

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

Escuela de Post-Grado

Dr. Luis Claudio Cervantes Liñan



TESIS

**“EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL EN EL
CONTROL DE CREENCIAS Y HABITOS DE ESTUDIO DE LOS
ESTUDIANTES DEL II CICLO DE LA FACULTAD DE PSICOLOGIA DE LA
UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA”**

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN TERAPIA
COGNITIVO CONDUCTUAL DE LOS TRASTORNOS PSICOLOGICOS Y
PSIQUIATRICOS**

PRESENTADO POR:

Lic. Yanet Yvonne Rocha Cuadros

2015

RESUMEN

El presente trabajo de investigación reporta los resultados de la efectividad de un programa cognitivo conductual en el control de creencias y hábitos de estudio de los alumnos del II ciclo de la facultad de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Investigación de tipo experimental y diseño utilizado es cuasi-experimental de medición de un grupo Pre y Post Test. Se administró a la muestra un Programa Cognitivo Conductual, así como el Test de Creencias Irracionales de Jones y el inventario de Hábitos de estudio de Vicuña, instrumentos a los cuales se hizo el análisis psicométrico respectivo.

Los resultados indican que la efectividad de un programa cognitivo conductual es positivo en el control de creencias y hábitos de estudio de los alumnos del II ciclo de la facultad de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. De igual forma se observó que dicho programa cognitivo conductual es positivo en el control de creencias y en las dimensiones conductual, académico, tiempo de los hábitos de estudio de los alumnos del II ciclo de la facultad de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Por otro lado, el programa cognitivo conductual no es positivo en el control de creencias y no incrementa la dimensión espacio en el hábito de estudio.

Palabras Claves: Programa cognitivo conductual. Creencias irracionales. Hábitos de estudio.

ABSTRACT

The present investigation reports the results of the effectiveness of a cognitive behavioral program control beliefs and study habits of students of II cycle of psychology faculty at the University Garcilaso de la Vega.

Research and experimental design used is quasi-experimental measurement of a Pre and Post Test group. He was administered the sample a Cognitive Behavioral Program and the Irrational Beliefs Test Jones and inventory study habits Vicuña, instruments to which the respective psychometric analysis was done.

The results indicate that the effectiveness of a cognitive behavioral program is positive control beliefs and study habits of students of the second cycle of the School of Psychology at the University Garcilaso de la Vega. Likewise, it was observed that the cognitive behavioral program is positive control beliefs and the behavioral dimensions, academic, time study habits of students of the second cycle of the School of Psychology at the University Garcilaso de la Vega. Furthermore, the CBT program is not positive control beliefs and does not increase the space dimension in the habit of study.

Keywords: Cognitive behavioral program. Irrational beliefs. Study habits.

