



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Efectos de un programa para modificar creencias irracionales en  
adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**Licenciado en Psicología**

**AUTORES:**

Alva Castillo, Mary Lizeth ([orcid.org/0000-0002-1694-7974](https://orcid.org/0000-0002-1694-7974))

Morales Segura, David Jesús ([orcid.org/0000-0002-9438-2534](https://orcid.org/0000-0002-9438-2534))

**ASESORA:**

Dra. Fernández Mantilla, Mirtha Mercedes ([orcid.org/0000-0002-8711-7660](https://orcid.org/0000-0002-8711-7660))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**TRUJILLO — PERÚ**

**2024**

## DEDICATORIA

A nuestros padres, hermana y pareja, quienes conforman nuestra red de apoyo, les dedicamos este trabajo de investigación como ofrenda por su paciencia, su amor y apoyo incondicional. Asimismo, por el tiempo y la confianza que mantuvieron en nosotros para cumplir este logro y motivarnos en cada momento de desaliento.

## **AGRADECIMIENTO**

A nuestros padres por brindarnos la oportunidad de estudiar y cumplir nuestro objetivo, además de motivarnos a crecer profesionalmente y acompañarnos en cada etapa vivida.

A nuestra asesora quien nos guío y mostró su apoyo y paciencia durante el desarrollo de nuestra investigación, asimismo, por brindarnos sus conocimientos que permitieron elaborar y concluir adecuadamente el presente trabajo.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, FERNANDEZ MANTILLA MIRTHA MERCEDES, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Efectos de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo.", cuyos autores son ALVA CASTILLO MARY LIZETH, MORALES SEGURA DAVID JESUS, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 14 de Junio del 2024

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
FERNANDEZ MANTILLA MIRTHA MERCEDES DNI: 17927740 ORCID: 0000-0002-8711-7660	Firmado electrónicamente por: FMANTILLA el 21-06- 2024 18:34:41

Código documento Trilce: TRI - 0760508



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

### **Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, ALVA CASTILLO MARY LIZETH, MORALES SEGURA DAVID JESUS estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Efectos de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo.", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
ALVA CASTILLO MARY LIZETH DNI: 72768456 ORCID: 0000-0002-1694-7974	Firmado electrónicamente por: MLALVAA el 24-06- 2024 08:40:59
MORALES SEGURA DAVID JESUS DNI: 74823234 ORCID: 0000-0002-9438-2534	Firmado electrónicamente por: DJMORALESM el 24- 06-2024 23:12:07

Código documento Trilce: INV - 1695429

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR.....	iv
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vi
INDICE DE TABLAS.....	vii
INDICE DE FIGURAS .....	viii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	5
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	14
3.2. Variable y operacionalización.....	15
3.3. Población, muestra y muestreo .....	16
3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos.....	17
3.5. Procedimiento .....	18
3.6. Método de análisis de datos.....	19
3.7. Aspectos éticos.....	20
IV. RESULTADOS .....	21
V. DISCUSIÓN .....	31
VI. CONCLUSIONES.....	36
VII. RECOMENDACIONES .....	37
REFERENCIAS .....	38
ANEXOS.....	44

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Nivel de creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.....	21
<b>Tabla 2:</b> Nivel de las dimensiones e indicadores de las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo.....	22
<b>Tabla 3:</b> Nivel de las dimensiones e indicadores de la violencia en adolescentes víctimas en el noviazgo.....	23
<b>Tabla 4:</b> Prueba de normalidad Shapiro Wilk.....	24
<b>Tabla 5:</b> Prueba T de Student pretest y post test de las creencias irracionales en víctimas de violencia.....	25
<b>Tabla 6:</b> Prueba de rangos con signo de Wilcoxon pretest y post test de las creencias irracionales a las actitudes.....	26
<b>Tabla 7:</b> Prueba t de Student pretest y post test de las creencias irracionales respecto a las normas subjetivas.....	27
<b>Tabla 8:</b> Prueba de rangos con signo de Wilcoxon pretest y post test de las creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual.....	28
<b>Tabla 9:</b> Prueba t de Student pretest y post test de las creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica.....	29

