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja en la provincia de Jauja, 2021.

### ***1.5.2. Objetivos específicos***

Determinar la relación entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la aprobación y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021



Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Marco histórico**

Según Sagot (2000), menciona que durante 1975 y 1985, la llamada “Década de las Naciones Unidas para la Mujer”, surgieron movimientos que buscaban hacer valer los derechos de las mujeres, siendo el tema de la violencia el eje central; fue así que la Asamblea General de las Naciones Unidas a finales de esa década, específicamente en noviembre de 1985, aprobó una resolución sobre el mencionado problema, para luego en diciembre de 1993 sea aprobada la “Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer”.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1996), ejecutó el “Estudio multipaís sobre salud de la mujer y violencia doméstica contra la mujer” con una muestra de 24000 mujeres, en tal estudio halló que las mujeres que tuvieron pareja por lo menos una vez y sufrieron violencia física, violencia sexual o ambas fluctuaba entre el 15% y el 71%, aunque en la mayoría de los entornos se encontraron porcentajes entre el 24% y el 53%.

En Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2019) mostró que el 57.8 % de las mujeres entre 15 a 49 años experimentaron violencia por parte de su esposo o pareja alguna vez en su vida.

En la ciudad de Jauja se cuenta con dos Centros de Emergencia Mujer, y según el Reporte del Cubo de Datos Estadístico de los Servicios del MIMP, se reporta que en el año 2018 fueron atendidos 798 casos de violencia de los cuales 75% eran contra la mujer, en el año 2019 fueron atendidos 1077 casos de violencia de los cuales el 79 % eran contra la mujer, en el año 2020 la cantidad de casos disminuyó a 606, probablemente debido a la pandemia por el COVID-19, pero el porcentaje de violencia hacia las mujeres aumentó al 84 %, mostrando que la violencia en la

ciudad de Jauja se incrementó en las mujeres; con respecto al año 2021, de enero hasta abril, se ha atendido 287 casos de violencia, del cual el 84% es hacia la mujer, habiendo una mayor incidencia en mujeres adultas de 30 a 59 años. Jauja como provincia y sus distritos mantiene fuertes connotaciones machistas, debido al contexto cultural que aún mantienen y la alta incidencia de consumo de alcohol. En la provincia de Jauja, las investigaciones enfocadas en este tema no son abordados aun cuando los índices de violencia de pareja son elevados y predominan las dificultades por parte de la víctima para salir de una situación de violencia donde están implicadas sus creencias irracionales y sus estilos de afrontamiento.

## **2.2. Investigaciones relacionadas con el tema**

### ***2.2.1. Investigaciones internacionales***

Se consideró trabajos internacionales que tienen una relación directa o indirecta con la presente investigación.

Alméciga y Sanabria (2015) en un estudio no experimental, transversal, descriptivo y correlacional, buscaron la relación entre la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas bajo el marco teórico de A. Beck. Trabajaron con 52 mujeres entre 15 a 58 años de edad que habrían sufrido violencia doméstica y acudieron a la comisaria. Como resultados encontraron una correlación positiva débil entre la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas de culpabilidad ( $r=.307$ ) y personalización ( $r=.293$ ). Esto nos sugiere que ciertas distorsiones cognitivas están presentes en mujeres víctimas de violencia y que muchas de ellas persisten en la relación violenta por presentar también una dependencia emocional.

Cobos (2016) investigó las relaciones entre el apego, la resiliencia y el afrontamiento. El estudio fue del tipo transversal, observacional y analítico correlacional. La muestra estuvo conformada por 151 mujeres mayores de 18 años pertenecientes a Madrid y sufrieron violencia

de género en el ámbito de pareja. Encontraron que las mujeres víctimas de maltrato grave son las que tomaron la decisión de separarse de su agresor, motivadas por la consciencia del riesgo al que se enfrentaban, además de tener un antecedente de haber experimentado violencia en su infancia. También se encontró una correlación ( $p < .05$ ) entre el afrontamiento focalizado en la solución de problemas y el apego seguro, también entre el afrontamiento de autofocalización negativa y el apego preocupado, además de una correlación directa débil entre el afrontamiento racional y la resiliencia ( $r = .265$ ) y una correlación inversa débil con el afrontamiento emocional y la resiliencia ( $r = -.342$ ).

Escudero (2018) analizó los trastornos de personalidad y las estrategias de afrontamiento. Estudio no experimental y descriptivo. Trabajó con una muestra de 30 mujeres entre 20 a 55 años de la ciudad Alusí, que habían sufrido violencia de género. Señalaron que el trastorno de personalidad más sobresaliente fue la compulsiva con un 37 % y las estrategias de afrontamiento de mayor recurrencia y preferencia fueron el afrontamiento cognitivo dirigido a la emoción y el afrontamiento conductual dirigido a la emoción en un 27 %.

Estrada (2018) investigó los tipos de apego, las manifestaciones de violencia y las creencias irracionales resaltantes en mujeres víctimas de violencia, además de determinar si existe correlación entre las variables. La investigación fue de tipo no experimental, descriptivo, correlacional y transversal. Se trabajó con 89 mujeres entre 18 a 75 años edad, víctimas de violencia de pareja y que residían en la ciudad de Córdoba. Encontró que la violencia psicológica era la más frecuente con un 96.6 %, el tipo de apego preocupado fue el más resaltante con un 35.9% pero no halló una cantidad elevada de creencias irracionales con respecto al uso de la violencia, relación de pareja y roles de género. En cuanto a las correlaciones, no encontró una

relación entre las manifestaciones de violencia y las creencias irracionales ( $p > .05$ ), aunque si una relación entre el apego adulto irresuelto con la mayor presencia de creencias irracionales.

Nina (2019) en su investigación buscó encontrar la relación entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento. Su trabajo fue transversal, no experimental de tipo correlacional. Participaron 117 mujeres víctimas de violencia dentro del grupo familiar, residentes de la provincia de El Alto. Halló en sus resultados que las estrategias de afrontamiento mayormente empleada fue la de tiempo con un 48 %, luego estuvo la estrategia de acomodación con un 44% y por último la de reflexión - comunicación con un 39 %. También halló una correlación directa débil entre la ansiedad y la estrategia de afrontamiento pasivo de acomodación ( $r = .288$ ) y tiempo ( $r = .310$ ), y una relación inversa débil entre la ansiedad y la estrategia de afrontamiento activo de afecto ( $r = -.249$ ).

### ***2.2.2. Investigaciones nacionales***

En cuanto a las investigaciones nacionales tenemos investigaciones que se han relacionado directa o indirectamente con los objetivos de la presente investigación.

Tineo (2017), investigó la relación entre la ansiedad rasgo – estado y las ideas irracionales. Tal investigación fue no experimental, de tipo descriptivo correlacional, y de corte transversal. La muestra fue conformada por 71 mujeres con edades mayores de 18 años que habrían sufrido hechos de violencia familiar en Lambayeque. Se halló que las ideas irracionales más resaltantes fueron influencia del pasado con 50.7 %, perfección con 53.5 %, castigo con 60.6 %, causas externas con 81.5 %, y catástrofe al 91.5 %. También se encontró una correlación directa débil entre la ansiedad estado y las ideas irracionales de influencia del pasado ( $\rho = .301$ ), aprobación ( $\rho = .278$ ), perfección ( $\rho = 0,326$ ), catástrofe ( $\rho = .293$ ); además de la correlación

débil entre la ansiedad rasgo y las ideas irracionales de causas externas ( $\rho=.309$ ) y castigo ( $\rho=.258$ ).

Castillo (2017) buscó la relación entre las variables de dependencia emocional, estilos de afrontamiento al estrés y depresión. Su estudio fue correlacional, transeccional y no experimental. Trabajó con una muestra de 126 mujeres entre 18 a 60 años que residían en Chiclayo y eran víctimas de violencia por parte de su cónyuge. Encontró una relación inversa moderado y alto entre dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento por aproximación como: reevaluación cognitiva ( $\rho=-.531$ ), búsqueda de soluciones ( $\rho=-.492$ ), solución de problemas ( $\rho=-.541$ ), análisis lógico ( $\rho=-.695$ ); y una relación directa alta entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento por evitación cognitiva ( $\rho=.721$ ) y por aceptación o resignación ( $\rho=.758$ ). Del mismo modo, tuvo como resultado igual a lo mencionado, pero con la variable depresión y las estrategias de afrontamiento por aproximación y evitación.

Vilcahuamán (2018), investigó la relación entre la resiliencia y el afrontamiento de estrés, con un diseño no experimental, descriptivo correlacional. Participaron 220 estudiantes, se usó el CAE (cuestionario de afrontamiento de estrés) y ERA (escala de resiliencia para adolescentes), se llegó a la conclusión que ambas variables se relacionaban.

Guevara y Suarez (2018) buscaron la correlación entre creencias irracionales y dependencia emocional. Investigación de tipo experimental, correlacional y de corte transversal. Trabajó con 90 mujeres entre 15 a 50 años víctimas de violencia de pareja, residentes de Huaycán en el departamento de Lima. Los resultados mostraron que el 76.7 % presentaban la creencia irracional de ausencia de autonomía en grados patológicos. También se encontró que las creencias irracionales como la necesidad de aprobación, perfeccionismo, ausencia de autonomía

se relacionaban con la dependencia emocional, empero, hallaron que con el resto de creencias irracionales no existió una relación.

Buiklece (2019) estudió la correlación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales. Con una investigación descriptivo, correlacional, de corte transversal y no experimental. Trabajó con 100 mujeres entre 20 a 50 años víctimas de violencia psicológica ejercidas por la pareja. Halló que la creencia irracional de miedo o ansiedad ante lo desconocido fue la más resaltante y presente en la muestra de estudio. Por otra parte, encontró una correlación directa débil entre la dependencia y las creencias irracionales de dependencia ( $\rho=.267$ ) y necesidad de aprobación ( $\rho=.323$ ).

Como última investigación tenemos el trabajo de Concha (2020) que estudió la relación entre la dependencia emocional y los modos de afrontamiento al estrés. Con diseño no experimental, de corte transversal, tipo correlacional. Participaron 215 mujeres que sufrieron violencia de pareja, entre 20 a 60 años de edad, pertenecientes a un programa social. Halló que los modos de afrontamiento predominante eran la reinterpretación positiva y crecimiento con un 72.1 %, la búsqueda de soporte emocional con 62.3 % y la búsqueda de apoyo social con un 59.5 %. No encontró relación entre la dependencia emocional y los modos de afrontamiento.

### **2.3. Estructura teórica y científica que sustenta el estudio**

#### ***2.3.1. Creencias irracionales***

Santandreu (2019) mencionó que los individuos en su ciclo de vida van adquiriendo creencias irracionales, no solo en el núcleo familiar, sino también en la escuela, con sus pares en los círculos sociales y por diversas experiencias que van afrontando en el día a día; Santandreu llegó a conceptuar las creencias irracionales como aquellos pensamientos que provocan malestar emocional, pero estas ideas son defendidas sin llegarse a dar cuenta que son falsas y mantenerlas



complican la vida del individuo. En cuanto a las características de las creencias irracionales, Muñoz (2006) refirió que estos pensamientos no tienen un fundamento lógico, son falsas pues son resultado de deducciones abstractas, presentan exigencia y demanda, provocando emociones poco funcionales o negativas, también se caracterizan porque impiden que los individuos alcancen sus objetivos porque llegan a ser sometidos por estas creencias.

**2.3.1.1. Las creencias irracionales y Terapia Racional Emotiva Conductual.** La Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), tiene como bases filosóficas los postulados orientales de Confucio, Buda, los postulados romanos y griegos, con Marco Aurelio, Epicteto, y el estoicismo, resaltando que una filosofía del individuo tiene un rol importante en las emociones; el postulado de Epictetus (1890) “No nos preocupan las cosas, sino la visión que tenemos de ellas” fue el cimiento de la filosofía que maneja la TREC; también tiene influencias de las ideas de Kant (1929) y Russell (1950), a quienes se les atribuye el empleo del uso de métodos empíricos de la lógica y la ciencia, con el ejercicio de un humanismo ético; Korzybski (1993), influyó en la TREC con la semántica y el énfasis del papel del lenguaje en la estructura de los pensamientos y emociones (citados por Lega et al., 1997).

Ellis en el año 1962 (citado por Borda et al., 2003), presentó el paradigma del ABC sustentando que son las cogniciones los mediadores y ejes centrales en el origen de los trastornos sean estos de índole emocional, conductual o a nivel de las relaciones interpersonales. Dentro del esquema del ABC, diferenció que los sucesos del ambiente o los acontecimientos, representado por la letra A, en sí no son los responsables de la génesis de las consecuencias cognitivas, emocionales y/o conductuales, representadas por la letra C, sino que el mediador principal son las creencias o pensamientos, representados por letra B, los causantes de las consecuencias.

Lega et al. (1997), menciona que las situaciones (A), según la TREC, distingue entre una realidad objetiva y una realidad percibida por los individuos. Una realidad percibida es la descripción de los acontecimientos que hace el individuo bajo su sistema de creencias. La realidad objetiva viene a ser aquella realidad confirmable o acontecimiento según unanimidad social. En cuanto a las creencias (B), cita a Ellis (1975), quien definió que estas creencias son en sí evaluaciones que se hace de la realidad, no se trata de describirlas o predecirlas, tiene un arraigo en el sistema de creencias, según Ellis para detectar una creencia irracional se tendría que buscar los “debería” y “tendrías que”, que vienen hacer las exigencias o demandas que caracterizan a estas creencias. Cabe resaltar que detectar estos términos en la expresión del individuo tiene que estar representado por un imperativo, como un dogma que exige a la persona que “tiene que” ocurrir el acontecimiento. Las consecuencias (C), son los resultados, por lo general lo que aqueja al individuo a nivel cognitivo, conductual y/o emocional. La TREC distingue entre emociones que son dañinas y otras que son funcionales. Una emoción dañina incapacita al individuo para lograr los objetivos, no permite disfrutar y lleva a la autodegradación.

Ellis (1975) con su modelo ABC pudo explicar los problemas emocionales por los que el individuo sufría, de esa forma creo la Terapia Racional Emotiva Conductual como intervención terapéutica, cuyo postulado eje es la forma de pensar del individuo de su ambiente genera consecuencias en tal, y tales pensamientos tiene su sustento en las creencias que va uno adquiriendo a lo largo de la vida y va desarrollando sobre sí mismo, sobre otros individuos y sobre el entorno en general.

Cuando surgió el paradigma del ABC, hubo una confusión con el nombre de “irracionales”, por lo que Ellis (1982) y Ellis y Becker (1982), aclararon que no se trata de que la

persona no razona, sino que lo hace de forma equivocada porque las conclusiones resultantes son ilógicas, no empíricas y obstaculizan el logro de metas. Si la persona basa sus pensamientos en datos contrastables, con una secuencia científica, crítica, y empleo de la lógica entre las premisas que tiene que evaluar, entonces sus creencias son racionales haciendo que sus conductas resultantes sean funcionales (citados por Lega et al., 1997).

**2.3.1.2. Características de las creencias irracionales.** Según Bernard et al. (1983, Citado por Calvete y Cardeñoso, 1999) las creencias irracionales presentan las siguientes características: 1. Son falsas, no apoyadas por la evidencia, son sobre generalizaciones, resultado de deducciones imprecisas. 2. Son órdenes, entendidas como mandatos, deberes, demandas. 3. Desembocan en emociones inadecuadas o poco funcionales como la depresión, ansiedad, etc. 4. Impiden el logro de objetivos, debido a que el individuo con una lógica errónea y emociones desbordadas no llega a estar en posición para cumplir con tareas que conlleven a aspectos positivos de su vida.

