

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"IDEAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO

(Estudio realizado con mujeres que asisten a grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer del cantón Xecaracoj, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"

TESIS DE GRADO

ASUNCION CARMELINA VELÁSQUEZ AGUILAR
CARNET 11400-10

QUETZALTENANGO, MARZO DE 2016
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"IDEAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO

(Estudio realizado con mujeres que asisten a grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer del cantón Xecaracoj, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR

ASUNCION CARMELINA VELÁSQUEZ AGUILAR

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, MARZO DE 2016
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. EDUARDO VALDES BARRIA, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

MGTR. ELENA FABIOLA HURTADO BONATTO

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

MGTR. NILMO RENÉ LÓPEZ ESCOBAR

AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO

DIRECTOR DE CAMPUS: P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.

SUBDIRECTOR DE INTEGRACIÓN
UNIVERSITARIA: P. JOSÉ MARÍA FERRERO MUÑIZ, S.J.

SUBDIRECTOR ACADÉMICO: ING. JORGE DERIK LIMA PAR

SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ

SUBDIRECTOR DE GESTIÓN
GENERAL: MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 9 de noviembre 2015

Ingeniero:

Derik Lima P.

Director Académico

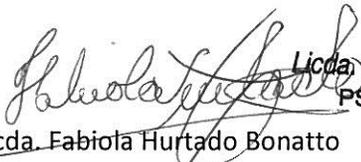
Universidad Rafael Landívar.

Respetable ingeniero Lima:

De manera atenta me dirijo a usted para comunicarle que la estudiante **ASUNCIÓN CARMELINA VELÁSQUEZ AGUILAR**, de la licenciatura en Psicología Clínica, quien se identifica con el carné **1140010**, culminó satisfactoriamente la elaboración de tesis II titulada **IDEAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO**, según los requerimientos que la Universidad solicita para terminar el trabajo de investigación.

Por lo anterior también se le solicita nombrar al revisor de fondo correspondiente para que sea evaluado el trabajo de investigación, previo a optar el grado académico de Licenciada en Psicología clínica.

Atentamente,


Licda. Fabiola Hurtado Bonatto
PSICOLOGA CLINICA
COLEGIADA No. 568

Psicóloga

Colegiada 658



Universidad
Rafael Landívar
Tradicón Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES
No. 051400-2016

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante ASUNCION CARMELINA VELÁSQUEZ AGUILAR, Carnet 11400-10 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 05732-2016 de fecha 16 de marzo de 2016, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

**"IDEAS IRRACIONALES Y AUTOCONCEPTO
(Estudio realizado con mujeres que asisten a grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer del cantón Xecaracoj, de la cabecera departamental de Quetzaltenango)"**

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 28 días del mes de marzo del año 2016.

 Universidad
Rafael Landívar
Tradicón Jesuita en Guatemala
Facultad de Humanidades
Secretaría de Facultad

Irene Ruiz Godoy

MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODÓY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar

Agradecimientos

- A Dios:** Por el don de la vida, ya que gracias a él he logrado alcanzar una meta más, dándome las fuerzas necesarias y la sabiduría para culminar con éxito esta etapa de mi vida.
- A mi Madre:** Por ser el ejemplo a seguir, y le doy gracias a ella por el esfuerzo que hizo para que siguiera adelante con mis estudios y así lograr alcanzar una meta más.
- A la Universidad:** Rafael Landívar por guiar y formar profesionales con principios y valores.
- A los Catedráticos:** Por la paciencia que han tenido y por ser parte de mi formación académica, por compartir experiencias que hoy en día son esenciales para el futuro.
- A Carlos:** Gracias por su apoyo en todo momento, nunca olvidare todo lo que ha hecho por mí, gracias por motivarme a seguir una carrera, la cual desempeñare con orgullo.

Dedicatoria

- A mi Madre:** Por estar siempre a mi lado, le agradezco sus Consejos que sin duda los llevo conmigo siempre, ya que es la mujer más luchadora que conozco y gracias a ella he sacado lo mejor de mí.
- A mi Amigo:** Carlos el cual agradezco su cariño y apoyo incondicional que a pesar de las dificultades él siempre ha estado a mi lado y nunca olvidare sus consejos que sin duda los llevare conmigo siempre.
- A mi Hija Ariela:** La cual es mi motor para seguir adelante, por quien siempre luchare y por ella quiero ser mejor día a día.
- A Rene:** Gracias por su apoyo y paciencia le agradezco porque siempre está a mi lado. Y por motivarme a seguir adelante, sé que usted desea lo mejor para mí.
- A mis Hermanos:** Los cuales están presentes en todo lo que hago, y espero ser un buen ejemplo para ellos.

Índice

	Pág.
1. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Ideas irracionales.....	7
1.1.1 Definición.....	7
1.1.2 Causa y origen.....	8
1.1.3 Características de las ideas irracionales.....	9
1.1.4 Comportamiento de la persona con ideas irracionales.....	9
1.1.5 Demandas que maneja una persona con ideas irracionales.....	10
1.1.6 Principales ideas irracionales.....	10
1.1.7 Psicoterapia en las ideas irracionales.....	11
1.2. Autoconcepto.....	13
1.2.1 Definición.....	13
1.2.2 Formación del autoconcepto.....	14
1.2.3 Elementos que intervienen en el autoconcepto.....	15
1.2.4 Autoconcepto y su relación con el autoestima.....	16
1.2.5 Autoconcepto en la mujer.....	17
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	20
2.1 Objetivos.....	21
2.1.1 Objetivo General.....	21
2.1.2 Objetivos Específicos.....	21
2.2 Variables.....	21
2.3 Definición de variables.....	21
2.3.1 Definición conceptual.....	21
2.3.2 Definición operacional.....	22
2.4 Alcances y límites.....	22
2.5 Aporte.....	22
III. MÉTODO.....	24
3.1 Sujetos.....	24

3.2	Instrumento.....	24
3.3	Procedimiento.....	25
3.4	Tipos de investigación, diseño y metodología.....	26
IV.	PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	29
V.	DISCUSIÓN.....	35
VI.	CONCLUSIONES.....	38
VII.	RECOMENDACIONES.....	39
VIII.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
IX.	ANEXOS.....	44

Resumen

A lo largo de la historia, las mujeres se han manejado con un rol específico en las labores domésticas y el cuidado de los hijos, mientras que el hombre ha debido ser el sostén del hogar. En la actualidad la mujer ha adoptado nuevos roles tales como el estudio o el trabajo fuera del hogar logrando sostenerse a sí misma y aportando económicamente. Estos cambios han provocado una alteración en la perspectiva que ella tiene de sí misma y del rol que le toca desempeñar. A partir de esto surgen diversas ideas irracionales que pueden llegar a afectar su autoconcepto, limitando en ellas las oportunidades de desarrollo y realización.

El objetivo de esta investigación es establecer las ideas irracionales que obtienen mayor ponderación y la relación de las mismas con el autoconcepto de la mujer, misma que se realizó en el área rural de Quetzaltenango.

Se presentaron diez ideas irracionales y se estableció que cuatro de ellas resaltaron siendo estas: culpabilidad, dependencia, evitación de problemas e irresponsabilidad emocional, determinándose también que estas influyen en algunas áreas del autoconcepto tales como: la social, la emocional, y la familiar. De la misma manera se demostró que hay una apreciación en dos áreas del autoconcepto que son: físico y laboral.

Para determinar lo anterior se utilizaron las pruebas psicométricas: el cuestionario de creencias irracionales y la prueba AF5. Se trabajó con una población universal de 50 mujeres comprendidas entre 20 y 45 años de edad, católicas que viven en el cantón de Xecaracoj.

I. INTRODUCCIÓN

Las ideas irracionales son un arquetipo en donde las personas obtienen auto sufrimiento, se estableció de forma científica hasta que el Dr. Albert Ellis las categorizo en su teoría. Cada una surge de la vida diaria, por herencia, patrones de crianza o la forma de residencia de los individuos. Las ideas irracionales son manejadas tanto por hombres como por mujeres.

La presente investigación se centra en las mujeres del área rural ya que a lo largo de la historia, se ven rezagadas por el estado, privilegiando al hombre, en donde el dañar o valorar a la mujer se logra a través de palabras que pueden ser tan poderosas para sanar o dañar. En la actualidad algunas mujeres están expuestas a cualquier tipo de violencia, en su mayoría psicológica, la cual destruye la forma de sentir, pensar y actuar, por lo tanto, ellas pueden llegar a sentir denigración que afecta el autoconcepto, por lo mismo, obtienen dificultad para desenvolverse en la sociedad.

La mujer a la que su pareja le ha cubierto sus necesidades materiales y no ha tenido la posibilidad de valerse por sí misma, encuentra dificultad para salir adelante, debido a que tiene presente ideas irracionales, como: “no sirvo para nada”, “no soy una mujer de verdad”, “no valgo porque soy mujer” y otras., estos son algunos ejemplos de pensamientos que pueden rodear a una fémina.

La sociedad ha avanzado lentamente en lo correspondiente a los derechos de la mujer. En la actualidad existen leyes para protegerlas. Por fortuna hay instituciones que trabajan por y para las mujeres, como lo es la Oficina Municipal de la Mujer, en donde se realiza un trabajo multidisciplinario que abarca desde el derecho y el trabajo social hasta capacitaciones en artes y oficios, los cuales van acorde al agrado de cada mujer y de la mano de la correspondiente atención psicológica.

Este trabajo de investigación surge porque hay mujeres que han sufrido algún tipo de violencia y muchas veces no hay una separación por el motivo que no creen poder sostenerse por sí mismas, ya que muchas de ellas han vivido en una familia donde el hombre es el sostén

del hogar. A sí mismo la Oficina Municipal de la Mujer las asiste en clínicas en donde se les acompaña para que recuperen una salud mental que les permita desenvolverse de manera activa en su comunidad, enseñándoles un oficio en el cual ellas puedan sentirse productivas. Para la investigación, se utilizó el manual de creencias irracionales y la prueba AF5, a través de las cuales se especifica la incidencia de ideas irracionales en el autoconcepto de la mujer, establecer las ideas irracionales que obtienen mayor ponderación de las mujeres que asisten al grupo de capacitación. De la misma manera determinar la influencia de ideas irracionales en el autoconcepto en los ámbitos importantes, como: el familiar, social, emocional, físico y laboral.

A continuación, se presentan algunas investigaciones previas al tema:

Florido (2005) en la tesis titulada Manejo de ideas irracionales en un paciente diagnosticado con depresión y la incidencia en su inestabilidad laboral, indica que el objetivo de la investigación fue determinar las ideas irracionales presentes en un paciente con síntomas depresivos. Se contó con una muestra de un paciente masculino de 25 años de edad, el cuál era el mayor de cinco hermanos y fue diagnosticado con trastorno depresivo recurrente. La investigación es de tipo cualitativa y fue realizada en una clínica privada. Se utilizó el instrumento de entrevista y cuadro de cotejo. La conclusión a la que se llegó a través de un proceso terapéutico y varias entrevistas, se encontraron ideas irracionales a nivel personal y laboral. Esta situación causaba estados manifiestos de depresión. Se recomendó continuar con el uso de las propuestas de Ellis para el manejo de los trastornos depresivos; además, se sugirió terapia racional emotiva conductual, en la cual el aprendizaje y manejo adecuado es importante.

Gasca e Iglesias (2011) en el artículo titulado Ideas irracionales y padecimientos psicológicos, análisis en perpetradores y receptores de violencia de pareja, que aparece en la revista Psicopatología clínica, legal y forense, N. 83-99, del mes de junio, explica el problema de violencia conyugal como algo que se extiende a nivel mundial, hasta llegar a ser considerado como un gran problema de salud. Establece las ideas irracionales como el predominante en ese tipo de relación de pareja. Es una situación que puede llegar a producirse en cualquier lugar, sin importar el nivel social y cultural. Algunas de las graves consecuencias de la violencia conyugal es la ansiedad, depresión, conducta suicida. También el estrés postraumático, que es

conocido como un conjunto de síntomas que conlleva la exposición a un acontecimiento traumático. Las ideas irracionales son manejadas tanto por mujeres como por hombres, debido a que ambos están expuestos a la violencia en pareja.

Barrios (2011) en la tesis titulada Ideas irracionales comúnmente concebidas por adolescentes varones, indica que el objetivo de la investigación fue determinar las ideas irracionales comúnmente concebidas por adolescentes varones de 15 a 17 años de edad. Se contó con una muestra de 170 sujetos, de población total de cuarto y quinto diversificado. Es una investigación descriptiva que incluyó a los estudiantes de sexo masculino del Instituto Normal para Varones del Occidente INVO de Quetzaltenango. Se utilizó como instrumento el inventario de ideas irracionales para jóvenes. La conclusión a la que llegó es que sí existe una vulnerabilidad significativa hacia las ideas irracionales que manejan esta población debido a la influencia de la sociedad, familia y cultura. Los jóvenes se ven en la obligación de cumplir ciertas normas para su aceptación en algún grupo lo que perpetúa la creación de ideas irracionales. Se recomendó que en los centros de estudio se realicen capacitaciones dirigidas hacia los padres, para eliminar y prevenir ideas irracionales en un nivel cultural, además, que los docentes se capaciten sobre el conocimiento de este tema, cómo se forma y las consecuencias que traen en el desenvolvimiento y planes a futuro de la persona.

