

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto
Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Paulina Yolanda Paitan Veliz

Lima – Perú

2019

Dedicatoria

A Dios por llenar mi vida de bendiciones.

A mis queridos padres que siempre los llevo en mi corazón.

A mis seres queridos por su apoyo incondicional.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por todas sus bendiciones, por darme la fuerza de llegar hasta este punto de mi vida por cumplir con este anhelo.

A mis padres que desde el cielo me guían y a mis hijas, mis dos grandes tesoros que me inspiran a ser mejor cada día.

A mi asesora la Mg. Anabel Rojas Espinoza por haberme guiado y compartido sus conocimientos que han permitido concluir este trabajo de investigación.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N°003-FPs y TS-2019, me es grato poder presentar mi trabajo de investigación titulado “*Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019*”; bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA, para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea adecuadamente evaluado y aprobado.

Atentamente

Paulina Yolanda Paitan Veliz

ÍNDICE

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
PRESENTACIÓN	iv
ÍNDICE.....	v
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN.....	xii
CAPÍTULO I.....	14
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.1. Descripción de la realidad problemática	14
1.2. Formulación del problema	16
1.2.1. Problema general.....	16
1.2.2. Problemas específicos	16
1.3. Objetivos	17
1.3.1. Objetivo general.....	17
1.3.2. Objetivos específicos	17
1.4. Justificación e importancia.....	18
CAPITULO II.....	20
MARCO TEORICO CONCEPTUAL.....	20
2.1. Antecedentes	20
2.1.1. Antecedentes Internacionales.....	20
2.1.2. Antecedentes Nacionales	22
2.2. Bases Teóricas.....	25

2.2.1.	Conceptualización de creencias irracionales.....	25
2.2.2.	Teorías sobre creencias irracionales	26
2.2.3.	Dimensiones de las creencias irracionales	27
2.2.4.	Características de las creencias irracionales	35
2.3.	Definiciones conceptuales.....	36
CAPITULO III		38
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION		38
3.1.	Tipo de la investigación	38
3.2.	Diseño de la investigación	38
3.3.	Población y muestra	39
3.3.1.	Población.....	39
3.3.2.	Muestra	39
3.4.	Identificación de la variable y su Operacionalización	40
3.5.	Técnicas e instrumentos de evaluación	43
CAPÍTULO IV		45
PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS		45
4.1.	Presentación de resultados de datos generales	45
4.2.	Presentación de resultados de datos específicos	47
4.3.	Procesamiento de los resultados.....	58
4.4.	Discusión de los resultados	58
4.5.	Conclusiones	60
4.6.	Recomendaciones.....	61
CAPÍTULO V.....		63
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN		63
5.1.	Denominación del programa	63
5.2.	Justificación del programa	63

5.3	Establecimientos de objetivos	64
5.3.1.	Objetivo general.....	64
5.3.2.	Objetivos específicos	64
5.4	Sector al que se dirige	64
5.5.	Establecimiento de conductas problemas / metas	64
5.7.	Recursos y materiales a utilizar.....	66
5.7.1.	Recursos Humanos.....	66
5.7.2.	Materiales.....	66
	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	75
	ANEXOS.....	78
ANEXO 1.	Matriz de Consistencia.....	79
ANEXO 2.	Inventario de Creencias Irracionales.....	80
ANEXO 3.	Encuesta de satisfacción del Plan de Intervención.....	84
ANEXO 4.	Sesión 4. Tolerancia al Fracaso. Lista de preguntas	85
ANEXO 5.	Carta de aceptación	86

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	<i>Matriz de Operacionalización</i>	41
Tabla 2.	<i>Baremo de interpretación de la variable</i>	44
Tabla 3.	<i>Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su edad</i>	45
Tabla 4.	<i>Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su grado de instrucción</i>	46
Tabla 5.	<i>Nivel de Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho</i>	47
Tabla 6.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Necesidad de aprobación</i>	48
Tabla 7.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Altas auto-expectativas</i>	49
Tabla 8.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Culpabilización</i>	50
Tabla 9.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Intolerancia a la frustración</i>	51
Tabla 10.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Causas externas</i>	52
Tabla 11.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Miedo o ansiedad</i>	53
Tabla 12.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Evitación de problemas</i>	54
Tabla 13.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Dependencia</i>	55
Tabla 14.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Indefensión</i>	56
Tabla 15.	<i>Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Pasividad</i>	57

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Diseño de la investigación.....	39
<i>Figura 2.</i> Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su edad.....	45
<i>Figura 3.</i> Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su grado instrucción	46
<i>Figura 4.</i> Nivel de a Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho	47
<i>Figura 5.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Necesidad de aprobación	48
<i>Figura 6.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Altas auto-expectativas	49
<i>Figura 7.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Culpabilización	50
<i>Figura 8.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Intolerancia a la frustración.....	51
<i>Figura 9.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Causas externas.....	52
<i>Figura 10.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Miedo o ansiedad	53
<i>Figura 11.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Evitación de problemas.....	54
<i>Figura 12.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Dependencia.....	55
<i>Figura 13.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Indefensión.....	56
<i>Figura 14.</i> Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Pasividad	57

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene por objetivo determinar el nivel de las creencias irracionales que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. El estudio es de tipo descriptivo, con un diseño no experimental, de corte transversal y con un enfoque cuantitativo de acuerdo al manejo de los datos.

La población está comprendida por 42 nuevos internos del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, que han cometido delitos contra la libertad sexual, que los cuales serán encuestados durante el periodo 2019. La muestra es intencional, no probabilística y de tipo censal, los cuales son la totalidad de la población, es decir, los 42 nuevos internos del penal Lurigancho. La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento fue el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis.

Los resultados encontrados demostraron que las dimensiones más desfavorables fueron las causas externas, intolerancia a la frustración y altas auto-expectativas que obtuvieron un nivel altamente negativo; mientras que en las dimensiones culpabilización, miedo o ansiedad, dependencia, indefensión y pasividad obtuvieron el nivel moderadamente negativo. Estableciendo como conclusión que los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, presentan creencias irracionales a nivel moderadamente negativo en un 52%, seguido del nivel altamente negativo; lo cual evidencia que existe un conjunto de factores que no favorece a su bienestar mental y que pone en riesgo su normal desarrollo.

Palabras Claves: creencias irracionales, internos, conducta, cognición, emoción.

ABSTRACT

The objective of this research work is to determine the level of irrational beliefs presented by inmates for crimes against sexual freedom of the Lurigancho Penitentiary Institute - pavilion 16, during the period 2019. The study is descriptive, with a non-experimental design, of cross section and with a quantitative approach according to the handling of the data.

The population is comprised of 42 new inmates of the Lurigancho Penitentiary Institute - pavilion 16, who have committed crimes against sexual freedom, which will be surveyed during the 2019 period. The sample is intentional, not probabilistic and census type, which are the entire population, that is, the 42 new inmates of the Lurigancho prison. The technique used for data collection was the survey and the instrument was the Ellis Irrational Belief Inventory.

The results showed that the most unfavorable dimensions were external causes, intolerance to frustration and high self-expectations that obtained a highly negative level; while in the dimensions blame, fear or anxiety, dependence, defenselessness and passivity obtained moderately negative level. Establishing as conclusion that the inmates for crimes against the sexual freedom of the INPE, present irrational beliefs at a moderately negative level in 52%, followed by the highly negative level; which shows that there is a set of factors that does not favor their mental well-being and that puts their normal development at risk.

Key words: irrational, internal beliefs, behavior, cognition, emotion.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se centra en el estudio de las creencias irracionales en los internos penitenciarios por delitos contra la libertad sexual del pabellón 16 del INPE Lurigancho, siendo este un grupo de riesgo para la sociedad, debido a la ejecución de actos contra la integridad física sexual de las personas, que han sido condenados precisamente por trasgredir las leyes. Las situaciones particulares de sus vivencias y malos modelos asumidos como algo normal en este grupo de varones, han conllevado a violar la libertad sexual de otras personas que posterior a este hecho quedan con secuelas psicológicas muy duras que superar.

El aumento de delitos contra la libertad sexual en nuestro país, suscita la preocupación de la sociedad y de las autoridades, pues a pesar de endurecer las penas y sanciones contra los agresores sexuales este problema sigue en aumento. Lamentablemente, los violadores no toman conciencia de sus actos y muchas veces vuelven a reincidir en cometer el mismo delito, afectando a más personas inocentes, dentro de los que se incluyen los menores de edad.

Frente a esta crítica situación social que se vive, donde se aprecia cotidianamente hechos de violencia sexual, llama a la reflexión sobre que sucede en la cabeza, en los pensamientos e ideas de los agresores: ¿Acaso existe pensamientos distorsionados que nublan la razón de estas personas que cometen el delito? ¿Los agresores sexuales tienen creencias irracionales que les hacen trasgredir las leyes?

La sociedad en general ve cómo se va dando la pérdida de valores, falta de respeto a las normas sociales, aumento de violencia en todas sus formas, entre otros aspectos que generan inseguridad tanto en la calle como en el mismo hogar, pues en su mayoría los agresores sexuales son personas del entorno cercano, alguien a quien la víctima conocía o le tenía confianza. Muchas veces hasta son los mismos padres, aquellos que en un acto desnaturalizado violentan la integridad física sexual de sus menos hijos.

Muchas veces producto de la violación a menores, se dan embarazos no deseados, intento de suicidio en las víctimas, aislamiento social y otros traumas que pudieron ser evitados si las personas que agredieron mantuvieran pensamientos racionales. Por eso, es que se considera importante analizar las creencias irracionales a modo de explicación de las posibles razones que condujeron a cometer el delito contra la libertad sexual.

Al hablar de creencias irracionales, estas aluden a ideas fuera de la realidad que están enquistadas en la conciencia de las personas, ideas enfermizas que provocan daño no solo a la misma persona, sino que puede terminar dañando a un tercero. El no manejar adecuados pensamientos, hará que las personas con creencias irracionales vivan en un mundo imaginario donde se crean sus propias ideas distorsionadas.

En razón a lo descrito es que se establece estudiar las creencias irracionales que afectan a los internos penitenciarios de Lurigancho, para poder aportar posteriormente y de acuerdo a los resultados obtenidos con la ejecución de un programa de intervención que inhiba de repetir esta conducta dolosa en los internos.

La tesista

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

En la actualidad vivimos tiempos convulsionados, donde se respira un clima de violencia en nuestra sociedad que no se ha podido superar a pesar de aprobarse cada vez reglamentaciones más duras para los trasgresores de la ley, especialmente en contra de los agresores sexuales, que cada vez llenan las cárceles de nuestro país, producto de violaciones realizadas tanto contra menores como en mayores de edad, tanto contra miembros de su entorno cercano como en contra de personas desconocidas.

De acuerdo a estadísticas del INEI (2017), el número de víctimas de violencia sexual menores de 18 años equivale a un número de 1310 personas solo en Lima y Callao durante ese año. Si contamos a nivel nacional se reportaron 4872 casos, cantidad que ha ido aumentando durante los últimos 10 años, si consideramos que la estadística del año 2010 reporta 4050 casos. Frente a este hecho tan repudiable, las personas que, sí gozan de racionalidad y un proceder correcto, sienten la desconfianza de no saber de quienes están rodeados los menores y donde estarían más seguros los menores.

Por otro lado, según las cifras oficiales de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal), entre el año 2000 y el 2017 se han registrado 263,584 denuncias en todo el Perú por violación a la libertad sexual. (América Noticias, 2018). Esto equivale a una cifra muy alta, donde se han vulnerado en su gran mayoría los derechos de menores y mujeres, que han sido ultrajados (as) en contra de su voluntad.

Esta problemática social forma parte de la cotidiana realidad en el Perú, haciendo presumir que existe un desajuste psicosocial en los agresores sexuales, los cuales razonan de manera distorsionada y no les importa dañar a los demás. Evidenciando así la necesidad de una prioritaria atención a la salud mental de los agresores sexuales para que no reincidan en cometer el delito.

La mayoría de trastornos mentales presentan diferentes consecuencias, en su mayoría en la alteración del pensamiento; también puede definirse como creencias irracionales estudiados y planteados por el Dr. Albert Ellis, en el año 1962.

Los agresores sexuales son personas enfermas, que no controlan sus impulsos y que tienen a alucinar o hacerse ideas fuera de la realidad, motivo por el cual al ser apresados suelen culpabilizar a la víctima, aduciendo que esta le coqueteaba o que le provocó a hacer dicho acto y encima aducir que también lo disfrutó. Dichas explicaciones incoherentes son producidas en su mente debido a las creencias irracionales que manejan.

Entonces las creencias irracionales llevan a cometer actos irracionales que alteran el entorno donde se desarrollan las personas. Los agresores sexuales no son conscientes de las repercusiones que trae consigo el delito cometido, a pesar de ser sometidos al desprecio y escarnio público, suelen no inmutarse frente a estas manifestaciones.

Si queremos desarrollarnos como sociedad, ser bien vistos ante los ojos del mundo como un estado civilizado que crece culturalmente cada día, debemos contar con ciudadanos idóneos respetuosos de las normas y de las demás personas. Se necesitan personas con valores y ecuanimidad que no trasciendan las noticias por actos deshumanizados en contra del honor y dignidad de las personas; por eso es vital contar con familias que den el soporte y formación adecuada a los hijos, para no lamentar a futuro cuando ya están grandes por su mal proceder.

Los padres de familia deben estar atentos ante conductas antisociales, agresividad de sus hijos, amistades con las que se junta, tipos de contenido de información que les gusta ver, formas de expresarse, etc.; cosa que frente a una conducta desadaptada puedan solicitar ayuda para la salud mental de estos. Todo a tiempo, puede prevenir desgracias mayores, como lo es tener en casa a un hijo o familiar violador que no ha sido tratado y puede atacar en cualquier momento a uno de los integrantes de la propia familia.

Dado que, en la realidad encontrada dentro de la penitenciaria de varones sentenciados por estos delitos contra la libertad sexual, muchos de ellos refieren no haber sido conscientes que su proceder era incorrecto, veían como un acto normal mientras cometían el delito las suplicas y llanto de sus víctimas que eran abusadas por creer que era su forma de mostrar placer con el acto sexual.

En base a las razones expuestas, es que se propone como tema de investigación las creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019; por ser un problema medular dentro de la sociedad peruana que requiere ser comprendida y abordada para lograr

un cambio radical. Se necesita vivir con paz y seguridad, donde los niños y mujeres principalmente dejen de estar expuestos al peligro; para eso se debe ayudar a desterrar los pensamientos distorsionados de aquellos varones con problemas de salud mental que no razonan adecuadamente y que requieren una pronta atención médica.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión necesidad de aprobación, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión altas autoexpectativas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión culpabilización, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión intolerancia a la frustración, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión causas externas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión miedo o ansiedad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?

- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión evitación de problemas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión dependencia, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión indefensión, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?
- ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión pasividad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

- Determinar el nivel de las creencias irracionales que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión necesidad de aprobación, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Diagnosticar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión altas autoexpectativas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión culpabilización, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.

- Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión intolerancia a la frustración, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión causas externas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión miedo o ansiedad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión evitación de problemas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Diagnosticar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión dependencia, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión indefensión, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.
- Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión pasividad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.

1.4. Justificación e importancia

La presente investigación tiene como propósito conocer las creencias irracionales de los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16; debido al alcance y repercusión en el medio social que tiene estos actos dolosos que agrede la parte más vulnerable de un ser humano, que es su integridad física sexual.

En vista que este tema forma parte de una problemática psicosocial asociado a la distorsión de pensamientos y creencias en algunas personas, que sin mediar consecuencias

agreden sexualmente a otras personas indefensas; se hace necesario estudiarlo para ayudar a comprender que aspectos de la mente humana están mal encaminados al punto de trasgredir las leyes sin importarle las sanciones que les deviene.

El problema de los delitos contra la libertad sexual requiere ser abordado en función de ser reducidos y forjar una sociedad más humana, respetuosos de los derechos del otro y que valora y cuida tanto a la mujer como a los niños (as) y adolescentes, que son las principales víctimas de violencia sexual.

Además, dado que la consumación de este delito corresponde a un desequilibrio de la salud mental, este estudio permitirá conocer cuál es el tipo de creencia irracional que prepondera en los agresores sexuales para que los organismos pertinentes adopten estrategias eficaces para su tratamiento.