**2.3.1.3. Clasificación de las creencias irracionales.** Ellis (2006) propuso una lista tentativa de creencias irracionales, aclarando que tal lista no es definitiva. La primera creencia es la aprobación, de que los individuos necesitamos ser aprobados en todo momento, para ser aceptados y amados. La segunda creencia es la perfección, exigencia que uno debe ser competente y capaz en todos los aspectos. La tercera creencia es el castigo severo que deben recibir los individuos crueles, perversos, malvados. La cuarta creencia es la catástrofe, que pone en una situación al individuo de constante inquietud que las cosas que uno se propone no lleguen a ocurrir como a uno le gustaría. La quinta creencia son las causas externas, entendida de como los individuos no pueden controlar todo lo que le rodea, lo que les sucede debido a que son originadas por fuerzas externas. La sexta creencia es la ansiedad, si para un individuo al

experimentar una situación ésta le resulta temible, entonces debe sentir una gran inquietud y pensar constantemente en lo que podría ocurrir. La séptima creencia es la evitación, que resulta más sencillo eludir responsabilidades en vez de afrontarlas. La octava creencia es la indefensión, en la que rige que todo individuo debe depender de otras principalmente de alguien fuerte para depositar confianza. La novena creencia es sobre la influencia del pasado, los individuos que tienen una historia pasada que haya sido perturbadora va influir en la conducta presente y por el resto de sus vidas. La décima creencia es la preocupación extrema por los demás, exige que todo individuo debe atormentarse y sentirse inquieto por los problemas de los demás. La onceava creencia, y última expuesta por Ellis, es la infelicidad, pide que los individuos deben dar solución de forma inmediata y perfecta a sus problemas, caso contrario vivirán desdichados.

**2.3.1.4. Algunas creencias irracionales en mujeres maltratadas.** Echeburúa y Redondo (2010) mencionaron que la violencia es una situación que no se puede minimizar, la víctima tiene un proceso complejo dentro de sí misma y acorde a lo que resuelve puede no llegar a tomar las medidas legales y si lo hace al poco tiempo termina perdonando a su agresor y por ende retractándose de la denuncia, son muchos los motivos que llevan a tales decisiones, entre ellos las creencias irracionales. Los maltratos a veces comienzan desde el inicio de la relación de pareja y perduran hasta la separación, es así que la mujer víctima se encuentra en un conflicto ante su agresor, y lo que debe hacer. Una creencia vinculada a estas conductas es la creencia de un amor romántico, que todo lo puede, perdona toda falta, que da todo por el ser amado incluso el sacrificio, envenena el pensamiento lógico de las víctimas haciendo que una ruptura sea una opción poco a considerar, pero también hay otras creencias que se manifiestan con la dependencia económica, la protección de los hijos, las críticas sociales y el “qué dirán”, la baja autoestima, la dependencia emocional, y el temor a las consecuencias de la separación. Los

autores también detectan otros grupos de creencias en las víctimas de violencia como que todas las parejas tienen problemas, usan la negación para ser detectadas como mujeres maltratadas, creen que su pareja no es una persona mala sino que en ciertas condiciones es controlado por la ira, algunas consideran que si dejan a la pareja perderían todo lo invertido y peor si hay hijos de por medio, mantienen la creencia de una esperanza al cambio de su pareja con el tiempo, aceptan la idea que merecen ser golpeadas por los actos que hacen, consideran al matrimonio un sinónimo de sacrificios y no es opción la separación. Los autores observaron que la decisión de salir de las situaciones violentas se debe a incidentes críticos como que la violencia se extienda a los hijos e hijas, aunque para ello haya pasado un historial de agresiones en la cronicidad de la convivencia con el agresor. Otros riesgos detectados por los autores tienen que ver con su contexto como el nivel de educación bajo, inician la convivencia a temprana edad, de bajos recursos económicos o sin independencia financiera, tienen antecedentes de haber sufrido o presenciado hechos de violencia en la infancia, de baja autoestima con carencia afectiva, con escasa red de soporte familiar y social.

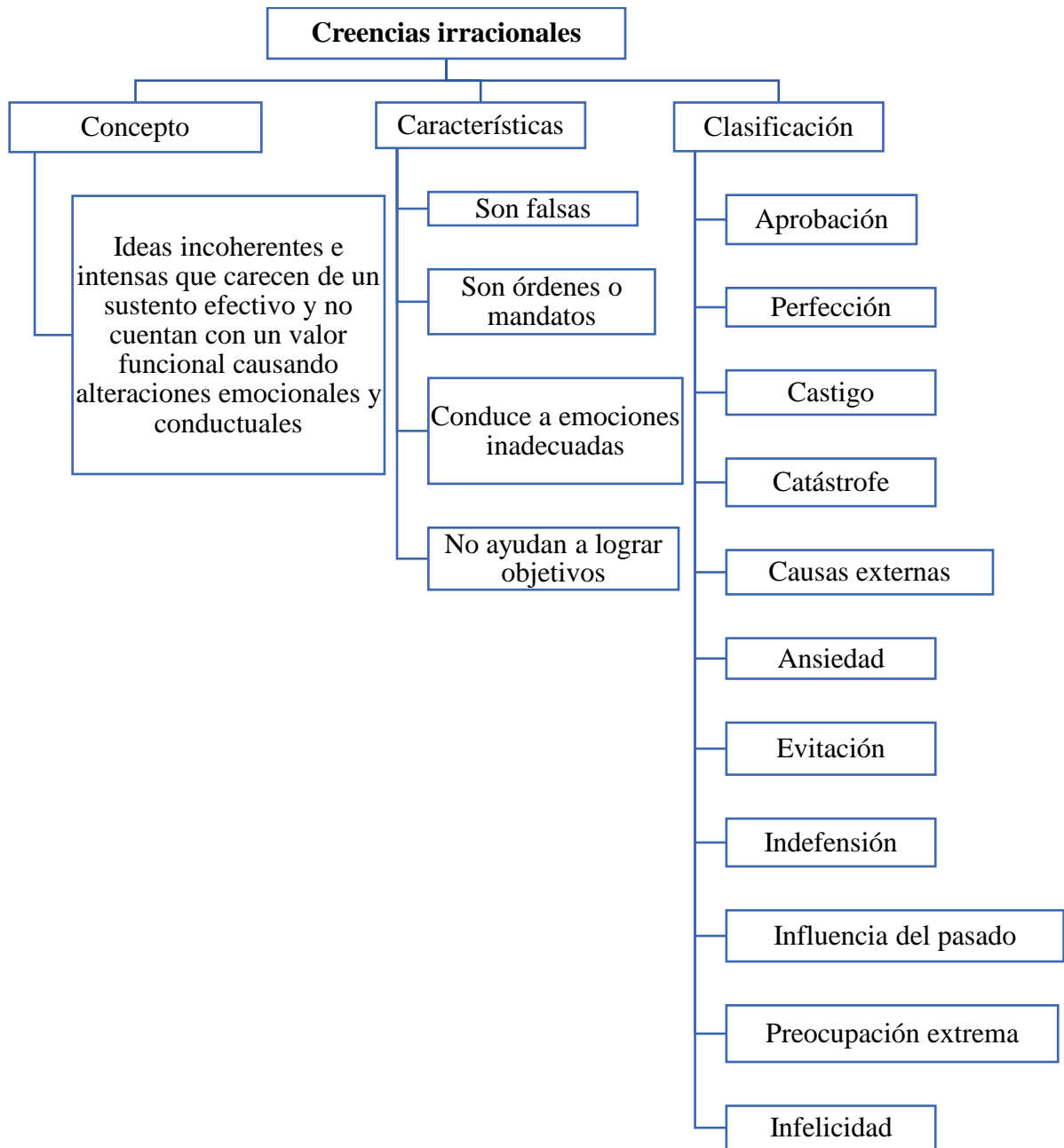
Otros autores como Molina y Moreno (2015) refirieron que las mujeres víctimas de violencia tienen la creencia interna de culparse a sí mismas, quitando así la responsabilidad al agresor, se sienten merecedoras de ser maltratadas de forma justa por haber desobedecido o no complacido a su pareja, también creen que la situación que atraviesan es debido a causas externas, es decir, creen que su pareja no puede cambiar de actitud porque es su forma de ser y ellas lo aceptaron cómo es.

Finalmente, Aguinaga (2012) mostró que las mujeres víctimas de violencia de pareja presentaron mayor cantidad de creencias irracionales en comparación de las mujeres que no sufrían tales tratos.

### 2.3.1.5. Esquema iconográfico

**Figura 1**

*Mapa conceptual de las creencias irracionales de Albert Ellis (1975)*



*Nota.* Elaboración propia

### **2.3.2. Estilos de afrontamiento al estrés**

Macías et al. (2013) entendieron que cuando un individuo tiene que enfrentar una situación de estrés, esta dependerá de factores que derivan de su salud física, vitalidad, así como su sistema de creencias, sus habilidades sociales, su capacidad para dar solución a los problemas, y si tiene una red de apoyo social. Carver y Connor-Smith (2010) mencionaron que los individuos ante situaciones problemáticas reaccionan con esfuerzos intentando prevenir o amortiguar las amenazas, o daños, de esta forma poder amenorar las angustias que vienen asociadas, y así lidiar con el problema, en algunos casos se evita el problema y en otros uno se adapta al problema. Castaño y León (2010) dan entender que las personas que buscan un estilo adecuado para afrontar el estrés y la adversidad, hacen que se reduzcan emociones negativas que producen malestar.

Entonces, para comprender que es el afrontamiento al estrés, Fernández (2009) lo conceptúa como aquellos esfuerzos que el individuo hace tanto a nivel cognitivo y conductual para hacer frente a la situación estresante, de esta forma poder manejar las demandas internas o externas.

**2.3.2.1. Teorías sobre estilos de afrontamiento al estrés.** Son varias teorías sobre el afrontamiento al estrés, pero para esta investigación mencionaremos las siguientes:

La teoría transaccional de Lazarus y Folkman (1986) explica que toda interacción es bidireccional entre los individuos y el medio que los rodea, esta interacción es activa, cambiante y recíproca. Partiendo con su teoría, propusieron dos modos de afrontamiento, uno de ellos era el modo de afrontamiento dirigido a la emoción, que se trataba en como las reacciones de los individuos buscan regular la respuesta emocional ante situaciones que provoquen estrés; el segundo modo de afrontamiento está dirigido al problema, entendiéndolo como los estilos que

emplean los individuos orientados a cambiar, alterar, y manipular la situación estresante. Los autores expusieron que hay tres etapas para afrontar el estrés: en la primera etapa el individuo evalúa la situación amenazante, mide de qué forma y hasta qué punto actuará; en la segunda etapa comprueba si su anticipación fue peor o igual a lo que imaginaba, y de qué manera se dio, aunque en esta etapa el individuo puede tardar en darse cuenta de lo que está sucediendo debido a que su atención está dirigida al hecho estresante; en la tercera etapa, el individuo hace frente a la situación de estrés, se incluye el componente psicológico como materia.

Bandura (1986) mencionó en su teoría de autorregulación conductual, que aspectos ambientales y aspectos cognitivos del individuo como su capacidad de autorregulación, y autoeficacia, son importante para que se logre una adaptación correcta a los cambios, o al alcance de sus metas.

De las dos teorías mencionadas, los autores Carver et al. (1989) generaron un inventario de afrontamiento multidimensional con el objetivo de registrar y estimar las formas diversas en que los individuos dan respuesta a las situaciones estresantes, para ello propusieron trece estilos de afrontamiento. Afrontamiento activo, se opta por medidas activas que hace el individuo para evitar o eliminar la situación de estrés y de esta forma mejorar sus efectos. Planificación, aquí los individuos buscan establecer organizadamente y con detalles aquellas estrategias de acción premeditadas para afrontar la situación problemática. Supresión de actividades competitivas, la estrategia busca concentrarse en la situación que genera estrés, se busca evitar toda actividad de distracción. Afrontamiento de restricción, los individuos no actúan prematuramente, sino que esperan el momento propicio para confrontar la situación problema. La búsqueda de apoyo social instrumental, los individuos buscan orientación en otros individuos sobre cómo hacer frente a la situación problema. Búsqueda de apoyo socioemocional, se busca a otros individuos para recibir



consuelo, apoyo moral y comprensión con el fin de amortiguar las emociones negativas.

Reinterpretación positiva y crecimiento, los individuos optan por tomar las adversidades como una experiencia de aprendizaje, que servirán para actuar ante otras situaciones similares en el futuro. La aceptación, consiste en que el individuo va aceptando que la situación de estrés es algo que sucede en la realidad y no puede cambiarlo. Acudir a la religión, los individuos para reducir el malestar acuden a la creencia religiosa. El desahogo de emociones, consiste en que los individuos manifiestan su sentir, sus emociones, sin necesidad de guardárselo o sin reprimirlo. La negación, consiste en que los individuos no aceptan la situación estresante, no se aceptan la realidad, imaginan que se trata de algo irreal. La desconexión conductual, consiste en que los individuos se dan por vencido sin lograr algún intento por dar solución a la situación estresante, tanto sus capacidades cognitivas y conductuales se pierden. La desconexión mental, se trata de que el individuo se distrae para desvincularse con la situación estresante.

Posteriormente Carver y Scheier (1994) añadieron dos estilos más, para un total de quince estilos de afrontamiento, uno de ellas es el humor que consiste en realizar bromas de la situación estresante, y la otra es uso de sustancias donde los individuos ante las situaciones de estrés realizan la ingesta de alcohol o consumo de drogas.

**2.3.2.2. Dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés.** Los estilos de afrontamiento pueden ser clasificadas, de esta forma Julca (2018) basándose en lo planteado por Crasovan y Sava (2013), y en un análisis de segundo orden logró abarcarlo en cinco dimensiones como se mencionan a continuación:

2.3.3.2.1. El primero es el afrontamiento centrado en el problema, fue definida como el modo en que los individuos usan recursos para cambiar la situación estresante. Los estilos incluidos aquí sería: afrontamiento, es una forma activa de ejecutar acciones directas para

disminuir, o evadir la situación de estrés; planificación, se analiza y elige la mejor acción para la solución al problema; supresión, busca centrarse en otras actividades para evitar la situación de estrés; retracción, en la que los individuos buscan la oportunidad para enfrentar la problemática antes de dar una respuesta prematura; búsqueda de soporte, el individuo busca a otros para recibir apoyo ante el problema que le aqueja.

2.3.3.2.2. Afrontamiento centrado en la emoción, del cual los autores lo definieron como la capacidad para regular las emociones para disminuir o eliminar el efecto emocional producida por la situación de estrés. Carver et al. (1989) lo entendían como aquel proceso cognitivo que motiva al individuo para manejar las emociones y salir con éxito de la situación problema. En este grupo tenemos los estilos de afrontamiento: búsqueda de soporte emocional, búsqueda en el apoyo de otros; aceptación, identificar que la situación existe y hay que adaptarse; búsqueda de la religión, que al refugiarse ante una creencia religiosa se busca reducir la situación estresante; el análisis de las emociones, para buscar alternativas en la forma de reaccionar.

2.3.3.2.3. Afrontamiento centrado en el apoyo social, definido como la búsqueda de soporte en la red familiar o social, para disminuir la tensión de los hechos estresantes.