Alcerró (2012) en la tesis titulada Ideas irracionales provocadora de ira y enojo en mujeres mayores de edades solteras y casadas, indica que el objetivo de la investigación fue establecer las ideas irracionales provocadoras de ira y enojo en mujeres casadas y solteras. Se contó con una muestra de 6 mujeres solteras y 6 mujeres casadas, con un tipo de investigación mixta, en la ciudad de Guatemala. Se Utilizó instrumentos de escala de Likert, con 15 preguntas, y STAY 2, el que mide la expresión, experiencia y control de ira. Se concluye que todas las personas se ven afectadas por los problemas actuales, que pueden tener consecuencias colaterales en el área laboral, familiar y social. Se recomienda que las mujeres que formaron parte de esta investigación tengan acceso a terapia psicológica, con el objetivo de poder identificar sus problemas más relevantes, también que cada una pueda dirigirse hacia un profesional de la salud mental, para aplicar una técnica adecuada a su padecimiento.

Iglesias (2012) en la tesis titulada *Violencia doméstica, ideas irracionales y padecimientos psicológicos*, indica que el objetivo de la investigación fue establecer la relación entre la violencia y la presencia de padecimientos psicológicos. Contó con una muestra de 51 hombres generadores y 56 mujeres receptoras de violencia en pareja, en edades comprendidas de 17 a 67 años de edad. Fue un tipo de investigación correlacional y se realizó en la ciudad de México. El instrumento utilizado fue el perfil de ideas irracionales planteadas por Albert Ellis. Se concluye que la violencia entre la pareja puede ocurrir entre hombres y mujeres, principalmente en edades de 35 años, sin embargo, es menos frecuente si las parejas mantienen un vínculo afectivo. Como recomendación sugiere tener presente las ideas irracionales que se relacionan con la presencia de padecimientos psicológicos en las personas, como la depresión o la ansiedad.

Davis, Macky y Eshelman (s/f) en el artículo titulado *Técnicas de autocontrol emocional, rechazo de ideas irracionales*, publicado en la revista *Movilización educativa*, N. 10, del mes de agosto, comentan que en esta técnica se observa claramente el lenguaje y diálogo del sujeto si se basa o no, en un aspecto real. Esto puede producir estrés y algún tipo de trastornos emocionales en el sujeto. Para convertir todas las ideas se puede usar el proceso de Ellis, cuya prioridad es poder atacar las ideas o creencias irracionales. Así mismo, se sustituyen afirmaciones de acuerdo con la realidad de la vida. Las ideas irracionales se adquieren por personas cercanas o por el mismo sujeto según su forma de ver la vida. En la parte práctica, dicha técnica llega a incluir un registro de opiniones que pone de manifiesto las ideas irracionales de la persona, también una lista de ideas frecuentes alejadas de la realidad, un pensamiento racional y por último, técnicas referidas a estas, y se provee una guía práctica para reflexionar y analizar los pensamientos y actos del individuo.

Saíto (2005) en la tesis titulada *Autoconcepto en mujeres rurales de dos comunidades que recibieron acciones afirmativas en el área de Petén*, indica que el objetivo de la investigación fue determinar cómo está el autoconcepto en las mujeres que pertenecen a las concesiones forestales del área, que recibieron acciones afirmativas y específicas orientadas a disminuir la inequidad de género. Para ello se contó con una muestra de 30 mujeres, entre las edades de 24 a 40 años. Fue un tipo de investigación *Ex Post Factum*, en las concesiones forestales del área

rural de Árbol Verde, Petén. El instrumento utilizado fue el cuestionario de autoconcepto (AF-5), el cual evalúa los factores académicos sociales, laborales, familiares y físicos. Se concluye que las acciones afirmativas no han llegado al nivel cognoscitivo que mueve un impacto que da a mostrar una diferencia válida en el autoconcepto de la mujer, con las que sí han recibido acciones y con aquellas que no las han recibido, por lo tanto no mostró una diferencia válida en el autoconcepto de las mujeres. Se recomienda la restructuración de las acciones afirmativas, las cuales son las que permiten llegar a cada persona a un grado cognoscitivo para elevar los resultados del autoconcepto.

Canales (2006) en la tesis titulada Diferencias en el autoconcepto entre las mujeres que trabajan y que no trabajan, cuyo objetivo fue identificar las diferencias que existen entre el autoconcepto que tienen las mujeres guatemaltecas que laboran y aquellas que no. Contó con una muestra de cuatro mujeres, dos ladinas y dos indígenas. Entre edades de 25 a 30 años, casadas. Fue un tipo de investigación de diseño descriptivo cualitativo y se realizó en diferentes lugares de Guatemala. El instrumento utilizado fue el test de autoconcepto (AF5), se concluye que la mujer indígena trabajadora tienen un autoconcepto bajo. Esto se debe a que tiene una insatisfacción en los roles que ejecuta, y además, influye la desvalorización por parte de su pareja. Por otro lado, referente a la mujer ladina posee un autoconcepto fuerte basado en la satisfacción por el trabajo que realiza con el apoyo de su pareja y familia. Se recomienda tomar en cuenta a la mujer guatemalteca, tanto indígena como ladina y dar oportunidades laborales a las mujeres de diferentes etnias. Por último, se sugiere valorizar la gran diferencia que hay entre las mujeres que laboran y las que no laboran.

Hernández (2007) en la tesis titulada Autoconcepto de mujeres víctimas de violencia doméstica, cuyo objetivo fue determinar el paso ideal para prevenir la violencia doméstica en la educación de los jóvenes en la edad de la pubertad. Contó con una muestra de 20 mujeres y fue un tipo de investigación Ex Post Factum, realizada en el Hogar Nuevos Horizontes de Quetzaltenango. El instrumento utilizado fue el test K 72 de autoestima, el cual mide el grado de introversión y extroversión en una forma específica. Se concluye que la violencia doméstica provoca bajo autoconcepto en las mujeres maltratadas. Como recomendación se plantea que es necesaria la prevención de violencia, ya que es la solución más importante. El

prevenir la violencia tiene que estar a cargo de las escuelas y de los padres de familia. En cuanto al aspecto legal, se debe tipificar la violencia doméstica como un delito grave y contar con castigos acordes.

Arroyo (2008) en la tesis titulada Autoconcepto en mujeres dependientes, familiares de alcohólicos, uno de los objetivos fue determinar autoconcepto en mujeres dependientes con un integrante del núcleo familiar que consume alcohol y cómo les afecta directamente. Se contó con una muestra de 60 personas, entre las edades 26 a los 65 años, asistentes al grupo dependientes anónimos (CODA). Fue un tipo de investigación EX Post Factum y se realizó en Villa Nueva, en el departamento de Guatemala. El instrumento utilizado fue el cuestionario de autoconcepto forma 5 (AF5), que cuenta con seis ítems y cada uno se compone de cinco dimensiones. Se concluye que existe una diferencia estadística, en el autoconcepto del área académico laboral entre las mujeres dependientes de familiares alcohólicos que asisten al grupo, y quienes no asisten. Se refleja cómo perciben el trabajo realizado y sus relaciones sociales. Estas se vieron afectadas por una comunicación baja y manejo de creencias irracionales de sí mismas y de los demás. En cuanto a la familia ellas no tienen apoyo porque el problema surge desde el hogar. Como recomendación es importante la aplicación de talleres para fortalecer el área social de la persona, así mismo asistir a grupos de autoayuda, donde se construya el área emocional.

Gálvez (2014) en la tesis titulada El autoconcepto un estudio comparativo en mujeres menopáusicas y no menopáusicas, plantea como objetivo determinar si el autoconcepto varía en mujeres en estas condiciones. Para ello contó con una muestra de 25 mujeres en la etapa menopáusica, entre las edades de 40 a 55 años; y 25 mujeres que no se encuentran en dicha situación, entre las edades de 25 a 39 años. Fue una investigación descriptiva comparativa y se llevó a cabo en un centro de salud de la ciudad de Guatemala. El instrumento utilizado fue el test de autoconcepto forma AF-5; el cual evalúa los factores académico social, laboral, familiar y físico. Se concluyó que no hay diferencia estadísticamente significativa entre los resultados obtenidos. Como recomendación, dar pláticas y orientaciones en los centros de salud pública sobre la menopausia.

López y Gonzales (s/f) en el artículo titulado El autoconcepto en hombres y mujeres mexicanos, publicado en la revista ciencias humanas y de la conducta, N. 1-5, del mes junio, establece que se ha encontrado estructura mental en el ecosistema, cultura y edad, particularmente en base en el sexo de las personas. A pesar de los grandes cambios que se viven en la sociedad, se ha mostrado el autoconcepto como algo muy importante en los seres humanos especialmente en los diferentes comportamientos. Todo esto forma parte de la constitución de autoconcepto, autoimagen y la responsabilidad de cada uno. Por lo tanto, marca la percepción que tengan los demás, en lo social y religioso.

1.1 Ideas irracionales

1.1.1 Definición

Santos (2006) define que existen formas de pensar y actuar, que proceden como dogmas destructivos sobre la vida propia y psíquica de la persona. Estos dogmas son los que bloquean el desarrollo emocional del ser humano y son llamados ideas, creencias o pensamientos irracionales, debido a que la mayoría de veces las personas maneja ideas que son incoherentes y que afectan su estado mental, emocional y como consecuencia generan conductas inseguras en el sujeto.

Minchinton (2009) indica que son varias las ideas irracionales que influyen en la forma de ser de una persona debido a que se comportan de una manera sana psicológicamente. En su mayoría, las creencias irracionales se dan a conocer a través de la autoestima, ya que el sujeto lo manifiesta en la conducta, sentir y pensamientos, y es lo que da a conocer a otras personas del cómo se sienten interiormente. Las creencias irracionales nacen de las mismas relaciones y de las ideas falsas. Estas ideas tienen un efecto fuerte sobre la persona y sobre todas las facetas de su vida, ya que muchas veces actúan de acuerdo a su forma de pensar sin darse cuenta que se activa de una manera irracional.

Es importante que la persona que tenga creencias irracionales pueda reemplazarlas por otras con el objetivo de reforzar su autoestima. Ya que las ideas racionales o irracionales llegan a

compartir el significado, debido a que ambas son las que evalúan los sucesos reales y pueden estar presentes simultáneamente en la persona.

1.1.2 Causas y orígenes

Benesch (2009) establece que las ideas irracionales provienen mayormente de la propia familia y de la sociedad a la que el individuo pertenece, ya que hay personas que manejan ideas irracionales como algo que se acopla a su vida. Por lo regular, son individuos que mantienen este tipo de creencias de la vida que las defienden dogmáticamente y son las que provocan perturbaciones cognitivas y conductuales. Por lo mismo, Albert Ellis creó la terapia racional emotiva (TRE), la cual posee un enfoque conductual. Es un método usado con el fin de lograr modificar los núcleos cognitivos disfuncionales, descubrir las irracionalidades que subyacen a los estados de perturbación psicológica y con el mismo poder restablecer emociones.

Cuando una persona posee algún pensamiento irracional es importante averiguar cuál es el origen del mismo, debido a que la mayoría de ellos siempre tienen un significado. Existe la probabilidad que provenga desde la infancia o por algún suceso por el que el sujeto haya pasado en alguna etapa de su vida. Por lo mismo la terapia racional emotiva considera al ser humano como un organismo complejo con una fuerte tendencia a establecer metas, propósitos y tratar de conseguirlos. La TRE de Albert nos propone el cuadro del ABC el cual A es el evento activante, B la interpretación, y C es la conducta. Tal como se explica en la siguiente tabla.

Tabla 1
El modelo A-B-C y su interpretación

A	B	C
Es la situación por la cual el sujeto pasa y si la experiencia vivida activa algo	Es cómo la persona interpreta la situación a partir del sistema de creencias o pensamientos, será el resultado	Es la conducta o la consecuencia emocional que causa el evento activamente.

Fuente: creación propia

1.1.3. Características de las ideas irracionales

Almasa (2007) indica que el manejo de las ideas irracionales que poseen las personas por lo general son las demandas que hacen a sí mismos, a otros o a las condiciones de vida.

Estas demandas son evaluadas en su mayoría por personas que manejan ideas irracionales o las llegaron a utilizar. El ser humano, en primer lugar, se demanda a sí mismo con acciones que van dirigidas hacia el gusto de alguien más, con el objeto de poder obtener la aprobación de las personas importantes para él. La segunda demanda, se refiere a cuando el individuo espera algo de otra persona. La tercera es aquella dirigida al mundo o las condiciones de vida, y es formada por las circunstancias de existencia de la persona.

La persona que maneja ideas irracionales ve su estado de vida y se cuestiona así misma de una forma inadecuada. Esta piensa que deben vivir como ella cree o se merecen, sin analizar su situación económica o social. Si su vida real no es igual a la ideal, entra en un estado de frustración y una indignación de carencia de su aceptación.

1.1.4. Comportamiento de las personas con ideas irracionales

Chertok (2006) establece que el comportamiento de la persona es consecuencia de las ideas irracionales que maneja, debido a que ella aprende a establecer una respuesta que le permita evitar algún evento incómodo y es lo que hace que en ocasiones se refuerce lo negativo de alguna conducta. Una vez que la conducta se consolida puede repetir alguna de las situaciones sin pensarlo, por ejemplo, el conductor al frenar un vehículo lo hace de forma automática, situación similar se da con el suceso de repugnancia, debido a que evoca una conducta para un escape ya aprendido. Así mismo, las ideas están controladas por las consecuencias, de modo que omite ciertas situaciones gracias al reforzamiento y el castigo.