La presente investigación se justifica también según los aportes que se derivaran de este en diferentes campos, lo cual beneficiara a diferentes grupos de personas. Básicamente el aporte se dará a nivel teórico, práctico, metodológico y social.

En el aspecto teórico, la recopilación de información acerca de las teorías, características, tipos de creencias irracionales, problemas que se derivan de este fenómeno, constituyen una fuente enriquecida de información que complementara el conocimiento humano de los interesados en revisar esta información. Además, los aportes que se desprendan de los hallazgos en este estudio, sumaran al conocimiento teórico científico.

En el sentido práctico, de acuerdo a los resultados de la presente investigación permitirá elaborar y ejecutar un programa de intervención orientado hacia el manejo de las creencias irracionales, desarrollando talleres y actividades propias de la técnica cognitivo conductual, lo cual será desarrollado por los psicólogos del INPE con apoyo de la autoridad del penal. De dicha forma se estaría dando tratamiento a estos agresores sexuales para que puedan regenerarse y que no vuelvan a incurrir en el delito cuando salgan.

En el aspecto social, la presente investigación es importante por considerarse un tema de salud pública, que afecta a muchos sujetos los cuales han agredido sexualmente a mujeres y menores de edad, debido a sus pensamientos irracionales; originando traumas psicológicos en las víctimas y reincidencia de la conducta agresora en los violadores.

CAPITULO II

MARCO TEORICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

A nivel nacional e internacional existen investigaciones sobre las creencias irracionales, desarrollados en centros de formación universitaria.

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Cubaquil, L. (2018), desarrollo una investigación titulada “Ideas irracionales y depresión”, donde propuso como objetivo identificar las principales ideas irracionales y el nivel de depresión en los estudiantes. La investigación fue de diseño descriptivo, con una muestra de cuarenta y cinco estudiantes de ambos sexos. Los instrumentos utilizados para la obtención de datos fueron: el Manual del Inventario de Ideas Irracionales y el Inventario de Depresión de Beck. Se estableció como conclusión, un nivel bajo en las ideas irracionales dentro de ello se evaluó los niveles que sobresalen entre los seis que califica la prueba el nivel cultural con un 19% la relación social de los adolescentes encaja fuera del entorno familiar: la comunidad, la escuela, estatus y roles sociales.

Quimbiulco, M. (2017) en la investigación “Aspectos psicosociales y creencias irracionales en pacientes con intento de suicidio atendidos en el servicio de Salud Mental del Hospital Carlos Andrade Marín”; tuvo como propósito determinar los factores psicosociales y creencias irracionales que predisponen al intento de suicidio en pacientes atendidos en el Hospital “Carlos Andrade Marín” de la ciudad de Quito. La investigación fue descriptiva, de diseño no experimental. La población estuvo conformada por hombres y mujeres pacientes de área de salud mental, mayores de 15 años con conducta suicida, con ideación suicida desde la infancia o juventud. La muestra estuvo conformada por 30 pacientes del hospital.

Los instrumentos que se aplicaron fueron: el cuestionario de indicadores de riesgo (CIR), la escala de ideación suicida de Beck (SSI), el inventario de creencias irracionales de Ellis. La conclusión fue que la población masculina de pacientes con intento de suicidio presentó alto predominio de creencias irracionales en la dimensión “Evitación de problemas”, seguida de la dimensión “culpabilización”, mientras que

en la población femenina presentaron un alto predominio en la dimensión “culpabilización”.

Villacís, C. (2016) en la investigación “Creencias irracionales y calidad de vida en adultos mayores”, tuvo como propósito relacionar las creencias irracionales y la calidad de vida en los adultos mayores del Centro de Día Vida a los Años, Centro de Día La Vida es Bella y la Asociación de Adultos Mayores Nuestra Señora de la Elevación de la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua. La investigación fue correlacional, la población estuvo constituida de 54 adultos mayores de los centros antes indicados, mayores de 65 años con enfermedades terminales, degenerativas, trastorno mental y discapacidad. La muestra fue de 9 adultos mayores varones y 45 mujeres.

Los instrumentos empleados en la investigación fueron Test de creencias irracionales (TCI) y la Escala de calidad de vida en el adulto mayor (MGH). La conclusión de la investigación fue que las creencias irracionales que predominaron en los adultos mayores de ambos sexos de los centros evaluados, fueron las relacionadas a las dimensiones: “altas auto-expectativas”, seguida de la “influencia del pasado”.

Rodríguez, J. (2015) en su investigación “Creencias Irracionales en adolescentes embarazadas con problemas psicoafectivos”, tuvo como propósito determinar cómo las creencias irracionales generan problemas psicoafectivos en las adolescentes embarazadas. La investigación fue correlacional, de enfoque cuantitativo. La población y muestra fueron del área de Psicología de la Unidad Metropolitana de Salud Sur, estuvo constituida por veinte adolescentes embarazadas.

Los instrumentos empleados en la investigación fueron: el Test de creencias irracionales de Ellis y el cuestionario auto elaborado “problemas psicoafectivos. La conclusión de la investigación fue que las creencias irracionales más frecuentes en las adolescentes embarazadas fueron de nivel moderado, en la creencia irracional altas auto-expectativas, seguida de la creencia irracional miedo o ansiedad, y finalmente la creencia irracional evitación de problemas; las demás creencias irracionales tuvieron una baja frecuencia.

Mejía, P. (2014), realizó una investigación titulada “Las creencias irracionales y su influencia en las emociones positivas y negativas en madres de víctimas de abuso sexual del Sistema de Protección a Víctimas y Testigos”, donde tuvo como objetivo describir la relación entre las creencias irracionales y las emociones en madres de víctimas de abuso sexual. La investigación fue correlacional, el diseño fue no experimental y de enfoque cuantitativo. La población de estudio estuvo conformada por las madres de víctimas de abuso sexual del Programa de Protección a Víctimas y Testigos de la Fiscalía provincial de Pichincha y la muestra estuvo constituida por 20 madres de niños, niñas y adolescentes víctimas de abuso sexual que acuden al programa.

Los instrumentos empleados fueron el Test de creencias irracionales de Ellis (1968) y la Escala de emociones positivas y negativas de Bárbara Fredrickson. Estableciendo como conclusión que las creencias irracionales más frecuentes en las madres de víctimas de abuso sexual se dan a nivel moderado: “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa” y “se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”, las cuales aluden a la dimensión miedo o ansiedad y la dimensión dependencia.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Casariego, L. y Jara, R. (2019) desarrollaron un estudio titulado “Empatía y Creencias Irracionales en Internos por delito contra la libertad sexual de un instituto penitenciario de Lima Este”, proponiendo como objetivo analizar la relación entre las variables empatía y creencias irracionales.

El estudio fue de diseño no experimental, de corte transversal, con enfoque cuantitativo y alcance correlacional. La muestra considerada para la investigación está compuesta por 127 internos del pabellón 16 del Instituto Penitenciario Lurigancho, de entre 20 a 65 años de edad, que se caracterizan por ser internos primarios. El instrumento utilizado para medir las creencias irracionales fue el Registro de Opiniones (REGOPINA).

Obteniendo como parte de sus resultados que el hecho de haber sido víctimas de traumas en su infancia y adolescencia, genera en ellos sentimientos de resentimiento y odio hacia los demás; los cuales hacen que, cuando observan en otras

personas situaciones dolorosas y similares a las de su pasado no pueden mostrar una adecuada empatía hacia ellos, ya que parte de sus patrones cognitivos hacen que creen que los demás también deben sufrir.

De la Cruz, R. (2017) desarrollo la investigación “Creencias irracionales e impulsividad en internos privados de libertad por delito sexual de un Establecimiento Penal de Lima – 2015”, proponiendo como objetivo determinar la relación de creencias irracionales en la impulsividad de internos privados de libertad por el delito sexual del Establecimiento Penal de Ancón II, 2015.

El estudio fue de tipo cuantitativo, retrospectivo, transversal, descriptivo correlacional y el diseño fue no experimental. La población estuvo conformada por 241 internos varones entre 18 a 30 años de edad, que pertenecen al programa CREO – “Construyendo Rutas de Esperanzas y Oportunidades” del Establecimiento Penal de Ancón. El instrumento utilizado para la recolección fueron la Escala de impulsividad de Barrat y el Inventario de Creencias irracionales de Ellis.

Los resultados determinaron que en la dimensión intolerancia a la frustración, los internos demostraron en un 52.4% la categoría significativa y el 38.1% de internos representan la categoría muy significativo. Por otro lado, en la dimensión causas externas, que se relaciona a la creencia “Las circunstancias externas causa la mayoría de las miserias humanas”, donde el 52.4% representan la categoría muy significativa y el 47.6% representan la categoría significativo.

Sember, Z. (2017), desarrollo la investigación titulada “Creencias irracionales y violencia de pareja en estudiantes del cuarto ciclo de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada del Cono Norte, 2017”, proponiendo como uno de los objetivos describir los niveles de las creencias irracionales en los estudiantes de cuarto ciclo de Ingeniería de Sistemas de una universidad privada del Cono Norte, 2017. La investigación fue de diseño no experimental, de tipo correlacional-transversal.

La obtención de datos se realizó por medio de la aplicación del Inventario de Creencias Irracionales en una muestra conformada por 604 estudiantes. Estableciendo como resultado que el nivel de afectación de las creencias irracionales predominante es el nivel alto, representado por un 39,2%, seguido de un nivel medio

representado por un 36,6%, y finalmente seguido de un nivel bajo representado por un 24,2%.

Chávez, M. (2015) realizó un estudio titulado “Correlación entre las creencias irracionales y estilos de afrontamiento al estrés en pacientes drogodependientes de un centro de rehabilitación de Lima Metropolitana”, donde propuso como objetivo analizar la correlación entre las creencias irracionales y los estilos de afrontamiento en pacientes de un centro de rehabilitación de Lima. El estudio tuvo un diseño no experimental, de tipo descriptivo– correlacional y comparativo.

La muestra la conformaron 31 pacientes varones, con edades entre los 18 y 50 años, con diagnóstico de dependencia a múltiples sustancias psicoactivas. El estudio se basó en la aplicación del cuestionario de estimación de afrontamiento de Carver y del cuestionario de creencias irracionales de Ellis. Los resultados demostraron que las creencias irracionales que predominan en los pacientes son las altas autoexpectativas y el miedo o ansiedad, mostrando un porcentaje de 67.7% respectivamente.

Rivas, M. (2016) realizó la investigación “Relación entre clima social familiar y creencias irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E. Enrique López Albújar. Piura 2015” tuvo como propósito determinar la relación entre clima social familiar y las creencias irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E Enrique López Albújar. Piura 2015. El tipo de investigación es cuantitativo, descriptivo–correlacional de diseño no experimental.

La población estuvo conformada por todos los alumnos del 5to grado de nivel secundario de la I.E Enrique López Albújar. Piura 2015 y la muestra fue de 103 alumnos del 5to grado, pero por criterios de inclusión y exclusión quedaron 97. Los instrumentos empleados fueron: La Escala de Clima Social Familiar (FES) y cuestionario de creencias irracionales de Albert Ellis. La conclusión de la investigación fue que los alumnos presentan un elevado porcentaje creencias irracionales en las dimensiones: “culpabilización”, seguida de” intolerancia a la frustración”. El alumnado en estudio presenta un elevado porcentaje en la categoría indicador de trastorno emocional.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Conceptualización de creencias irracionales

Según Ellis, A. y Grieger, R. (1990) refiere que las creencias irracionales como los pensamientos que posee la persona, sobre los cuales no ostenta evidencia verdadera para confirmar su idea; Por lo general estos pensamientos se muestran en formas de requerimientos autoritarios y rígidos; las cuales interfieren en el normal desarrollo emocional y conductual del individuo ocasionando alteraciones psicológicas.

Beck (1995) refiere que las creencias irracionales son distorsiones cognitivas en él que se comete permanentes errores en su modo de pensar y se percibe una desviación negativa sistemática en la forma de procesar la razón.

Oblitas (2010) conceptualiza que las creencias irracionales son pensamientos considerados deformados, creados por interpretaciones inadecuadas que conllevan a sentimientos negativos, mencionando que las creencias irracionales son núcleos de vulnerabilidad personal que genera una visión negativa de la realidad en el que la persona predispone a la depresión, baja tolerancia y ansiedad.

Dryden y Ellis (1989) consideran lo siguiente:

(..) Las Creencias Irracionales se diferencian de las racionales en dos características: Primero, en que son absolutas (o dogmáticas) por naturaleza y se expresan en términos de «tengo que», «debo», «debería», «estoy obligado a», etc. Y segundo, en que provocan emociones negativas que interfieren en la persecución y obtención de metas (depresión, ansiedad, culpabilidad, miedo). Las Creencias racionales son el fundamento de los comportamientos funcionales, mientras que las Creencias irracionales están a la base de las conductas disfuncionales de aislamiento, demora, alcoholismo, y abuso de sustancias tóxicas (p.17).

Santos (2006) nos refiere que hay formas de actuar y pensar que proceden de dogmas destructivos sobre la vida psíquica de la persona estos dogmas bloquea el desarrollo emocional de la persona, creando las creencias o pensamientos irracionales; originando conductas de inseguridad en el sujeto.

2.2.2. Teorías sobre creencias irracionales

Existen diversas teorías que se relacionan con las creencias irracionales, dentro de las cuales se describe a las siguientes:

a) Teoría Gestalt

En la teoría Gestalt las creencias irracionales son conocidas como los pensamientos distorsionados; para Salamá (2002) refiere que el pensamiento distorsionado es recordar un suceso negativo, incomodando nuestra cabeza, truncando situaciones y generando bloqueos. El pensamiento distorsionado se basa en 2 fuerzas; la primera que es la compulsión y obsesión que es la necesidad de completar el juicio que quedo pendiente, que llevo a la rigidez de pensamiento y la otra fuerza es como se procesa el contenido de la figura y fondo.

b) Teoría Sistémica

En el modelo sistémico, la creencia irracional según Senge (2000) es un pensamiento lineal que busca culpables, la causa inmediata a un evento buscando arreglos inmediatos como castigos, sanciones, aislamientos, indiferencias y críticas; no alcanza ver las consecuencias no intencionadas de sus acciones, ni tampoco las limitaciones lógicas y naturales que otros sistemas impondrán en las acciones lineales implementadas.

c) Teoría Constructivista

Para la teoría constructivista, los pensamientos racionales o irracionales son llamados constructos y se origina de la relación ambiente-sujeto, obteniendo el conocimiento a partir de los propios esquemas mentales; es decir la persona va adquiriendo de experiencias pasadas o conocimientos anteriores; cuando se produce una situación similar al pasado el sujeto relaciona que puede tener un resultado muy parecido a sus esquemas pasados, originando sus pensamientos irracionales aprendido de su entorno social y de experiencias pasadas. (Grennon y Brooks, 1999).

d) Teoría Neuropsicológica

En la teoría Neuropsicológica los pensamientos racionales se originan en la corteza cerebral, considerándola como la parte razonable e intelectual, mientras que los pensamientos irracionales se originan en la amígdala y el sistema límbico, considerándolo como el cerebro emocional del ser humano. Las ideas racionales desarrolladas en la corteza cerebral son objetivas y ajustadas a la realidad; mientras que las ideas irracionales son desarrolladas en el sistema límbico son subjetivas, ilógicas y no se ajustan a la realidad. (Gutiérrez, 2014).

e) Teoría cognitiva

La teoría cognitiva define las creencias irracionales como los pensamientos automáticos que son las cogniciones negativas que aparecen como reflejas, sin un razonamiento previo, son involuntarias e inadecuadas y aparecen como mensajes específicos a menudo. También utilizan la denominación de distorsiones cognitivas. (Beck, 1983).

2.2.3. Dimensiones de las creencias irracionales

Ellis (2006) describe la naturaleza de las creencias irracionales que son las siguientes:

1. Necesidad de aprobación: “Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familias y amigos”.

Es la concepción de la persona que considera merecedor de un reconocimiento, ser aprobado y aceptado por los demás, con gestos de amabilidad. Se valora en diez ítems que encierra: aprobación social y afecto.