2.3.3.2.4. Afrontamiento evitativo, entendida como conductas de evitación del suceso estresante, de esta forma se evita alguna dificultad, uno puede distraerse con otras actividades (Carver et al., 1989). En este grupo tenemos: negación, el individuo considera que la situación es irreal, no existe, no acepta; conductas inadecuadas, realizan comportamientos en su mayoría ansiosos que no aportan a la solución del problema; distracción, el individuo se concentra en otras actividades ajenos al problema.

2.3.3.2.5. Otros afrontamientos adicionales, que vienen a ser estilos para evitar situaciones de estrés, pero son poco usuales o infrecuentes.

### 2.3.2.3. Algunos estilos de afrontamiento en mujeres maltratadas. Roco et al. (2013)

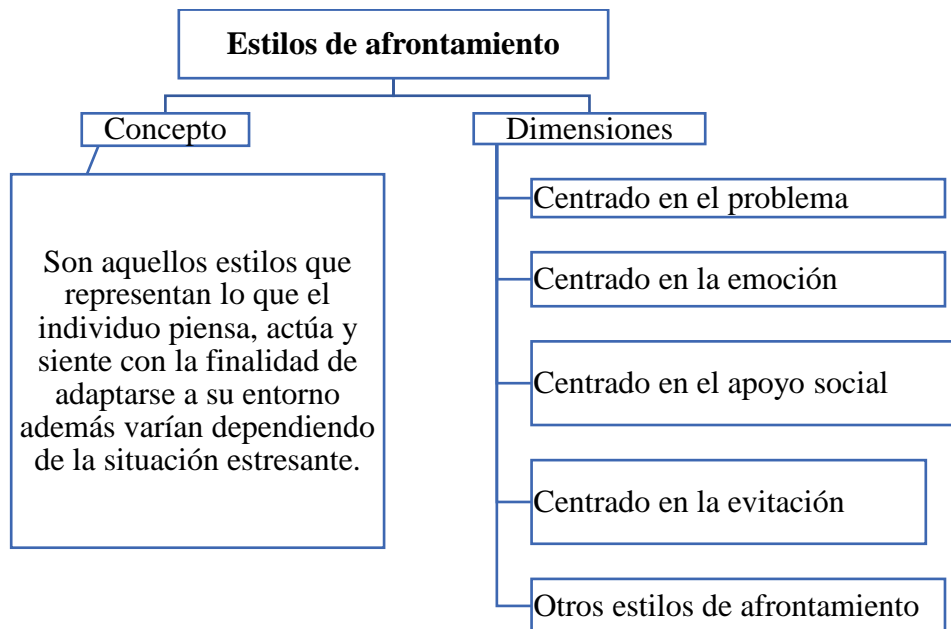
mencionan que las mujeres maltratadas por su pareja, por lo general, al hacer frente a la violencia buscan un apoyo socioemocional, otras solo esperan que la situación se resuelva por sí misma, otras no reconocen sus emociones negativas y se refugian en la creencia religiosa a través de la oración para poder tolerar la situación violenta, haciendo que el ciclo de la violencia perdure.

Miracco et al. (2010) mencionaron que algunas mujeres violentadas utilizaban estilos de afrontamiento adaptativas como el afrontamiento activo del problema en la que buscan modificar la situación problema, empero, son muchas las víctimas que emplean estilos desadaptativos como la evitación, aislamiento, justificación, que no permiten un adecuado afrontamiento al problema.

### 2.3.2.4. Esquema iconográfico

**Figura 2**

*Mapa conceptual de estilos de afrontamiento según Julca (2018)*



*Nota.* Elaboración propia

### ***2.3.3. Violencia y Violencia de pareja***

Para comprender que es la violencia de pareja, debemos entender el concepto de violencia. Según la Organización Panamericana de la Salud (2002) definió el término violencia como el empleo premeditado del poder y la fuerza física, incluso a nivel de amenaza, que se realiza en contienda con uno mismo, otros individuos, grupos o comunidades, cuyo resultado genere probabilidades de producir un daño físico o psicológico, cause lesiones, trastornos, privaciones e incluso la muerte. Se ha de entender que el daño a uno mismo como la conducta suicida, también se considera una violencia interpersonal como los conflictos armados. Las amenazas e intimidaciones son actos violentos. Visiblemente puede verse los daños y la muerte, pero actos violentos más invisibles se dan a nivel psíquico, como las privaciones, deficiencias en el desarrollo de los individuos, de las familias y las comunidades.

Corsi (1995) nos menciona que en la violencia hay una relación de abuso, y que es necesario entender el concepto de daño y desequilibrio del poder. Se comprende por daño al menoscabo de la integridad personal que puede ser a nivel físico o psicológico. El desequilibrio de poder, se da cuando alguien crea en la fuerza y poder de otro individuo para que se produzca el desequilibrio, incluso cuando un observador externo tenga una perspectiva diferente en la que no aprecie tal relación en la realidad.

La Organización Mundial de la Salud (1996), propuso tres categorías en la violencia, según a quién está dirigido el acto violento: violencia autoinflingida, violencia interpersonal y violencia comunitaria. Dentro de la violencia interpersonal, aquella que va dirigidos a otros, se encuentra categorizada la violencia de pareja, la que a su vez puede ser del tipo físico, sexual, psicológico y/o económico.

En primera instancia la violencia física es comprendida como los actos que resultan en un daño a la integridad física del individuo a través de agresiones a su cuerpo como patadas, puñetes, empujones, arañadas, bofetadas, entre otros, sea empleándose el propio cuerpo, sustancias u objetos contundentes (Corsi, 1995; OPS, 1998 y 1999; OPCION, 2001; Citados por OPCION, 2004).

La violencia psicológica es entendida como la acción u omisión que desencadena un daño a nivel psicológico, sea este cognitivo, emocional o conductual, que se observa a través de ataques verbales ofensivos, amenazas diversas contra la integridad, gestos de desprecio, conductas de indiferencia, conductas de silencios, humillaciones, desvalorizaciones, descalificaciones y ridiculizaciones; la violencia psicológica es la más difícil de identificar, pero puede traer mayores consecuencias en el individuo (Anicama, 1999; OPCION, 2001; Citados por OPCION, 2004).

La violencia sexual, es entendida como toda conducta que afecte la libertad e integridad sexual del individuo, su máxima expresión es la violación sexual, pero otras expresiones son aquellos acercamientos y tocamientos indebidos (Baca y col, 1998 y Estremadoyro, 1992; Citados por OPCION, 2004).

Por su parte, la violencia económica son acciones u omisiones que afectan la sobrevivencia, como el despojo, la destrucción de bienes personales, incluye la negación a cubrir la pensión alimenticia e incluso los gastos básicos para la sobrevivencia de la familia, en una relación de poder (Baca y col., 1998; Citados por OPCION, 2004).

**2.3.3.1. Definición de violencia de pareja.** La Asociación de Psicólogos Americanos, APA (1996, Citado por Zarza y Froján, 2005), dan la definición de la violencia de pareja como un patrón conductual que incluye maltrato físico, psicológico, económico y/o sexual ejercido

dentro de una relación de confianza, intimidad, con el objetivo de tener el poder, control y ejercer subordinación y autoridad.

Para Torres et al. (2019) la violencia de pareja son los maltratos que surgen en la relación íntima, y que puede causar daño físico, cognitivo, emocional y sexual a uno de los integrantes de la relación que por lo general es a la mujer. Alberdi y Matas (2002), que la mujer sea mayormente afectada en la violencia de pareja, proviene de prácticas tradicionales, de culturas machistas, donde influye la discriminación por raza, sexo, idioma o religión que mantienen la condición de inferioridad de la mujer en su papel familiar, laboral, de la comunidad e incluso de la sociedad.

Romero (2004), enfatiza el aprendizaje vicario, la exposición a situaciones de violencia, menciona que una exposición continua a situaciones de violencia dentro del hogar, hace que los menores vayan legitimando y naturalizando los maltratos como una manera de resolver conflictos, entienden que debe haber una asimetría de poder entre hombres y mujeres. Gonzáles y Santana (2001), identifican los roles que van asumiendo las niñas y los niños en este tipo de hogares; la niña crece “acostumbrada” a ciertas actitudes y comportamientos que debe tener como mujeres, interioriza que estas situaciones son “normales”; los niños que al llegar a ser jóvenes y se tornan muy agresivos, por lo general observaron mayor violencia en sus propias progenitoras, y han sido castigados fuertemente por sus padres.

La violencia en la pareja es un fenómeno, que requiere explicaciones multicausales, entre ellos se incluye los factores individuales, de la sociedad y del vínculo contextual de la pareja. Para entender este fenómeno se aborda los modelos explicativos presentados a continuación.

**2.3.3.2. Ciclo de la violencia de pareja.** Walker (2013) en su teoría del ciclo de la violencia, entendió que en la relación violenta hay un ciclo que pasa por tres fases: La primera

fase es la acumulación de la tensión, el miembro agresor se comporta de una manera negativa ante sutiles molestias o frustraciones que realiza su pareja. En la segunda fase el agresor después de tensionarse tras el fastidio que ha sentido, llega a descargar esa tensión en forma de violencia y se lanza hacia la víctima, quedando muchas de ellas en shock, otras respondiendo en negación, justificación o minimización de los hechos ocurridos. En la última fase, viene la “luna de miel”, es una fase de arrepentimiento del agresor que al darse cuenta del daño perpetrado hacia la víctima muestra arrepentimiento y busca el perdón de su pareja, realiza promesas de cambio, y es aquí donde la víctima por lo general perdona creyendo que estas situaciones no se volverán a repetir, pero empieza a verse afectada, empieza a sentir temor; esta última fase se desvanece con el tiempo, para nuevamente repetir el ciclo con una nueva tensión.

Algunas mujeres tras vivir constantes hechos de violencia, y según la autora citada, pueden llegar a adquirir indefensión aprendida, cambiando su forma de pensar, sentir y actuar, lo que no les permite escapar de la situación violenta, permanecen al lado del agresor en el ciclo de violencia.

**2.3.3.3. El modelo ecológico, niveles y dimensiones de la violencia.** La teoría ecológica de Bronfenbrenner (2002) es una de las teorías que explica el desarrollo de la violencia, entiende que cada individuo se desarrolla de forma diferente a otros debido a diversas experiencias de índole cultural, del lugar en donde viven, y del núcleo familiar. Consideró las bases biológicas del individuo, como los aspectos genéticos, así como sus características psicológicas, y sus interacciones con los conjuntos de sistemas a los que reconoció los siguientes: microsistema, que vienen a ser las interacciones en un determinado ambiente que cuenta con sus propias características; mesosistema, son las interacciones de dos o más ambientes en donde el individuo se desenvuelve activamente; exosistema, el individuo es influido por ambientes que afectan su

entorno, y que no puede interactuar directamente; y macrosistema, donde los tres sistemas mencionados se dan en contextos más amplios. La teoría ecológica toma en cuenta la interacción multinivel que se da entre aspectos biológicos, psicológicos, culturales y sociales.

**2.3.3.4. Consecuencias de la violencia de pareja.** Sea la violencia física, sexual o económica, está traerá efectos psicológicos, de lo cual Vargas (2016) refiere que una violencia constante infligida a la mujer afecta su forma de pensar, su identidad propia, su libertad, llega a perturbarse lo que afecta la capacidad de usar la razón y su capacidad de reacción a los ataques sobre todo ante una violencia con riesgo de severidad. Pierden la esperanza que cualquier acción que realicen para afrontar la situación y abandonar al agresor resultaría en vano adoptando un comportamiento pasivo, minimizando la violencia a pesar de estar en peligro su vida misma.

Autores como Lawrence et al. (2012) entendieron que vivir constantemente en un ambiente violento en el que los maltratos son constantes llega a generar reacciones de estrés que tensionan a las víctimas. Estas incluso pueden conllevar a la generación de estrés postraumático, ansiedad, depresión, baja autoestima, culpabilidad, asilamiento, abuso de sustancias, y diversas sintomatologías que afectan la integridad psicológica de la víctima.

## **2.4. Definición de términos básicos**

### ***2.4.1. Creencia irracional***

Son aquellos pensamientos con ideas incoherentes, intensas, carecen de base lógica, no tienen un sustento efectivo, son disfuncionales porque no tienen un valor funcional lo que llega a causar alteraciones emocionales y conductuales (David et al., 2010).

Ellis (2006) define y clasifica once creencias irracionales, de las cuales David et al. (2010), en su test REGOPINA trabaja con seis de ellas:



**2.4.1.1. Aprobación.** Esta creencia nos menciona que los individuos tenemos la necesidad de ser aprobados y queridos por todas las personas significativas para uno (Ellis, 2006).

**2.4.1.2. Perfección.** Es la creencia de que para poder valorarse a sí mismo uno debe ser competente y capaz en todos los aspectos (Ellis, 2006).

**2.4.1.3. Castigo.** Es la creencia que las personas crueles, malvadas y perversas tienen que ser sometidos a los castigos más severos (Ellis, 2006).

**2.4.1.4. Catástrofe.** Es la creencia inquietante, con una visión caótica de que las cosas que uno se propone no se logren como a uno le gustaría (Ellis, 2006).

**2.4.1.5. Causas Externas.** Es la creencia que los individuos no pueden controlar todo lo que les ocurre, además que todo lo que sienten es debido a por fuerzas externas (Ellis, 2006).

**2.4.1.6. Influencia del pasado.** Es la creencia que los individuos que tiene un pasado perturbador, esta historia va influir totalmente en su comportamiento actual y le afectará por el resto de su vida (Ellis, 2006).

#### **2.4.2. Estilos de afrontamiento**

Son todos aquellos estilos que emplea el individuo, refleja su forma de pensar, sentir y actuar ante una situación estresante que se da en su entorno para poder adaptarse (Bermúdez et al., 2013).

**2.4.2.1. Afrontamiento centrado en el problema.** Son los recursos que emplean los individuos para intentar cambiar los sucesos que les producen estrés (Julca, 2018). Los estilos para afrontar al estrés serían: Afrontamiento activo, planificación, la supresión de otras actividades, la postergación del afrontamiento, la búsqueda de apoyo social.