En las ideas irracionales, se crea un problema cuando se da una situación que causa una tensión no placentera. Como resultado a la persona le interesa eliminar la misma y sustituye el valor de lo ocurrido. Al sujeto le gusta sentir que sus acciones son coherentes, por lo tanto, cree que sus distintas ideas y actitudes son parte normal de sus actos y comportamiento. En la actualidad, hay muchas personas que tienen ideas irracionales, pero algunas las manejan de

una forma diferente que les parecen normales debido al ambiente en el que se desenvuelven o a la forma de crianza.

1.1.5. Demandas que maneja una persona con ideas irracionales

Muñoz (2005) establece que las ideas, racionales e irracionales, llegan a compartir un significado; ambas provienen de acontecimientos y sucesos reales. Sin embargo, estas no generan los mismos sentimientos o consecuencias. Por lo tanto, sostiene que las ideas irracionales guardan algunas características:

- No son lógicas.
- Dan el lugar a emociones psicopatológicas.
- No son realistas.
- Son absolutistas y dogmáticas.
- No ayudan a obtener las metas deseadas.

Cada una de las ideas posee un diferente manejo, debido al uso de diferentes parámetros para separar las ideas irracionales de las racionales. En su momento, el mismo Ellis fue el que comentó que las ideas irracionales se pueden identificar a través de las expresiones “tendrías” y “deberías.” Las características presentadas anteriormente, son manejadas por muchas personas que desconocen el significado de cada una de ellas. Las usan inconscientemente, pero dan resultado en sus acciones.

Ante la necesidad de comprender las ideas irracionales, que logran causar y mantener las emociones, Ellis (como se citó en Muñoz, 2005), prefiere algunos aspectos ilógicos e irracionales presentes en la sociedad occidental y que parecen ser los que llevan a situaciones tales como una neurosis generalizada. Estas ideas pueden ser vistas de una manera diferente. Por lo cual, la siguiente lista no llega a significar que sea un definitivo como tampoco parcial; más bien construyen una de las posibles aproximaciones en agrupaciones.

1.1.6 Principales ideas irracionales

Ellis (como se citó en Muñoz 2005), proponen las 11 ideas irracionales descritas a continuación:

- Para que la persona se sienta valiosa con sí misma; debe ser competente, autosuficiente y capaz de lograr cualquier cosa.
- Algunas personas son malvadas e infames, por lo tanto merecen un castigo de forma severa.
- La desgracia humana tiene su origen en situaciones extremas y se tiene poca capacidad para poder controlar o cambiar los sentimientos.
- La persona adulta debe ser amada y aceptada por todas las personas que son importantes para ella.
- Es terrible y catastrófico que las cosas no vayan en el sentido que la persona desea.
- Si alguna situación es peligrosa o terrible, se deberá sentir preocupada ante la posibilidad de que pueda ocurrir algo.
- Se debe depender de los demás, por lo tanto, necesitan confiar en alguien más fuerte.
- Es más fácil evitar responsabilidades y dificultades en la vida. Por lo tanto, deben ser asumidas por un tercero.
- El pasado de la persona es el que establece la conducta actual. Por lo tanto, algo que le ocurrió antes le afectará toda su vida.
- Se debe preocupar por los problemas y situaciones que pasan en la vida de los demás.
- Es inevitable encontrar una solución precisa, correcta y estatal a los problemas.

Ellis formuló varias hipótesis para cada una de estas ideas y las fundamentó en la realidad empírica. Por lo tanto, en el conocimiento científico, que debate para una consistencia real que guarda cada idea y es evidencia que no son más que ideas erróneas, que se puedan cambiar y así mismo generar nuevas emociones y conductas.

1.1.7 Psicoterapia en las ideas irracionales

Alonzo (2013) establece la psicoterapia como base de la razón, debido a que algunas personas manejan ideas irracionales y hacen de su vida una dificultad., esto no se logra a través de canales domésticos, habituales o culturales, por lo general, estas conductas hacen de la vida de la persona una gravedad. Por ello debe acudir a un profesional, el experto de la salud mental es el último recurso que utiliza una persona después de los esfuerzos para cambiar situaciones y conductas. Fernández (como se citó en Alonzo, 2013) dice que algunas

psicoterapias son ingeniosas y poco convencionales, debido a que el proceso terapéutico es interpersonal, pues en la realidad la psicoterapia tiene la forma de una relación personal. Por lo tanto, se da en vivo y en directo entre el paciente y el terapeuta.

Una terapia es importante debido a que se logran cambios de pensamientos en la persona y por lo tanto no puede ser por medios telemáticos, ya que no es funcional porque no existe un acuerdo general a la alianza terapéutica. Es decir, la calidad de comunicación no es igual a una sesión terapéutica donde está presente el terapeuta y el paciente. La mayoría de veces es importante buscar ayuda terapéutica para modificar pensamientos que afectan la conducta humana, y una de ellas es el manejo de ideas irracionales. También se indica que la psicoterapia se desarrolla en un contexto profesional, es decir, que la relación personal es asimétrica, como también las técnicas y procedimientos que se usan. Por lo tanto, no se puede confundir la terapia como una relación de amistad, debido a que las relaciones asimétricas se limitan a la información o a un buen consejo.

Una psicoterapia empieza en el momento en que el sujeto da suficiente información de historias en las que él cree que ha fracasado o ha sufrido. La misión del psicoterapeuta es generar cambios en el manejo de pensamientos, independientemente de la técnica que se aplique. Sin duda alguna, se debería desterrar la palabra “paciente” de la psicoterapia por varias razones. Una de ellas es porque personas que solo llegan a una consulta, la cual es diferente a la que llega a solicitar el cambio y la que está más afectada por el problema. Pero algunos acuden a consulta por síntomas diferentes a los demás. Es importante que el sujeto se vea a sí mismo como agente y no paciente, tanto de su problema como de las soluciones del mismo.

Por otro lado, el terapeuta no puede ser cualquier sujeto, debido que la psicoterapia es una actividad intelectual y emocionalmente costosa. En una sesión es preferible que el terapeuta no maneje ideas irracionales y que tenga menos problemas que su consultante, debe ser emocionalmente estable. Es necesario que sea capaz de mantener una postura, que no exagere en alegría ni tampoco se dejen caer por fracasos, ni en la terapia ni en la vida personal.

1.2. Autoconcepto

1.2.1. Definición

Gómez (2006) define autoconcepto como una imagen clara que la persona tiene de sí misma y como una valoración de su personalidad, en donde se consideren los juicios correspondientes, y de la misma manera el aprecio hacia otros, ya sea por sus cualidades físicas, intelectuales y sociales, o por su oposición respecto a las actividades que tienen valor en el medio en el que ejercen. Es decir, es una actitud que está frecuentemente sesgada respecto a sí mismo. La capacidad para reconocerse interiormente es muy importante ya que la mayoría de personas no la poseen. No tienen el sentido del yo como ser independientes y distinto de los otros, no tienen un claro reflejo en la capacidad para reconocerse a sí mismo, es decir, en la capacidad de autorreconocimiento.

Peña (2008) establece el autoconcepto como la propia percepción de la persona, por tanto, es el conjunto de presentaciones que tiene de sí, que incluye diversas dimensiones tales: como físicas, sociales, emocionales, morales y psicológicas. En la configuración del autoconcepto las otras personas juegan un protagonismo importante, ya que este se genera a partir de las propias expectativas y de la imagen que ven en los demás. En la formación del autoconcepto son fundamentales dos dimensiones: la estabilidad emocional y la valoración positiva de la imagen que el sujeto tiene de sí mismo.

La doble función que el autoconcepto tiene en la persona que organiza las propias experiencias y facilita la predicción de la conducta y todo aquello relacionado con la sociedad donde participa. El autoconcepto permite sentir la necesidad de pertenencia y el esfuerzo por lograr mantener una imagen segura, fiable, cohesionada y positiva con la que pueda sentirse a gusto y satisfecho. También requiere de una valoración positiva y de autoestima. Algunos autores comentan que es necesario que el individuo empiece a formar su autoconcepto desde la adolescencia y adoptar una imagen segura, estimada por sí mismo y por las personas que lo rodean. Ambos aspectos son los que favorecen el bienestar psicológico y social.

Los aspectos fundamentales del autoconcepto establecen que la identidad del individuo es un proceso psicosocial. Si esto se da en la fase de moratoria causa la aparición de dificultades para las personas superdotadas; ya que frecuentemente manifiestan ansiedad y temor ante las decisiones que se les presentan en la vida (académicas, profesionales y familiares).

La disfunción de identidad, según Erickson, supone una dolorosa consciencia de las discapacidades que existen en la propia autoimagen y en la imagen ante los ojos de las demás personas. La fase de difusión de identidad puede verse intensificada al no tener un grupo de iguales que tengan las mismas características y cualidades, causa la presencia de obstáculos al asumir su yo adulto.

Otro problema es la construcción de una identidad negativa; es decir, la que está basada en identificar y ver los comportamientos que durante algunas fases del desarrollo se han mostrado como menos aconsejables. Esto puede traer un comportamiento antisocial o aislamiento social. En el autoconcepto se destacan tres características esenciales, la primera no es innata ya que se va formando con la experiencia y la imagen proyectada o percibida en los otros, algo muy importante depende del lenguaje simbólico. La segunda es un todo organizado, el sujeto tiende a ignorar lo que percibe de él mismo, y por último es dinámica porque puede modificarse con nuevos datos provenientes de una interpretación de la propia personalidad o de juicios externos.

1.2.2. Formación del autoconcepto

Soler y Conangla (2013) establecen que las creencias acerca de “quiénes y cómo son” las personas, son parte de los mensajes recibidos sobre ellas mismas de los padres, familiares, educadores, amigos, conocidos, y de las experiencias propias además, la comparación con modelos y conductas que se encuentran alrededor. Así se construye el autoconcepto, depende de las piezas que se coloquen, una de estas es la autoestima, porque cede el conocimiento de los materiales que conforman y dan el valor a la persona.

No es posible querer nada que se desconozca o se infravalore. Por ello, lo más importante es que la persona sepa cuáles son sus cualidades para sacar provecho de ellas, esto es un gran

beneficio, ya que sabrá en dónde es autosuficiente o no, y cómo manejarlo de una manera estable.

El sujeto debe expresar qué quiere ser, luego debe actuar según lo que ha descubierto, en esto influye la valoración de terceros, debido a que constituye una fuente decisiva en la formación del autoconcepto. Sin embargo, también existen procesos internos que contribuyen de una manera determinada en la formación; por lo mismo, es la propia persona la que construye el significado de las cosas a partir de su realidad. El sujeto orienta su conducta en función a las cosas que significan para él, o para su vida. Por medio de la interacción se configura como consecuencia la interacción social, y es donde el sujeto actúa en respuesta de los demás.

Se configura el concepto de sí mismo, como la capacidad de poder observar, responder y así orientar la conducta a través de la reflexión. La interpretación, a partir del significado que tienen las situaciones para la persona, es activada por otras personas y es consecuencia de organizar actitudes y cogniciones. El interaccionismo simbólico constituyó la principal escuela de la psicología social, su principal aporte constituye el proceso de formación del autoconcepto, debido a que su enfoque es de carácter humanista e interpretativo. Desde entonces se da a entender que la organización y el contenido del autoconcepto es un reflejo de la sociedad, y que la persona representa diferentes papeles según las situaciones que vive y las impresiones que da a los demás sobre sí misma.

1.2.3. Elementos que intervienen en el autoconcepto

Gan y Trigine (2006) establecen que los elementos o componentes fundamentales del autoconcepto pueden estar basados en áreas importantes, especialmente en cómo el individuo se ve a sí mismo, lo cual se encuentra determinado por aquellas cualidades mencionadas al describirse e involucra percepciones conscientes o sucesos vividos. Los autores señalan las siguientes características especiales:

- Características físicas: Se refiere a la imagen que se percibe de la propia persona; a la concepción al verse al espejo e inclusive, las características que los describen.
- Identidades sociales: Habla sobre el resultado de las relaciones interpersonales con los demás individuos que los rodean en los diferentes entornos.

- Atributos personales: Cualidades internas de la persona al describirse.
- Algunos elementos afectivos del autoconcepto: Se refieren al grado de valoración. Hace énfasis en aspectos positivos y negativos que resultan en una emoción agradable o desagradable hacia sí mismos.

Según Coopersmith (como se citó en Gan y Trigine, 2006) la autoestima y el autoconcepto son los que desempeñan un papel muy importante en la vida de los sujetos los éxitos y los fracasos, la satisfacción y el bienestar psíquico, así como tener el autoconcepto y autoestima positiva es de mayor importancia para la vida personal, social y profesional. Ya que el autoconcepto favorece el sentido de la identidad y constituye un marco de referencias desde la realidad externa y las propias experiencias. De manera general, un alto autoconcepto está vinculado con una imagen correcta y sin conflictos de sí mismos. También menciona que es importante la autoestima porque si la persona se percibe como buena, tendrá más confianza en mí mismo, provocando seguridad y aprobación.