Es irracional por lo siguiente:

- Se busca la aprobación de las personas que conocemos, buscando como objetivo el perfeccionismo que no se puede alcanzar, tendríamos que tener la aprobación del 100% de las personas conocidas; si uno no da la aprobación no hay objetivo cumplido.

- Demanda un esfuerzo extremo para lograr la aprobación, además de la búsqueda de ser aprobado, produciendo un alto grado de ansiedad por la necesidad de extrema aprobación.
- No se puede ser empático siempre, resulta absurdo.
- No se puede gustar a todas las personas que conocemos, porque la aprobación depende de la valoración que el individuo y que los parámetros que él maneja de forma independiente.
- Suponiendo que gane la aprobación de todos los que conozco, eso demanda tiempo y no me alcanzaría tiempo para realizar otras actividades.
- En la búsqueda de la aprobación de los demás, originaria una estrategia de convertirme en servil y adulator, descuidando otras necesidades y preferencias.
- Buscar ser amado es una actividad demasiada absorbente y muy desgastante.

Las siguientes recomendaciones ayudaran a extinguir la creencia irracional N° 1:

- Por razones prácticas intenta ser aprobado.
- Causa molestia no ser aprobado, pero jamás pensar que es aterrador o catastrófico.
- Asumiendo la necesidad de ser aprobado, debe asumirse de manera inteligente y tranquila, nunca desesperarse, ni alocarse.

2. Altas autoexpectativas: “Debe ser indefectible competente y casi perfecto en todo lo que emprende”.

Es la creencia que la persona tiene de ser idóneo, competente para realizar actividades y si no logra realizarlas con eficiencia; las personas son incompetentes e inútiles. Se valora en diez ítems que encierra: perfeccionismo y competencia.

Es una creencia irracional por estas razones:

- El ser humano no es totalmente competente, no puede destacar en todos los aspectos. La mayoría no destaca ni siquiera en un solo aspecto importante, intenta tener triunfos, pero nunca exigir éxito porque nos produce daño y sensación de inutilidad.
- Debemos tener éxito de forma moderada, el esfuerzo genera tensión si buscamos el 100% del éxito de las cosas que realizamos; demandaría un esfuerzo por sobre nuestras capacidades, originando distintos malestares psicosomáticos.
- La valoración personal depende de los éxitos externos y pensar que para ser feliz debo superar a los demás, es una filosofía autoritaria y poco democrática.
- El pensar que el éxito radica en ser competente, aparta a la persona en su objetivo de ser feliz.
- La preocupación por tener éxito trae como consecuencia un miedo a cometer errores o fracasar en otras tareas; el miedo impide los éxitos por lo que uno lucha.

Las recomendaciones para suprimir esta creencia sería:

- En vez de pensar que puede cometerse errores, se debe actuar.
- Se debe disfrutar lo que sucede durante el proceso, en vez de pensar en los resultados que se obtendrán.
- Se debe pensar en actuar bien, de acuerdo a nuestras necesidades y no en agradar o pensar ser mejor que los demás; no somos perfectos.

3. Culpabilización: “Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas”.

Es la idea que las personas malas deben ser castigadas, sancionadas para que no vuelvan a cometer errores. Se valora en diez ítems que encierra: juicio hacia los demás y culpabilidad.

Es irracional por las siguientes razones:

- ¿Nosotros tenemos la autoridad para castigar a un individuo por actuar mal?, ¿es lógico juzgar a todos y castigar a todo el mundo por cada error que se comete?,

la respuesta sería que tardaría mucho tiempo, además de tener como resultados una respuesta de rencor, odio, infelicidad; si alguien cometiera un error cualquiera sea las circunstancias, se debe señalar sus errores y juzgándolo tenemos la capacidad de tener moral o nuestras acciones tendrán sentido moral.

Las recomendaciones para extinguir la creencia n°3 serían:

- No se debe culpar a los demás por sus errores, sino entender que son producto de problemas emocionales, simpleza e ignorancia.
- Debemos entender porque las personas actúan de esa manera, comprendiendo y conversando para considerar su punto de vista, para que así corrija sus errores y no vuelva a repetirlos; se debe hacer con calma, paciencia y buen humor.
- Entender que cometemos errores al igual que los demás, como consecuencia de la ignorancia o problemas emocionales, no se debe culpar por este motivo.

4. Intolerancia a la frustración “Es horrible cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran”.

Es la manera de pensar que las cosas no le salen bien; por lo tanto, debo sentirme derrotado, frustrado y triste. Se valora en diez ítems que encierra: incapacidad de cambio, ira y decepción.

Es creencia irracional por los siguientes motivos:

- No podemos creer que las cosas siempre van a pasar como uno desea; no dependemos de nosotros, sino de otros factores a considerar: valoración de las personas, situaciones, acontecimientos, factores ambientales.
- El pensar que las cosas no serán como quiero, me genera frustración, se considera menos posibilidades que pase lo que uno planea; porque las personas se vuelven ineficaces, desorganizadas y con los esfuerzos enfocados a la existencia de que suceda las cosas que uno desea.
- No podemos cambiar nuestro presente, pero si nuestro futuro.

Recomendaciones para extinguir la creencia:

- Se puede identificar la situación como aversiva, se minimiza la frustración y no se le da importancia, de esta manera nos sentimos mejor.
- Si se siente fastidiado con dolores físicos, como el dolor de cabeza, se busca la manera de eliminar el dolor o de lo contrario hacer una actividad de distracción, de igual manera se procede con la frustración, para evitar sensaciones desagradables.

5. Causas externas: “Los acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden sobre sus emociones”.

Es la manera de pensar que todo lo que nos pasa es culpa de factores externo, escapa de nosotros e influye en nuestras emociones, no lo podemos evitar. Se valora en diez ítems que encierra: inadecuadas relaciones interpersonales.

La razón para considerarla irracional:

- Siempre que afirme “que yo sufro porque mis amigos no me tratan bien” aunque “me duela admitirlo” este suceso externo, me está afectando mucho, y le doy más importancia que ha otros acontecimientos a pesar de que no hago nada para evitarlo.
- Para extinguir la creencia irracional, tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:
- Cuando me siento desgraciado, debo reconocer que estoy creando una emoción negativa, una reacción inmediata ante un acontecimiento o persona; no debo dejarme llevar por mis emociones.
- Debemos observar nuestras emociones de infelicidad; debemos investigar el inicio de las frases irracionales, las analizo y las cuestiono por tener contradicciones.

6. Miedo o ansiedad: “Se debe sentir miedo o ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa

Es la incertidumbre por el futuro, incontrolable, aumenta nuestro estrés cuando no sabemos lo que va a pasar; se piensa que el futuro es peligroso. Se valora en diez ítems que encierra: sensación de peligro y tensión.

Las razones de la irracionalidad son:

- La ansiedad se agudiza cuando hay un eminente peligro, impidiendo enfrentarla con eficacia.
- La atención se focaliza ante una situación terrorífica pueda ocurrir.
- Inquietarse por que una situación peligrosa pueda ocurrir, nos lleva a dramatizar las posibilidades de que suceda.
- Los hechos temidos como la muerte y enfermedad grave, son inevitables y tener la preocupación no evitara que suceda.
- El pensar en el miedo a los hechos peligrosos, no muestran tanto problema, la preocupación genera más temor de lo que en realidad representa.

Recomendaciones para extinguir esta creencia:

- Examinar las frases intrínsecamente dramáticas, cambiarlas por un pensamiento sano y de acuerdo con la realidad.
- Deberá analizar los miedos y establecer la irracionalidad en ellos, los cuales no ayudará a afrontar el peligro, aumentando la posibilidad de no reaccionar ante situaciones de riesgo.
- Se debe realizar actividades que generen miedo; para darnos cuenta que no hay nada intrínsecamente negativo.
- No se deberá preocuparse por los miedos que fueron superados y son temporales; debe suprimirse afrontándolos, de manera que no vuelvan a aparecer.

7. Evitación de problemas: “Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente”.

Es cuando se busca evitar la responsabilidad en las personas, que después busque controlar sus vidas. Se valora en diez ítems que encierra: autoestima y asertividad.

Las razones para esta creencia irracional son:

- Si pretendes evitar una dificultad o decisión con frecuencia y que parezca fácil llevarlo a cabo, que aparentemente no tiene consecuencias, en realidad es difícil y prolongado; pasan por incertidumbre y diálogos internos que ocasionan molestar, 10 veces más de lo que imaginamos.
- Las personas piensan que el camino a la felicidad es sin compromiso y evaden toda responsabilidad.

Las recomendaciones para extinguir esta creencia son:

- Deberá hacer las cosas sin quejarse, tenemos que saber sobrellevar de forma ingeniosa de asumir la responsabilidad de la vida.
- Si rechazas los problemas y responsabilidades encontraras que detrás de cada rechazo existen frases que nos provoquen ansiedad o rebeldía.
- Se debe planificar esquemas de trabajo, metas razonables y logros intermedios.
- Debe asumir que vivir implica asumir responsabilidades.

8. Dependencia: “Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo”.

Es cuando la persona pierde la individualidad y busca protección en otras personas. Se valora en diez ítems que encierra: individualidad y subordinación.

Se considera irracional esta creencia por lo siguiente:

- Se piensa que todos tenemos algo de dependencia, no hay razón para que esta dependencia crezca, requiriendo que los demás piensen por otros.
- Muchos dependientes piensan que para sentirse más seguro necesita lo que los demás dicen, pierde su seguridad personal, pudiendo no tomar sus propias

decisiones sobre sus actos, a pesar de los errores que puedan cometer, la persona sigue siendo competente.

Las siguientes recomendaciones ayudaran a extinguir la creencia irracional:

- No es terrible entender que uno puede apoyarse en uno mismo y ser comprometidos en sus decisiones.
- La ayuda de los demás es necesaria, pero no abuses de ella.

9. Indefensión: “El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente”.

En la limitación que siente una persona para afrontar nuevos retos, relaciona sus experiencias pasadas y las generaliza con el presente, asumiendo lo que podría sucederle. Se valora en diez ítems que encierra: capacidad de lograr metas, derecho personal.

Esta creencia es irracional por lo siguiente:

- Si pensamos que existe una gran influencia de los hechos pasados, que servían para solucionar los problemas, se utiliza los supuestos de la realidad y siendo ineficaz en la búsqueda de soluciones.
- Las influencias del pasado son usadas como excusa, para evitar un cambio en el presente.

Las recomendaciones para extinguir esta creencia serán:

- Todo lo pasado es importante para la vida del ser humano, se debe saber que el presente es el pasado del mañana, debemos esforzarnos para cambiarlo por algo provechoso para nuestro futuro.
- En lugar de prolongar situaciones de forma automática en el presente, puede pensar en repetir actos pasados.
- Debe debatir, discutir, afrontar aquellas ideas que nos perjudican en el presente.

10. Pasividad: “La felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido”.

Es la conducta que se manifiesta cuando la persona cree que la felicidad aumenta cuando estamos en ocio o no hacemos actividades productivas y disminuye cuando realizamos actividades productivas. Se valora en diez ítems que encierra: ocio e inacción personal.

Se considera irracional por lo siguiente:

- Los seres humanos rara vez nos sentimos contentos cuando estamos inactivos, a menos que nos encontremos en un periodo de mucho esfuerzo necesitamos descansar, el estar en un descanso prolongado nos da apatía y aburrimiento.
- Los que llevan una vida ociosa o pasiva, que dicen que no existe nada que los apasione, se defienden de sus temores en especial el temor a ser una persona fracasada.
- La confianza se logra con el desarrollo de una actividad, esta confianza nos da orgullo y no generarían desanimo, baja autoestima que llevan las personas que llevan una vida de ocio o pasividad.
- Las recomendaciones para extinguir esta creencia seria:
- La persona debe sentirse vivo a través de una actividad que le sea productiva, esta actividad debe realizarse en forma grupal y entre amigos.
- Debe asumir nuevos proyectos que demande tiempo, cambiar sus intereses que demanden tiempo, que mantengan activo y alejado de la rutina.
- Debe analizar si en realidad disfruta de la actividad prolongada; o es el miedo o fracaso que lo mantiene inactivo, teniendo en cuenta que la felicidad es lograr algo.

2.2.4. Características de las creencias irracionales

De acuerdo a Ellis (1976). Las creencias irracionales se caracterizan por presentar inconsistencia lógica con el entorno, asimismo, originan emociones

angustiantes y entorpecen la adquisición de propósitos. De este modo, los pensamientos erróneos se apoyan en lo que es falso, en lo que carece de sentido (...)

Posteriormente Ellis (2002), menciona que los juicios ilógicos presentan diversas características, entre ellas:

- Erróneas, ya que su origen no se funda en lo real, además, surgen a causa de ideas inadecuadas, al hacer deducciones imprecisas que ni tienen evidencia y, a menudo, son una sobregeneralización de lo que sucede.
- Reglas o exigencias, puesto que se revelan en forma de requerimientos, obligaciones e imperativos. Todas estas creencias están compuestas por una demanda absolutista que verbalmente se expresa con “debe”, “estoy obligado a” o “tengo que”; y un resultado extremadamente negativo, como la tendencia a catastrofizar y los “no puedo tolerarlo”.
- Se encauzan en emociones contraproducentes, como ansiedad, depresión, angustia, entre otras.
- No contribuyen en el logro de metas, porque las creencias absolutas son desbordadas por las emociones, por lo tanto, la persona no está en una buena posición para tomar decisiones, ni realizar tareas, ni potenciar lo bueno de su vida.

En tal sentido, las creencias irracionales son pensamientos distorsionados y dañinos para la salud mental de una persona, las mismas que se caracterizan por presentar ideas totalizadoras, donde el individuo exige, sufre y se frustra si las cosas no resultan como él las desea.

2.3. Definiciones conceptuales

- **Ansiedad:** Es una actitud emotiva o sentimental concerniente al futuro y se caracteriza por una alternativa desagradable de miedo y esperanza.
- **Cliente:** Es el término que en la actualidad se denomina a los pacientes en el área de salud, para la especialidad de Psicología es necesario la atención oportuna, seguida de un diagnóstico psicológico.

- Cognición: Es el proceso que implica la acción de conocer un objeto o algo, a través de la percepción y el razonamiento.
- Conducta: Es el comportamiento del individuo, como respuesta del estímulo que lo rodea.
- Creencias: Son las autoafirmaciones, pensamientos, ideas e imágenes mentales, que determina las emociones y conductas del ser humano.
- Creencias racionales: Son pensamientos que se basan en la realidad, verificables y saludables, basándose en los hechos reales, sin subjetividad o idea mágica.
- Creencias irracionales: Son ideas, pensamientos y cogniciones que no están acorde con la realidad, no permiten el cumplimiento de metas en la persona.
- Distorsiones cognitivas: son los errores sistemáticos en el procesamiento de la información en el ser humano.
- Emoción: Es el estado psíquico con alto grado muy fuerte de sentimiento y acompañado de una expresión motora a menudo muy intensa en el ser humano.
- Pensamientos automáticos: Son las cogniciones negativas que aparecen como reflejos; sin razonamiento previo, irracionales e inadecuados, dados como válidos e involuntarios en el cliente.
- Miedo: Es el comportamiento emotivo con tono de desagrado y acompañado por una reacción motora: huida, encogimiento y ataques convulsivos.
- Terapia: Es el modelo utilizado por los psicólogos para trabajarlos con sus clientes, donde se realiza trabajo de ayuda para el bienestar del individuo.
- Terapeuta: Es el encargado de dirigir las terapias, valiéndose de métodos, procedimientos a usar en sus clientes.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de la investigación

La investigación fue de tipo descriptiva porque implica observar y describir el comportamiento de un grupo de sujetos sin intervenir sobre él de ninguna manera. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010); define: “Busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población”. (pag.80).

La investigación según el enfoque es cuantitativa, representa los procesos de manera secuencial y probatorio, donde las etapas van en secuencia, rigurosa. Los estudios de enfoque cuantitativo buscan recolectar los datos para probar la hipótesis en base, utiliza la estadística y la valoración numérica para establecer patrones comportamentales; cuyos resultados permiten probar teorías.

3.2. Diseño de la investigación

El diseño de investigación es no experimental y según la temporalización el diseño de investigación es transversal, porque en un solo momento recolecta datos y en un tiempo único.