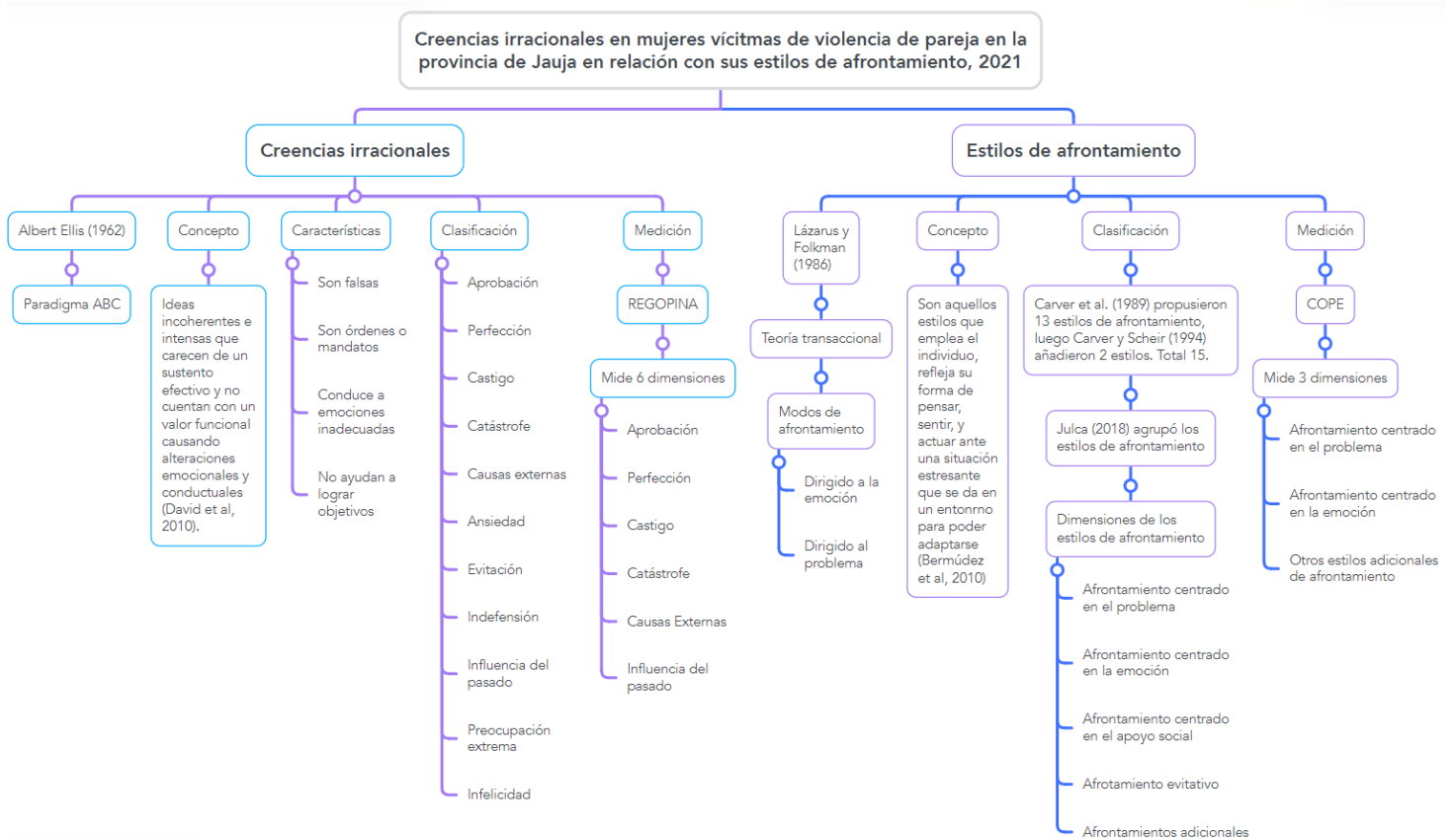
**2.4.2.2. Afrontamiento centrado en la emoción.** Son los recursos que buscan regular las emociones provocadas por la situación estresante, y de esta forma mitigar o acabar con el efecto emocional provocado (Julca, 2018). Implica los siguientes estilos de afrontamiento: La búsqueda de soporte emocional, la reinterpretación positiva y desarrollo personal, la aceptación, acudir a la religión, y el análisis de las emociones.

**2.4.2.3. Otros estilos adicionales de afrontamiento.** Son los recursos que emplean los individuos con el objetivo de evitar situaciones estresantes, pero cuyos estilos son poco usuales (Julca, 2018). Implica los siguientes estilos: negación, conductas inadecuadas, distracción.

## 2.5. Fundamentos teóricos que sustentan las hipótesis (figuras o mapas conceptuales)

**Figura 3**

*Mapa conceptual de fundamentos teóricos que sustentan las hipótesis*



Nota. Elaboración propia

## **2.6. Hipótesis**

### ***2.6.1. Hipótesis general***

H1: Existe una relación significativa entre las dimensiones de las creencias irracionales y los de estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021.

### ***2.6.2. Hipótesis específicas***

H2: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H3: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H4: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la aprobación y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H5: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H6: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H7: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la perfección y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H8: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H9: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H10: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional del castigo y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H11: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H12: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H13: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la catástrofe y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H14: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H15: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H16: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de causas externas y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H17: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H18: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

H19: Si existe una relación estadísticamente significativa entre la creencia irracional de la influencia del pasado y otros estilos de afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia por parte de su pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021.

## **2.7. Matriz de operacionalización de las variables de estudio**

### ***2.7.1. Variable 1: Creencias Irracionales.***

**Tabla 1***Matriz de operacionalización de la variable X*

<b>Variable X</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Ítems</b>
Creencias irracionales	David et al. (2010) lo definieron como aquellos pensamientos con ideas incoherentes, intensas, carecen de base lógica, no tienen un sustento efectivo, son disfuncionales porque no tienen un valor funcional lo que llega a causar alteraciones emocionales y conductuales.	Mediante el instrumento Registro de opiniones forma A se medirá las creencias irracionales	Aprobación (Ellis, 2006)	Aprobación	REGOPINA (Registro de opiniones forma A)	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 55
			Perfección (Ellis, 2006)	Perfección		2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 56
			Castigo (Ellis, 2006)	Castigo		3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 57
			Catástrofe (Ellis, 2006)	Catástrofe		4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52, 58
			Causas Externas (Ellis, 2006)	Causas Externas		5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 53, 59
			Influencia el pasado (Ellis, 2006)	Influencia el pasado		6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54, 60

*Fuente:* Elaboración propia**2.7.1. Variable 2: Estilos de afrontamiento**

**Tabla 2***Matriz de operacionalización de la variable Y*

<b>Variable Y</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Ítems</b>
Estilos de afrontamiento	Bermúdez et al. (2013) lo definieron como todos aquellos estilos que emplea el individuo, refleja su forma de pensar, sentir y actuar ante una situación estresante que se da en su entorno para poder adaptarse	Mediante el instrumento Inventario multidimensional de estimación del afrontamiento COPE se medirá los estilos de afrontamiento	Afrontamiento centrado en el problema (Julca, 2018)	Afrontamiento activo.	COPE	1, 14, 27, 40
				Planificación.		2, 15, 28, 41
				La supresión de otras actividades.		3, 16, 29, 42
				La postergación del afrontamiento.		4, 17, 30, 43
				La búsqueda de apoyo social.		5, 18, 31, 44
			Afrontamiento centrado en la emoción (Julca, 2018)	Búsqueda de soporte emocional	6, 19, 32, 45	
			Reinterpretación positiva y desarrollo personal	7, 20, 33, 46		
			Aceptación	8, 21, 34, 47		
			Acudir a la religión	9, 22, 35, 48		
			Análisis de las emociones	10, 23, 36, 49		
Otros estilos adicionales de afrontamiento, tenemos (Julca, 2018)	Negación	11, 24, 37, 50				
	Conductas inadecuadas	12, 25, 38, 51				
	Distracción	13, 26, 39, 52				

*Fuente: Elaboración propia*

## CAPÍTULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### **3.1. Tipo, método y diseño de la investigación**

##### ***3.1.1. Tipo de investigación***

Se utilizó la investigación básica debido a que se realizará un análisis puro que busca conocimientos nuevos, sin tener como objetivo alterar o modificar alguna de las variables (Ñaupas et al., 2018).

##### ***3.1.2. Método de investigación***

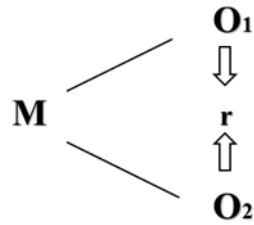
El enfoque es cuantitativo porque se trabajará con datos que se pueden medir estadísticamente, del cual las conclusiones tienen sustento en el empleo riguroso de la cuantificación, usando el método hipotético deductivo tanto en la recolección de los resultados, el procesamiento, su análisis y finalmente su interpretación (Kerlinger, 2002).

##### ***3.1.3. Diseño de investigación***

Se empleó el diseño no experimental, transversal, con un alcance de la investigación de tipo correlacional, debido a que no se realizó ninguna manipulación de las variables, sino su observación y la forma en que se relacionan en la muestra estudiada; los datos recolectados al momento de medir se dieron en un momento en el tiempo y no en varios, sin periodos de seguimiento, se buscó detallar las características relevantes en la población y comprender la relación de las variables buscando algún vínculo que sustente nuestras hipótesis (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Esquema de investigación:





M = Mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja en la provincia de Jauja

O1 = Creencias irracionales.

O2 = Estilos de afrontamiento al estrés

r = Es la relación entre O1 Y O2

### **3.2. Población y muestra**

#### **3.2.1. Población**

Para la presente investigación se tomó como población a todas las mujeres entre 16 años y 65 años, víctimas de violencia por parte de su pareja o expareja, residentes de la provincia de Jauja y que se encuentren registradas como usuarias en el Centro de Emergencia Mujer en Comisaria de la ciudad de Jauja. Según datos obtenidos del GEOMIMP, información estadística vía web del PROGRAMA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN Y ERRADICACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRAS LAS MUJERES E INTEGRANTES DEL GRUPO FAMILIAR, actualmente llamado PROGRAMA AURORA, este CEM viene atendiendo desde agosto del año 2018 hasta la actualidad en la ciudad de Jauja, han atendido un total de 1596 casos hasta setiembre del 2021, de los cuales 448 fueron atendidos en el año 2021, los casos atendidos abarcan tanto violencia de pareja/ex pareja, violencia familiar y violencia sexual. Para la presente investigación para el total de la población, se trabajó con casos de violencia de pareja/ex pareja,

que son parte de los criterios de inclusión, con el filtrado respectivo se llegó a la cifra de 183 casos desde enero a setiembre del 2021.

**3.2.1.1. Criterios de inclusión.** Mujeres víctimas de violencia cuyo vínculo con su agresor sea de pareja o ex pareja, con rango de edad entre 16 años y 65 años, residentes en la provincia de Jauja, y que los registros de casos se hayan realizado entre enero a setiembre del 2021.

**3.2.1.2. Criterios de exclusión.** Mujeres que no se hayan registrado como usuaria en el Centro Emergencia Mujer Comisaria Jauja, que sean menores de 16 años, o mayores de 65 años, que tengan estudios solo a nivel de primaria.

### **3.2.2. Muestra**

Para la muestra, la elección fue por muestreo no probabilístico de tipo intencional (Sánchez y Reyes, 2015), seleccionándose a conveniencia de investigador a aquellas mujeres víctimas de violencia que se encuentran preferentemente en la ciudad de Jauja antes que a sus distritos que se ubican más apartadas de la ciudad. Del total de 183 unidades de análisis, según el reporte GeoMIMP del Programa Nacional para la Prevención de la Violencia Contra las Mujeres e Integrantes del Grupo Familiar, se llegó a trabajar con 101 casos.

#### **3.2.2.1. Criterios de separación**

Durante la investigación se separó aquellas mujeres que no lograron superar los criterios de consistencia o invalidaron los instrumentos de recolección de datos.

### **3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Se usó como técnica de investigación el acceso a la base de datos SIRA de los Centro de Emergencia Mujer, así como análisis documental de las Fichas de Registro de Casos para obtener los datos de las mujeres víctimas de violencia.

Se usó como instrumentos lo que se detalla a continuación:

### **3.3.1. Registro de opiniones Forma A (REGOPINA)**

Nombre	: Registro de opiniones. Forma A. (REGOPINA).
Autores	: Martha Davis, Matthew Mckay y Elizabeth Eshelman.
Año	: 1982.
Procedencia	: Estados Unidos.
Adaptación	: Percy Guzmán en 1987 y 2009, varones y mujeres entre 14 a 18 años. Aplicación: Individual y colectiva.
Tiempo de aplicación	: No tiene límite de tiempo. Por lo general tiene una duración de 20 minutos promedio.
Rango de aplicación	: Adolescentes y adultos que hayan estudiado al menos un año de instrucción secundaria.
Objetivo	: Determinar aquellas creencias irracionales que crean y mantienen de forma simulada el estrés y la infelicidad.
Dimensiones	: 6.

Este instrumento, el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) está basado en el registro de opiniones de los autores Davis et al. (1982) el cual fue adaptado y modificado en el Perú por Guzmán en el año 1987, cuya última revisión se dio en el año 2009. Si bien Albert Ellis propuso 11 creencias irracionales, el autor peruano solo considero 6 de ellas, por ende, su

instrumento lo conforma seis dimensiones cuyos nombres concuerdan por lo establecido por Ellis (2006): aprobación, perfección, castigo, catástrofe, causas externas, e influencia del pasado; cada dimensión cuenta con 10 ítems, sin embargo fueron añadidos 5 ítems al final de registro para poder medir la consistencia de las respuestas, por tal el test tiene 65 ítems y su nivel de medición es nominal, con respuesta dicotómica.

### ***3.3.2. Inventario Multidimensional de estimación del afrontamiento (COPE)***

Nombre	: Inventario multidimensional de estimación del afrontamiento COPE.
Autores	: Charles Carver, Michael Scheier y Jagdish Weintraub
Año	: 1989.
Procedencia	: Estados Unidos.
Traducción al español:	Salazar C. Victor (1993) UOPCH
Adaptación	: Casuso (1996; en Chau en 1998 en población universitaria en Lima).
Aplicación	: Individual.
Tiempo	: Por lo general tiene una duración aproximada de 15 a 20 minutos.
Rango de aplicación	: Adolescentes y adultos entre 16 años a más.
Ítems	: 52.
Objetivo	: Determinar cómo reaccionan las personas ante circunstancias que les resulten estresantes.

Dimensiones : 3.

El Inventario multidimensional de estimación del afrontamiento, conocido por sus siglas COPE, fue creado por Carver et al. (1989) cuya traducción al español lo realizó Calvete, y luego fue adaptado por primera vez en el Perú por Casuso en 1996. El instrumento consta de 15 estilos de afrontamiento, categorizadas en cinco dimensiones, tales dimensiones fueron elaboradas por Julca (2018) de la siguiente manera: afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción, afrontamiento centrado en el apoyo social, afrontamiento evitativo y otros afrontamientos adicionales. Sin embargo, Casuso trabajó con tres dimensiones: afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento centrado en la emoción, otros afrontamientos adicionales. El instrumento está compuesto por 60 ítems con un nivel de medición es ordinal. Las respuestas se dan dicotómicamente.

### ***3.3.3. Propiedades psicométricas de los instrumentos***

En Perú, el registro de opiniones REGOPINA fue adaptado por Guzmán (2009) con una muestra de 276 individuos entre 14 a 18 años de ambos sexos, llegando obtener un valor aceptable con un coeficiente alfa de Cronbach de .61. La confiabilidad fue medida por mitades obteniéndose un coeficiente de Gutman de .604 y de Spearman-Brown de .610. También se realizó las relaciones de las seis escalas o dimensiones, a través del coeficiente de Pearson obteniendo resultados entre .44 y .68 con un  $p < 0.01$ . Se continuó con la elaboración de correlaciones ítem-test encontrándose un orden adecuado entre las escalas junto a sus diez ítems, aunque los ítems 26 (.07) y 47 (.12) encontró niveles bajos de correlación. El REGOPINA tuvo una validez de contenido por seis jueces expertos con un coeficiente V de Aiken de .95 cuyo resultado es alto y muy significativo.