Más tarde Bonet 1990, (como se citó en Gan y Trigine, 2006) reajusta las cualidades o rasgos característicos de la persona que se estima a sí misma. Este es un individuo empático con las demás personas, interesante y útil en el medio en el que convive. Sabe identificar las necesidades que los demás tienen y por lo tanto no es un personaje manipulable.

1.2.4. Autoconcepto y su relación con la autoestima

Wiemann (2009) establece que el autoconcepto es la forma en que se piensa de sí mismo, en donde se reconocen habilidades físicas, mentales, defectos y emociones. Se debe establecer el concepto propio, es decir, no cambiarlo drásticamente en un corto período de tiempo. La autoestima influye en lo que se piensa y permite reflexionar sobre expectativas u objetivos. Al interactuar con los demás, se dan a conocer aspectos propios. Tanto autoconcepto como autoestima son una combinación de la personalidad, por lo tanto, la persona los mezcla de manera positiva al presentarse ante los demás. La autoestima es un concepto de gran popularidad, por otro lado la mayoría de personas desconocen el significado del autoconcepto en comparación con esta.

Existen tres etapas fundamentales en la vida de la persona para formar autoestima y autoconcepto. La primera es la infancia, etapa fundamental para el individuo porque ve a los demás como un espejo y se acomoda a lo que las otras personas esperan de él. El niño ve expectativas positivas o negativas de los terceros que lo rodean y determinan su autoconcepto y autoestima, ve los ejemplos que le dan, sin importar si son buenos o malos. La segunda etapa es la adolescencia, donde el autoconcepto se relaciona más con criterios externos del sujeto; va ajustándose a la valoración de los demás y adquiere una visión de contraste (infravaloración, superación y comparación). Por último, la tercera etapa es la madurez; cuando la persona se ha aceptado a sí misma.

La autoestima se refiere al valor que la persona le otorga a su yo; se establece en la valoración a su propio concepto y lo que siente ser. La mayoría de personas alcanzan un buen nivel de autoestima cuando ellas se valoran adecuadamente. La misma no debe de ir acompañada de una comparación con otros, ni con el yo ideal, sino como un punto clave para estimar el yo real (lo que es la persona en la realidad), y abandonar los prejuicios. El sujeto debe dejarse llevar por lo que siente que es en realidad, lo que lo hace sentir cómodo en su entorno, sin aceptar las influencias de los demás y aceptando las críticas que otros le hacen.

Los principales enfoques para mejorar la autoestima y el autoconcepto son:

- Mejorar las relaciones personales.
- Tener confianza en uno mismo.
- Aumentar la prosperidad personal.
- Mejorar las competencias, especialmente en el ámbito laboral.
- Agudizar la consciencia.
- Tener una mejor salud.
- Calidad de vida; especialmente en los ámbitos laboral, social y personal.

1.2.5. Autoconcepto en la mujer

Cox (2008) establece el autoconcepto como la base principal de la mujer, aparte de la autoestima en muchas ocasiones, este puede llegar a variar por diversas razones, lo cual genera que la mujer se sienta indignada, incapaz o que no se valore a sí misma. El autoconcepto es

diferente en cada mujer y depende de su estatus social, laboral, físico, familiar y psicológico. Uno de los principales problemas que causa un desequilibrio en la salud mental es el estado físico, ya que es la percepción que se tiene de sí misma. Debido a que se encuentra entrelazado con la noción de autovalorarse y autoestimarse, estas pueden vincularse con la forma en la que se ve a sí misma dentro de su cuerpo.

Si la persona tiene un autoconcepto físico positivo esto colabora en el desarrollo de una autoestima global. Si la mujer maneja un autoconcepto físico alto, puede llegar a creerse competente en el trabajo, la familia y en las relaciones sociales, como consecuencia se sentirá segura de sí misma y se permitirá desenvolverse mejor ante los demás. En cuanto a lo familiar y psicológico, provienen de la ayuda que la propia familia le da a la persona, debido a que en la familia la mujer empieza a sentirse segura de sus habilidades y cualidades. Aunque muchas veces la mujer con un autoconcepto social bajo puede encontrar dificultades para comunicarse con los demás por el miedo al rechazo. Esto puede tener origen en su infancia, en la cual sus cuidadores nunca le prestaron la atención necesaria y de la misma manera el colegio. Y como consecuencia en la etapa adulta exista miedo a relacionarse con las demás personas.

Las mujeres del área rural o urbana, que no manejan un autoconcepto estable pueden haber vivido maltrato familiar desde su niñez o en su matrimonio. Teniendo como consecuencia un autoconcepto y autoestima bajos.

En conclusión, las ideas irracionales son descritas como el autosufrimiento humano, ya que destruyen la psique y en ocasiones suele ser para siempre. Un pensamiento puede llegar a dirigir la vida y estar presente en cada decisión, por pequeña que sea, y lograr afectar cada sentimiento y conducta. Por lo regular en las mujeres causan diferentes prejuicios, lo cual limita las actividades de su vida cotidiana, desde ser parte de una familia hasta como un miembro activo en la sociedad. El autoconcepto tiene el liderazgo en la personalidad ya que configura el pensar, sentir y actuar, en base a las experiencias propias de los individuos durante su desarrollo razonable, tanto físico como emocional, y a las características propias (habilidades, debilidades y fortalezas). El no tener un crecimiento sano emocional tiene

consecuencias al percibirse a sí misma como inútil, incapaz y peor aún, un rechazo a lo que es como un ser humano.

Una idea irracional se desarrolla desde edades tempranas teniendo algunas consecuencias, no sólo en la sociedad, sino en su desarrollo psicológico. En este se interioriza la percepción de sí misma y provoca un pensamiento inadecuado sobre su evolución e interacción en el medio. Debido a una irracionalidad presente en la psique de la fémina, dejando daños en la percepción propia que afectará su participación social, laboral y familiar.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se perciben problemas sociales incluyendo la violencia, delincuencia y falta de igualdad de género además, son muchas las culturas que tienen una percepción distorsionada sobre la mujer llevándolas a la discriminación, violencia intrafamiliar, desigualdad, desprecios y otra gran cantidad de situaciones que limitan en ellas las oportunidades del desarrollo y realización.

Lo anterior incluye a Guatemala en donde además, en muchas comunidades aún existe la mentalidad del patriarcado lo que coloca a las féminas en segundo plano, hace que su participación en la sociedad sea únicamente con fines matrimoniales o de maternidad, lo que provoca que el género femenino se vea rodeado y condenado a ideas equivocadas sobre su ser, por ejemplo: la idea de “quedarse a vestir santos, sino no se casa”. Ideas como esta así también otras que surgen de la realidad antes mencionadas provocan que la mujer se maneje con una gran cantidad de ideas irracionales que pueden provocar una distorsión del autoconcepto.

El desenvolverse en un ambiente donde su lugar es menospreciado tiene como consecuencia la desvalorización de habilidades, cualidades y capacidades. El estado emocional puede ser variable y dependiente, esto para sentirse íntegra como mujer, porque condicionan su felicidad en alguien más y fijan un rendimiento inadecuado de sus roles.

El presente estudio plantea describir cómo las ideas deforman, destruyen y conducen a la mujer a una imagen errónea de sí misma, limitan su participación en la comunidad y en la familia. A esta realidad se contraponen el aprendizaje adquirido durante la formación académica lo que creará un panorama científico sobre las condiciones actuales de la mujer del área rural y cómo estas sirven de una forma profesional ante los problemas que viven día a día. A pesar de esta contraposición la mujer continúa manejando diversas ideas irracionales.

Por lo tanto se plantea la pregunta ¿Cómo afectan las ideas irracionales en el autoconcepto de las mujeres que asisten al grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer?

2.1 Objetivos

2.1.1 Objetivo general

Determinar la incidencia de las ideas irracionales en el autoconcepto de la mujer integrante al grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer.

2.1.2 Objetivos específicos

- Establecer las ideas irracionales que obtienen mayor ponderación en el grupo de capacitación.
- Determinar si las ideas irracionales influyen en el autoconcepto de las féminas que asisten al grupo de capacitación.
- Identificar si hay estimación del autoconcepto en las mujeres que asisten al grupo de capacitación.

2.2 Variables o elementos de estudio

- Ideas irracionales.
- Autoconcepto.

2.3. Definición de variables

2.3.1 Definición de las variables o elementos de estudio

Ideas irracionales

Santos (2006) define que existen formas de pensar y actuar, que proceden como dogmas destructivos sobre la vida propia y psíquica de la persona. Estos dogmas son los que bloquean el desarrollo emocional del ser humano y son llamados ideas, creencias o pensamientos irracionales, debido a que la mayoría de veces las personas manejan ideas que son incoherentes y que afectan su estado mental, emocional y como consecuencia genera conductas inseguras en el sujeto.

Autoconcepto

Peña (2008) define autoconcepto como la propia percepción de la persona, es el conjunto de presentaciones que tiene de sí. Este incluye diversas dimensiones como: físicas, sociales, emocionales, morales y psicológicas. En la configuración del autoconcepto hay influencia de otras personas que juegan un protagonismo importante; además de las propias expectativas y la imagen que ven las otras personas.

2.3.2 Definición operacional de las variables o elementos de estudio

Para operacionalizar las variables del estudio se utilizó el cuestionario de creencias irracionales versión corregida y abreviada, el cual tiene como objetivo identificar las ideas irracionales que la persona maneja inconscientemente incrementando los niveles de ansiedad, depresión, estrés, ira. De la misma manera se utilizó la prueba AF5 el cual mide cinco áreas importantes del ser humano como laboral, familiar, física, social, emocional y el cual da a conocer en qué área prevalece el sujeto. Ambas pruebas son utilizadas en personas adultas sin importar las edades, con una duración de 30 minutos pueden ser aplicadas en grupo o individual.

2.4 Alcances y límites

La investigación busca describir con criterio científico las ideas irracionales que pueden estar presentes en el grupo de capacitación. Se utilizó el universo, compuesto por 50 mujeres, de la Oficina Municipal de la Mujer de Quetzaltenango.

2.5 Aporte

- El aporte a Guatemala consiste en dar a conocer una realidad donde los problemas psicológicos son más frecuentes y pueden impedir el desarrollo completo de la mujer en todos los ámbitos de su vida.
- Está claro que el bienestar de la mujer puede influir en la sociedad por lo que este estudio aporta a la misma una reflexión sobre el manejo de las ideas irracionales y el autoconcepto en las mujeres.

- A las comunidades que están en constante cambio tecnológico y urbano se les aporta la posibilidad de reconocer sus ideas se ven sujetas a modificarse según el estatus social en donde se encuentre la persona.
- El estudio aporta un arduo análisis sobre las ideas que puede manejar una mujer, este conlleva tener un parámetro de la problemática para establecer sus causas esenciales lo que permite partir a las estrategias de intervención psicoterapéuticas adecuadas para solventar la problemática y mejorar la salud mental de las mujeres del área rural.
- A la Universidad Rafael Landívar, se ofrece un aporte científico y estadístico en donde se demostró que las ideas irracionales siguen causando un alto índice de enfermedad mental en el sexo femenino, por lo que los futuros profesionales tendrán una guía donde deberán reforzar sus conocimientos adquiridos en la facultad de Humanidades, la cual con la técnica y ciencia se mantendrá a la vanguardia del conocimiento psicológico regional.
- A la Oficina Municipal de la Mujer se le aporta una valiosa herramienta de análisis cuantitativo de los casos atendidos en el área psicológica lo que permitio dar atención primaria a las mujeres que más lo necesitan según el problema.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos

El estudio se realizó con un grupo de 50 mujeres comprendidas entre 20 y 45 años de edad, católicas, quienes viven en el cantón de Xecaracoj pertenecientes a familias del área rural. Todas acuden al grupo de capacitación de la Oficina Municipal de la Mujer en donde reciben clases de repostería, bisutería, maquillaje y manualidades una vez a la semana, de la misma manera se les ofrece terapia psicológica ya que la mayoría han sufrido algún tipo de maltrato familiar, y así lograr una mejor salud mental consiguiendo desenvolverse de una manera sana y adecuada en el aprendizaje y en su entorno social.

3.2 Instrumento

- El cuestionario de creencias irracionales.

Se utilizó el cuestionario de creencias irracionales versión corregida y abreviada, según Calvete, E. y Cardeñoso, O. los cuales afirman que sirven para identificar las creencias irracionales que la persona manifiesta acerca de diversos aspectos de la vida. El cuestionario está conformado por una serie de preguntas, las cuales el sujeto debe contestar de acuerdo a su forma de pensar habitual. La duración de la prueba es de 30 minutos y puede ser grupal o individual.

Cada respuesta tiene un valor de uno a seis puntos se suma según el valor marcado por el sujeto y así lograr tener un valor general del cuestionario, el cual cuenta con 10 ítems en cada área de las siete ideas irracionales. Respecto a la calificación se calculó el punteo de cada sujeto en las diferentes áreas y se agrupo conforme a la tendencia central. Por último se toman los puntos correspondientes de cada frase y se interpretan cada una de ellas.

- Prueba para adultos AF5.