El diseño no experimental es cuando no se manipulan las variables, es decir no se varía de forma intencional las variables independientes. El investigador no sustituye intencionalmente las variables independientes. En la investigación no experimental se observa los fenómenos en su contexto natural, para posteriormente analizarlos Hernández, Fernández y Baptista (2010).

De acuerdo a lo afirmado por los autores anteriores se infiere que el investigador que utiliza el tipo de diseño no experimental, asume el papel de observador de manera pasiva, recolectando información de acuerdo al contexto donde se desarrolla la investigación.



Figura 1. Diseño de la investigación

Donde:

O= Observación de la muestra

G = Grupo de estudio o muestra (internos penitenciarios)

3.3. Población y muestra

3.3.1. Población

La población de estudio está comprendida por 42 nuevos internos del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, todos de sexo masculino, con edades entre 18 a 40 años, que han cometido delitos contra la libertad sexual, que los cuales serán encuestados durante el periodo 2019.

3.3.2. Muestra

La muestra es intencional, no probabilística y de tipo censal, los cuales son la totalidad de la población, es decir, los 42 nuevos internos del penal Lurigancho.

Datos sociodemográficos según edad y grado de instrucción de los internos penitenciarios según su edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18-23 años	12	29 %
24-29 años	14	33 %
30-35 años	8	19 %
36-40 años	8	19 %
Total	42	100 %
Grado de instrucción	Frecuencia	Porcentaje
Secundaria completa	19	45
Secundaria incompleta	17	40
Superior técnico	6	14
Total	42	100

3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización

La variable de estudio son las creencias irracionales que presentan dimensiones de las cuales se derivan los indicadores. Las dimensiones son: necesidad de aprobación, altas auto-expectativas, culpabilización, intolerancia a la frustración, causas externas, miedo o ansiedad, evitación de problemas, dependencia, indefensión y pasividad.

A continuación, se dará conocer de manera más detallada los indicadores correspondientes a cada dimensión, a través de la matriz de operacionalización:

Tabla 1.

Matriz de Operacionalización

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Índice	Instrumento
CREENCIAS IRRACIONALES	<p>Albert Ellis (1962), Creencias irracionales son pensamientos de carácter absoluto y dogmático que se expresa en forma de exigencia, obligación, y asociadas a emociones inadecuadas.</p>	<p>Mc. Kay y Navas (1987); Es un inventario que evalúa las diez principales concepciones erróneas que son aprendidas e incorporadas en nuestro repertorio comportamental a lo largo de nuestra crianza.</p> <p>Considera que existe 10 ideas principales sobre creencias irracionales, las cuales son:</p> <p>1.-Para un adulto es absolutamente necesario tener el cariño y la aprobación de sus semejantes, familia y amigos.</p> <p>2.-Debe ser indefectiblemente competente y casi perfecto en todo lo que emprende.</p> <p>3.- Ciertas personas son malas, viles y perversas y deberían ser castigadas.</p> <p>4.-Es horribles cuando las cosas no van como uno quisiera que fueran.</p> <p>5.-Lo acontecimientos externos son la causa de la mayoría de las desgracias de la humanidad; la gente simplemente reacciona según cómo los acontecimientos inciden sobre sus emociones.</p>	Necesidad de aprobación	<ul style="list-style-type: none"> • Aprobación social. • Afecto 	1,11,21,31,41, 51,61,71,81,91	En acuerdo	Inventario de Creencias Irracionales de Ellis (Mc. Kay y Navas)
			Altas auto-expectativas	<ul style="list-style-type: none"> • Perfeccionismo. • Competencia. 	2,12,22,32,42 ,52,62,72,82,92		
			Culpabilización	<ul style="list-style-type: none"> • Juicio hacia los demás • Culpabilidad 	3,13,23,33,43 ,53,63,73,83,93		
			Intolerancia a la frustración	<ul style="list-style-type: none"> • Incapacidad de cambio • Ira • Decepción 	4,14,24,34,44 ,54,64,74,84,94		
			Causas externas	<ul style="list-style-type: none"> • Inadecuadas relaciones interpersonales. 	5,15,25,35,45, 55,65,75,85,95		
			Miedo o ansiedad	<ul style="list-style-type: none"> • Sensación de peligro. • Tensión. 	6,16,26,36,46, 56,66,76,86,96		

6.- Se debe sentir miedo o ansiedad, ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa.	Evitación de problemas	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima. • Asertividad 	7,17,27,37,47 ,57,67,77,87,97	En desacuerdo
7.- Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que hacerles frente.	Dependencia	<ul style="list-style-type: none"> • Individualidad. • Subordinación. 	8,18,28,38,48, 58,68,78,88,98	
8.- Se necesita contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo.	Indefensión	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad de lograr metas. • Derecho personal 	9,19,29,39,49, 59,69,79,89,99	
9.-El pasado tiene gran influencia en la determinación del presente.	Pasividad	<ul style="list-style-type: none"> • Ocio. • Inacción personal. 	10,20,30,40,50 60,70,80,90,	
10.-la felicidad aumenta con la inactividad, la pasividad y el ocio indefinido.			100	

3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica empleada fue instrumento utilizado fue el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis, que sirvió para medir el nivel de las creencias irracionales en los estudiantes, el cual consta de 100 ítems, que se miden con una escala dicotómica.

A continuación, pasamos a detallar el instrumento aplicado:

FICHA TÉCNICA: Inventario de Creencias Irracionales

Autor	: Albert Ellis (1968)
Adaptado	: Davis Mc. Kay y Eshelman Robleto Navas (1987)
Forma de Administración	: Individual
Ámbito de Aplicación	: Para los internos penitenciarios de Lurigancho
Duración	: 30 minutos (aprox.)
Descripción del cuestionario	: El instrumento está constituido por 100 ítems que son de tipo cerrado y de opción de respuesta dicotómica (en acuerdo ó en desacuerdo). Las preguntas están propuestas en un lenguaje claro y sencillo. El cuestionario evalúa 10 categorías o dimensiones de las creencias irracionales.
Calificación	: Las respuestas se califican con puntos, que contiene como opciones a las alternativas: De acuerdo (2) y en desacuerdo (1)
Baremo	: La baremación sirve para la interpretación de los resultados de la variable de investigación, está ordenado por rangos y contempla todos los valores desde el mínimo hasta el máximo que se puede obtener como puntaje de evaluación de las dimensiones y de la variable en general.

Tabla 2.

Baremo de interpretación de la variable

Categorías	I al X	Total
1. Bajamente negativo	10-12	100-129
1. Moderadamente negativo	13-16	130-169
2. Altamente negativo	17-20	170-200

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados de datos generales

Tabla 3.

Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18-23	12	29
24-29	14	33
30-35	8	19
36-40	8	19
Total	42	100

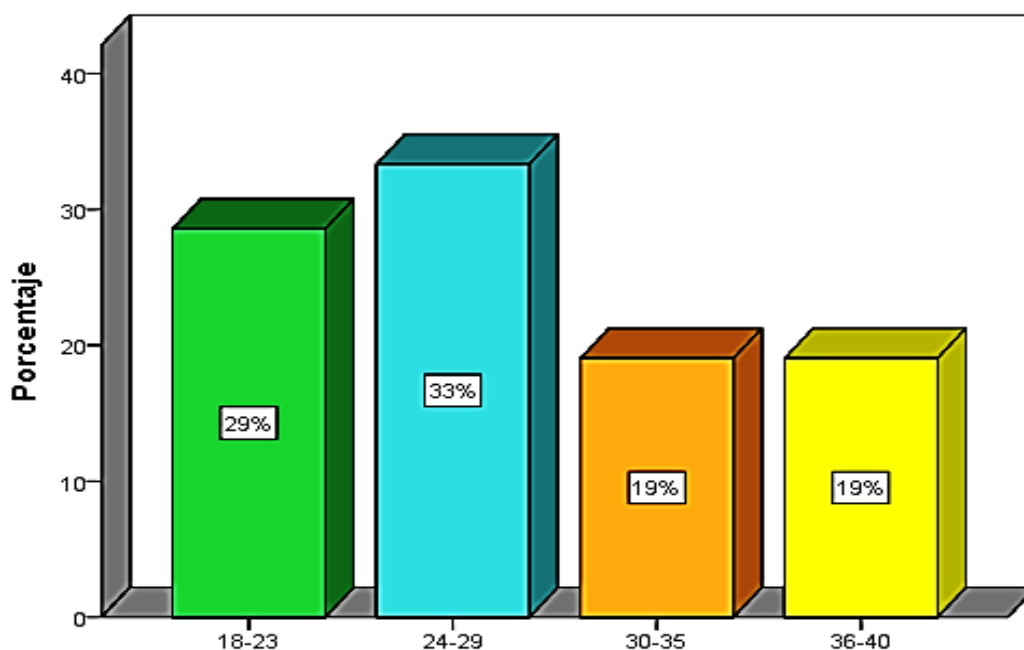


Figura 2. Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su edad

Interpretación: Los resultados obtenidos demuestran que la mayor proporción de internos es igual al 33% entre 24 a 29 años, seguido del 29% que tienen entre 18 a 23 años, y finalmente el 19% tiene entre 30 a 35 años al igual de los que tienen entre 36 a 40 años.

Tabla 4.

Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su grado instrucción

Grado de instrucción	Frecuencia	Porcentaje
Secundaria completa	19	45
Secundaria incompleta	17	40
Superior técnico	6	14
Total	42	100

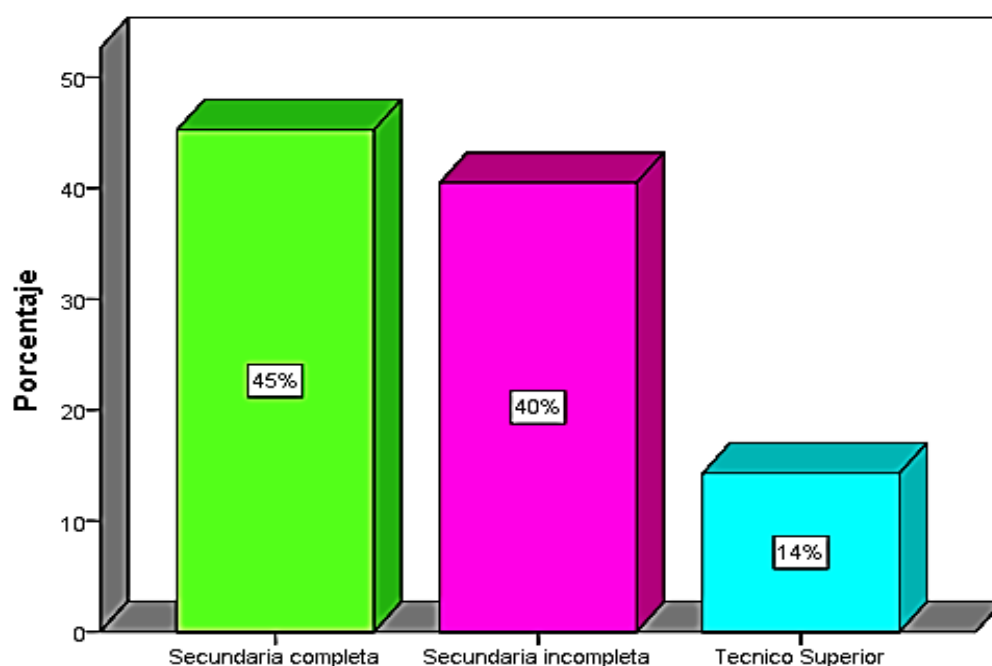


Figura 3. Datos sociodemográficos de los internos penitenciarios según su grado instrucción

Interpretación: Los resultados obtenidos demuestran que la mayor proporción de internos tienen secundaria completa igual al 45%, seguido del 40% que tienen secundaria incompleta, y en menor proporción los que tienen grado técnico superior son el 14%.

4.2. Presentación de resultados de datos específicos

Tabla 5.

Nivel de a Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	17
Moderadamente negativo	22	52
Altamente negativo	13	31
Total	42	100

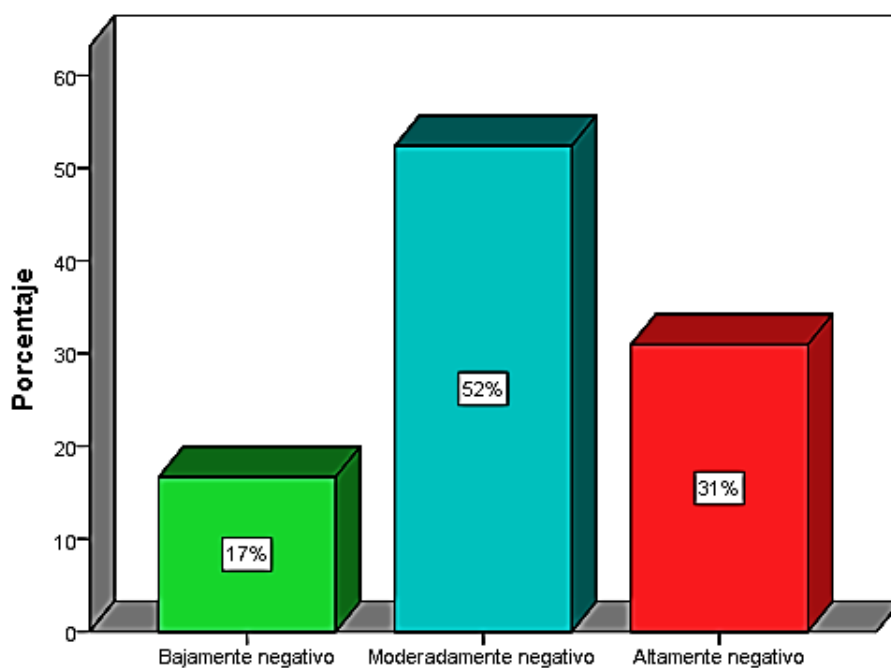


Figura 4. Nivel de a Creencias irracionales en internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que las creencias irracionales que presentan los internos penitenciarios son de nivel moderadamente negativo en un 52%, el 31% presenta un nivel altamente negativo y finalmente el 17% tienen un nivel bajamente negativo.

Tabla 6.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Necesidad de aprobación

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	22	52
Moderadamente negativo	11	26
Altamente negativo	9	21
Total	42	100

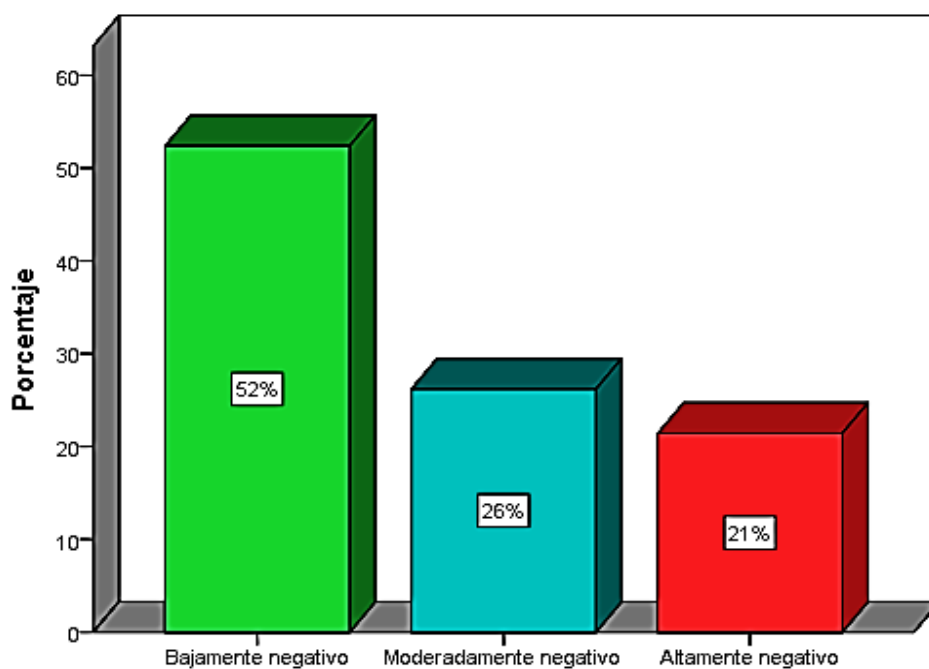


Figura 5. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Necesidad de aprobación

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Necesidad de aprobación, los internos presentan preponderadamente un nivel bajamente negativo en un 52%, seguido por el 26% que presenta nivel moderadamente negativo y el 21% presenta un nivel altamente negativo.