En cuanto al COPE, Carver et al. (1989) validaron el instrumento aplicando un análisis factorial con una rotación oblicua obteniendo 12 factores con valores superiores a 1.0, 11 de los cuales fueron interpretados con facilidad y el resto no llegó a alcanzar una carga factorial mayor a .30. La confiabilidad se halló por coeficiente de alfa de Cronbach, entre .45 y .92, el estilo de desconexión mental fue la que obtuvo el puntaje más bajo. La confiabilidad del test-retest se encontraron valores entre .46 y .86 en un periodo de 8 semanas. En nuestro idioma, Salazar V. y Sánchez R. (1992, citados por Casuso, 1996) realizaron la validación item-test a través del criterio de cuatro jueces con noción del idioma inglés obteniéndose una validez de contenido aceptable; la confiabilidad se estableció con el coeficiente de alfa de Cronbach para determinar la consistencia interna, obteniéndose valores altos, a excepción de una relación moderada en el ítem de renunciar al afronte a través del uso del alcohol o drogas (-0.01) del cual los resultados fueron aceptables. En nuestro país, Casuso (1996) al adaptarlo, lo aplicó con 817 estudiantes tanto de una universidad pública como privada; para la validez se aplicó análisis factorial, del cual la estructura factorial encontrada no coincidió con la encontrada originalmente, siendo el motivo para la redistribución de los ítems realizada por Casuso; la confiabilidad se calculó con el alfa de Cronbach obteniéndose valores entre .40 y .86.

### **3.4. Descripción de procedimientos de análisis**

En la recolección de los datos generales de las mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja, se obtuvieron a través de los datos consignados en las Fichas de Registros de Caso de los Centros de Emergencia Mujer de la localidad de Jauja, accedidos a través de la base de datos del programa SIRA que maneja tales centros, bajo previo permiso del coordinador encargado. La aplicación de instrumentos se realizó acudiendo al domicilio de las unidades muestrales, una vez registrada la información se procedió a su calificación, y con los resultados se usó el programa

estadístico para el procesamiento de la información. En un primer momento los datos se almacenaron en una hoja de cálculo para luego ser analizados en el SPSS 25.0; se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro – Wilk para evaluar la distribución de normalidad de datos, y en función a estos hallazgos, se optó por utilizar el coeficiente rho de Sperman para determinar la relación de variables.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

#### 4.1. Resultados

Se presentan los hallazgos de las técnicas estadísticas de procesamiento de datos para correlacionar las medidas tanto de la variable Creencias Irracionales y sus subvariables, así como de la variable Estilos de Afrontamiento y sus subvariables.

##### *4.1.1. Análisis descriptivo de tendencia central y variabilidad*

En la Tabla 3 se aprecian los estadísticos descriptivos de los puntajes obtenidos en las Creencias Irracionales y sus componentes como Aprobación, Perfección, Castigo, Catástrofe, Causas Externas E Influencia del Pasado. Así, en la Aprobación los participantes obtuvieron una media (4.26) que los ubica en el nivel diagnóstico de Tendencia Racional, cuyo significado alude a que tienden a creer en su propia estima personal antes de buscar la aprobación en los demás, a querer en vez de solo ser queridos; el promedio de Perfección fue una media (4.24) que los ubica en el nivel diagnóstico de Tendencia Racional, cuyo significado alude a la tendencia de tener la idea en que debemos hacer algo antes de siempre necesitar hacerlo correctamente, de aceptarse como personas imperfectas con limitaciones humanas y con fallas específicas; el promedio de Castigo fue una media (5.96) que los ubica en el nivel diagnóstico de Irracional, cuyo significado alude a que se cree de forma desadaptativa que ciertos actos no sólo son malos sino que son condenables o viles, y quienes cometen ello deben ser condenados, avergonzados y castigados, en vez de ayudarlos a cambiar su conducta se busca su sufrimiento; el promedio de Catástrofe fue una media (3.93) que los ubica en el nivel diagnóstico de Tendencia Racional, cuyo significado alude a que tienden mayormente a aceptar la idea que es una lástima que las cosas no son como a uno le gustaría que fuese, y que es mejor tratar de cambiar sus condiciones para que



sean más satisfactorias, pero si no es posible controlarla entonces es preferible aceptar su existencia y dejar de lamentarse o verlo como algo catastrófico que inmoviliza el actuar; el promedio de Causas Externas fue una media (5.30) que los ubica en el nivel diagnóstico de Irracional, cuyo significado alude a que se cree de forma desadaptativa que la infelicidad humana es causada netamente por hechos externos, que es impuesta por las demás personas y los acontecimientos, en vez de pensar que son causadas o mantenidas por la manera de ver uno las cosas, antes que por las cosas mismas; y el promedio de Influencia Del Pasado fue una media (5.69) que los ubica en el nivel diagnóstico de Irracional, cuyo significado alude a que se cree de forma desadaptativa que si algo afectó fuertemente en alguna ocasión nuestra vida, ésta seguirá afectando siempre, en vez de creer que debemos aprender de las experiencias pasadas sin apegarnos ni dejar influirnos excesivamente por ellas.

Sobre la asimetría, cuya cuantificación alude a la cantidad y dirección del sesgo en una distribución, se aprecia que la variable de Creencia Irracional y las subvariables de Perfección, Catástrofe, e Influencia del Pasado presentan una asimetría positiva, ya que cuentan con valores positivos del coeficiente, significando que tienen un sesgo hacia la derecha y la mayoría de los datos se localizan al lado izquierdo de la distribución, mientras que las subvariables Aprobación, Castigo, y Causas Externas obtuvieron una asimetría negativa, porque cuenta con un valor negativo del coeficiente, significando que tienen un sesgo hacia la izquierda y la mayoría de los datos se localizan al lado derecho de la distribución.

En lo que respecta a la curtosis, referida a la cuantificación de la concentración de datos en el centro y en las colas de la distribución con respecto a una distribución normal, se aprecia que las medidas de Aprobación ( $g^2 = 1.85$ ), Perfección ( $g^2 = 0.33$ ), Catástrofe ( $g^2 = 2.73$ )

presentan valores positivos que reflejan una mayor concentración de datos en la zona central y colas de la distribución normal, lo cual las categoriza como distribuciones de carácter leptocúrticas. Mientras que, por el lado opuesto, los valores negativos indican una menor concentración de datos en la zona central, denominándose esta forma de distribución como platicúrticas, lo cual aplica a la medida de Creencia Irracional ( $g^2 = -0.28$ ) y las submedidas de Castigo ( $g^2 = -0.66$ ), Causas Externas ( $g^2 = -1.04$ ), e Influencia del pasado ( $g^2 = -0.98$ ).

**Tabla 3**

*Estadísticos descriptivos de las Creencia Irracionales y sus componentes*

Variables	Mínimo	Máximo	<i>M</i>	<i>SD</i>	Asimetría	Curtosis
Creencias irracionales	16	40	29.35	4.68	0.02	-0.28
Aprobación	0	9	4.26	1.77	-0.69	1.85
Perfección	0	9	4.24	2.09	0.22	0.33
Castigo	0	9	5.96	2.22	-0.30	-0.66
Catástrofe	0	9	3.93	1.61	1.29	2.73
Causas Externas	0	9	5.30	2.45	-0.09	-1.04
Influencia del pasado	1	9	5.69	2.04	0.10	-0.98

*Fuente:* Elaboración propia

En la Tabla 4 se aprecian los estadísticos descriptivos de los puntajes obtenidos en los estilos de Afrontamiento y sus componentes como Afrontamiento Centrado en el Problema, Afrontamiento Centrado en la Emoción y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento. Así, en el Afrontamiento Centrado en el problema los participantes obtuvieron una media (52.33) que los ubica en el nivel diagnóstico Dependiente de las Circunstancias, cuyo significado alude a que la frecuencia de empleo de este mecanismo de afrontamiento para primero definir un problema,

luego buscar alternativas de solución, evaluarlas y luego aplicarlas serán empleadas por los individuos en ciertas circunstancias.; el promedio del Afrontamiento Centrado en la Emoción fue una media (68.47) que los ubica en el diagnóstico Depende de las Circunstancias, cuyo significado alude a que cuentan con un afrontamiento al estrés buscando controlar las emociones perturbadoras empleándolos en ciertas circunstancias y no siempre; el promedio de Otros Estilos Adicionales de Afrontamientos fue una media (70.38) que los ubica en el nivel diagnóstico de Depende de las Circunstancias, cuyo significado alude a que los individuos emplean estilos poco comunes como la negación, uso de conductas inadecuadas y la distracción, pero son empleadas en ciertas circunstancias y no siempre.

Sobre la asimetría, cuya cuantificación alude a la cantidad y dirección del sesgo en una distribución, se aprecia que la variable Estilo de afrontamiento y sus subvariables Centrado en el Problema, Centrado en la Emoción y Otros Estilos Adicionales de Afrontamientos obtuvieron una asimetría negativa, porque cuenta con un valor negativo del coeficiente, significando que tienen un sesgo hacia la izquierda y la mayoría de los datos se localizan al lado derecho de la distribución.

En lo que respecta a la curtosis, referida a la cuantificación de la concentración de datos en el centro y en las colas de la distribución con respecto a una distribución normal, se aprecia que las medidas de Estilo de Afrontamiento ( $g^2 = 0.74$ ), y las subvariables Centrado en la emoción ( $g^2 = 0.34$ ) y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $g^2 = 0.12$ ) presentan valores positivos que reflejan una mayor concentración de datos en la zona central y colas de la distribución normal, lo cual las categoriza como distribuciones de carácter leptocúrticas. Mientras que, por el lado opuesto, los valores negativos indican una menor concentración de

datos en la zona central, denominándose esta forma de distribución como platicúrticas, lo cual aplica a las submedida de Centrado en el Problema ( $g^2 = -1.29$ ).

**Tabla 4**

*Estadísticos descriptivos de los Estilos de Afrontamiento*

Variables	Mínimo	Máximo	<i>M</i>	<i>SD</i>	Asimetría	Curtosis
Estilos de afrontamiento	35	77	62.70	7.87	-0.74	0.74
Centrado en el Problema	5	95	52.33	27.43	-0.09	-1.29
Centrado en la Emoción	5	95	68.47	21.94	-0.91	0.34
Otros Afrontamientos Adicionales	8	92	70.38	27.60	-1.25	0.12

*Fuente:* Elaboración Propia

#### **4.1.2. Prueba de normalidad**

Se realizó el análisis de normalidad mediante la prueba de Shapiro-Wilk para las medidas de la variable Creencia Irracional y Estilos de Afrontamiento para la determinación del uso de pruebas estadísticas paramétricas o no paramétricas de corte correlacional.

Así, en la Tabla 5 se observa evidencias suficientes que sugieren que la variable Creencias irracionales ( $W=.99; p>.05$ ) se distribuye normalmente, mientras que sus subvariables Aprobación ( $W=.81; p<.05$ ), Perfección ( $W=.94; p<.05$ ), Castigo ( $W=.93; p<.05$ ), Catástrofe ( $W=.82; p<.05$ ), Causas Externas ( $W=.95; p<.05$ ), Influencia del Pasado ( $W=.94; p<.05$ ) no se distribuyen con normalidad; lo mismo sucede con la variable Estilos de afrontamiento ( $W=.96; p<.05$ ), y sus subvariables Afrontamiento Centrado en el Problema ( $W=.94; p<.05$ ), Afrontamiento Centrado en la Emoción ( $W=.92; p<.05$ ) y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $W=.74; p<.05$ ) no se distribuyen con normalidad. Para estos casos últimos se

utilizaron estadísticos no paramétricos. Por esto, se optó por el uso de la prueba estadística paramétrica Pearson para el caso de Creencias Irracionales, mientras que la no paramétrica Spearman para los casos de Aprobación, Perfección, Castigo, Catástrofe, Causas Externas, Influencia del Pasado, Estilos de afrontamiento, Afrontamiento Centrado en el Problema, Afrontamiento Centrado en la Emoción, y Otros estilos de Afrontamiento.

**Tabla 5**

*Estadístico de normalidad con prueba de Shapiro-Wilk para las medidas de la variable de Creencias irracionales y la variable Estilos de Afrontamiento*

Variables	W	p
Creencias Irracionales	.99	.39
Aprobación	.81	.00
Perfección	.94	.00
Castigo	.93	.00
Catástrofe	.82	.00
Causas Externas	.95	.00
Influencia del Pasado	.94	.00
Estilos de Afrontamiento	.96	.01
Afrontamiento Centrado en el Problema	.94	.00
Afrontamiento Centrado en la Emoción	.92	.00
Otros estilos de Afrontamiento	.74	.00

*Fuente:* Elaboración Propia

#### **4.1.3. Análisis correlacional no paramétrico**

En la Tabla 6 se aprecian los estadísticos correlacionales no paramétricos con la *Rho de Spearman* sobre los puntajes obtenidos de la variable Creencias Irracionales y las subvariables de Aprobación, de Perfección, de Castigo, de Catástrofe, de Causas Externas, de Influencia del Pasado, ya que todas las dimensiones de Estilos de Afrontamiento presentan un *p* valor menor o igual a .05, por tal, basta que una de sus dimensiones sean no normales, para que no se pueda usar correlaciones paramétricas, ya que su supuesto principal para usar paramétricas es que ambas tengan distribuciones normales, caso que no se cumple para la presente investigación. Por otra parte, Estilos de afrontamiento a diferencia Creencias Irracionales, no interpreta un puntaje general, sino que determina el estilo de afrontamiento que posee el individuo de acuerdo a sus puntuaciones obtenidas en las tres subvariables; de esto la variable Creencia Irracionales si maneja una interpretación en su puntaje total, dando correlaciones con los componentes de Estilos de Afrontamiento, de este modo se obtuvo una asociación estadísticamente significativa, negativa y débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.42; p = .00$ ); con respecto a Creencias Irracionales y Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción, se obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva y muy débil ( $r = .19; p = .06$ ); y con Creencias Irracionales y Estilos de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva débil ( $r = .48; p = .00$ ).

La creencia irracional de Aprobación obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.11; p = .29$ ). Aprobación obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, sin existir correlación con Estilo de Afrontamiento Enforcado en la Emoción ( $r = .04; p = .72$ ). Aprobación obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = .38; p = .00$ ).

Perfección obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.17; p = .10$ ). Perfección obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, sin existir correlación con Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .01; p = .95$ ). Perfección obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = .14; p = .16$ ).

Castigo obtuvo una asociación estadísticamente significativa, negativa media con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.52; p = .00$ ). Castigo obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .26; p = .01$ ). Castigo obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva media con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = .57; p = .00$ ).

Catástrofe obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.11; p = .28$ ). Catástrofe obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, sin existir correlación con Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = -.07; p = .51$ ). Catástrofe obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = .17; p = .10$ ).

Causas Externas obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = .14; p = .16$ ). Causas Externas obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = -.12; p = .25$ ). Causas Externas obtuvo una

asociación estadísticamente no significativa, sin correlación con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = -.09$ ;  $p = .35$ ).

Influencia del Pasado obtuvo una asociación estadísticamente significativa, negativa débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.29$ ;  $p = .00$ ). Influencia del Pasado obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .46$ ;  $p = .00$ ). Influencia del Pasado obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Afrontamiento ( $r = .15$ ;  $p = .14$ ).

**Tabla 6**

*Análisis correlacional no paramétrico de las medidas de Creencias Irracionales y sus componentes, y los de Estilos de Afrontamiento*

Variables	EAEP	EAEE	EAEOEAA
Creencias irracionales	-.42*	.19	.48*
De aprobación	-.11	.04	.38*
De perfección	-.17	.01	.14
De castigo	-.52*	.26*	.57*
De catástrofe	-.11	-.07	.17
De causas externas	.14	-.12	-.09
De influencia del pasado	-.29*	.46*	.15

*Fuente:* Elaboración propia

*Nota.* EAEP: Estilo de Afrontamiento Enfocado en el Problema, EAEE: Estilo de Afrontamiento Enfocado en la Emoción y EAEOEAA: Estilo de Afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento.