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Barras de error para las medidas pretest y post test de la variable creencias irracionales.....	30
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo. El tipo de investigación es aplicada y presenta un diseño pre experimental. La muestra se conformó por 25 adolescentes que han sufrido cualquier tipo de violencia durante su noviazgo, a quienes se empleó el instrumento Escala Breve de Creencias sobre violencia de género (CVG-DEJDS). Respecto a los resultados, se logró evidenciar efectos significativos del programa al notar una disminución de las creencias irracionales en los participantes, observando cambios con relación a las actitudes y a las normas subjetivas vinculadas con la agresividad en el noviazgo; así como también una reducción de las creencias con respecto a la agresividad física y sexual, psicológica y económica, para ello se implementó diversas técnicas cognitivas-conductuales que permitió fomentar dichos cambios, por lo que se concluye que la tras la aplicación del programa se logró el objetivo de la investigación.

**Palabras clave:** creencias irracionales, violencia en noviazgo, programa, TREC.

## **ABSTRACT**

The general objective of this research was to determine the effect of a program to modify irrational beliefs in adolescent victims of dating violence in Trujillo. The type of research is applied and presents a pre-experimental design. The sample consisted of 25 adolescents who had suffered any type of dating violence, who were administered the Brief Belief Scale on Gender Violence (CVG-DEJDS). Regarding the results, significant effects of the program were evidenced by noticing a decrease in irrational beliefs in the participants, observing changes in relation to attitudes and subjective norms linked to aggressiveness in courtship; as well as a reduction in beliefs regarding physical and sexual, psychological and economic aggressiveness, for which various cognitive-behavioral techniques were implemented to promote these changes, so it is concluded that after the application of the program the objective of the research was achieved.

**Keywords:** irrational beliefs, dating violence, program, TREC.

## I. INTRODUCCIÓN

Una de las etapas de mayor vulnerabilidad es la adolescencia, en la cual se concretiza el patrón de personalidad que regirá el pensamiento, comportamiento y emociones, en esta etapa se presencia los primeros enamoramientos y se interioriza el rol que debe asumir dentro de la relación de pareja tomando acciones guiadas por las creencias adquiridas en el sistema familiar donde fue criado, al igual que el grupo de pares con quienes el adolescente interactúa y los espacios donde se desarrolla, determinando la formación de las relaciones románticas, cómo evolucionará y florecerá el “amor verdadero” (Villa, 2021).

Hoy en día, muchos de los adolescentes son criados en un mundo adulto en el que se desarrollan dentro de un ambiente plagado de creencias irracionales provenientes de los progenitores y familiares, dichas creencias originan los estilos de agresión manifestada corpórea y psicológicamente llegando a considerar que “Los que pelean se aman” o “que te celen es amor”, sin que existan bases sociales y vinculares que fundamenten dichas ideas (Corti, 2022); esto puede conllevar a poner en riesgo la salud y bienestar de los jóvenes atentando contra el Objetivo 3 de la Agenda 2030 y los objetivos del desarrollo sostenible según las Naciones Unidas.

Asimismo, en un informe “Rompiendo moldes: transformar imaginarios y normas sociales para eliminar la violencia contra las mujeres” realizado en América Latina y el Caribe donde identificaron que un 80% de jóvenes indican que son los varones quienes con frecuencia revisan el celular a sus parejas, normalizando el hecho; además, 6 de cada 10 hombres considera que el acto de celar forma parte de una demostración de amor, seguidamente el 86% de mujeres cree que la revisión de celular no es parte de la violencia y finalmente, el 59% de varones tiene la creencia que no es una forma de violentar decirle a su pareja la ropa que debe utilizar (Corti, 2022).

La permanencia de estas creencias, origina en las personas conductas violentas durante su noviazgo, la cual puede darse de manera unidireccional

cuando solo una de las partes ejerce conductas agresivas hacia su pareja; o bidireccional donde tanto el hombre como la mujer se generan daños de forma recíproca (Hilario et al, 2020).

Además, se ha encontrado elevados grados de agresiones en el noviazgo/pareja; a nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) y la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2021) considera que el 37% de las féminas provenientes de países precarios han vivenciado daños físicos o sexuales; como indica un estudio realizado en Asia, África subsahariana y Oceanía los cuales son territorios con mayor predisposición a sufrir esta problemática en féminas cuyas edades oscilan de 15 a 49 años, indicando registros entre el 33% y el 51%; además en Europa, Asia central y sureste asiático posee índices de un 16% a un 21%, y América Latina y Caribe registra un 25%.