Se utilizó la prueba AF5 la cual mide específicamente las áreas importantes del autoconcepto en el evaluado. Esta prueba refleja la diversidad de la conducta con la que supuestamente está relacionado. El AF5 de García, F. y Musito, G. tiene como característica evaluar cinco áreas: laboral, emocional, familiar, social y física. Esta prueba contiene una escala donde el evaluado

debe marcar cada una de las preguntas con un valor entre 1 y 99 según su grado de acuerdo con cada frase. La duración de la prueba es de 30 minutos y puede ser individual o grupal. Para calificarlo se invierten las respuestas de los ítems 4, 12, 14 y 22; para ello se restan de 100 la respuesta dada del sujeto. Luego, se suman las respuestas de los ítems que componen cada dimensión se suma la puntuación invertida y se divide por 60 cada una de las sumas obtenidas en cada factor. Para finalizar se lograra obtener el promedio de los cinco percentiles lo que dará como resultado el nivel de autoconcepto que la persona posee.

3.3 Procedimiento

- Elección de los temas en el que se elaboraron tres opciones como sumarios con los temas de interés a investigar.
- Aprobación del sumario: Ideas irracionales y Autoconcepto para llevarse a cabo, el cual fue autorizado por la coordinadora de la Facultad de Humanidades.
- Realización e investigación para antecedentes como soporte al tema, a través de la recopilación de bibliografía.
- Elaboración del marco teórico con orígenes de cada una de las variables y así poder desarrollar el marco teórico, de la misma manera, el análisis de los datos importantes.
- El desarrollo del planteamiento del problema, el cual fue selección y muestra de sujetos para llevar a cabo la tesis.
- Ejecución del método, incluye proporciones y resultados, los cuales se presentara al finalizar el estudio, junto al diseño estadístico y el método.
- Introducción el cual incluye información básica solo el motivo a tratar durante el estudio.
- El trabajo de campo, en el cual se trabajó con los sujetos y así poder pasar la pruebas, y así obtener los resultados.
- Luego la elaboración de la interpretación y análisis de resultados.
- Elaboración de la propuesta, llevando a cabo las recomendaciones y conclusiones.
- Por último las referencias bibliográficas, enciclopedias, listado de libros y fuentes que se utilizaron para el cuerpo de la investigación.

3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística

Cid, Méndez y Sandoval (2007) establecen que la investigación descriptiva es la que establece un panorama general de lo que se investiga y recurren algunas o varias de las características. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier fenómeno que sea sometido a análisis.

Oliva (2000), establece las siguientes fórmulas para determinar el tamaño y el error de la muestra mínima en la investigación.

✓ Nivel de confianza 99% → $Z = 2.58$

✓ Formula tamaño maestra

$$\frac{no = Z^2 * p * q}{e^2} \quad \frac{no = 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2} = 384.16$$

Dónde:

no = tamaño inicial de la muestra o (definitivo).

Z^2 = estimador insesgado para intervalo de confianza, elevado al cuadrado.

p = probabilidad de éxito.

q = probabilidad de fracaso (1 - p).

e^2 = error maestra al cuadrado.

✓ Dado que se conoce la población o universo:

$$n = \frac{no}{1.96} = \frac{384.16}{1.96} = 66.23 = 70 = 88\%$$

$$N = \frac{no}{1.96} = \frac{384.16}{1.96} = 80$$

$$N = 80$$

Dónde:

N = Población o universo = 80

n = Muestra de acuerdo a la población 70 personas = 88%

Oliva (2000), indica que el método estadístico que se sugiere utilizar para la interpretación de datos obtenidos será el de significación y fiabilidad de la media aritmética en muestras normales, el cual consta de los siguientes pasos.

Significación de la media aritmética

✓ Nivel de confianza NC = 99% entonces $Z = 2.58$

✓ Error típico de la media aritmética $\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}}$

✓ Hallar la razón crítica $RC = \frac{\bar{x}}{\sigma_{\bar{x}}}$

✓ Comparación de la razón crítica con el nivel de confianza.

Si $RC > Z$ entonces es significativa

Si $RC < Z$ entonces no es significativa

Fiabilidad

✓ Calcular el error maestro $E = \sigma_{\bar{x}} * z$ máximo

✓ Calcular el intervalo confidencial

$$I.C. = \bar{x} + E$$

$$I.C. = \bar{x} - E$$

También se aplicó el **método compuesto de proporciones**, el cual analiza el porcentaje y situación de algún fenómeno específico y se aplicaron los siguientes pasos.

Significación y fiabilidad

✓ Adoptar el nivel de confianza al 5% (1.96)

✓ Encontrar el error típico de la $\sigma_p = \sqrt{\frac{p \cdot q}{N}}$ proporción

✓ Hallar del error maestro $E = 95\% (1.96) \times \sigma_p$

✓ Encontrar la razón crítica Intervalo confidencial $RC = \frac{p}{\sigma_p}$

$$I. C = p + E$$

$$I. C = p - E$$

✓ Comparar la razón crítica con su nivel de confianza

Si $RC > 1.96$ entonces es significativa

Si $RC < 1.96$ entonces no es significativa

IV. PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADO

A continuación se presentan los resultados obtenidos del estudio realizado sobre ideas irracionales y autoconcepto empleando las estadísticas para cuantificar la problemática. Para el análisis de este estudio se realizó con el significado, y fiabilidad de la media aritmética de los aspectos evaluados, de manera que la presentación de los resultados sea más concisa.

Para el análisis de este estudio se realizó con el significado, y fiabilidad de la media aritmética de los aspectos evaluados, de manera que la presentación de los resultados sea más concisa.

Datos estadístico	Culpabilidad	Irresponsabilidad emocional	evitacion	Dependencia	Social	Emocional	Familiar	Laboral	Físico
Media aritmética x	21	25	9	23	46	53	32	44	80
Desviación típica	4.97	10.25	3.06	4.78	28.85	28.58	28.63	28.15	26.12
Nivel de confianza	1% 2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58	1%2.58
Error típico de la media	0.71	1.46	0.44	0.68	4.12	4.08	4.09	4.02	3.73
Razon crítica	29.58	17.12	1.28	3.28	11.16	8.08	4.57	6.28	21.45
Significacion	29.58> 2.58 significativo	17.12>2.58 significativo	20.45>2.58 signi significativo	3.28>2.58 significativo	11.16>2.58 significativo	8.08>2.58 significativo	4.57>2.58 significativo	6.28>2.58 significativo	21.45>2.58 significativo
error muestral al maximo	1.83	3.76	1.13	1.75	10.63	10.53	10.55	10.37	9.62
IC -	19.17	21.24	7.83	21.25	35.37	22.42	21.45	33.63	70.38
x	21	25	9	23	46	53	32	44	80
IC+	22.83	28.76	10.13	1.75	56.63	43.53	42.55	54.37	89.62
Fiabilidad	fiable	fiable	fiable	fiable	fiable	fiable	fiable	fiable	fiable

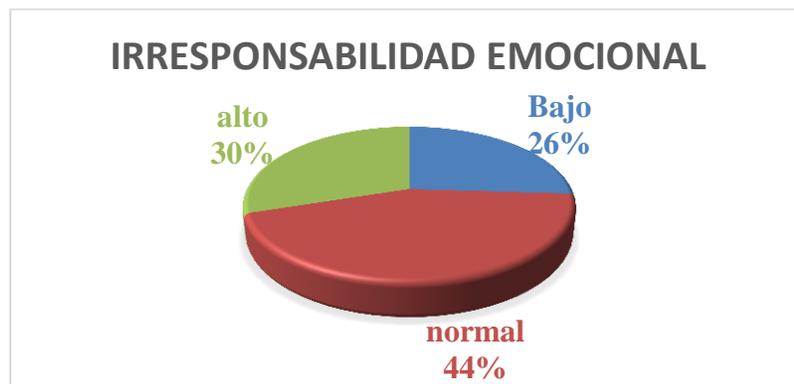
Gráfica 1



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica representa los resultados de las mujeres evaluadas, por lo que la encuesta demostró un rango bastante bajo (48%), lo cual demuestra que las féminas manejan culpabilidad, en cuanto a nivel normal (40%), se puede ver que algunas lo manejan con poca frecuencia y por ultimo vemos una minoría (12%), del manejo de este sentimiento.

Gráfica 2



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica representa el nivel de irresponsabilidad emocional de las mujeres, ya que las pruebas demostraron un rango normal (44%), lo que significa que las evaluadas manejan este sentimiento a un estatus medio, en cuanto a nivel alto (30%) se puede observar que hay poca diferencia entre las que lo manejan y las que no, y por ultimo una minoría (26%) con niveles bajos de irresponsabilidad.

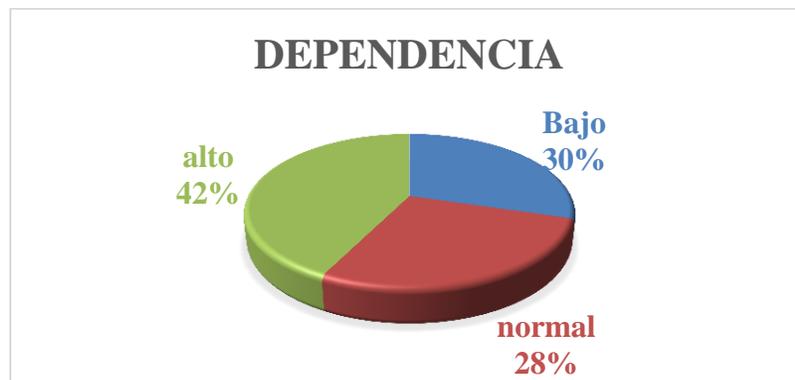
Gráfica 3



Fuente: estudio de campo 2015

Esta muestra el nivel de evitación de problemas, por lo que la encuesta demostró un rango bastante bajo (54%), de evitación de problemas ya que prefiere no expresar sus sentimientos porque pueden ser tomados como incitación de un problema, en cuanto al rango normal es bastante equilibrado (42%) y por último se puede observar una minoría (4%) de las féminas con este sentimiento.

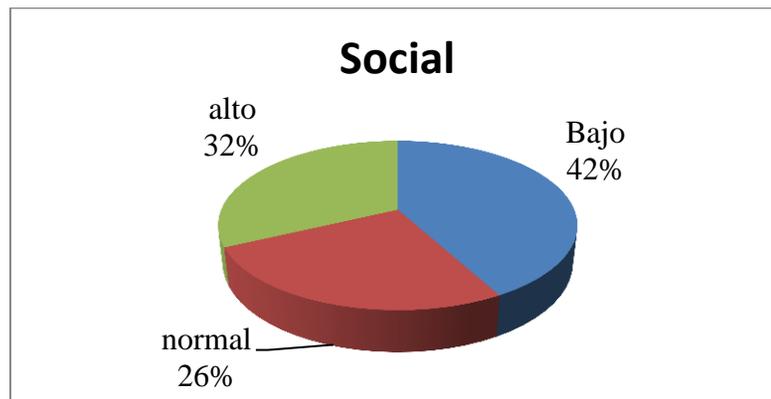
Gráfica 4



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica muestra el nivel de dependencia de las féminas evaluadas, por lo que expresaron en la encuesta es bastante alta la dependencia (42%), en cuanto al rango bajo (30%) hay una diferencia de dos puntos al porcentaje medio (28%) lo que significa que entre una y otra es poca la oposición del manejo de este pensamiento.

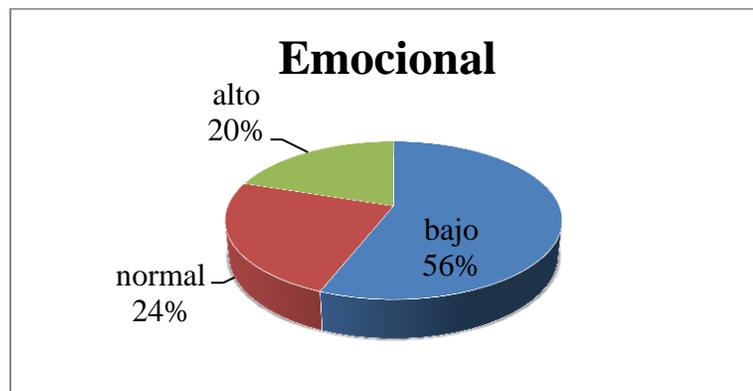
Gráfica 5



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica representa el nivel de socialización de las mujeres, por lo que las encuestas demostraron lo siguiente: un nivel bastante bajo (42%), lo que da a conocer que las mujeres tienen dificultad para establecer una relación con alguien más. Con un intermedio alto (32%), bastante significativo, y por último una minoría (26%) con términos normales para socializar.

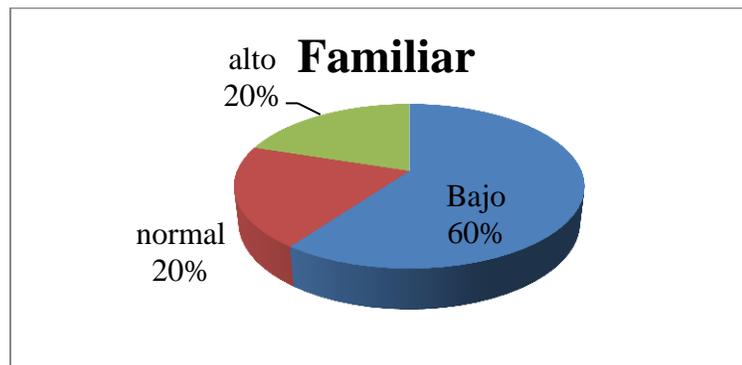
Gráfica 6



Fuente: estudio de campo 2015

Esta grafica representa el nivel emocional de las mujeres, por lo que las encuestas demostraron lo siguiente: un rango bastante bajo (56%), lo que significa que presentan dificultad al expresar sus emociones, por otra parte con un rango normal (24%) estable que si logran expresarse. Y una minoría (20%), que presentaron dificultad en demostrar sus emociones.