Tabla 7.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Altas auto-expectativas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	9	21
Moderadamente negativo	4	10
Altamente negativo	29	69
Total	42	100

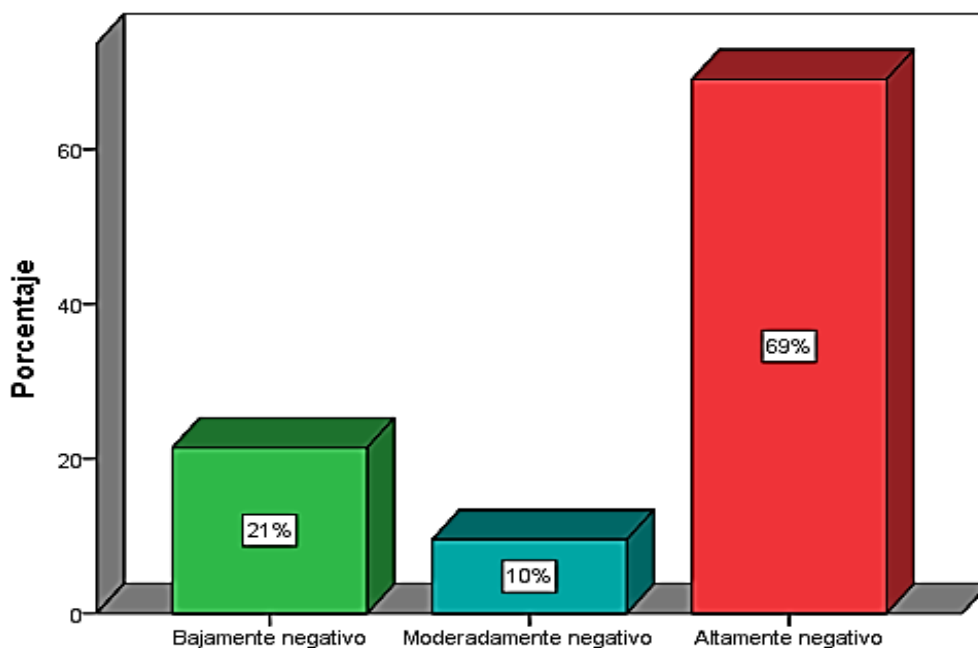


Figura 6. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Altas auto-expectativas

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Altas Auto-expectativas, los internos presentan en mayor proporción un nivel altamente negativo igual al 69%, el 21% presenta un nivel bajamente negativo y finalmente el 10% presenta nivel moderadamente negativo.

Tabla 8.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Culpabilización

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	5	12
Moderadamente negativo	32	76
Altamente negativo	5	12
Total	42	100

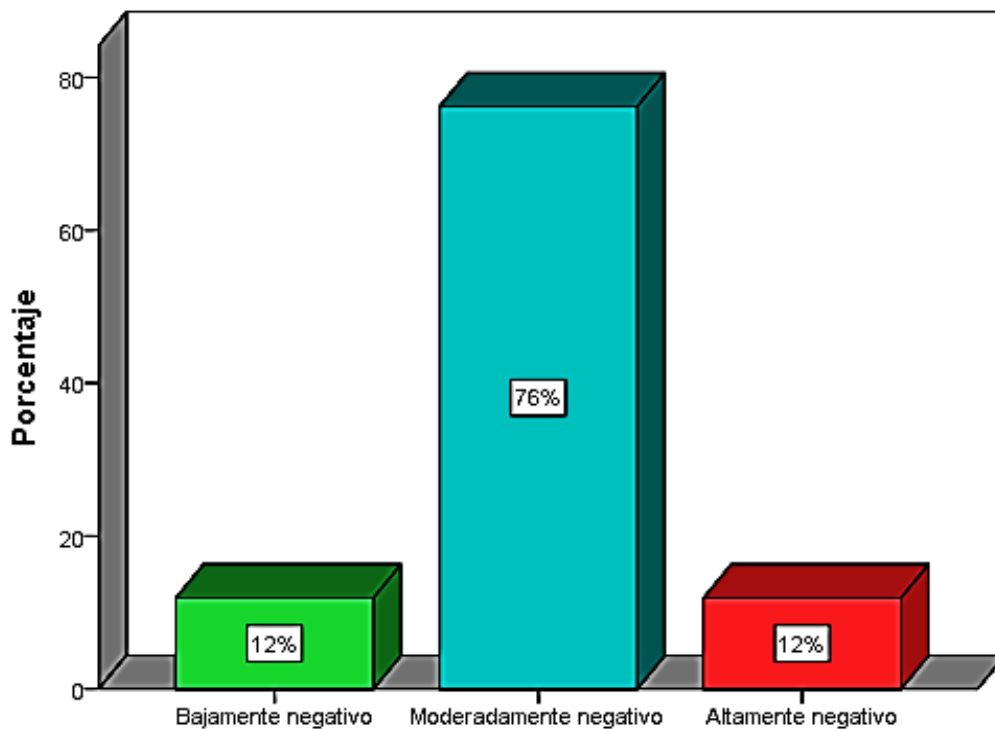


Figura 7. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Culpabilización

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos en la dimensión Culpabilización se determina que los internos presentan preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 76%, seguido por el 12% que presenta nivel bajamente negativo al igual de los que presentan un nivel altamente negativo

Tabla 9.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Intolerancia a la frustración

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	9	21
Moderadamente negativo	7	17
Altamente negativo	26	62
Total	42	100

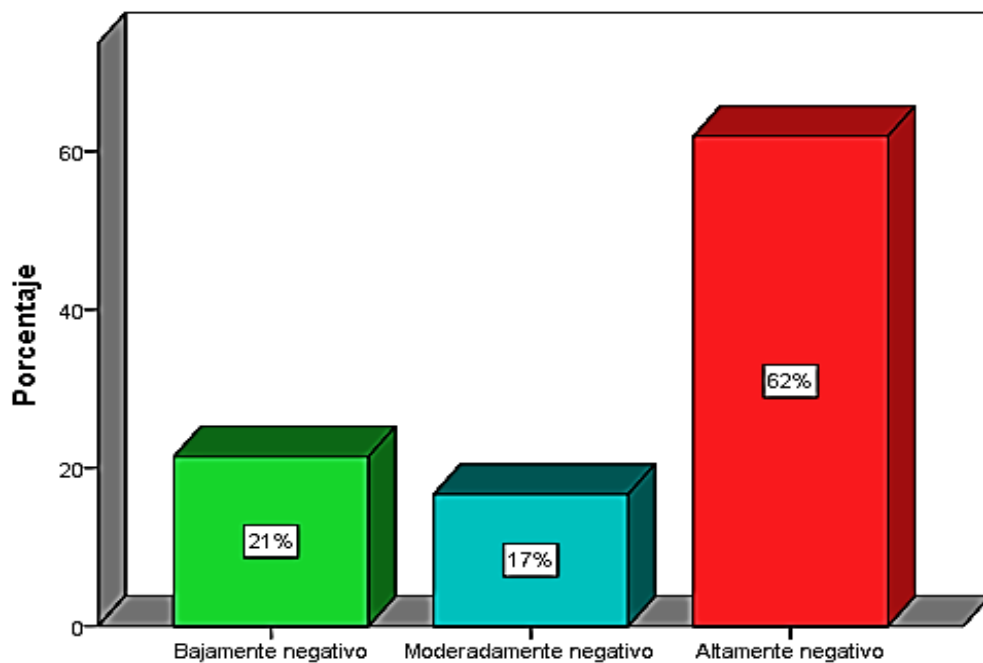


Figura 8. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Intolerancia a la frustración

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Intolerancia a la frustración, los internos presentan preponderadamente un nivel altamente negativo en un 62%, seguido por el 21% que presenta nivel bajamente negativo y el 17% presenta un nivel moderadamente negativo.

Tabla 10.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Causas externas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	9	10
Moderadamente negativo	5	12
Altamente negativo	32	79
Total	42	100

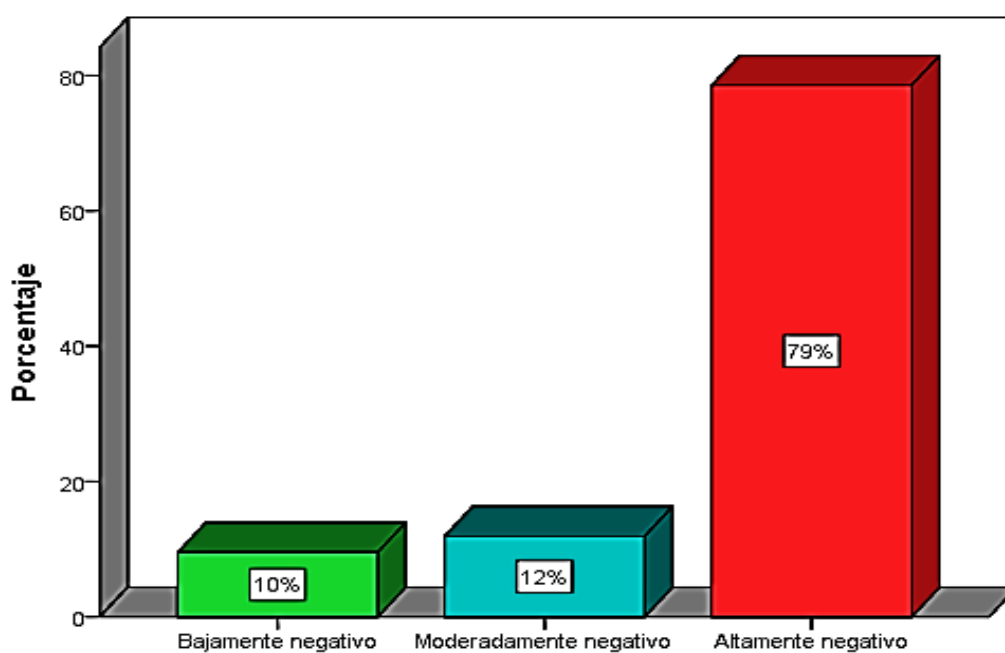


Figura 9. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Causas externas

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Causas externas, los internos presentan preponderadamente un nivel altamente negativo en un 79%, seguido por el 12% que presenta nivel moderadamente negativo y el 10% presenta un nivel bajamente negativo.

Tabla 11.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Miedo o ansiedad

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	7
Moderadamente negativo	22	81
Altamente negativo	13	12
Total	42	100

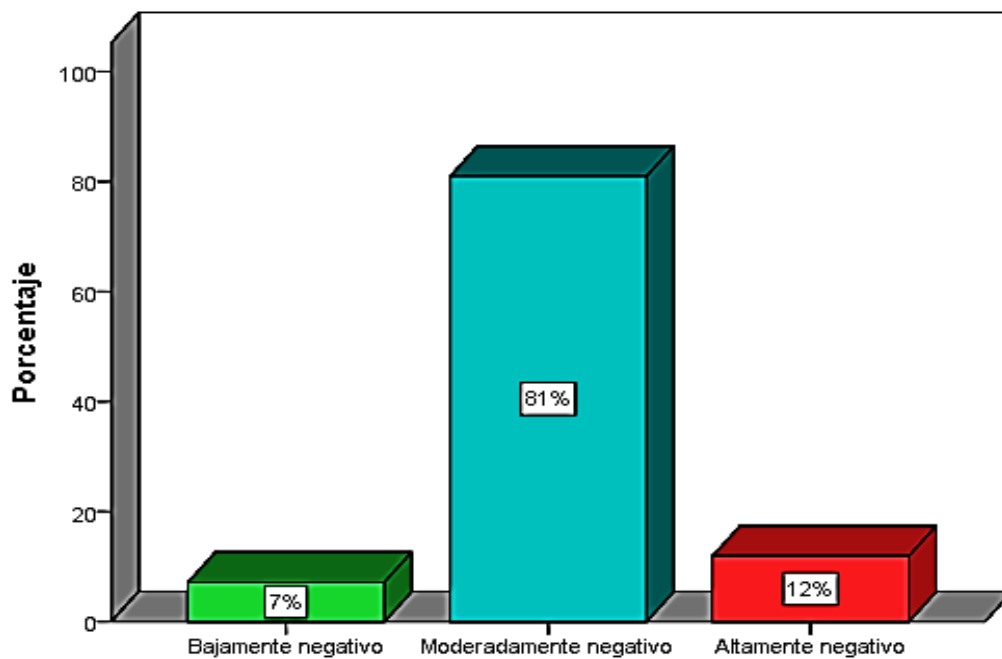


Figura 10. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Miedo o ansiedad

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Miedo o ansiedad, los internos presentan preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 81%, seguido por el 12% que presenta nivel altamente negativo y el 7% presenta un nivel bajamente negativo.

Tabla 12.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Evitación de problemas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	71
Moderadamente negativo	22	12
Altamente negativo	13	17
Total	42	100

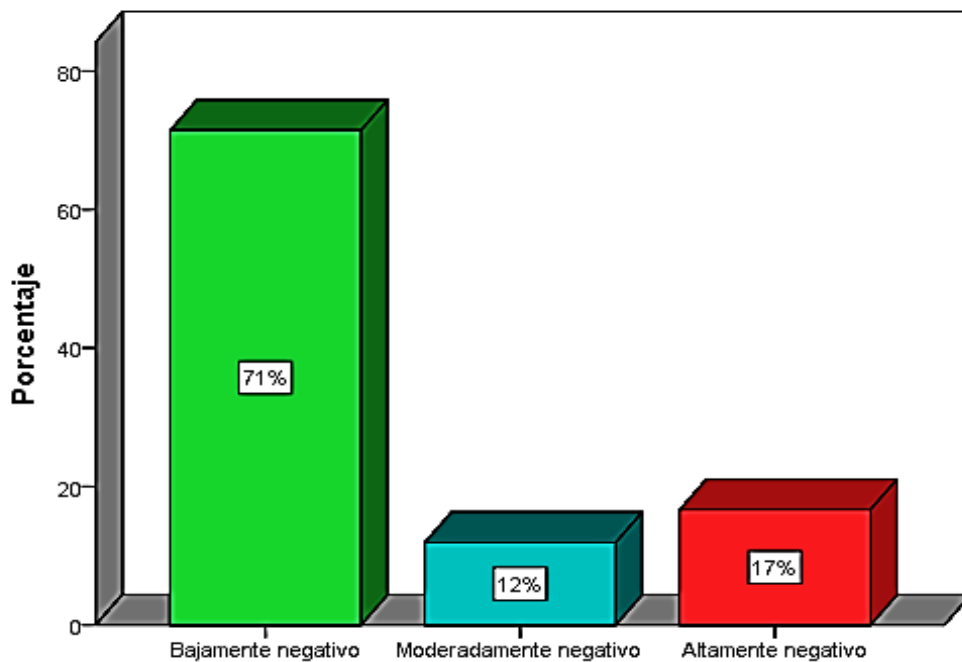


Figura 11. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Evitación de problemas

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Evitación de problemas, los internos presentan preponderadamente un nivel bajamente negativo en un 71%, seguido por el 17% que presenta nivel altamente negativo y el 12% presenta un nivel bajamente negativo.