Mientras que en Latinoamérica, se evidencia la presencia de acciones que indican violencia, sin embargo son normalizadas por los adolescentes y jóvenes, tales como en el caso de México, en donde un gran porcentaje denotado en 76% de adolescentes con edades entre 15 y 17 años, fueron víctimas de violencia de tipo psicológica en donde la psique de la víctima se ve afectada; mientras que un 15% a padecido de violencia del tipo física y el 17% de violencia sexual, por ende, estas agresiones generan lesiones contra la salud física de quien las padece (Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres [CONAVIM], 2019).

Asimismo, en nuestro país, el Ministerio de Mujer y Población Vulnerables (MIMP, 2020) indicó que en los Centros de Emergencia Mujer atendió un total de 13 346 casos de violencia en sujetos que presentan edades entre los 18 a 29 años, de los cuales el 97.4% (13 003) de casos tienen como víctima a la figura femenina, mientras que el 2.6% (343) de casos sus víctimas fueron los varones; ya que se identificó algunas señales como la presencia de abuso físico, celos, la aprensión, acoso, control, amenazas y discusiones que frecuentemente se normalizan como parte de una relación, sin embargo, son señales de violencia que a futuro pueden ocasionar situaciones graves e irreparables.

Frente a lo mencionado se considera de suma importancia poder realizar un programa que permita modificar aquellas creencias irracionales que muchos adolescentes tienen respecto al amor durante el noviazgo y que hoy en día se está normalizando acciones que encaminan a actos de violencia de cualquier tipo; lo que conlleva a plantear como problema de investigación **¿Cuáles son los efectos de un programa para modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de la ciudad de Trujillo?**.

Ante ello, el presente trabajo se justifica por conveniencia debido a que se está abordando y desarrollando un tema relevante en estos tiempos y a la vez permitirá trabajar en la población beneficiaria como son los adolescentes haciendo frente a las creencias irracionales sobre la violencia en el noviazgo. De igual manera, posee una relevancia social, ya que de esta manera permitirá realizar un cambio en los constructos sociales respecto a las creencias que los adolescentes tienen en cuanto al amor; así como también permitirá que otros investigadores interesados en originar el cambio investiguen otras poblaciones con la finalidad de modificar estas percepciones frente al noviazgo.

Por otra parte, también presenta una justificación práctica, ya que de esta manera se podrá intervenir directamente con la población beneficiaria con la finalidad de poder realizar cambios positivos en cuanto a sus creencias irracionales sobre la violencia en el noviazgo para que más adelante puedan lograr tener relaciones sanas que no afecte salud física, mental y emocional.

Como justificación metodológica, esta investigación brindará un programa para poder modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia haciendo uso de diversas técnicas y herramientas.

Para ello, se establece como objetivo general determinar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo. Como objetivos específicos: Establecer el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las actitudes en

adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo, Identificar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las normas subjetivas en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo, demostrar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo y finalmente demostrar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo.

Finalmente, se planteó como hipótesis general: Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo. Asimismo, se formuló las siguientes hipótesis específicas: Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a las actitudes en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo. Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a las normas subjetivas en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo. Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo. Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

## II. MARCO TEÓRICO

Se encontraron trabajos previos a nivel internacional, los cuales fueron:

Sáez et al. (2023) realizó una investigación en España, formulando como objetivo principal evaluar la eficacia de una intervención multicomponente para mujeres maltratadas utilizando un diseño de grupo de comparación para analizar la mejora en la autoestima, el autoconcepto, la autoeficacia, la insatisfacción corporal y la depresión. Ésta investigación estuvo conformada por un total de 34 féminas víctimas de violencia de género a quienes se les aplicó un programa de intervención multicomponente de ocho sesiones la cual constó en una combinación de terapia psicológica grupal y actividades de aventura realizándose una evaluación previa y posterior. Respecto a sus resultados obtenidos de este trabajo piloto, indicaron efectividad de su intervención multicomponente cognitivo conductual con relación a la autoestima, la autoeficacia y la depresión en las víctimas del grupo experimental.