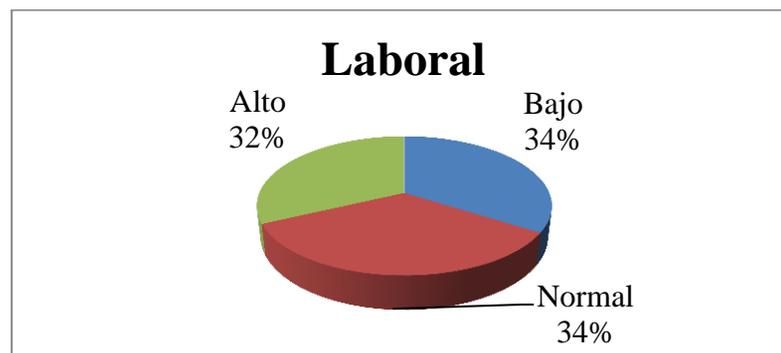
Gráfica 7



Fuente: estudio de campo 2015

La siguiente gráfica representa el nivel familiar de las evaluadas, por lo tanto las encuestas demostraron un rango bastante bajo en el área familiar (60%), lo que significa que las mujeres no se sienten estables con su propia familia, por diferentes situaciones, en cuanto al rango alto (20%), y normal (20%) ambas están a un nivel similar.

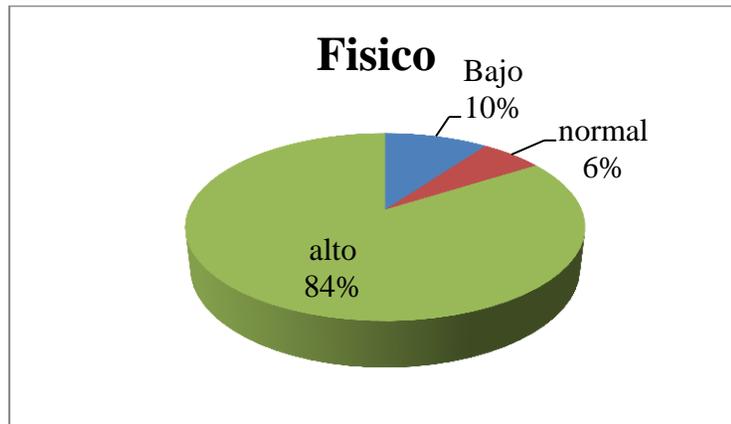
Gráfica 8



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica representa los resultados del área laboral de las mujeres, con un nivel normal (34%) lo cual significa que encuentran una aceptación en sus labores, el siguiente rango es el nivel bajo (34%) lo que da a conocer que la otra mitad del grupo no obtienen satisfacción con lo que hacen y esto puede ser por las críticas que algunas reciben. En cuanto al nivel alto (32%), se demuestra que por otra parte logran superar su insatisfacción.

Gráfica 9



Fuente: estudio de campo 2015

Esta gráfica representa el nivel físico de las mujeres evaluadas por lo que expresaron en la encuesta es bastante alto (84%) lo que indica que a pesar de las dificultades en las que estas se encuentran logran obtener una satisfacción con su cuerpo. El rango bajo da como resultado (10%) que algunas de ellas sienten incomodidad respecto a su físico, por último, el rango normal (6%), muestra una minoría de dicha incomodidad.

V. DISCUSIÓN

Las ideas irracionales nacen y algunas veces muere con la persona, a lo largo de la existencia hay diferentes formas en las que estas aparecen en el desarrollo psicológico. Tras un análisis del test de creencias irracionales se determina que existen ideas que perjudican a la sociedad actual, siendo una de ellas la culpabilización la cual muestra un porcentaje bajo de 48%, lo que da a conocer que la mujer se mantiene en continuo daño psicológico, donde cree firmemente que es culpable de todos los acontecimientos externos en los ambientes que se involucra siendo una de las causas generadoras de diversas patologías como la ansiedad y la depresión.

De la misma manera se logró demostrar el ítem de evitación del problema el cual se maneja con un porcentaje bastante bajo del 54%, lo que indica que la mujer del área rural prefiere no expresar sus sentimientos ya sea de felicidad, tristeza o ira. Incluso, estos son tomados como incitadores de un problema familiar producto de los refranes comunes que se manejan en general como es, por ejemplo, “el que ríe domingo llora lunes”. Muchas mujeres, por el patrón de crianza al que fueron expuestas en una edad en donde se les debe enseñar a ser autosuficientes y responsables de sí mismas se les dio una crianza patriarcal. A través de los resultados se logra confirmar que la dependencia es bastante alta de un 42%, lo que significa que el depender de alguien más, ya sea del marido o de algún otro familiar cualquiera, sea con el objetivo de conseguir seguridad emocional en otra persona olvidándose de sí.

La mujer del área rural está inmersa en una cultura que muchas veces daña diferentes aspectos de su vida incluyendo la irresponsabilidad emocional que dio como resultado el 44%, en un rango normal, lo que significa que manejan este sentimiento a un estatus medio. Aunque también está la probabilidad que exista una autorregulación de sus emociones debido a que nunca se le enseña a tener metas a futuro y que sean reales, tampoco a tener una independencia tanto económica, familiar y personal, siendo irresponsable con su sentir y no siendo realista con sus acciones. El autoconcepto, definición que han dado a lo largo de estudios psicológicos diferentes autores como Gómez (2006), define que es una imagen clara que la persona tiene de sí misma y como una valoración de su personalidad. Así el test AF5 evalúa las cinco áreas

que en relación al autoconcepto son de importancia, estas son: laboral, la cual indica como la persona mantiene su rol en áreas de trabajo.

En la investigación realizada las mujeres que poseen trabajos como tejedoras, cocineras, reposteras y costureras, lo cual dio resultado con un porcentaje del 34%, en un rango normal por lo tanto aceptan y tienen una estima propia por lo que hacen ya que por su relación laboral reciben elogios como también críticas negativas que favorecen el crecimiento de su autoestima. En cuanto a lo social se entiende que son relaciones humanas en varios aspectos, siendo el como la mujer tiene su grupo de comunicación primario y el segundo se refiere a las cualidades de su personalidad para poder relacionarse con otro grupo secundario, según los datos obtenidos los sujetos de investigación se encuentran en un nivel bajo, con un porcentaje evidente del 42% de las relaciones sociales lo que afecta su desarrollo y bienestar psicosocial y no les permite tener un comportamiento asertivo.

Las emociones cambian instantáneamente en especial en situaciones específicas ya sea en problemas de relación de pareja, hijos o laborales. Según el estudio realizado se tiene una primera percepción emocional que se encuentra en un rango bajo con un porcentaje predominante del 56%, lo que significa que la mujer se auto conceptualiza “como soy tímida, no puedo hacerlo” y en la segunda implica la respuesta que va a otra persona con la que tenga una relación ya sea directa o indirecta, por lo que las mujeres sujetos de este estudio están en un rango bajo que no les permite dar respuestas asertivas en los diferentes ambientes en donde participen. La familia como eje esencial de la sociedad tiene una implicación enorme en la participación e integración de las personas en todas las áreas. en el test se obtiene dos áreas, importantes la primera la confianza y el afecto que son primordiales para un desarrollo sano de la personalidad y la segunda como la familia ayuda a crear un autoconcepto sano siendo en los sentimientos en donde el apoyo y la crítica enriquecen las cualidades de las persona, lo obtenido demuestra que en esta área es en donde hay un mayor porcentaje bajo del 60% del como la mujer en el área rural conceptualiza a su familia, lo cual demuestra que su grupo primario de apoyo es inexistente porque en el caso de cualquier problemática que suceda al último que se le pidiera ayuda es a ella. Esto conlleva a que las mujeres no tienen seguridad en ellas mismas, se sienten solas ya que la critica que se les da siempre es negativa y nace desde

el núcleo familiar. Continuando en su última área siendo esta el autoconcepto físico también lo encontramos en dos dimensiones la primera hace referencia a una práctica deportiva o descubrir en que habilidad es apta para desarrollar, mientras que la segunda hace referencia a una aceptación física, lo cual se demostró con un porcentaje alto del 84% en un rango estable. Esto indica que las mujeres a pesar de todas las dificultades en las que están involucradas encontraron algo en donde se aceptan a sí mismas ya que descubrieron que son buenas en sus labores ya sea en oficios domésticos u ocupaciones que hayan aprendido en el transcurso de su vida además se quieren a sí mismas ya que aceptan su cuerpo tal y como es.

Lo anterior es producto de un estudio del área rural, sin embargo, si ese estudio se hiciera en el área urbana los resultados serían similares dado que la mujer independientemente de su condición, cultura o socioeconómica es producto del machismo o violencia intrafamiliar y de ideas irracionales heredadas de abuela a madres y de madres a hijas lo que convierte este tema, en una problemática. Los resultado de las gráficas y estadísticas nos muestran que el estudio realizado alcanza los siguientes objetivos, el primero es: se logró establecer las ideas con mayor ponderación, lo cual demuestra que son: culpabilidad, irresponsabilidad emocional, evitación de problemas y dependencia. Se logra determinar que las ideas irracionales si influyen en el autoconcepto de las mujeres, en las siguientes áreas: emocional, familiar, y social. Por último se logra identificar que si hay una estimación del autoconcepto en las mujeres, las cuales son: laboral y físico.

VI. CONCLUSIONES

- Lo más importante de esta investigación es que los resultados son congruentes y por lo tanto los objetivos fueron alcanzados a través de las pruebas aplicadas.
- Se determinó que existe una incidencia de las ideas irracionales en el autoconcepto, ya que el estudio realizado muestra las áreas en las cuales la mujer no logra obtener una estabilidad.
- En el test de la primera variable se demostró que en las mujeres hay cuatro ideas irracionales con mayor ponderación, que son: culpabilidad, dependencia, evitación de problemas e irresponsabilidad emocional.
- Se determinó que las ideas irracionales si influyen en algunas áreas del autoconcepto las cuales son: emocional, familiar y social. Estos resultados se obtuvieron a través de la prueba AF5.
- De la misma manera se logró identificar que hay una estimación en dos áreas del autoconcepto las cuales son: laboral y físico.

VII. RECOMENDACIONES

- Se propone la continuidad de terapia psicológica para fortalecer la salud mental de la mujer del área rural haciendo énfasis en el autoconcepto y las ideas irracionales.
- Aplicar el modelo psicoterapéutico Terapia Racional Emotiva, para el tratamiento de las ideas irracionales y lograr establecer una buena relación entre pensamiento, afecto y conducta.
- Dar a conocer el tema de las ideas irracionales a todos los sectores de la población especialmente a las mujeres del área rural.
- Que las mujeres sujetos de esta investigación o similares, puedan optar con facilidad a centros de psicología que les permitan identificar y clarificar sus problemáticas.
- Capacitar a las mujeres sobre el autoconcepto, ya que la mayoría de ellas desconocen el significado, haciendo énfasis en las cinco áreas del tema.