Tabla 13.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Dependencia

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	7
Moderadamente negativo	22	74
Altamente negativo	13	19
Total	42	100

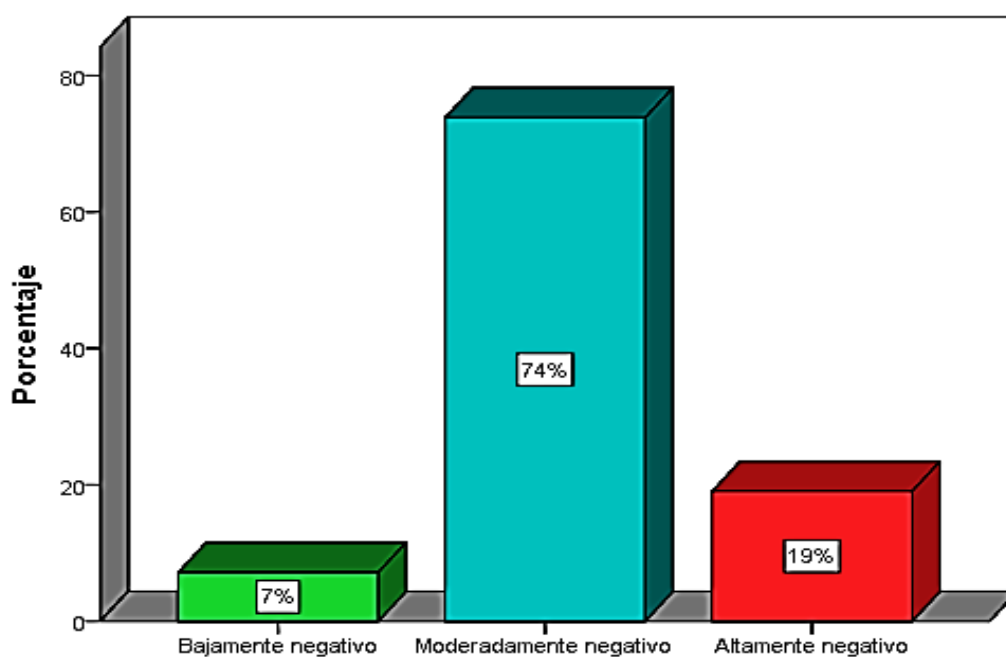


Figura 12. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Dependencia

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Dependencia, los internos presentan preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 74%, seguido por el 19% que presenta un nivel altamente negativo y el 7% presenta un nivel bajamente negativo.

Tabla 14.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Indefensión

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	7
Moderadamente negativo	22	86
Altamente negativo	13	7
Total	42	100

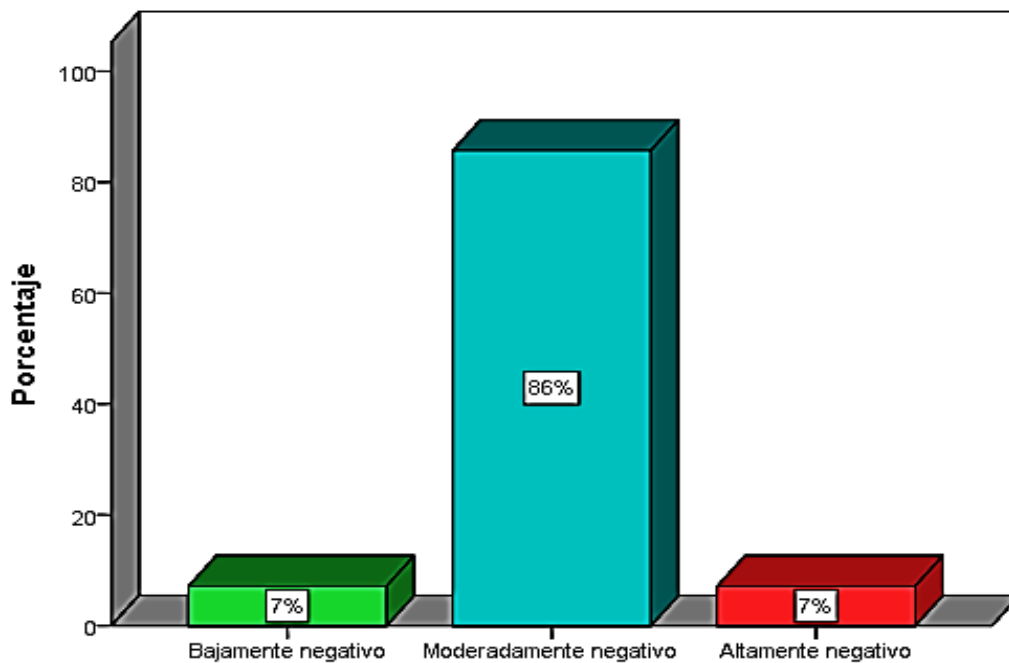


Figura 13. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Indefensión

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Indefensión, los internos presentan preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 86%, seguido por el 7% que presenta nivel altamente negativo al igual que el 7% que presenta un nivel bajamente negativo.

Tabla 15.

Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Pasividad

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajamente negativo	7	12
Moderadamente negativo	22	83
Altamente negativo	13	5
Total	42	100

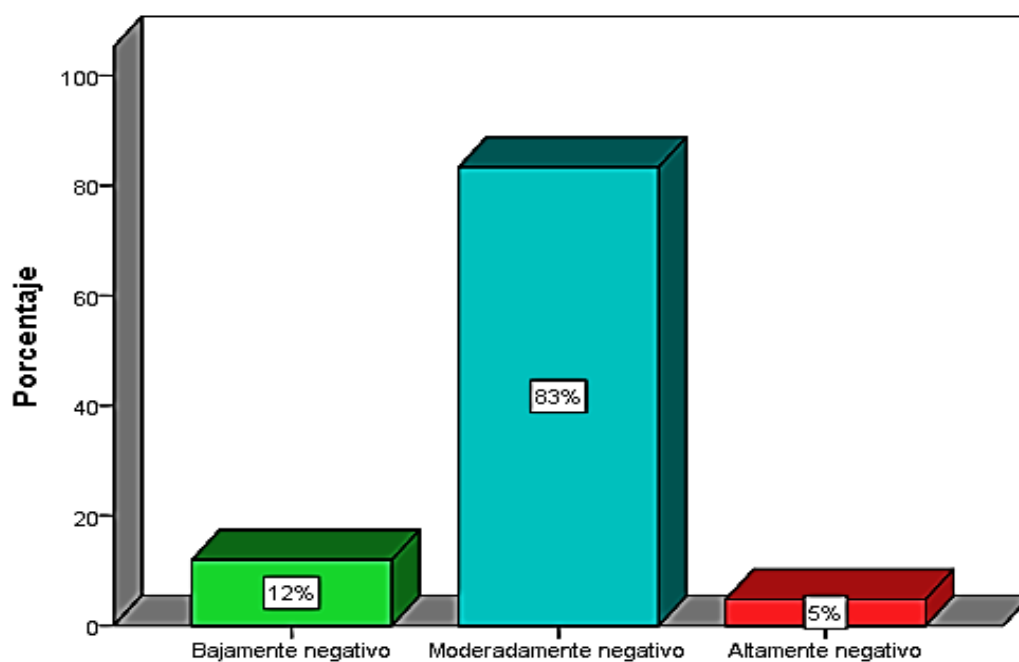


Figura 14. Nivel de Creencias irracionales en los internos penitenciarios, según la dimensión Pasividad

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se determina que en la dimensión Pasividad, los internos presentan preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 83%, seguido por el 12% que presenta un nivel bajamente negativo y en menor proporción el 5% presenta un nivel altamente negativo.

4.3. Procesamiento de los resultados

Para fines del procesamiento de la información recogida, se elaboró una base de datos en una tabla de Excel, ordenado los ítems dentro de cada dimensión a la que corresponden, luego se fue consignando el valor de la respuesta elegida, para efectuar la sumatoria por cada dimensión y de la variable en general, para establecer el rango del baremo al que pertenece.

Luego se traspasó los valores obtenidos por cada dimensión y por la variable misma, al Programa SPSS 22, donde a través de la función análisis de los estadísticos descriptivos se obtuvieron finalmente las tablas y figuras, que resumen los resultados encontrados en la investigación.

Se optó por presentar los datos obtenidos en figuras de barras con sus respectivos porcentajes para que se observara de forma ordenada y jerarquizada los niveles alcanzados. En las tablas se aprecian las frecuencias y porcentajes hallados en cada dimensión y en la variable creencias irracionales, indicando los niveles alcanzados.

Todo el procedimiento realizado permite un mejor análisis y comprensión de la realidad encontrada, para adoptar decisiones pertinentes.

4.4. Discusión de los resultados

En este apartado, analizamos los resultados encontrados en la muestra de estudio, estableciendo la coincidencia o diferencia con las teorías y determinaciones brindadas por otros autores sobre la misma temática de investigación.

Los resultados obtenidos sobre la variable creencias irracionales demuestran que los internos penitenciarios presentan un nivel moderadamente negativo en un 52%, seguido por el 31% que lo tiene en nivel altamente negativo y el 17% tienen un nivel bajamente negativo; guardando una parcial coincidencia con el estudio de Sember (2017), quien determino como resultado que el nivel de afectación de las creencias irracionales predominante en los estudiantes universitarios es de nivel alto representado por un 39,2%, seguido de un nivel medio representado por un 36,6%, y finalmente seguido de un nivel bajo representado por un 24,2%. Esta parcial coincidencia se debe a que por lo general lo que prima en las personas son niveles altos y moderados de creencias irracionales, debido a que la salud mental en nuestro país no es atendida como se debe, sin importar el nivel

socioeconómico o cultural al que pertenecen las personas.

En la dimensión Intolerancia a la frustración, los internos penitenciarios presentan niveles significativos, en la categoría altamente negativo en un 62%, de la misma forma se halló en la dimensión Causas externas, un nivel altamente negativo en un 79%. Dichos resultados coinciden con el estudio hecho por De la Cruz, R. (2017), quien determinó que los internos privados de la libertad por delito sexual demuestran en la dimensión intolerancia a la frustración, en un 52.4% la categoría significativa y en la dimensión causas externas, el 52.4% representan la categoría muy significativo. Esta coincidencia se debe a que las personas que trasgreden la ley, suelen tener poca tolerancia a la decepción y al dominio de sus emociones negativas, así como debido a las vivencias que han tenido se han llenado de sentimientos negativos e infelicidad.

De la misma forma se encuentra relación en los resultados obtenidos en la dimensión causas externas de esta investigación con el estudio de Casariego y Jara (2019), quien determinó que las creencias irracionales de los internos por delito contra la libertad sexual se debe mayormente al hecho de haber sido víctimas de traumas en su infancia y adolescencia, generando en ellos sentimientos de resentimiento y odio hacia los demás, razón por la que establecen patrones cognitivos que les hace creer que los demás también deben sufrir. Al respecto, se entiende que cuando las personas tienen experiencias traumáticas esto daña a la personalidad, siendo un factor predisponente a la realización de actos prohibidos que tienen su base en estas causas pasadas.

Los internos penitenciarios por delitos contra la libertad sexual de este estudio, demostraron tener en la dimensión Miedo o ansiedad, un nivel moderadamente negativo en un 81%; de forma similar obtuvieron en la dimensión Dependencia, un nivel moderadamente negativo en un 74%. Estos resultados coinciden con el estudio de Mejía (2014), quien estableció que las creencias irracionales más frecuentes en las madres de víctimas de abuso sexual se dan a nivel moderado en la dimensión miedo o ansiedad y la en la dimensión dependencia. Esta coincidencia se debe a que tanto los agresores sexuales como las víctimas de agresión sexual tienen miedo ya sea por el acto cometido porque saben que está mal, así como las segundas desarrollan el miedo por el trauma experimentado en contra de su integridad física. Además, los presos desarrollan dependencia hacia la pareja o algún familiar al estar encerrados pagando por su delito, mientras que las víctimas desarrollan apego a quien las trata de proteger en su entorno.

4.5. Conclusiones

De acuerdo a los resultados encontrados se establece algunas conclusiones que determinan situaciones específicas.

- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, presentan creencias irracionales a nivel moderadamente negativo en un 52%, seguido del nivel altamente negativo; lo cual evidencia que existe un conjunto de factores que no favorece a su bienestar mental y que pone en riesgo su normal desarrollo.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Necesidad de aprobación, un nivel bajamente negativo en un 52%, seguido por el 26% que presenta nivel moderadamente negativo; debido a que no les interesa lo que piensen los demás de ellos y no buscan hacer cosas para quedar bien ante su entorno.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Altas Auto-expectativas, un nivel altamente negativo igual al 69%; debido a que no tienen un proyecto de vida que les motive a cambiar su destino al salir libres o no buscan alcanzar nobles metas.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Culpabilización de forma preponderadamente un nivel moderadamente negativo en un 76%; debido a que con cierta frecuencia reflexionan sobre sus actos y se arrepienten de los actos cometidos que los llevo a prisión.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Intolerancia a la frustración, un nivel altamente negativo en un 62%; dado que no suelen resistir una negativa ante un pedido y no saben controlar sus impulsos negativos.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Causas externas, un nivel altamente negativo en un 79%, debido a las malas experiencias vividas en su entorno familiar y social, lo cual les ha hecho perder los valores y principios que rige la sociedad y han trasgredido la ley.

- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Miedo o ansiedad, un nivel moderadamente negativo en un 81%; debido a que al estar encerrados le han sobrevenido temores ocultos que tenían, así como añoran volver a su vida normal y se atormentan pensando en el tiempo que deberán pasar en prisión.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Evitación de problemas, un nivel bajamente negativo en un 71%; debido a que se han adecuado al cumplimiento de las normas que rige en el establecimiento penitenciario y antes de actuar meditan en las consecuencias.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Dependencia, un nivel moderadamente negativo en un 74%; debido a que al estar un tiempo encerrados desarrollan la necesidad de no sentirse solos, aferrándose a la pareja o familiar que más los vista y vela por ellos.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Indefensión, un nivel moderadamente negativo en un 86%; esto se da porque no aceptan en muchos casos su realidad y culpan al pasado de su realidad.
- Los internos por delitos contra la libertad sexual del INPE, demuestran en la dimensión Pasividad, un nivel moderadamente negativo en un 83%; porque no les gusta participar en actividades o talleres que les proporcione un aprovechamiento útil de su tiempo dentro de la prisión.

4.6. Recomendaciones

En base a las conclusiones establecidas se recomienda ciertas acciones a tomar en cuenta en aras de cambiar las creencias irracionales que presentan los internos del INPE.

- El director del INPE Lurigancho debe continuar coordinando con los psicólogos del penal, para que realicen un plan de intervención psicológica que los ayude a reducir las creencias irracionales de los internos de manera que salgan readaptados.
- La familia y amistades cercanas que visitan a los internos deben desarrollar un soporte afectivo y correctivo que permita que estos cambien su forma de ver la vida y quieran ser mejores personas.

- Los psicólogos del INPE deben continuar trabajando bastante terapias cognitivo conductuales para que los internos cambien sus esquemas mentales distorsionados, y busquen nuevas formas de relacionarse con los demás.
- Los internos deben controlar sus impulsos y grado de tolerancia, para que no vuelvan a dañar a nadie, refugiándose en la religión y en las cosas que más aman para que su vida sea mejor y puedan vivir en sociedad.
- Los internos del INPE deben establecerse metas que deban cumplir tanto dentro de la cárcel como al salir, para que su vida adquiera sentido y puedan cambiar la idea que tienen las personas de su entorno acerca de ellos.
- El director del INPE debe gestionar más talleres productivos o culturales para los internos de manera que aprovechen útilmente su tiempo dentro de la prisión, promoviendo en estos la necesidad de hacer cosas nuevas que los ayude a ser mejores personas cada día de su vida.
- Los psicólogos del penal deben administrarles pruebas psicológicas a los internos cada cierto tiempo, para evaluar cuál es su grado de mejora en torno a sus pensamientos distorsionados.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1. Denominación del programa

Taller de habilidades sociales para internos por delito de agresión sexual

5.2. Justificación del programa

La falta de habilidades sociales nos llevan a reconocer el problema de una mala comunicación generar un cambio actitudinal, el desconocimiento pueden resquebrajar nuestra salud mental y equilibrio ya que está relacionado con la forma en que vivimos las relaciones interpersonales, si cultivamos y dominamos estas habilidades, podremos conseguir satisfacciones en todos los ámbitos personales, como tomar responsabilidad de sus acciones identificar patrones abusivos, pensamientos, sentimientos y conductas.

Desarrollar la empatía, mejorar la autoestima, mejorar su autocontrol y habilidades de resolución de problemas, planificar un nuevo estilo de vida, es la finalidad a conseguir mediante el programa de intervención. Al mismo tiempo la reducción y/o prevención por falta de habilidades mediante el desarrollo de sus fortalezas.

Las habilidades sociales han sido tratadas y estudiadas, por muchos investigadores, en diferentes escuelas y áreas científicas. Uno de los representantes más importantes es Solter quien es conocido como el padre de la terapia de la conducta, quien introduce el termino habilidades sociales en el año 1949, basado en la necesidad de aumentar la expresividad del ser humano.