\* $p < .05$



#### **4.2. Análisis y discusión de resultados**

Ante el hallazgo que la creencia irracional de Aprobación no obtuvo una asociación estadísticamente significativa, de correlación negativa muy débil, con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, nos muestra que a mayor creencia de ser aprobados por personas que tienen un valor para nosotros, hay menos deseo de buscar aquellos recursos para cambiar las situaciones estresantes, se resalta que la correlación es muy débil, esto podría coincidir con lo expuesto por Echeburúa y Redondo (2010), cuando describen que las mujeres violentadas por su pareja, que viene a ser la persona por quien muestran sentimientos de amor, entran en conflicto consigo mismas para buscar alguna solución y salir de la situación violenta.

Al no encontrarse una correlación entre la creencia irracional de Aprobación con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, nos muestra que no necesariamente haya una relación entre esa necesidad de ser queridos por la persona que uno ama con emplear el estilo de regular las emociones ya sea buscando un soporte emocional en otros familiares, acudir a la religión, hacer análisis de emociones u otras como lo menciona Julca (2018). Roco et al. (2013) afirmaron que algunas víctimas de violencia buscan un apoyo socioemocional, por tal se puede inferir que haya otros factores relacionados a emplear el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, como por ejemplo la relación que presenta con la dependencia emocional estudiada por Concha (2020), entendiéndose que la dependencia emocional también tiene un sistema de creencias de fondo.

El hallazgo de que la creencia irracional de Aprobación obtuvo una correlación significativa positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, nos hace entender que

a mayor necesidad de ser aprobado por la persona que uno ama como pareja hace que se emplee estilos de afrontamiento evitativas poco usuales, y en muchos casos desadaptativas como lo señalaron Miracco et al. (2010), afirmando que algunas víctimas de violencia utilizan conductas de evitación, aislamientos, negación de los hechos. Esta actitud pasiva donde la víctima niega o minimiza lo ocurrido concuerda con lo descubierto por Vargas (2016). El empleo de la distracción como estilo de afrontamiento de algunas víctimas de violencia de pareja han sido expresadas por ejemplo en el consumo de alcohol, uso de fármacos, son resultados similares a las halladas por Lawrence et al. (2012).

Ante el hallazgo de que la creencia irracional de Perfección obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, muestra que a mayor creencia que uno debe ser capaz y competente para recién valorarse a sí mismo, hace que uno reaccione con menor estilo de afrontamiento para buscar los recursos necesarios y cambiar la situación que mantiene la relación violenta. Esto concuerda por lo expuesto por Vargas (2016), al describir que la mujer víctima de violencia tiene afectada su forma de pensar, su identidad propia, se siente incapaz o poco competente para reaccionar; por ende, se puede interpretar que, si una mujer tiene la creencia irracional de Perfección, le costará aún más valorarse a sí misma para buscar una solución. Calvete et al. (2007) indicaron que el esquema cognitivo de Imperfección está presente en víctimas de maltrato.

No se encontró correlación entre la creencia irracional de Perfección y el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia de pareja, esto puede deberse a que ciertas creencias irracionales están presentes tanto en víctimas y no víctimas de violencia de pareja de forma indistinta, Cadillo (2001) resaltó que el perfeccionismo es una de

esas creencias que a diferencia, por ejemplo, de la necesidad de aprobación no es frecuentemente hallarla en víctimas de violencia de pareja. Roco et al. (2013) mencionaron que las víctimas de violencia buscan un apoyo socioemocional, aunque tal acción puede estar relacionado a otros factores, que no necesariamente esté relacionado a la perfección, o a la aprobación como se describió en párrafos anteriores.

La creencia irracional de Perfección obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en víctimas de violencia de pareja, da a entender que a mayor exigencia de ser competente para valorarse a uno mismo se de mayor empleo de estilos poco usuales como la negación, conductas inadecuadas o la distracción; Miracco et al. (2010) mencionó que la mayoría de víctimas mujeres por parte de la pareja son las que presentan estilos de afrontamiento desadaptativas, además Macías et al. (2013) explicó que el empleo de estos estilos de afrontamiento van a depender de varios factores como su salud física, sus habilidades socioemocionales, el apoyo social y las creencias que poseen; de esto inferimos que a mayor exigencia en una creencia disfuncional conlleva a acciones también disfuncionales que no ayudan a afrontar el problema, solo a evitarlo, haciendo que la víctima se mantenga en la violencia.

Ante el hallazgo de que la creencia irracional de Castigo obtuvo una asociación estadísticamente significativa, negativa media con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, da entender que si se tiene la creencia de que una persona ha realizado acciones malvadas, perversas, ésta tiene que ser sometido a los castigos más severos, de esta forma se genera la auto culpabilización, como lo mencionó Montero (2001), la víctima hace una evaluación cognitiva de los hechos violentos

buscando una razón que explique las agresiones de su pareja, justificando sus acciones como castigo por sus acciones, desarrollando culpa por no responder a los ideales de su pareja; que incluso puede ser reforzado si desde la niñez han vivido en hogares violentos, donde han interiorizado y normalizado la violencia (Gonzales y Santa, 2001); por ello la creencia de castigo se hace más persistente en mujeres maltratadas por su pareja, tal como lo corroboraron Jurado y Rascón (2011), de todo esto se infiere que a mayor creencia de Castigo, de auto culpa, menos acciones se toma para cambiar los sucesos que producen estrés.

En cambio, el Castigo se asocia de forma estadísticamente significativa, positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia de pareja, es decir, que a mayor creencia de ser sometido a castigos severos por acciones crueles, de los cuales muchas mujeres víctimas de violencia se sienten culpables, tienen la opción de buscar regular las emociones para mitigar el efecto emocional provocado, ya sea buscando un soporte emocional en familiares o amigos, acudir a la religión, u otros como lo describe Julca (2018). Esto corresponde con los hallazgos de relación inversa con el estilo de afrontamiento centrado en el problema en sí, porque al no buscar una solución como separarse del agresor, se busca el desahogo de las emociones para recuperar el equilibrio, concordando por lo expuesto por Mamarian (2020), que mencionó que abandonar al agresor es la última decisión que opta la mujer víctima de violencia, además que hay otros factores como el ciclo de la violencia y la indefensión aprendida que mantiene la relación violenta. Buscar apaciguar las emociones como estilo de afrontamiento, también es una actitud pasiva como lo detalla Roco et al. (2013).

El resultado de que la creencia irracional de Castigo obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva media con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento, da entender que cuanto más se tiene la creencia de

Castigo también se puede emplear como afrontamiento la evitación con estilos poco usuales como la negación, conductas inadecuadas, y la distracción descrita por Julca (2018). Un cierto grupo de mujeres agredidas por su pareja pueden presentar comportamientos desadaptativos, impulsados por la culpa, la situación de estrés puede agravarse, recurriendo a comportamientos poco usuales (Miracco et al., 2010). Si la situación de violencia es cronificada, no se cuenta con apoyo de redes sociales, se presenta aislamiento, entre otros agravantes, puede conllevar a la víctima de violencia a emplear el consumo de alcohol, de fármacos para mitigar el dolor sentido, como lo menciona Lawrence et al. (2012). La evitación disfuncional da indicador de que la capacidad cognitiva ha decaído en las víctimas para optar estilos más funcionales (Vargas, 2016).

Ante el hallazgo de que la creencia irracional de Catástrofe obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres víctimas de violencia de pareja, da entender que a mayor visión caótica que las cosas no salgan como a uno le gustaría, menor acción de emplear recursos para intentar cambiar la situación problema, considérese que la asociación es muy débil. Echeburúa y Redondo (2010) mencionaron que la mujer víctima de violencia tiene fuertes creencias irracionales que le impiden poder cambiar su situación, además que hay otros factores que la mantiene en la relación violenta, es así que la Catástrofe les genera una exigencia desmedida, y si no se cumpla tales expectativas les da inacción para encontrar una solución.

Por su parte la Catástrofe no obtuvo correlación alguna con estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción, como se comentó líneas más arriba, Roco et al. (2013) mencionaron que muchas mujeres víctimas de violencia buscan un apoyo emocional, pero esto no

necesariamente está relacionado a una creencia irracional específica, puede tener relación con otros factores.

En otro resultado la Catástrofe obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, entendiéndose esto que a mayor creencia de una visión caótica que las cosas no salgan como uno desea mayor empleo de un estilo de afrontamiento poco usual, como la negación, conductas inadecuadas y la distracción. Esta creencia también coincide con los resultados obtenidos por Vargas (2016), quien refirió que la mujer víctima de violencia tiene alterada su capacidad cognitiva, poniéndola en un papel pasivo para afrontar la situación violenta, a lo que prefieren negar, evitar o minimizar lo ocurrido, estilos que fueron descritas por Julca (2018). Es entendible que un alto nivel de frustración en la víctima de violencia y la visión horrenda o caótica de ella, conlleve a emplear estilos de esta índole, poco adaptativas, que podría dar una idea de porque algunas mujeres víctimas incurren en el alcoholismo o empleo de drogas, o incluso consumo de fármacos, esta creencia también confirmaría los hallazgos de Lawrence et al. (2012).

Ante el hallazgo de que la creencia irracional de Causas Externas obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja. Se entiende que a mayor creencia que uno no puede controlar todo lo que ocurre, y que además la responsabilidad es de los demás o de fuerzas externas, da mayor búsqueda de estilos que empleen recursos para cambiar los sucesos que producen estrés. Es así que esta relación, aunque muy débil, podría explicar porque un grupo de víctimas de violencia buscan salir de la situación violenta con cambiar a su pareja agresora ya sea con petición de ayuda en familiares, ayuda en diferentes

servicios como terapias, incluso presentar denuncias, tal como lo describe Deza (2012). Cuando la víctima de violencia ve que es ineficaz el cambio de comportamiento de su pareja, comprende que es propio de su forma de ser, y que su situación sigue manteniéndose por otras causas externas, tal como lo mencionaron Molina y Moreno (2015). A nosotros nos da una posible explicación del por qué algunas mujeres víctimas de violencia buscan la solución en un matrimonio religioso, con la esperanza que el compromiso hará un cambio a su situación violenta.

Por otro lado, la creencia irracional de Causas Externas obtuvo una asociación estadísticamente no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia, es decir, a mayor creencia de que la solución se da en causas externas y que uno no puede controlar todo lo que ocurre, entonces menor empleo de estilos internos como regular las emociones propias provocadas por la situación estresante. Julca (2018) mencionó que la búsqueda de soporte emocional en otros individuos, el desarrollo personal, acudir a la religión, el análisis de las emociones tiene como objetivo regular las emociones propias; por tal se puede interpretar que las víctimas con creencias en Causas Externas, buscaran la solución en lo externo antes que enfocarse en lo interno.

La creencia de Causas Externas no obtuvo ninguna correlación con estilo de afrontamiento enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja. El empleo de estilos poco usuales con el objetivo de evitar situaciones estresantes puede darse independientemente de esta creencia de Causas Externas, como lo mencionó Miracco et al. (2010), ciertas víctimas de violencia de pareja pueden emplear diversos estilos de afrontamiento independientemente a diversos factores.

Ante el hallazgo de que la creencia irracional de Influencia del Pasado obtuvo una asociación estadísticamente significativa, negativa débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres víctimas de violencia, da entender que a mayor creencia que las personas al tener un pasado perturbador va a influir completamente en la conducta actual y futura, menor será el empleo de recursos para intentar cambiar los sucesos que producen estrés. Estos resultados coinciden por lo mencionado por Molina y Moreno (2015), quienes afirmaron que muchas mujeres víctimas de violencia toleran a su agresor porque aceptan que es así su comportamiento, fruto de sus experiencias pasadas, por haber vivido un hogar violento, lo cual le da tolerancia a la violencia, y a no buscar una solución a las situaciones estresantes que atraviesan, quedando atrapadas en un ciclo de violencia (Walker, 2013).

La creencia irracional de Influencia del Pasado obtuvo una asociación estadísticamente significativa, positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, a mayor creencia que un pasado perturbado influye totalmente en las conductas actuales, mayor será el empleo de recursos para mitigar el efecto emocional surgidas por la situación estresante. Da a pie a la interpretación que al creer que los agresores no pueden cambiar su comportamiento, se busca apoyo en el desahogo emocional buscando soporte en grupos sociales, religiosos, en el análisis de emociones, en reinterpretaciones positivas con el fin de paliar el sufrimiento (Julca, 2018). Ello coincidiría con lo planteado por Aiquipa y Canción (2020), al mencionar que la mujer víctima de violencia al tener varias creencias irracionales busca compararlas en su entorno social para evaluar sus pensamientos y emociones internas, reconociendo la peligrosidad de su pareja y que está difícilmente puede cambiar, y tratar de obtener ayuda en instituciones que le brinden bienestar emocional.



Por último, se obtuvo una relación positiva muy débil, estadísticamente no significativa entre la creencia irracional de Influencia del Pasado y el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja. A mayor creencia que las experiencias pasadas son determinantes y firmes en el comportamiento actual mayor será la búsqueda de recursos de afrontamiento poco usuales. Se vuelve a confirmar los hallazgos de Vargas (2016), quien afirmó que la mujer víctima de violencia adopta un papel pasivo, de negación, evitación, minimización para afrontar el estrés obtenido por la situación violenta. Esto se interpreta que la mujer víctima al ver que su pareja no podrá cambiar porque está determinado por su pasado, y ver que no puede salir de la relación violenta busca el desahogo en conductas poco adaptativas mencionadas por Julca (2018) y Lawrence et al. (2012).

## CONCLUSIONES

Debido a que el test del COPE no tiene una medida general como lo tiene el REGOPINA, para poder responder el objetivo general se ha de ver las relaciones entre las dimensiones de las creencias irracionales y las dimensiones de los estilos de afrontamiento respondidas en cada objetivo específico.

La creencia irracional de Aprobación obtuvo una relación no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.11$ ;  $p = .29$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Aprobación no obtuvo correlación con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .04$ ;  $p = .72$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Aprobación obtuvo una relación significativa, positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = .38$ ;  $p = .00$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Perfección obtuvo una relación no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.17$ ;  $p = .10$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Perfección no obtuvo relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .01$ ;  $p = .95$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Perfección obtuvo una relación no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = .14$ ;  $p = .16$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Castigo obtuvo una relación significativa, negativa media con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.52$ ;  $p = .00$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Castigo obtuvo una relación significativa, positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .26$ ;  $p = .01$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Castigo obtuvo una relación significativa, positiva media con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = .57$ ;  $p = .00$ ).

La creencia irracional de Catástrofe obtuvo una relación no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.11$ ;  $p = .28$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Catástrofe no obtuvo relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = -.07$ ;  $p = .51$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Catástrofe obtuvo una relación no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = .17$ ;  $p = .10$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Causas Externas obtuvo una relación no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = .14$ ;  $p = .16$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Causas Externas obtuvo una relación no significativa, negativa muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = -.12$ ;  $p = .25$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Causas Externas no obtuvo relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = -.09$ ;  $p = .35$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Influencia del Pasado obtuvo una relación significativa, negativa débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema ( $r = -.29$ ;  $p = .00$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Influencia en el Pasado obtuvo una relación significativa, positiva débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción ( $r = .46$ ;  $p = .00$ ; ver tabla 6).