VIII. REFERENCIAS

- Alonzo, Y. (2013) *Psicología clínica y psicoterapias. Cómo orientarse en la jungla*. España. Editorial Harlequin S.A. recuperada
- Almasa, C. (2007) *Las doce creencias irracionales que sustentan la neurosis y los doce curadores*. México. Editorial de Almería
- Alcerró, A. (2012). *Ideas irracionales provocadoras de ira y enojo en mujeres mayores de edades solteras y casadas del departamento de Guatemala*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Guatemala. Recuperada de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/42/Morales-Alicia.pdf>
- Arroyo, C. (2008). *Autoconcepto en mujeres dependientes, familiares de alcohólicos de Villa Nueva del departamento de Guatemala*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Mariano Gálvez. Campus central de Guatemala. Guatemala. Recuperada de: <http://biblioteca.umg.edu.gt/digital/24729.pdf>
- Barrios, M. (2011). *Ideas irracionales comúnmente concebidas por adolescentes varones del departamento de Quetzaltenango*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de: <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/42/Recinos-Maria/Recinos-Maria.pdf>
- Benesch, H. (2009) *Atlas de psicología*. Madrid España. Editorial Akal S.A.
- Canales, A. (2006). *Diferencias en el autoconcepto entre las mujeres que trabajan y que no trabajan del departamento de Guatemala*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperada de <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/42/caceres-canales-ana/caceres-canales-ana.pdf>

- Cid, A., Méndez, R. y Sandoval, Franco. (2007). *Investigación fundamental y metodológica*, México. Editorial Atoto.
- Chertok, A. (2006) *Las causas de nuestra conducta (8ª ed.)* Uruguay. Editorial Robinbook.
- Cox, R. (2008) *Psicología del deporte, autoconcepto y sus aplicaciones (6 ed.)* Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires, Argentina.
- Davis, M. Macky, M. y Eshelman, E. (s f). *Técnicas de autocontrol emocional, rechazo de ideas irracionales*. Movilización educativa, edición electrónica. 10. Guatemala, C.A. recuperado de: <http://www.movilizacioneducativa.net/capitulo-libro.asp?idLibro=57&idCapitulo=10>
- Florido, A. (2005). *Manejo de ideas irracionales de un paciente diagnosticado con depresión y la incidencia en su inestabilidad laboral del departamento de Guatemala*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar, Guatemala. Recuperada de: <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/42/reyna-florido-andres/reyna-florido-andres.pdf>
- Gan, F. y Trigine, J. (2006) *Manual de instrumentos de gestión y desarrollo de las personas en las organizaciones*. Editorial Díaz de Santo S.A. Madrid, España.
- Gálvez, J. (2014). *El autoconcepto un estudio comparativo en mujeres menopaúsicas y no menopaúsicas del departamento de Guatemala*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Mariano Gálvez. Campus central de Guatemala. Guatemala. Recuperada de: <http://biblioteca.umg.edu.gt/digital/86741.pdf>
- Gasca, M. y Iglesia, G. (2011, de junio). *Ideas irracionales y padecimientos psicológicos, análisis en perpetradores y receptores de violencia de parejas*. Psicopatología clínica, legal y forense, edición electrónica. 83 a 99. Guatemala, C.A. recuperado de: <http://www.masterforense.com/pdf/2011/2011art5.pdf>

- Gómez, G. (2006) *Control de procesos para mejorar la calidad de enseñanzas*. Madrid, España. Editorial Wolters.
- Hernández, H. (2007). *Autoconcepto de mujeres víctimas de violencia domestica del departamento de Quetzaltenango*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2007/05/22/Gomez-Hilda.pdf>
- Iglesias, G. (2012). *Violencia doméstica, ideas irracionales y padecimientos psicológicos de la ciudad de México*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Nacional Autónoma De México. Campus central de la ciudad de México, México. Recuperada de: <http://132.248.9.195/ptd2013/Presenciales/0702026/Index.html>
- López, J. y Gonzales, N. (s f). *El autoconcepto en hombres y mujeres mexicanos*. Ciencias humanas y de la conducta, edición electrónica. 1'-5. México, C.A. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/104/10401606.pdf>
- Michinton, Y. (2009) *Máxima autoestima* (2ed.) México.
- Muñoz, A. (2005) *Auto terapia, guía para sanar las emociione*. Madrid, España. Editorial Corona Borealis.
- Peña, M. (2008) *Características socioemocionales de las personas adolescentes superdotadas*. Editorial Secretaría General Técnica. España.
- Saíto, E. (2005). *Autoconcepto en mujeres rurales de dos comunidades que recibieron acciones afirmativas en el área de peten*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Rafael Landívar. Guatemala. Recuperada de: <http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/05/42/Saito-Noriega-Eva/Saito-Noriega-Eva.pdf>

Santos, M. (2006) *Arqueología de los sentimientos en la escuela*, Editorial Bonum. Buenos Aires, Argentina.

Soler, J. y Conagla, M. (2013) *Ámame para que me pueda ir*, Editorial Amat, primera edición. Madrid, España.

Wiemann, M. (2009) *Te amo y te odio, armonizar las razones personales*, Editorial Arresta SC. España.

IX. ANEXOS

ANEXO 1

PROPUESTA

“CONOCIMIENTO DE LAS AFECCIONES CAUSADAS POR IDEAS IRRACIONALES”

INTRODUCCION

A lo largo de la historia las personas han manejado ideas irracionales, estas consisten en pensamientos o creencias producto de un evento o un aprendizaje, en las diferentes áreas de su vida. La diferencia es que en la antigüedad estas no tenían nombre y por lo mismo, no podían ser modificadas.

La psicología moderna nos ha ilustrado sobre las consecuencias que las ideas irracionales producen en la persona. Conociendo dichas consecuencias pueden afectar profundamente a la persona tanto en su autoestima, autoconcepto como en la manera de enfrentar los diferentes acontecimientos de su vida.

Las mujeres, hoy en día, no se ven excluidas del manejo de ideas irracionales y de las consecuencias de las mismas, por esta razón, surge la iniciativa de la presente propuesta que busca, que haya un conocimiento y una modificación de las mismas y así evitar las afecciones que en la salud mental provocan.

Justificación:

Dado que en la población guatemalteca tanto hombres y mujeres manejan ideas irracionales pero las principales son las mujeres del área rural debido a que se han manejado con un rol específico, del cuidado de los hijos y las labores domésticas, todo esto se ve marcado ya que la mayoría de ellas han crecido dentro de una familia donde el hombre tiene más derechos. En cuanto a las aspiraciones no pueden tener más de lo que se les enseñó en el hogar. Esto hace que la mujer no tenga ambiciones y por lo tanto hay una frustración. A través de estas surgen

entonces una serie de ideas irracionales que afectan el ámbito emocional. El presente programa, toma en cuenta este aspecto y es la razón por la que se enfoca en la TRE.

Objetivo general:

Que las participantes conozcan e identifiquen sus ideas irracionales y que adquieran herramientas para su modificación.

Cronograma:

A continuación se presenta el cronograma de los diferentes talleres de la propuesta. Cada uno de ellos tendrá una duración de una hora y media semanal, destinado a mujeres del Cantón Xecaracoj.

Talleres	Tema	Objetivo	Recursos	Duración
01.	Diagnóstico y presentación.	Identificar la situación personal de cada una. Y a la vez dar a conocer que es una idea irracional.	Humanos: Participantes y facilitador. Materiales: hojas con frases motivacionales.	1 hora y 30 minutos.
2.	Catarsis, reconocer si manejan algunas ideas irracionales propias o aprendidas.	Que cada participante comparta si maneja algún tipo de ideas irracionales.	Humanos: Participantes y facilitador. Materiales: lápices y hojas.	1 hora y 30 minutos.
03	Discusión sobre el tema.	Dar a conocer cómo se desarrolla una idea irracional que daña a nivel personal y	Humanos: Participantes y facilitador. Materiales: hojas	1 hora y 30 minutos

		familiar.	con frases de creencias irracionales e imágenes.	
04	Las ideas frecuentes	Cada participante pueda identificar sus ideas irracionales más frecuentes y las pueda compartir.	Humanos: Participantes y facilitador. Materiales: hojas y lápices.	1 hora y 30 minutos.
05.	Una infografía científica sobre El tema.	Dar a conocer más claramente que es una idea irracional a través de imágenes con información aprobada por científicos.	Humanos: Participantes y facilitador. Materiales: láminas de dibujos con información adecuada al tema.	1 hora y 30 minutos
06.	Evaluación.	Una evaluación general a partir de las ideas irracionales incluyendo la nueva perspectiva	Humanos: Participantes y facilitador Materiales: boleta de opinión, lápices y un refrigerio.	1 hora y 30 minutos.

Boleta de opinión

1. ¿Logró reconocer si maneja alguna idea irracional?	Si	No
2. ¿Se sintió bien compartiendo sus ideas irracionales?	Si	No
3. ¿Logró reconocer en que le afecta el manejo de ideas irracionales?	Si	No
4. ¿Puede aportar cual fue su experiencia del taller?	Si	No
5. ¿Logró darse cuenta de sus ideas más frecuentes?	Si	No
6. ¿Le quedo claro el tema de ideas irracionales?	Si	No

ANEXO 2

Culpabilización

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'Ib2
15-16	6	6	15.5	93	14.5	16.5	5.5	33	181.5
17-18	11	17	17.5	192.5	16.5	18.5	3.5	38.5	134.75
19-20	7	24	19.5	136.5	18.5	20.5	1.5	10.5	15.75
21-22	7	31	21.5	150.5	20.5	22.5	0.5	3.5	1.75
23-24	7	38	23.5	164.5	22.5	24.5	2.5	17.5	43.75
25-26	6	44	25.5	153	24.5	26.5	4.5	27	121.5
27-28	3	47	27.5	82.5	26.5	28.5	6.5	19.5	126.75
29-30	2	49	29.5	59	28.5	30.5	8.5	17	144.5
31-32	1	50	31.5	31.5	30.5	32.5	10.5	10.5	110.25
	50			1063					880.5

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{1063}{50} = 21.26 = \mathbf{21}$$

Desviación típica

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum f \cdot d'^2}{N}} = \sqrt{\frac{880.5}{50}} = 4.1964 = \mathbf{4.20}$$

$$\sigma_{\bar{X}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{4.20}{\sqrt{50-1}} = \frac{4.20}{7} = 0.6$$

RC. = $\frac{21}{0.6} = 35$ R.C. = $35 > 2.58$

Nivel de confianza 99% Z 2.58

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 0.6 * 2.58 = 1.55$$

I.C. = x + E 21+1.55=22.55

I.C.

= x - E 21-1.55=19.45 fiable

Irresponsabilidad emocional

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
7-10	3	3	8.5	25.5	6.5	10.5	16.5	49.5	816.75
11-14	5	8	12.5	62.5	10.5	14.5	12.5	62.5	781.25
15-18	5	13	16.5	82.5	14.5	18.5	18.5	92.5	1711.25
19-22	6	19	20.5	123	18.5	22.5	4.5	27	121.5
23-26	6	25	24.5	147	22.5	26.5	0.5	3	1.5
27-30	10	35	28.5	285	26.5	30.5	3.5	35	122.5
31-34	8	43	32.5	260	30.5	34.5	7.5	60	450
35-38	4	47	36.5	146	34.5	38.5	11.5	46	529
39-42	3	50	40.5	121.5	38.5	42.5	15.5	46.5	720.75
	50			1253					5254.5

Media aritmética

$$X = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{1253}{50} = 25.06 = 25$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \sqrt{\frac{5254}{50}} = 105.08 = \mathbf{10.25}$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{10.25}{\sqrt{50-1}} = \frac{10.25}{7} = 1.46$$

$$\text{R.C.} = \frac{25}{1.46} = 17.12 \quad \text{R.C.} = 17.12 > 2.58$$

es significativa

Nivel de confianza 99% Z 2.58
E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 1.46 * 2.58 = 3.77$$

$$\text{I.C.} = x + E \quad 25 + 3.77 = 28.77$$

$$\text{I.C.} = x - E \quad 25 - 3.77 = 21.23 \text{ fiable}$$

Evitación de problemas

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
3-4	3	3	3.5	10.5	2.5	4.5	5.5	16.5	90.75
5-6	6	9	5.5	33	4.5	6.5	3.5	21	73.5
7-8	18	27	7.5	135	6.5	8.5	1.5	27	40.5
9-10	11	38	9.5	104.5	8.5	10.5	0.5	5.5	2.75
11-12	4	42	11.5	46	10.5	12.5	2.5	10	25
13-14	6	48	13.5	81	12.5	14.5	4.5	27	121.5
15-16	1	49	15.5	15.5	14.5	16.5	6.5	6.5	42.25
17-18	1	50	17.5	17.5	16.5	18.5	8.5	8.5	72.25
	50			443					468.5

Media aritmética

–

$$X = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{443}{50} = 8.86 = 9$$

$$N = 50 \quad 50$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{468.5}}{50} = 9.37 = \mathbf{3.06}$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{3.06}{\sqrt{50-1}} = \frac{3.06}{7} = 0.44 \quad \text{R.C.} = \frac{9}{0.44} = 20.45 \quad \text{R.C.} = 20.45 > 2.58$$

significativo

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 0.44 * 2.58 = 1.13 \quad \text{I.C.} = x + E \quad 9 + 1.13 = 10.13$$

$$\text{I.C.} = x - E \quad 9 - 1.13 = 7.87 \quad \text{fiable}$$

Dependencia

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
12-13	1	1	12.5	12.5	11.5	13.5	9.5	10.5	99.75
14-15	4	5	14.5	58	13.5	15.5	7.5	34	2.55
16-17	7	12	16.5	115.5	15.5	17.5	5.5	45.5	250.25
18-19	4	16	18.5	74	17.5	19.5	3.5	18	63
20-21	5	21	20.5	102.5	19.5	21.5	1.5	12.5	18.75
22-23	6	27	22.5	135	21.5	23.5	0.5	3	1.5
24-25	8	35	24.5	196	23.5	25.5	2.5	12	30
26-27	12	47	26.5	318	25.5	27.5	4.5	42	189
28-29	0	47	28.5	0	27.5	29.5	6.5	0	0
30-31	3	50	30.5	91.5	29.5	31.5	8.5	22.5	191.5
	50			1103					1098.75

Media aritmética

–

$$X = \frac{\sum f. X_m}{N} = \frac{1103}{50} = 22.06 = 22$$

$$N = 50$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{1098.75}}{50} = 21.97 = \mathbf{4.68}$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{4.68}{\sqrt{50-1}} = \frac{4.68}{7} = 0.66$$

RC. = $\frac{23}{0.66} = 34.85$ R.C. = $34.85 > 2.58$ significativo

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 0.66 * 2.58 = 1.70$$

I.C. = x + E 23+1.70=24.7

I.C. = x - E 23-1.70=21.3 fiable

Social

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
5-14	9	9	9.5	85.5	4.5	14.5	36.5	328.5	11990.25
15-24	6	15	19.5	117	14.5	24.5	26.5	159	4213.5
45-34	6	21	29.5	177	24.5	34.5	16.5	99	1633.5
35-44	9	30	39.5	355.5	34.5	44.5	6.5	58.5	380.25
45-54	2	32	49.5	99	44.5	54.5	3.5	7	24.5
55-64	2	34	59.5	119	54.5	64.5	13.5	27	364.5
65-74	4	48	69.5	278	64.5	74.5	23.5	94	2209
75-84	5	43	79.5	397.5	74.5	84.5	33.5	167.5	5611.25
85-94	5	48	89.5	447.5	84.5	94.5	43.5	217.5	9461.25
95-104	2	50	99.5	199	94.5	104.5	53.5	107	5724.5
	50			2275					41612.5