Teniendo en cuenta los principales representantes de la terapia de la conducta es que se desarrolla el presente programa de intervención, el cual tiene por objetivo incrementar el nivel de habilidades sociales de los internos por delito de agresión sexual con creencias irracionales

5.3 Establecimientos de objetivos

5.3.1. Objetivo general

Incrementar el nivel de habilidades sociales para un adecuado bienestar Psicoemocional en internos por agresión sexual con creencias irracionales

5.3.2. Objetivos específicos

- Identificar las fortalezas personales mediante el taller de habilidades sociales
- Fortalecer su autoestima mediante el taller de habilidades sociales
- Modificar las creencias irracionales.

5.4 Sector al que se dirige

El programa de intervención está dirigido a los internos por agresión sexual con creencias irracionales de edades entre 18 y 40 años del pabellón 16 del penal de Lurigancho.

5.5. Establecimiento de conductas problemas / metas

Las conductas problemas se manifiestan en función a las creencias irracionales, por la pérdida de valores la falta de respeto a las normas falta de autoestima la falta de empatía la mala comunicación, la falta de control de impulsos la poca tolerancia al fracaso, las emociones negativas.

Se presentarán los principales problemas que se derivan de las creencias irracionales y fuera de todo razonamiento común:

- La creencia que las demás personas deben aprobarte, mostrarte cariño y amabilidad siempre.
- La creencia que nunca debes equivocarte, debiendo demostrar perfección y eficiencia en todo lo que hace.
- La creencia que el resto es responsable de las cosas malas que pasan y que merecen ser castigadas severamente.

- La sensación de rabia y frustración por algo que no salió bien, negándose a aceptar haber fracasado.

De acuerdo a los ejemplos podemos desarrollar la modificación de la conducta de los integrantes de este programa de intervención.

5.6. Metodología de la intervención

Respecto al programa está diseñado para ser llevado a cabo en 8 sesiones en los cuales se abordarán temas de interés para los internos por agresión sexual con creencias irracionales como son evaluación inicial, la buena comunicación, autocontrol, tolerancia al fracaso, emociones negativas, pensamiento positivo, empatía será un trabajo participativo con dinámicas que brindan información con videos y juego de roles.

Las actividades a realizar dirigidas a los internos, constan de 8 sesiones con una duración aproximada de 45 minutos cada una. La aplicación de las sesiones se llevará a cabo en la sala de conferencias del pabellón con una frecuencia de una vez por semana el cual será financiado por recursos del penal.

Las técnicas empleadas en este programa serán las siguientes:

- Identificando nuestras habilidades: Consta en conocer las posibilidades de cambio y mejora de las habilidades fortalezas y limitaciones propias.
- La buena comunicación: Consiste en desarrollar en los participantes las habilidades sociales para que se relacionen de manera afectiva y positiva.
- Autocontrol: Consta en aprender estrategias de autocontrol emocional para afrontar diferentes situaciones.
- Tolerancia al fracaso se refiere a afrontar a identificar la capacidad de soportar diferentes eventos y circunstancias que puedan frustrarnos.
- Emociones negativas: Consiste en instruir a afrontar las emociones negativas por medio de la carta de reconocimiento de la conducta
- Pensamiento positivo – consiste en enfocar la vida en las cosas positivas

- Empatía consiste en ofrecer una visión general de la empatía en las relaciones interpersonales
- Actitud positiva reflexionar y poner en práctica los conocimientos aprendidos y fomentar la unión.

5.7. Recursos y materiales a utilizar

5.7.1. Recursos Humanos

- Responsable del programa
- Psicólogo
- Internos por delito contra la libertad sexual

5.7.2. Materiales

- Equipo multimedia
- Parlantes
- Hojas de colores
- Plumones
- Limpiatipo
- Papelotes
- Lapiceros

Este programa será financiado por recursos del Penal

Sesión 1: “Identificando nuestras habilidades”

Objetivo específico: Conocer las posibilidades de cambio y mejora de las habilidades y limitaciones personales.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Conocer el programa y al responsable	Se recibirá a los participantes y se les dará la bienvenida se iniciara el programa agradeciendo por su participación.	Psicólogo	10'
Introducción	Explicación teórica	Mediante diapositivas se les brindara los alcances del programa y lo importante de su participación. Descripción del programa, los objetivos, las sesiones y la duración de cada sesión Concientizar lo importante que es conocer las habilidades sociales y lo importante de su asistencia en cada sesión. Recaltar que nuestra finalidad es generar un aprendizaje. Y motivarlos a desarrollar sus habilidades. Los beneficios que trae participar en este programa.	Responsable Psicólogo	15'
Dinámica	Fomentar la integración la comunicación entre los participantes	Se realizara la dinámica tela araña se le comunica a los participantes ,que esta dinámica tiene como objetivó conocernos un poco más, para ello utilizaremos un ovillo de lana, para iniciar la dinámica se les pide a los participantes que formen un circulo y se le da a un participante un ovillo y lo lancé a un compañero que no conozca y le pregunte algo de su interés (como por ejemplo su comida favorita, música preferida , sus hobbies, etc.) y se le pide que recuerden lo dicho por su compañero y así el otro compañero agarra la conexión de la lana y nuevamente lo lanza y se formula otra pregunta. Luego de 15 minutos se forma una tela araña y se les dice nosotros hoy hemos formado conexiones entre sus compañeros, nos hemos dado cuenta que tenemos gustos en común que quizás no pensamos que los tendrían, pero a veces nos limitamos en conocer a nuestros compañeros. Se les explicara a los participantes la finalidad de esta dinámica es, la integración entre los participantes recordar que todos somos diferentes y especiales. Todos tenemos puntos fuertes y por supuesto puntos a mejorar, todos tenemos habilidades y talentos naturales, y todos ofrecemos algo único que es personal e intransferible. Si somos consciente de ello nuestro auto-concepto mejorará y nuestra seguridad también.		15
Cierre		Se les agradecerá por su participación e invitarlos a una nueva sesión	Responsable	5'

Sesión 2: “Iniciar una buena Comunicación”

Objetivo específico: Desarrollar en los participantes las habilidades sociales que se relacionen de manera afectiva y positiva.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Generar un ambiente agradable de trabajo	Se da la bienvenida a los participantes se les agradecerá por su asistencia. Se iniciará la sesión preguntando a los participantes sobre lo aprendido en la sesión anterior o alguna inquietud	Psicólogo	5
Diapositiva	Explicar a los participantes lo importante de saber comunicarnos.	Por medio de diapositiva se brindara Identificar las palabras adecuadas para iniciar una conversación Comprobar si la otra persona está escuchando, nos mira, asiente la cabeza, expresa atención. Tiene iniciativa para iniciar conversaciones de manera empática y pertinente. Expresa lo que quiere decir de manera directa y segura Pregunta a la otra persona lo que ella piensa. Responde o dice lo que se piensa, agregando nueva información, formulando preguntas comenzando otros temas.	Responsable Psicólogo	15'
Juego Malentendido	Impulsar la comunicación creativa. Perfeccionar las habilidades Mas importantes que se requiere para que se lleve a cabo una comunicación efectiva	. Este juego implica a dos personas que deben sentarse espalda con espalda. La primera persona tiene un objeto y debe describirlo (sin decir explícitamente que objeto es) a la persona B. la persona B debe entonces dibujarlo basándose en las descripciones de la persona A. El juego Malentendido ayuda a impulsar la comunicación creativa. Encontrar maneras creativas de comunicarse a pesar de las barreras crea habilidades para resolver problemas. Ninguna comunicación funciona exactamente igual una y otra vez y se requiere creatividad para asegurar que la comunicación sea efectiva cada vez. Este juego puede ser adaptado para grupos más grandes trabajando en equipos de dos personas. Entonces puede convertirse en un concurso basado en quien tiene el dibujo más preciso. Se les explicara a los participantes sobre la finalidad de este juego. Es la Práctica de la comunicación que debe ser continua para el desarrollo personal y profesional también sirve como un descargue de energía y desarrolla la creatividad.	Responsable Psicólogo Hojas y bolígrafos	20'
Despedida	Conocer la impresión sobre la sesión.	Se pedirá que en una palabra indiquen la impresión que ha dejado la sesión en cada uno de los participantes agradeciéndoles e invitándoles a una próxima sesión.	Psicólogo	5'

Sesión 3: “Autocontrol”

Objetivo específico: Los participantes aprendan estrategias de autocontrol emocional para afrontar situaciones problemáticas.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Integración	Se da la bienvenida a los participantes Se iniciará la sesión pidiendo la participación y colaboración de los participantes.	Responsable Psicólogo	5'
Diapositivas	Controlar nuestras emociones, impulsos y conductas.	Mediante diapositiva se expondrá sobre la teoría de la habilidad de entrenar definiendo su concepto. Se explicará su complejidad conductual. Reflexionar sobre las consecuencias o situaciones posteriores desfavorables que tendrán en su vida Mantener nuestro equilibrio y nuestra estabilidad tanto a nivel interno como externo. Importancia del autocontrol se comprobado que las personas que poseen elevado autocontrol suelen ser personas con mayores éxitos.	Responsable Psicólogo	15
Videos motivacionales Video1: https://www.youtube.com/watch?v=Tf8XaZFxu2E&t=9s Video2: https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR&t=1s	Dotar de herramientas que puedan poner en práctica en su día a día. Trabajar el autocontrol Expresan opiniones	Video 1: “5 buenas técnicas para controlar la ira” este video tiene una duración de 4: 11min este video trata de fomentar la motivación para controlar reacciones externas ante conflictos, dificultades, logros, fracasos, etc. Exteriorizar sentimientos positivos, negativos. Enseña a relajarse. A no focalizar la atención en la ira controlar los pensamientos negativos la persona enfadada no puede centrarse se muestra inestable afectando negativamente nuestras relaciones con familiares amigos compañeros de trabajo. Video 2: “La tortuga Cuento para trabajar el autocontrol “ Este video tiene una duración de 3:11 min este video enseñara a relacionarse mejor con los demás, a reclamar sus derechos adecuadamente a reaccionar sin agredir a nadie a tomar mejores decisiones. También podemos utilizar otras técnicas como escuchar música, hablar con otra persona sobre el problema, hacer ejercicios físicos, como correr. La finalidad de estos videos es elevar el grado de motivación para afrontar situaciones problemáticas, orientar hacia un determinado objetivo elevar el grado de autoestima y ganar confianza. Conseguir la fuerza necesaria y el empuje para realizar un cambio en sus vidas.	Proyector Videos	20
Despedida		Se agradecerá por la participación y colaboración invitándoles a la siguiente sesión y se cerrará con aplausos.	Psicólogo	5'

Sesión 4: “Tolerancia al fracaso”

Objetivo específico: Los participantes identifican sus fracasos y respondan adecuadamente.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Generar un ambiente agradable de trabajo.	Se dará la bienvenida a los participantes. Se iniciará la sesión preguntando a los participantes sobre lo aprendido en la sesión anterior si hay alguna inquietud al respecto	Responsable	10'
Registro con preguntas semiabiertas sobre actitudes y actos al fracaso.	Que los participantes identifiquen sus fracasos y respondan adecuadamente a ellos.	Preguntas semiabiertas sobre sus actitudes y actos al fracaso. ¿Qué fracasos consideras que tuviste en la vida? ¿Qué problemas tuviste en la escuela con tus padres o con tus amigos? ¿Qué crees que te faltaba en la vida dinero, trabajo estudios técnicos o universitarios? Motivación para trabajar madures, decir no a malas amistades enumere todas. Alguna vez consideraste delinquir en estos tiempos, las actividades ilegales ¿es un logro o un fracaso?	Responsable Hojas Lapiceros	15'
Video Motivación Personal	Planificar actividades de solución para alcanzar nuestros Objetivos.	Video: Motivación personal “da tu mejor esfuerzo, no te rendidas” de Rocky Balboa Duración: 9.40 min Resumen: este video trae un mensaje importante como tener una actitud correcta para poder triunfar en la vida dar lo mejor de nosotros en cualquier circunstancias darle la verdadera importancia a los valores como el respeto, ser responsable poner en práctica todo lo que aprendemos dejar nuestra zona de confort y pasar a la acción nunca pensar en la derrota sin importar los obstáculos que se presenten pensar que siempre podemos hacerlo de donde nos toca trabajando, estudiando siempre con optimismo, actitud positiva y una sonrisa, utilizando siempre las habilidades sociales comprometernos en todo lo que realicemos. Se les explicara a los participantes la finalidad de este video es motivarlos a dar lo mejor Utilizar el don que Dios les brindo sin buscar justificaciones para librarnos de responsabilidades pensar que siempre se lograra lo que uno se propone a pesar de las adversidades y de lo fuerte que la vida se torna. Ser consciente de que nada es fácil que habrá caídas y golpes. Pero con mucho esfuerzo es posible lograrlo. Comentarios y puntos de vista. Link: https://www.youtube.com/watch?v=Veh0vJc6H9c	Proyector de video	15'
Cierre		Se le agradecerá su participación e invitará para la siguiente sesión.	Responsable	5'

Sesión 5: “Emociones negativas”

Objetivo específico: Enseñar a afrontar las emociones negativas por medio de la “Carta de reconocimiento de su conducta.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Generar un ambiente agradable de trabajo	Se dará la bienvenida a los participantes. Se pide a los participantes compartir una experiencia que hayan experimentado durante la semana referente al tema a tratar.	Responsable Psicólogo	10’
Explicación teórica	Identificar las emociones negativas y cómo afrontarlas.	Mediante el uso de diapositivas se ampliara el conocimiento sobre las emociones negativas. Proporcionar herramientas para vincularse con sus emociones. Mejorar la comunicación con su entorno cercano, a través de un buen manejo de las emociones. Considerar la expresión y manejo de las emociones para una mejora en las habilidades sociales y comunicativas.		15’
Dinámica historia de mis recuerdos	Identificar el nivel de apertura para compartir vivencias importantes de su vida.	La dinámica inicia: I. El responsable explica a los participante que “Los recuerdos son como un trozo de nuestro pasado y los guardamos como un verdadero tesoros” Con ellos nos acordamos de momentos felices de nuestra vida. Cada vez que vienen a nuestra mente las personas y los hechos, vivimos de nuevo la experiencia en que participamos. Al comentar un recuerdo revelamos algo de nosotros mismos, de nuestra historia personal” II. El responsable entrega a cada uno de los participantes una hoja blanca y les solicita que escriban en ella la historia de un recuerdo importante de su vida. III El responsable les pedirá a las personas que le entreguen las hojas que contienen sus historias. IV. Las personas son integrados en subgrupos de 5 o 6 personas por el dinamizador con la siguiente encomienda: “Cada subgrupo recibirá 5 historias diferente a los de vosotros para que las lean y traten de identificar a su autor. V. El responsable reúne al grupo y solicita a las personas que comenten los sentimientos que le provocaron las historias. VI. Al terminar la actividad anterior, el responsable pide a los subgrupos que entreguen las hojas de las historias a las personas que consideran son el autor y les expliquen la razón de su elección. VII. el responsable indica a las personas que mencionen si realmente son los autores de las historias que les entregaron. Se le explica a los participantes la finalidad de esta dinámica es Analizar el impacto que tienen los recuerdos en los sentimientos de los integrantes. Todos los recuerdos llevan consigo una o varias emociones asociadas. Los que vienen con emociones más potentes, miedo, asco, ira, tristeza, nostalgia, felicidad son los que más perduran en nuestras Memoria.	Responsable	15’
Despedida		Se les agradecerá por su participación y colaboración hasta la siguiente sesión y se cerrara con aplausos.	Responsable	5

Sesión 6: “Pensamiento positivo”