La creencia irracional de Influencia en el Pasado obtuvo una relación no significativa, positiva muy débil con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento ( $r = .15$ ;  $p = .14$ ; ver tabla 6).

## RECOMENDACIONES

Realizar una investigación a mayor escala, con un mayor número de muestra, para determinar si existe una correlación entre las dimensiones de la variable de creencia irracional y los de estilos de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Sería apropiado estudiar la variable de la creencia irracional de Aprobación y su relación con el nivel de autoestima, para también relacionarla con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Estudiar la variable de la creencia irracional de Aprobación y su relación con el nivel de autoestima, para también relacionarla con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Averiguar si la variable de la creencia irracional de Aprobación y su relación con el nivel de autoestima, para también relacionarla con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Investigar la relación de la creencia irracional de Perfeccionismo y su relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres víctimas de violencia de pareja con personalidad anancástica.

Encontrar la relación de la creencia irracional de Perfeccionismo y su relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia de pareja con personalidad anancástica.

Determinar la relación de la creencia irracional de Perfeccionismo y su relación con el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja con personalidad anancástica.

Ampliar la investigación relacionada a las subvariables de la creencia irracional de Castigo y estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema con una muestra de estudios más amplia de mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja, para contrastar los valores hallados.

Ampliar la investigación relacionada a las subvariables de la creencia irracional de Castigo y estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción con una muestra de estudios más amplia de mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja, para contrastar los valores hallados.

Ampliar la investigación relacionada a las subvariables de la creencia irracional de Castigo y estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos de Adicionales de afrontamiento con una muestra de estudios más amplia de mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja, para contrastar los valores hallados.

Realizar estudios de las subvariables de creencia irracional de Catástrofe y estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en personas con sintomatología y/o diagnóstico de depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Realizar estudios de las subvariables de creencia irracional de Catástrofe y estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en personas con sintomatología y/o diagnóstico de depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Realizar estudios de las subvariables de creencia irracional de Catástrofe y estilo de afrontamiento Enfocado en Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en personas con sintomatología y/o diagnóstico de depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Investigar las subvariables de creencia irracional de Causas Externas y el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en mujeres víctimas de violencia de pareja que hayan presentado sintomatología de paranoia, así como las que tengan rasgos de personalidad esquizotípica.

Investigar las subvariables de creencia irracional de Causas Externas y el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en mujeres víctimas de violencia de pareja que hayan presentado sintomatología de paranoia, así como las que tengan rasgos de personalidad esquizotípica.

Investigar las subvariables de creencia irracional de Causas Externas y el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros estilos de Afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que hayan presentado sintomatología de paranoia, así como las que tengan rasgos de personalidad esquizotípica.

Ampliar la investigación de las subvariables de creencia irracional de Influencia del Pasado y el estilo de afrontamiento Enfocado en el Problema en un número mayor de muestra y que involucre a mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja.

Ampliar la investigación de las subvariables de creencia irracional de Influencia del Pasado y el estilo de afrontamiento Enfocado en la Emoción en un número mayor de muestra y que involucre a mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja.

Ampliar la investigación de las subvariables de creencia irracional de Influencia del Pasado y el estilo de afrontamiento Enfocado en Otros estilos Adicionales de Afrontamiento en un número mayor de muestra y que involucre a mujeres víctimas y no víctimas de violencia de pareja.



## REFERENCIAS

- Aguinaga, A. (2012). *Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas de violencia infligida por la pareja*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio UNMSM.  
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/1464>
- Aiquipa, J. y Canción, N. (2020). Mujeres supervivientes de violencia de pareja: factores y procesos psicológicos implicados en la decisión de permanecer o abandonar la relación. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(1), 189-202.
- Alberdi, I. y Matas, N. (2002). *La violencia doméstica. Informe sobre los malos tratos a mujeres en España*. Barcelona: La Caixa (colección Estudios Sociales n° 10).
- Alméciga, M. y Sanabria, L. (2015). *Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en un grupo de mujeres víctimas de violencia doméstica*. [Tesis de pregrado, Fundación Universitaria los Libertadores]. Repositorio Los Libertadores.  
<https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/2310?show=full>
- Arnold, S. (1990). *El estrés en adolescentes*. Mexico. Ed. Pax
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. [Fundamentos sociales de pensamiento y acción]. Englewood Cliff, N.J: Prentice Hall.
- Bermúdez, J., Pérez, A., Ruiz, J., Sanjuán, P. y Rueda, B (2013). *Psicología de la personalidad*. Editorial UNED.

- Borda, M.; Del Río, C. y Torres, I. (2003). Creencias irracionales en mujeres con anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 65, 16 – 28.
- Bronfenbrenner, U. (2002). *La ecología del desarrollo humano*. Editorial Paidós Ibérica.
- Buiklece, C. J. (2019). *Dependencia emocional y creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia de psicológica en la pareja*. [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio UIGV. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4280>
- Cadillo, M. (2001). *Creencias irracionales en mujeres víctimas y no víctimas de la violencia conyugal*. Tesis para licenciado en Psicología. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Calvete E. y Cardeñoso, O. (1999). Creencias y síntomas depresivos: Resultados preliminares en el desarrollo de una Escala de Creencias Irracionales abreviada. *Anales de psicología*, 15(2), 179-190.
- Calvete, E.; Estévez, A. y Corral, S. (2007). Trastorno por estrés postraumático y su relación con esquemas cognitivos disfuncionales en mujeres maltratadas. *Psicothema*; 19, 3, 446-451.
- Carver, C. y Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping [Personalidad y afrontamiento]. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 679-704.  
[https://www.researchgate.net/publication/26336302\\_Personality\\_and\\_Coping](https://www.researchgate.net/publication/26336302_Personality_and_Coping)
- Carver, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach [Evaluar los estilos de afrontamiento: Un enfoque basado en la teoría]. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267-283.

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction [Afrontamiento situacional y afrontamiento disposicional en situaciones estresantes]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 184–195.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.1.184>
- Castillo, E. G. (2017). Dependencia emocional, estilos de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de Chiclayo. *Revista Paian*, 8(2) ,36-52. <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/735/645>
- Castaño, E. y León, B. (2010). *Estilos de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. Universidad de Almería, España.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en psicología clínica no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Centro de emergencia mujer (2021). Casos atendidos por los Centros Emergencia Mujer según sexo de la persona enero – setiembre 2021.  
[https://app.mimp.gob.pe/GeomimpWeb/recursos/paginas/reporte\\_geomimp/reporte.xhtml](https://app.mimp.gob.pe/GeomimpWeb/recursos/paginas/reporte_geomimp/reporte.xhtml)
- Cobos, E. (2016). *Apego, resiliencia y afrontamiento: un estudio con víctimas de violencia de género*. [Tesis de doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio UCM.  
<https://eprints.ucm.es/38848/1/T37657.pdf>
- Concha, M. A. (2020). *Dependencia emocional y modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia infligida por la pareja Chimbote, 2019*. [Tesis de doctorado,

Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV.

<http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45754>

- Corsi, J. (1995). *Violencia familiar: Una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. Buenos Aires: Paidós.
- Costa, L., Lordes, R., Fraga, D., Santana, N., Bubach, S., y Leite, F. (2018). Estratégias de enfrentamento adotadas por mulheres vítimas de violência [Estilos de afrontamiento adoptadas por las mujeres víctimas de la violencia]. *Revista Enfermagem UERJ*, 26 (1), 1-7. <https://doi.org/10.12957/reuerj.2018.19334>
- Craşovan, D., y Sava, F. (2013). Translation, adaptation, and validation on romanian population of COPE Questionnaire for Coping Mechanisms Analysis [Traducción, adaptación y validación sobre la población rumana del cuestionario COPE para el análisis de mecanismos de adaptación]. *Cognition, Brain and Behavior. An Interdisciplinary Journal*, 17(1), 61-76.
- David, D., Lynn, S. y Ellis, A. (2010). *Rational and irrational beliefs: Research, Theory, and Clinical Practice* [Creencias racionales e irracionales: investigación, teoría y práctica clínica]. Oxford University Pres. New York.
- Davis, M., McKay, M. y Eshelman, E. (1982). *Técnicas de autocontrol emocional*. Ediciones Martínez Roca.
- Deza, S. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia?. *Av. Psicol.*, 20(1), 45-55.

- Echeburúa, E., y Corral, P. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué? *Psicología conductual*, 15(3), 373-387.
- Echeburúa, E. y Redondo, S. (2010). *¿Por qué víctima es femenino y el agresor masculino? La violencia contra la pareja y las agresiones sexuales*. Editorial: Pirámide.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in Psychotherapy*. New York: Springer
- Ellis, A. y Bernard, M. (1990). ¿Qué es la Terapia Racional Emotiva (RET)? En A. Ellis y R. Grieger (editor), *Manual de Terapia Racional emotiva. Volumen 2*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Ellis, A. (1975). *How to live with a neurotic* (Ed. Rev.). North Hollywood, Ca: Wilkshire
- Ellis, A. y Grieger, R. (1981). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Bilbao: Editorial Desclee de Brouwer, S. A.
- Ellis, A. (2006). *Razón y emociones en psicoterapia* (7 ed.). Editorial Desclée de Brouwer.
- Escudero, A. C. (2018). *Trastornos de personalidad y afrontamiento en mujeres que asisten a la unidad judicial multicompetente de Alausí, período 2017 – 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio UNACH.  
<http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/5043>
- Estrada, M. (2018). *Apego adulto y creencias irracionales: estudio en una muestra de víctimas de violencia conyugal*. [Tesis de maestría, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio Comillas. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/32149>

- Fabian, E., Vilcas, L., y Rafaele de la Cruz, Mauro. (2020). Permanencia de la mujer en relación violenta con su agresor en Jauja, Perú. *Revista de Investigación Psicológica*, (23), 86-101.
- Fernández, M. (2009). *Estilos de afrontamiento frente a problemas académicos en estudiantes medios y universitarios*. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación.
- Gonzáles, R. y Santana, J. (2001). *La violencia en parejas jóvenes*. *Psicothema*, 13,1, 127-131.
- Guevara, P. E. y Suarez, Y. E. (2018). *Creencias irracionales y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja de la comunidad urbana autogestionaria de Huaycán*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/992>
- Guzmán, P. (2009). *El Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA)*. Manuscrito no publicado.
- Hernández-Sampieri y Mendoza (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill.
- Herrera Merchán, E., y Cañas Betancur, D. (2020). El estrés postraumático como precursor de daños en salud mental y cognición en víctimas de violencia. *Diversitas*, 16(2), 1-24. <https://doi.org/10.15332/22563067.6297>
- Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M., y Sánchez, J. (2017). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima. *Revista De Investigación En Psicología*, 19(2), 145-162. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12895>

Instituto Nacional de Informática y Estadística (2019). *Perú: indicadores de violencia familiar y sexual 2012-2019*.

[https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1686/libro.pdf](https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1686/libro.pdf)

Julca, A. (2018). *Propiedades psicométricas del Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento en usuarios de un Centro de Salud del Distrito de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio UCV.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/24429>

Jurado, G y Rascón M. (2011). Ideas irracionales y padecimientos psicológicos: análisis en perpetradores y receptoras de violencia de pareja. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense 11*, 83-99.

Lawrence, E., Orengo-Aguayo R., Langer A. y Brock R. (2012). The Impact and Consequences of Partner Abuse on Partners [El impacto y las consecuencias del abuso de pareja]. *Partner Abuse 3* (4), 406-428.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Teorías cognitivas del estrés y la cuestión de la circularidad*. Dinámica del estrés. New York, Estados Unidos: Plenum Press.

Lega, L., Caballo, V., y Ellis, A. (1997). *Teoría y práctica de la terapia racional emotiva conductual*. Madrid.

Kasaeinia S., Hajian S., Ahmadi Doulabi M. (2017). A comparison of coping strategies in Iranian female victims of different types of intimate partner violence [Una comparación de los estilos de afrontamiento de las mujeres iraníes víctimas de diferentes tipos de

- violencia en la pareja]. *Adv Nurs Midwifery*, 27(1), 38-44. <https://journals.sbmu.ac.ir/en-jnm/article/view/17873>
- Kerlinger, F. N. (2002). *Investigación del comportamiento*. México D.F.: McGraw-Hill.
- Macías, M., Madariaga, C., Valle M. y Zambrano, J. (2013). Estilos de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1),123-145.
- Mamarian, M. (2020). *Rompamos el silencio: Prevención y tratamiento de la violencia en la familia* (3 ed.). Ediciones Kairos.
- Miracco, M., Rutzstein, G., Lievendag, L., Arana, F., Scappatura, M., Elizathe, L., y Keegan, E. (2010). Estrategas de afrontamiento en mujeres maltratadas: la percepción del proceso por parte de las mujeres. *Anuario de Investigaciones*, 17(1), 59-67.
- Molina, J. y Moreno, J. (2015). Percepción de la experiencia de violencia doméstica en mujeres víctimas de maltrato de pareja. *Universitas Psychologica*, 14(3), 997-1008.
- Montero, A. (2001). Síndrome de adaptación paradójica a la violencia doméstica: una propuesta teórica. *Clínica y Salud* 12(1), 371-397.
- Muñoz (2006). *Autoterapia: guía para sanar las emociones*. Editorial Corona Borealis.
- Nina, A. (2019). *Niveles de ansiedad y estilos de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia familiar en el Servicio Legal Integral Municipal del D-4 de la ciudad de El Alto*. [Tesis de pregrado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio UMSA. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/21806>



Ñaupas, H., Valdivia, R., Palacios, J. y Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación. Cuantitativa – Cualitativa y redacción de la tesis* (5 ed.). Ediciones de la U.

Olazábal Lucero (2019). *Estilos de Afrontamiento en Mujeres Víctimas de Violencia Familiar que asisten al Centro de Salud de San Sebastián Cusco, 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio UANDINA.  
<http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/UAC/2875>

OPCION (2004). *Violencia Familiar. Aspectos sociales, psicológicos y adicciones*, Tomo I. Lima: OPCION.

Organización Mundial de la Salud (1996). *Violencia contra la mujer: Consulta de la OMS, Ginebra, 5–7 febrero de 1996*. Ginebra: OMS. Disponible en  
[http://whqlibdoc.who.int/hq/1996/FRH\\_WHD\\_96.27.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/1996/FRH_WHD_96.27.pdf)

Organización Mundial de la Salud (2017). *Strengthening health systems to respond to women subjected to intimate partner violence or sexual violence: a manual for health managers* [Fortalecimiento de los sistemas de salud para responder a las mujeres sometidas a la violencia de pareja o a la violencia sexual: un manual para administradores de salud].  
<https://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/vaw-health-systems-manual/en/>

Organización Panamericana de la Salud (2002). *Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud: Resumen*. Washington D.C.: OPS.