Media aritmética

–

$$X = \frac{\sum f. X_m}{N} = \frac{2275}{50} = 45.5 = 46$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{41612.5 = 832.25}}{50} = 28.85$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{28.85}{\sqrt{50-1}} = \frac{28.85}{49} = \frac{28.85}{7} = 4.12 \quad \text{R.C.} = \frac{46}{4.12} = 11.16 \quad \text{R.C.} = 11.16 > 2.58 \text{ significativo}$$

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 4.12 * 2.58 = 10.63 \quad \text{I.C.} = x + E \quad 46 + 10.63 = 56.63$$

$$\text{I.C.} = x - E \quad 46 - 10.63 = 35.37 \text{ fiable}$$

Emocional

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	I	Id	F. Id'I	F.Id'I2
3-12	22	22	7.5	165	2.5	12.5	5.5	2	561	14305.5
13-22	4	26	17.5	70	12.5	22.5	5.5	1	62	961
23-32	2	28	27.5	55	22.5	32.5	5	5.	11	60.5
33-42	4	32	37.5	150	33.5	42.5	5	4.	18	81
43-52	4	36	47.5	190	42.5	52.5	4.5	1	58	841
53-62	4	40	57.5	230	52.5	62.5	4.5	2	98	2401
63-72	5	45	67.5	337.5	62.5	72.5	4.5	3	172.5	5951.25
73-82	1	46	77.5	77.5	72.5	82.5	4.5	4	44.5	1980.25
83-92	2	48	87.5	175	82.5	92.5	4.5	5	109	5940.5
93-102	2	50	97.5	195	92.5	102.5	4.5	6	129	8320.5
	50			1,645						40,842.50

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{1645}{50} = 32.9 = 33$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{40842.5}}{50} = 816.85 = 28.58$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{28.58}{\sqrt{50-1}} = \frac{28.58}{7} = 4.08 \quad \text{R.C.} = \frac{33}{4.08} = 8.08 \quad \text{R.C.} = 8.08 > 2.58$$

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 4.08 * 2.58 = 10.53 \quad \text{I.C.} = x + E \quad 33 + 10.53 = 43.53$$

$$\text{I.C.} = x - E \quad 33 - 10.53 = 22.42 \text{ fiable}$$

Familiar

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	d'I	F. Id'I	F.Id'I2
1-10	18	18	5.5	99	0.5	10.5	26.5	477	12640.5
11-20	4	22	15.5	62	10.5	20.5	6.5	66	1089
21-30	8	30	25.5	204	20.5	30.5	6.5	52	338
31-40	7	37	35.5	248.5	30.5	40.5	3.5	24.5	85.75
41-50	1	38	45.5	45.5	40.5	50.5	13.5	13.5	182.25
51-60	2	40	55.5	111	50.5	60.5	23.5	47	1104.5
61-70	2	42	65.5	131	60.5	70.5	33.5	67	2244.5
71-80	2	44	75.5	151	70.5	80.5	43.5	87	3784.5
81-90	4	48	85.5	342	80.5	90.5	53.5	214	11449
91-100	2	50	95.5	191	90.5	100.5	63.5	127	8064.5
	50			1,585					40,982.50

Media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{1585}{50} = 31.7 = 32$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{40982}}{50} = \frac{202.44}{50} = 4.05$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{28.63}{\sqrt{50-1}} = \frac{28.63}{7} = 4.09$$

$$RC. = \frac{32}{4.09} = 7.82 \quad R.C. = 7.82 > 2.58$$

significativo

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 4.09 * 2.58 = 10.55$$

$$I.C. = x + E \quad 32 + 10.55 = 42.55$$

$$I.C. = x - E \quad 32 - 10.55 = 21.45 \text{ fiable}$$

Laboral

Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
11	5.5	60.5	0.5	10.5	38.5	423.5	16304.75
16	15.5	77.5	10.5	20.5	28.5	142.5	4061.5
17	25.5	25.5	20.5	30.5	18.5	18.5	342.25
21	35.5	142	30.5	40.5	8.5	34.5	289
28	45.5	318.5	40.5	50.5	1.5	10.5	15.75
34	55.5	333	50.5	60.5	11.5	69	793.5
39	65.5	327.5	60.5	70.5	21.5	107.5	2311.75
45	75.5	453	70.5	80.5	31.5	189	5953.5
49	85.5	342	80.5	90.5	41.5	166	6889
50	95.5	95.5	90.5	100.5	51.5	51.5	2652.25
	50	2175					39613.25

Media aritmética

–

$$X = \frac{\sum f. X_m}{N} = \frac{2175}{50} = 43.5 = 44$$

$$N = 50 \quad 50$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{39613.25}}{50} = 792.26 = \mathbf{28.15}$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{28.15}{\sqrt{50-1}} = \frac{28.15}{7} = 4.02$$

RC. = $\frac{44}{4.02} = 10.94$ R.C. = 10.94 > 2.58
significativo

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 4.02 * 2.58 = 10.37$$

I.C. = x + E 44+10.37=54.37

I.C. = x - E 46-10.37=33.63 fiable

Físico

Intervalo	F	Fa	Xm	Ef.Xm	Li -	Ls+	Id'I	F. Id'I	F.Id'I2
1-10	2	2	5.5	11	0.5	10.5	74.5	149	11026
11-20	3	5	15.5	46.5	10.5	20.5	64.5	193.5	12448.5
21-30	0	5	25.5	0	20.5	30.5	54.5	0	0
31-40	0	5	35.5	0	30.5	40.5	44.5	0	0
41-50	2	7	45.5	91	40.5	50.5	34.5	69	2380.5
51-60	1	8	55.5	55.5	50.5	60.5	24.5	24.5	600.25
61-70	3	11	65.5	196.5	60.5	70.5	14.5	43.5	630.75
71-80	3	14	75.5	226.5	70.5	80.5	4.5	13.5	59.85
81-90	8	22	85.5	684	80.5	90.5	5.5	44	242
91-100	28	50	95.5	2674	90.5	100.5	15.5	434	6727
	50			3,985					34,114.85

Media aritmética

—

$$X = \frac{\sum f \cdot X_m}{N} = \frac{3985}{50} = 79.7 = \mathbf{80}$$

$$N = 50 \quad 50$$

Desviación típica

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum f \cdot d'^2}}{N} = \frac{\sqrt{34114.85}}{50} = \frac{184.70}{50} = 3.694 = \mathbf{26.12}$$

$$\sigma_{\bar{x}} = \frac{\sigma}{\sqrt{N-1}} = \frac{26.12}{\sqrt{50-1}} = \frac{26.12}{\sqrt{49}} = \frac{26.12}{7} = 3.73$$

RC. = $\frac{80}{3.73} = 21.45$ R.C. = 21.45 > 2.58
significativo

Nivel de confianza 99% Z 2.58

E =

$$\sigma_{\bar{X}} * 2.58 = 3.73 * 2.58 = 9.62$$

I.C. = x + E 80+9.62=89.62

I.C. = x - E 80-9.62=70.38 fiable

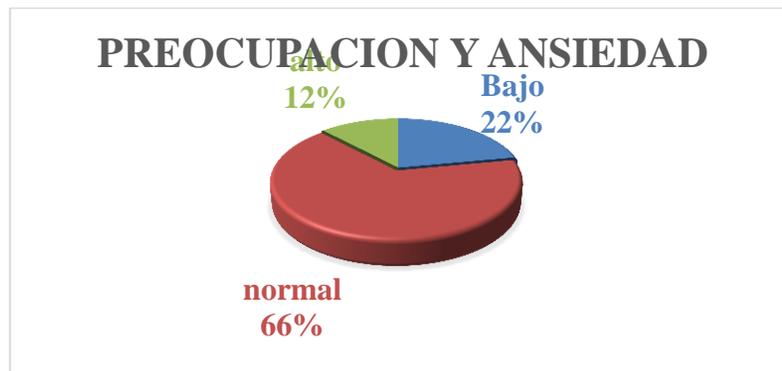
Gráfica 10



Fuente: estudio de campo 2015

La siguiente grafica muestra los resultados de la necesidad de aceptación por parte de los demás de las mujeres, con un nivel normal (56%) lo cual significa que se sienten estables, el siguiente rango es el nivel bajo (16%) lo que demuestra que son pocas las que necesitan de aceptación de otros. En cuanto al nivel alto (28%) se demuestra que algunas no logran obtener la satisfacción de los demás.

Gráfica 11



Fuente: estudio de campo 2015

Esta grafica representa el nivel de preocupación y ansiedad de las mujeres evaluadas, por lo tanto se ve una normalidad bastante alta (66%), lo que significa que se encuentran estables en preocupación y ansiedad, en cuanto al nivel bajo (22%), se logró como resultado que hay mujeres que si manejan esta conducta, por último, el nivel alto (12%) lo cual da a entender que hay una minoría de ellas que no manejan preocupación ni ansiedad.

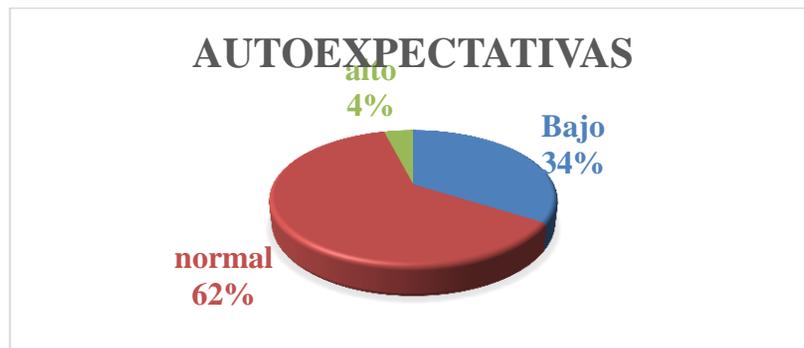
Gráfica 12



Fuente: estudio de campo 2015

Esta grafica representa el nivel de intolerancia a la frustración de las mujeres, lo cual da a entender que hay una normalidad bastante alta (70%), lo que demuestra que esta conducta no está presente en ellas, pero luego está el resultado del nivel bajo lo que demuestra (20%), que algunas lo manejan con más frecuencia, y por último el nivel alto (10%), muestra que algunas de ellas si manejan esta conducta.

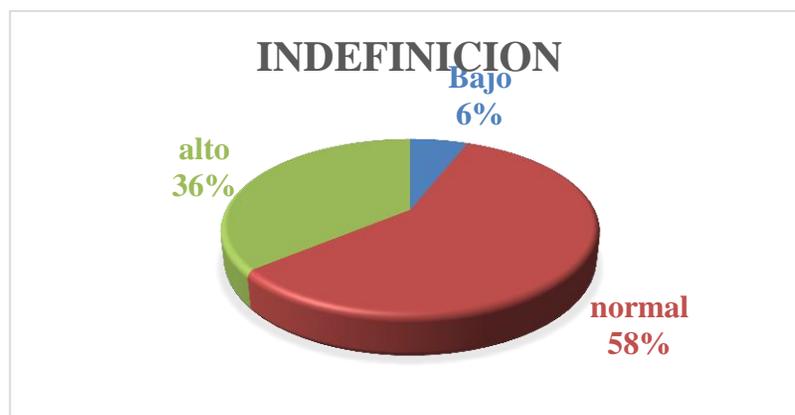
Gráfica 13



Fuente: estudio de campo 2015

Esta grafica representa el nivel de autoexpectativas, como se puede observar se encuentra en un nivel bastante normal (62%), lo cual da a entender que las mujeres evaluadas manejan y tienen muy claro que es lo que desean, cuáles son sus metas, y sus visiones. Luego se obtuvo el resultado del rango bajo (43%), lo cual demuestra que sin embargo hay mujeres que no tienen claro que es lo que quieren o desean. En cuanto al nivel alto (4%), hay una minoría que desconocen totalmente del tema.

Gráfica 14



Fuente: estudio de campo 2015

Esta grafica representa los porcentajes de indefinición del grupo evaluado, lo cual demostró que se encuentran en un nivel bastante normal (58%), lo que indica que si logran definirse por sí misma. En cuanto al rango alto (36%), se puede ver que por otra parte hay algunas que no logran definir su situación ya sea conflictiva o placentera. Por último el nivel bajo (6%), lo que indica que hay una minoría que quizás evaden el sentimiento o que realmente desconozcan del tema.

Gráfica 15



Fuente: estudio de campo 2015

La siguiente grafica representa los porcentajes de perfeccionismo del grupo evaluado lo cual demuestra que están en un rango normal (48%), lo que constituye que las mujeres evaluadas tienen un buen equilibrio en esta conducta. En cuanto al rango alto (44%), da como resultado que hay mujeres que si presentan esta conducta sin darse cuenta de la misma. Por último el nivel bajo (8%), lo que indica que hay una minoría que no maneja esta conducta.