Objetivo específico: Enfocar la vida en las cosas positivas.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Generar un ambiente agradable de trabajo.	Se da la bienvenida a los participantes. Se pide a uno participantes que compartan una experiencia del tema anterior. Se explicara la habilidad a entrenar mediante ejemplos relacionado al tema.	Responsable Psicólogo	10'
Explicación teórica	Lograr que las personas puedan derribar las barreras impuestas por ellos mismos.	-Mediante el uso de diapositivas se ampliara los conocimientos sobre encontrar el equilibrio y el éxito en la vida -Ver las cosas que pasan desde una perspectiva más alegre enriquecedora y optimista. -Pensamiento positivo considerado una herramienta para combatir el estrés y las frustraciones -Tener pensamientos positivos no significa evitar los problemas o ignorar lo que pasa a nuestro alrededor. -El pensamiento positivo no implica falta de pensamiento crítico. -Los mejores pensamientos positivos pueden sacarnos una sonrisa y ayudan a seguir adelante.	Proyector	15'
Dinámica	Pensamiento positivo	Se iniciará la dinámica dando las siguientes instrucciones a los participantes deberán estar sentados en el salón y comentar. Desarrollo I Muchos hemos crecido con la idea de que no es “correcto “el autoelogio o, para el caso elogiar a otros. Con este ejercicio se intenta cambiar esa actitud al hacer que equipos de dos personas compartan algunas cualidades personales entre ellos. En este ejercicio, cada persona le da a su compañero la respuesta a una, dos o a las tres dimensiones siguientes sugeridas. Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo. Dos cualidades de personalidad que me agraden de mí mismo Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo. II. Explique que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos. Evaluación .se les aplicara una pregunta para su reflexión. ¿Cuántos de ustedes, al hacer el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miro a su compañero y le dijo? “Tu primero. ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar el ejercicio? “Como consideras ahora el ejercicio. Se les explica a los participantes la finalidad de esta dinámica es cambiar su actitud, Valorarse reconocer sus cualidades, habilidades y potenciales que poseen Explicar a los participantes la finalidad de esta dinámica es de Comprender la importancia del cambio de actitud dejar el pesimismo de lado que nos aleja de nuestros objetivos personales.	Responsable Hojas A 4	15'
Despedida	Comentar sobre el tema.	Identificar la asistencia y participación con aplausos y recordarles su próxima participación.	Responsable	5'

Sesión 7: “Empatía”

Objetivo específico: Ofrecer una visión de la empatía en las relaciones humanas.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Integrar a los participantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Se da la bienvenida a los participantes. • Compartir ideas de la sesión anterior • Consultar cuantos ya saben o tienen idea sobre el tema a tratar • Recaltar que se necesita de la cooperación y participación de todos. 	Responsable Psicólogo	5'
Explicación teórica	Definir la Empatía.	Mediante el uso de diapositiva se brindará los conocimientos sobre cómo abordar el tema de la empatía con una explicación clara y concisa. Propiciar en los participantes la capacidad de empatía Mejorar la capacidad de liderazgo y motivación Dar a conocer el objetivo del taller Conocer los problemas de otros y comprender. Enriquecer las relaciones interpersonales Cultivar este valor poniendo en práctica otros valores.	Responsable Computadora Proyector	15'
Dinámica El poder	Reflexionar con esta frase “No hagas a otros lo que no deseas que te hagan a ti”	A cada participante se le proporcionara una tarjeta en la que deberán escribir su nombre. Se resuelven y cada quien toma una tarjeta que debe ser de alguien más, si encuentra su nombre debe cambiar. Este, pensará en algo que su compañero debe hacer como un castigo, algo gracioso, cualquier actividad que se pueda hacer en el salón y firmara con su nombre, de nuevo las tarjetas llegaran a sus manos del responsable y este leerá cada una indicando a quien puso el castigo que haga su propia recomendación. Al finalizar se pregunta ¿Qué significado hacer el castigo la sanción que esperaba que hiciera otro? ¿Si hubiera sabido que la acción tendría que realizarla el, habría puesto algo distinto? Y finalmente se reflexiona con la frase “No hagas a otros lo que no deseas que te hagan a ti” Se les explicara a los participantes la finalidad de esta dinámica es ponerse en el zapato del otro y practicar la empatía.	Responsable Tarjetas y lápices.	20'
Despedida	Retroalimentar sobre el tema.	Cerrar el taller con una conclusión personal sobre el tema agradecerles por su participación e invitarlos para la siguiente sesión.	Responsable	5'

Sesión 8: “Actitud positiva”**Objetivo específico:** Ratificar los conocimientos aprendidos y la unión del grupo.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida	Integración y participación.	Se da la bienvenida a los participantes. Haciendo uso de la pelota de goma, se pide a algunos de los participantes que compartan ideas aprendidas de la sesión anterior para rescatar las principales.	Responsable Pelota de goma	5’
Explicación teórica	Recapitular las habilidades sociales y las actividades realizadas.	Recordar cómo identificar nuestras habilidades sociales conocer las posibilidades de cambio y mejora de las habilidades y limitaciones personales. Destacar como iniciar una buena comunicación desarrollando en los participantes las habilidades sociales que se relacionen de manera afectiva y positiva Practicar el autocontrol que los participantes aprendan estrategias de autocontrol emocional para afrontar diferentes situaciones. Practicar la tolerancia al fracaso que los participantes identifiquen sus fracasos y respondan adecuadamente practicando la resiliencia. Combatir las emociones negativas enseñando a afrontar las emociones negativas Mantener un pensamiento positivo enfocando la vida en cosas positivas. Practicar la empatía ofreciendo una visión general en las relaciones interpersonales. A través de diapositivas se mostrara un recuento de todo lo trabajado en las sesiones anteriores se mostrara fotos de los trabajos y fotos del trabajo en equipo.	Responsable Computadora Proyector	20’
Valoración del programa	Recoger las opiniones percibidas por parte de los participantes.	Se consultará a los participantes. - Que han aprendido - Que les ha gustado del programa - Como se han sentido durante el programa Se finalizará con una evaluación de las creencias irracionales para identificar los resultados del programa de intervención recalando a los participantes que cuentan con las herramientas que deben poner en práctica lo aprendido en el programa y desarrollar las habilidades sociales de manera autónoma.	Responsable Psicólogo	15’
Compartir	Sociabilizar pasar un momento de unión y compartir	Se les agradecerá por su participación y colaboración en el programa de intervención y se cerrara con aplausos para todos los integrantes del taller.	Bocaditos y refresco	5’

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- América Noticias (7 de febrero del 2018). Fiscalía informó sobre el incremento de casos de violación en el país. Recuperado de <https://www.americatv.com.pe/noticias/actualidad/numeros-denuncias-violaciones-sexuales-peru-n309619>
- Casariego, L. y Jara, R. (2019). Empatía y Creencias Irracionales en Internos por delito contra la libertad sexual de un instituto penitenciario de Lima Este. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 11(2), p. 48-55.
- Chávez, M. (2015). Correlación entre las creencias irracionales y estilos de afrontamiento al estrés en pacientes drogodependientes de un centro de rehabilitación de Lima Metropolitana. *Revista Psicológica Herediana* 10 (2), 1-15.
- Cubaquil, L. (2018). *Ideas irracionales y depresión* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Cubaquil-Leslie.pdf>
- De la Cruz (2017). *Creencias irracionales e impulsividad en internos privados de libertad por delito sexual de un Establecimiento Penal de Lima – 2015* (tesis de maestría). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8585/De%20La%20Cruz_ERN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ellis, A. y Grieger, R. (1977) *Manual de Terapia Racional-Emotiva Volumen 2*. Ney York, EE.UU.: Descleé de Bouwer. Recuperado de: <https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/ellis-manual-de-terapia-racional-emotiva-vol-ii.pdf>

- INEI (2017). Delitos: Población menor de 18 años que sufrió violación sexual, según departamento. Recuperado de <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/crimes/>
- Quimbiulco, M. (2017). *Aspectos psicosociales y creencias irracionales en pacientes con intento de suicidio atendidos en el servicio de Salud Mental del Hospital Carlos Andrade Marín* (Tesis de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/15257>
- Mejía, P. (2014). *Las creencias irracionales y su influencia en las emociones positivas y negativas en madres de víctimas de abuso sexual del Sistema de Protección a Víctimas y Testigos* (tesis de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/7179>
- Rivas, M. (2016). *Relación entre clima social familiar y creencias irracionales en estudiantes del 5to grado de nivel secundario de la I.E. Enrique López Albújar* (tesis de pregrado). Departamento de Piura 2015. Perú. Recuperado de http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/131/RIVAS_NIZAMA_MAHLI_SARAI_CLIMA_SOCIAL_FAMILIAR_CREENCIAS_IRRACIONALES.pdf?sequence=1
- Rodríguez, J. (2015). *Creencias irracionales en adolescentes embarazadas con problemas psicoafectivos* (Tesis de pregrado). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7118/1/T-UCE-0007-250c.pdf>
- Sember, Z. (2017). *Creencias irracionales y violencia de pareja en estudiantes del cuarto ciclo de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada del Cono Norte, 2017*

(tesis de pregrado). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/3380>

Villacís, C. (2016). *Creencias irracionales y calidad de vida en adultos mayores* (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua, Ecuador. Recuperado de: <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/24166/2/Villac%C3%ADs%20Vanegas%20Christian%20Jair.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de Consistencia

Problema General	Objetivo General	Metodología
¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019?	Determinar el nivel de las creencias irracionales que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019.	La investigación es de tipo descriptivo, con un diseño No experimental-trasversal y con un enfoque cuantitativo.
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Población y muestra
<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión necesidad de aprobación, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión altas autoexpectativas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión culpabilización, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión intolerancia a la frustración, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión causas externas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión miedo o ansiedad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión evitación de problemas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión dependencia, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión indefensión, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? - ¿Cuál es el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión pasividad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019? 	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión necesidad de aprobación, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Diagnosticar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión altas autoexpectativas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión culpabilización, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión intolerancia a la frustración, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión causas externas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión miedo o ansiedad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión evitación de problemas, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Diagnosticar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión dependencia, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Analizar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión indefensión, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. - Identificar el nivel de las creencias irracionales, según la dimensión pasividad, que presentan los internos por delitos contra la libertad sexual del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, durante el periodo 2019. 	<p>La población de estudio está comprendida por 42 nuevos internos del Instituto Penitenciario Lurigancho - pabellón 16, que han cometido delitos contra la libertad sexual, que los cuales serán encuestados durante el periodo 2019.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">n = 42 internos</div> <p>La muestra es intencional, no probabilística y de tipo censal, los cuales son la totalidad de la población, es decir, los 42 nuevos internos del penal Lurigancho.</p>

ANEXO 2. Inventario de Creencias Irracionales

Edad:

Grado de instrucción:

INSTRUCCIONES

Este inventario de Creencias está dirigido para descubrir ideas irracionales particulares, las cuales contribuyen con la infelicidad y la tensión.

No es necesario pensar mucho en ninguna oración, marque su respuesta en la tarjeta de respuestas.

En primer lugar coloque los datos que se le solicitan en el protocolo de respuestas adjunto a este cuadernillo, luego comience por la primera oración, asegúrese de **marcar como Ud. piensa en el momento presente** acerca de la declaración o pregunta y no la manera en que Ud. piensa que “**Debería Pensar**”.

Bien ahora voltee la página y comience a responder cada oración.

1= en acuerdo 2= en desacuerdo

1. Es importante para mí el que otras personas me aprueben ()
2. Yo odio el fallar en cualquier cosa ()
3. Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede ()
4. Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente ()
5. Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia ()
6. Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan ()
7. Usualmente hago a un lado decisiones importantes ()
8. Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo ()
9. “Una cebra no puede cambiar sus rayas” ()
10. Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas ()
11. Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo ()
12. Yo evito las cosas que no hago bien ()
13. Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen ()
14. Las frustraciones no me perturban ()
15. Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas ()
16. Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros ()
17. Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen ()
18. Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes ()
19. Es casi imposible vencer la influencia del pasado ()

20. Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez ()
21. Yo quiero agradarle a todo el mundo ()
22. No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo ()
23. Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados()
24. Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son ()
25. Yo produzco mis propias emociones ()
26. Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones ()
27. Yo evito el enfrentar mis problemas ()
28. Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas ()
29. Solamente por que alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro ()
30. Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer ()
31. Yo puedo gustar de mí mismo (a) aún cuando otras personas no lo hagan ()
32. Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo ()
33. La inmoralidad debería ser fuertemente castigada ()
34. Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan ()
35. Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera ()
36. Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso ()
37. Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo ()
38. Hay personas de las cuales dependo grandemente ()
39. Las personas sobrevaloran la influencia del pasado ()
40. Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo ()
41. Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío ()
42. Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago ()
43. Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones ()
44. Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan()
45. Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera ()
46. No puedo tolerar el tomar riesgos ()
47. La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables ()
48. Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a) ()
49. Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser ()
50. Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo ()
51. Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás ()
52. Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas ()
53. El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas ()
54. Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro ()

55. Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será ()
56. Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro ()
57. Casi nunca dejo las cosas sin hacer ()
58. Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas ()
59. Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente ()
60. Demasiado tiempo libre es aburrido ()
61. Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí ()
62. Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa ()
63. Todo el mundo es básicamente bueno ()
64. Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso ()
65. Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos ()
66. Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro ()
67. Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras ()
68. Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí ()
69. Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales ()
70. En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre ()
71. Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan ()
72. Me perturba cometer errores ()
73. Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto” ()
74. Yo “tomo las cosas como vienen” ()
75. La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida ()
76. En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente ()
77. Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante ()
78. Yo encuentro fácil el buscar consejo ()
79. Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera ()
80. Me agrada estar sin hacer nada ()
81. Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí ()
82. Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas ()
83. Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad ()
84. Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar ()
85. No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo ()
86. Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica ()
87. Me desagrada la responsabilidad ()
88. Me desagrada tener que depender de los demás ()
89. Realmente las personas nunca cambian en sus raíces ()
90. La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente ()

91. Es incómodo pero no perturbador el ser criticado ()
92. Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien ()
93. Nadie es perverso o malvado, aún cuando sus actos puedan serlo ()
94. Casi nunca me perturbo por los errores de los demás ()
95. Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos ()
96. Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas ()
97. Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aún cuando no sea placentera ()
98. Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar ()
99. No me incomoda lo que he hecho en el pasado ()
100. Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada ()

ANEXO 3. Encuesta de satisfacción del Plan de Intervención

La información brindada fue:

Muy buena () buena () mala () no se entendió ()

La calidad del taller fue:

Muy buena () buena () mala () no se entendió ()

El desarrollo del modelador fue:

Muy buena () buena () mala () no se entendió ()

Le pareció importante el tema sobre creencias irracionales:

Si () No ()

Sugerencias para el taller:

.....

.....

.....

.....

.....

Se agradece su colaboración

ANEXO 4. Sesión 4. Tolerancia al Fracaso. Lista de preguntas

¿Qué fracaso consideras que tuviste en la vida?:

.....

¿Qué problemas tuviste en la escuela, con tus padres o con tus amigos?:

.....

¿Qué crees que te faltaba en la vida dinero, trabajo, estudios técnicos o universitarios?

:

¿Motivación para trabajar, la madurez y decir no a malas amistades enumera todas?:

.....

¿Alguna vez consideraste delinquir?

.....

¿En estos tiempos las actividades ilegales es un logro o un fracaso para ti porque?

.....

ANEXO 5. Carta de aceptación



"AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN Y LA IMPUNIDAD"

Lima 24 de Junio del 2019

Carta N° 026 -2019-INPE/18-05

Dr. Ramiro Gómez Salas
Decano (e) de la Facultad de Psicología y Trabajo Social
Universidad Inca Garcilaso de la Vega
Presente.- Av. Petit Thouars 298, Lima

Asunto: Opinión Favorable a la Srta. Paulina Yolanda Paitan Veliz, para realizar Investigación científica en el EP Lurigancho a fin de obtener el Título Profesional

Ref. : Carta N° 1085-2019-DFPTS GD. N° 029733
OFICIO N° 1898-2019-INPE/18-05

Por medio de la presente tengo el agrado de dirigirme a usted y comunicarle que según documento de referencia su representada solicito facilidades para la estudiante Srta. Paulina Yolanda Paitan Veliz Bachiller de la Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, para realizar una muestra representativa de investigación en la Institución Penitenciaria, en el Establecimiento Penitenciario Lurigancho, Titulado: "Creencias Irracionales por delitos contra la libertad sexual Lurigancho del Instituto Penitenciario Lurigancho..." para la obtención del Título profesional de Licenciado en Psicología, después de haber sido evaluado por el Especialista en Psicología, resulta procedente contar con la OPINION FAVORABLE para la realización a su investigación. Se adjunta a folios (03).

POR LO EXPUESTO:

El procedimiento de intervención, deberá ser coordinado con el Director del Establecimiento Penitenciario referido.

Expresándole nuestra mayor consideración, quedamos a usted.

Atentamente,

Comunicar a Srta. Paulina Paitan



Abog. RUBÉN VICAR RAMÓN RAMOS
DIRECTOR REGIONAL
OFICINA REGIONAL LIMA

Rf:
03.7.19 *JH* *acris*



1102668