- Roco, G., Baldi G., y Álvarez, G. (2013). Afrontamiento y Alexitimia en una muestra de mujeres víctimas de violencia familiar en San Luis, Argentina. *Alternativas en Psicología*, 17(29), 32-43.
- Romero, I. (2004). *Develar la violencia: Una intervención para la prevención y el cambio*. Papeles del psicólogo, Mayo, 88.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). Metodología y Diseños en la Investigación Científica. Lima: Business Support.
- Sagot, M. (2000). *Ruta crítica de las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar en América Latina (Estudios de caso de diez países)*. Washington, DC: Organización Panamericana de la Salud, Programa Regional Sobre Mujer, Salud y Desarrollo.
- Santandreu, R. (2019). *Las gafas de la felicidad: descubre tu fortaleza emocional* (5 ed.). Editorial Penguin Random House.
- Taylor, S. (2007). *Psicología de la salud*. (Sexta Edic.). México: McGraw – Hill
- Tineo, A. M. (2017). *Ideas irracionales y ansiedad rasgo-estado en mujeres víctimas de violencia familiar en Lambayeque*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio USS. <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/5657?show=full>
- Torres, R., Martínez, A., Pérez, J., Morcillo, J. y Urios, M. (2019). *Violencia de género premisas comprensivas y prácticas para el trabajo social*. Editorial Sanz y Torres.
- Vargas, B. (2016). Estilos de enfrentamiento en mujeres bajo violencia de pareja. *Revista Especializada en Ciencias de la Salud*, 19(1), 13-23.



Vilcahuamán (2018). *La resiliencia y el afrontamiento al estrés en estudiantes*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. UNHV-Huánuco-Perú.

Walker, L. (2013). *Amor bajo el terror: por qué algunas mujeres maltratadas matan y como la sociedad responde*. Queimada Ediciones.


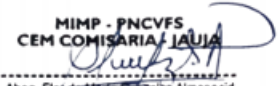
Zarza, M. y Froján, M. (2005). Estudio de la violencia doméstica en una muestra de mujeres latinas residentes en Estados Unidos. *Anales de Psicología*, 21,(1), 18-26.

# ANEXOS

## Anexo 1: Declaración de Autenticidad

	<b>Universidad Ricardo Palma</b>	<b>Escuela de Posgrado</b>
<b>DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO</b>		
<b>DECLARACIÓN DEL GRADUANDO</b>		
Por el presente, el graduando: <i>(Apellidos y nombres)</i>		
Vilchez Carhuancho Hans Beger		
en condición de egresado del Programa de Posgrado:		
Psicología Clínica y de la Salud		
deja constancia que ha elaborado la tesis intitulada:		
Creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja en relación con sus estrategias de afrontamiento, 2021		
<p>Declara que el presente trabajo de tesis ha sido elaborado por el mismo y no existe plagio/copia de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por cualquier persona natural o jurídica ante cualquier institución académica, de investigación, profesional o similar.</p> <p>Deja constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no ha asumido como suyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o de la Internet.</p> <p>Asimismo, ratifica que es plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asume la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y es consciente de las connotaciones éticas y legales involucradas.</p> <p>En caso de incumplimiento de esta declaración, el graduando se somete a lo dispuesto en las normas de la Universidad Ricardo Palma y los dispositivos legales vigentes.</p>		
		
Firma del graduando		Fecha

Anexo 2.1: Autorización de consentimiento para realizar la investigación

 <b>Universidad Ricardo Palma</b>		<b>Escuela de Posgrado</b>	
<b>AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR LA INVESTIGACIÓN</b>			
<b>DECLARACIÓN DEL RESPONSABLE DEL AREA O DEPENDENCIA DONDE SE REALIZARA LA INVESTIGACIÓN</b>			
Dejo constancia que el área o dependencia que dirijo, ha tomado conocimiento del proyecto de tesis titulado:			
Creencias irracionales en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja en relación con sus estrategias de afrontamiento, 2021			
el mismo que es realizado por el Sr./Srta. Estudiante (Apellidos y nombres):			
Vilchez Carhuancho Hans Beger			
, en condición de estudiante - investigador del Programa de:			
Posgrado de Psicología Clínica y de la Salud			
Así mismo señalamos, que según nuestra normativa interna procederemos con el apoyo al desarrollo del proyecto de investigación, dando las facilidades del caso para aplicación de los instrumentos de recolección de datos.			
En razón de lo expresado doy mi consentimiento para el uso de la información y/o la aplicación de los instrumentos de recolección de datos:			
Nombre de la empresa: CENTRO EMERGENCIA MUJER COMISARIA JAUJA		Autorización para el uso del nombre de la Empresa en el Informe Final	Si <input checked="" type="checkbox"/>
Apellidos y Nombres del Jefe/Responsable del área: Gonzáles Almonacid Flor de María		Cargo del Jefe/Responsable del área: Coordinadora CEM CIA JAUJA	
Teléfono fijo (incluyendo anexo) y/o celular: 914 648 832		Correo electrónico de la empresa: cem.cia.jauja@gmail.com	
 MIMP - PNCVFS CEM COMISARIA JAUJA Abog. Flor de María Gonzáles Almonacid COORDINADORA		29/10/2021	
Firma		Fecha	

## **Anexo 2.2: Autorización de consentimiento informado para el participante**

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio de este documento me presento a usted para informarle sobre la naturaleza de esta investigación y el rol que tendría como participante de aceptar. En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo Determinar la relación significativa entre las creencias irracionales y los estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021. Este estudio está conducido por Vilchez Carhuancho Hans Beger, estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud de la Escuela de Posgrado de la Universidad Ricardo Palma.

Como usted cumple con las características requeridas para participar en este estudio, es decir, es residente en la provincia de Jauja, con edad entre 16 y 65 años y ha denunciado a su pareja por hechos de violencia, se le invita a ser parte. Si usted acepta, responderá un cuestionario de 65 preguntas y otro de 52 preguntas para evaluar las creencias que usted tiene y los estilos que usa para hacer frente a los problemas que generan estrés. Por ello, se le informa que no existen respuestas buenas o malas, a lo que se le solicita proporcionar toda la información requerida de forma honesta.

Toda la información recolectada durante este proceso se usará solo con fines de investigación y será tratada de manera confidencial. En ningún momento se contempla la devolución de resultados a nivel individual.

Si usted tiene alguna consulta o requiere información adicional relacionada con su participación en este proceso, puede comunicarse con el investigador responsable al correo electrónico [begervilchez@gmail.com](mailto:begervilchez@gmail.com).

De estar conforme con su participación, por favor acepte el siguiente consentimiento informado: He leído y entendido el contenido de la presentación remitido por el investigador Vilchez Carhuancho Hans Beger; acepto que mi información sea utilizada con fines de investigación.

---

Firma

### Anexo 3: Matriz de consistencia

<b>Problema Principal</b>	<b>Objetivo General</b>	<b>Hipótesis General</b>	<b>Variable 1</b>	<b>Dimensión/Indicadores</b>	<b>Variable 2</b>	<b>Dimensión/Indicadores</b>
¿Cuál es la relación entre las creencias irracionales y los estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre las creencias irracionales y los estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021.	Existe una relación significativa entre las creencias irracionales y los estilos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia de pareja en la provincia de Jauja, 2021.	Creencias irracionales	Aprobación: Es necesario ser aprobado por todas las personas significantes para uno.	Estilos de afrontamiento al estrés	Afrontamiento centrado en el problema: - Afrontamiento activo -Planificación -Supresión de actividades competitivas -Postergación del afrontamiento -La búsqueda de apoyo social
<b>Problemas específicos</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Hipótesis Específicas</b>		Perfección: Debemos ser absolutamente competentes, inteligentes y eficaces con todos los aspectos posibles.		Afrontamiento centrado en la emoción: -La búsqueda de soporte emocional -La reinterpretación positiva y desarrollo personal -La aceptación -Acudir a la religión -Análisis de las emociones
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de aprobación y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021		Castigo: Ciertos actos no solo son malos, sino que son condenables o viles, y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada.		
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la aprobación y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021				
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la aprobación y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional de la aprobación y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la aprobación y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021				
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado hacia el	Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado hacia el	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de				



problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Catástrofe: Es terrible y catastrófico que las cosas y la gente no sean como uno le gustaría que fueran.	Otros afrontamientos adicionales: -Negación -Conductas inadecuadas -Distracción
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la perfección y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	<u>Causas</u> Externas: La infelicidad humana es causada por los hechos externos, nos es impuesta por la gente y los acontecimientos.	
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la perfección y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional de la perfección y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la perfección y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	<u>Influencia el pasado:</u> Si algo afecto fuertemente en alguna ocasión nuestra vida, siempre la seguirá afectando	
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021		
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional del castigo y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021		
¿Cuál es la relación entre la creencia irracional del castigo y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?	Determinar la relación entre la creencia irracional del castigo y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021	Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional del castigo y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021		

---

<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la catástrofe y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la catástrofe y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la catástrofe y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de causas externas y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>

---

<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de causas externas y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de causas externas y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de causas externas y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado hacia el problema en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la influencia del pasado y el estilo de afrontamiento orientado en la emoción en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>
<p>¿Cuál es la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021?</p>	<p>Determinar la relación entre la creencia irracional de la influencia del pasado y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>	<p>Si existe diferencias estadísticamente significativas entre la creencia irracional de la influencia del pasado y Otros Estilos Adicionales de Afrontamiento en mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja residentes en la provincia de Jauja, 2021</p>

## Anexo 4: Formato o protocolo de los instrumentos que utilizará

### REGISTRO DE OPINIONES FORMA A (REGOPINA)

(Autor Original: Martha D., Mckay M. y Eshelman E. ,1982)

Adaptado y modificado por Guzmán (2009)

No es necesario que piense mucho rato en cada ítem. Señale si considera verdadera (V) o falsa (F) cada afirmación. Asegúrese de que contesta lo que usted realmente piensa, no lo que cree que debería pensar.

		V	F
1	Para mí es importante recibir la aprobación de los demás.		
2	Odio equivocarme en algo.		
3	La gente que se equivoca, debe recibir su merecido.		
4	Generalmente, acepto los acontecimientos desagradables con tranquilidad.		
5	Si una persona quiere, puede ser feliz en casi cualquier circunstancia.		
6	“Árbol que crece torcido, nunca su tronco endereza”.		
7	Me gusta que los demás me respeten, pero yo no estoy obligado a manifestar respeto por nadie.		
8	Evito las cosas que no puedo hacer bien.		
9	Las personas malas deben ser castigadas.		
10	Las frustraciones y decepciones no me perturban.		
11	A las personas no les fastidia lo que les sucede sino los pensamientos que tienen sobre ello.		
12	Es casi imposible superar la influencia del pasado.		
13	Quiero agradar a todo el mundo.		
14	No me gusta competir en aquellas actividades en las que los demás son mejores que yo.		
15	Aquellos que se equivocan, merecen cargar con la culpa.		
16	Las cosas deberían ser distintas a como son.		
17	Yo mismo provoco mi propio mal humor.		
18	Si algo afectó tu vida de forma importante en el pasado, no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.		
19	Me agrado a mí mismo, aun cuando no les agrade a los demás.		
20	Me gustaría triunfar en algo, pero pienso que no estoy obligado a hacerlo.		
21	La injusticia debería castigarse severamente.		
22	A menudo me siento fastidiado por situaciones que no me gustan.		
23	Las personas desdichadas, generalmente, se provocan ese estado a sí mismas.		
24	La gente sobrevalora la influencia del pasado.		
25	Si no le agrado a los demás es su problema, no el mío.		
26	Para mí es extremadamente importante alcanzar el éxito en todo lo que hago.		
27	Pocas veces culpo a la gente por sus errores.		
28	Normalmente, acepto las cosas como son, aunque no me gusten.		
29	Nadie está mucho tiempo de mal humor o enfadado, a menos que quiera estarlo.		
30	Si hubiera vivido experiencias distintas, podría ser más como me gustaría ser.		
31	Creo que es difícil ir en contra de lo que piensan los demás.		
32	Disfruto de las labores que realizo, sin importarme lo bueno o malo que sea en ellas.		
33	El miedo al castigo es lo que hace que la gente sea buena.		
34	Si las cosas me desagradan, elijo ignorarlas.		
35	Cuanto más problemas tiene una persona, menos feliz es.		
36	Normalmente, no pienso que las experiencias pasadas me afecten en la actualidad.		
37	Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás, no la necesito realmente.		
38	Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo.		
39	Todas las personas nacen buenas.		
40	Hago todo lo que puedo para conseguir lo que quiero; y después, dejo de preocuparme.		

41	Nada es aterrador por sí mismo; si lo es, se debe al modo en que lo interpretamos.		
42	Somos esclavos de nuestro pasado.		
43	A menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte.		
44	Me fastidia cometer errores.		
45	No es razonable que “lueva igual sobre el justo que sobre el injusto”.		
46	Yo disfruto tranquilamente de la vida.		
47	No puedo evitar sentirme muy alterado ante situaciones desagradables.		
48	Una vez que algo afecta tu vida de forma importante, seguirá haciéndolo siempre.		
49	Usualmente me preocupo mucho por lo que la gente piensa de mí.		
50	Muchas veces me enfado muchísimo si las cosas no me salen como deberían.		
51	Generalmente doy una segunda oportunidad a quien se equivoca.		
52	Las personas son más felices cuando superan los obstáculos y logran sus metas.		
53	Nunca hay razón para permanecer triste mucho tiempo.		
54	Básicamente, la gente nunca cambia.		
55	Ser criticado es algo incómodo, pero no aterrador.		
56	No me asusta hacer cosas que no hago del todo bien.		
57	Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean.		
58	Raras veces me perturban los errores de los demás.		
59	El hombre construye su propio infierno interior.		
60	Recuerdo mi pasado sin resentimientos.		
61	Si cometo un error lo acepto con tranquilidad.		
62	Las situaciones negativas que experimente pueden ser superadas.		
63	Hay gente que me altera el humor.		
64	Acepto con calma que otros sean mejores que yo en algo.		
65	Hay tristezas que jamás se superan.		

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO  
AL ESTRÉS  
(Autor Original: Charles C., Scheier M. y Weintraub J. ,1989)**

**Adaptación de Casuso (1996)**

Indique generalmente que es lo que hace y siente cuando experimenta una situación de violencia de pareja, responda a cada uno de los siguientes ítems marcando la opción que más se adecue con usted, Por favor, intente responder a cada pregunta de forma separada a los demás. Elija sus respuestas cuidadosamente, y responda de la forma más sincera que le sea posible. No hay respuestas correctas o incorrectas, de modo que elija la respuesta que más se le ajuste a USTED, no la que usted piense que la mayoría de personas diría o haría. Solo indique lo que USTED habitualmente hace cuando experimenta esa situación.

		SI	NO
1	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema		
2	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema		
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema		
4	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		
5	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron		
6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos		
7	Busco algo bueno de lo que está pasando.		
8	Aprendo a convivir con el problema.		
9	Busco la ayuda de Dios.		
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones		
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		
12	Dejo de lado mis metas		
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente		
14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema		
15	Elaboro un plan de acción		
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades		
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber que hacer con el problema		
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares		
20	Trato de ver el problema en forma positiva		
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado		
22	Deposito mi confianza en Dios		
23	Libero mis emociones		
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas		

26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema		
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse		
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema		
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema		
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.		
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema		
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.		
33	Aprendo algo de la experiencia		
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido		
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión		
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros		
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema		
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado		
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema		
40	Actúo directamente para controlar el problema		
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema		
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto		
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema		
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.		
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia		
47	Acepto que el problema ha sucedido		
48	Rezo más de lo usual		
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema		
50	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"		
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema		
52	Duermo más de lo usual.		