Cava et al. (2022) realizó un estudio en España, planteando su objetivo principal que buscó evaluar los efectos del programa DARSI en el desarrollo de una percepción más adecuada del amor, la reducción de la tolerancia hacia el abuso en las relaciones románticas y la reducción de la perpetración de violencia en el noviazgo adolescente. Dicho estudio presentó 129 adolescentes a los cuales se les aplicó la Escala de percepción del amor, la Escala de Actitudes de Tolerancia hacia el Abuso y el Inventario de conflictos en las relaciones de noviazgo adolescentes – CADRI. Dentro de sus resultados evidenciaron disminuciones significativas con respecto a las percepciones poco saludables del amor como es la vinculación de éste con el control y la dependencia indicando así posturas más saludables y adaptativas sobre el respeto y la comunicación con relación al amor; asimismo, se redujo la conformidad hacia los actos violentos en las relaciones románticas y la perpetración de la violencia durante el noviazgo en el grupo intervenido por lo cual se apoyó la implementación en los contextos educativos de programas que estén enfocados en el desarrollo de las relaciones románticas no violentas, es decir, saludables en la población adolescente.

Akazawa et al. (2021) ejecutaron su trabajo de investigación en Japon, en la cual tuvieron como objetivo principal desarrollar un programa de prevención de la violencia en el noviazgo. Su muestra estuvo compuesta por 79 estudiantes como grupo de tratamiento y 71 como grupo control, a quienes se le realizaron encuestas previas, posteriores y a los cinco meses de la ejecución de su programa el cual constó en conferencias respecto a asertividad, con respecto a la autoexpresión, toma de perspectiva para pensar desde el punto de vista de la pareja y sobre la violencia en el noviazgo. Tras la aplicación, evidenciaron efectos significativos y positivos para la mejora y retención a largo plazo referente a la violencia y una mejora a corto plazo de la formación de relaciones asertivas; no obstante, indicaron que no se encontró un cambio significativo respecto a la persuasión-negociación asertiva y a la toma de perspectiva.

Rey et al. (2020) concibieron a modo de objetivo principal durante la investigación realizada en Colombia, desarrollar y someter a prueba lo eficaz que resulta su programa en parejas jóvenes solteras quienes hayan vivenciado tratos negativos. Dicho trabajo tuvo un diseño cuasi - experimental, contando con un total de 12 parejas adolescentes y jóvenes con quienes se utilizó una Entrevista semiestructurada para las víctimas de Maltrato Doméstico, el Inventario de expresión de Ira Estado II, el Cuestionario de Aserción en la pareja, la Lista de Chequeo de experiencias de maltrato en la pareja Forma A, la Escala de actitudes hacia la violencia íntima y el Cuestionario de Satisfacción con el Tratamiento. En cuanto a sus resultados de su programa que incluyó la psicoeducación en cuanto a la violencia, esquemas cognitivos y supuestos acerca del noviazgo, evidenciando disminuciones significativas en su grupo experimental a diferencia de su grupo control, encontrando posiciones favorables sobre agresión, comunicación pasiva, recurrentes tratos negativos; y fortaleciendo la comunicación asertiva.

Navarro, et al. (2020) en su estudio llevado a cabo en España mantuvieron como objetivo disminuir las cogniciones distorsionadas y posturas relacionadas a la agresión en las relaciones de noviazgo. Dicha investigación tuvo un diseño cuasi experimental, el cual contó con 71 adolescentes los cuales fueron evaluados con el Inventario de Sexismo Ambivalente, el Inventario de Ambivalencia hacia los



hombres y la Escala de Mitos, Falacias y Creencias Erróneas sobre el Ideal amor romántico. Dentro los hallazgos, lograron una disminución significativa con tamaño al efecto en todas las dimensiones, donde el grupo experimental denotó mayor modificación en comparación con el de control reduciendo notoriamente aquellas actitudes y creencias que están vinculadas con la agresividad dentro de una relación sentimental en adolescentes.

Hernández et al. (2021) realizaron su investigación en Chile cuyo fin fue reestructurar las distorsiones cognitivas relacionadas al amor romántico de un grupo de adolescentes para prevenir conductas violentas en sus relaciones. Este estudio usó un diseño investigación-acción dividido en cuatro fases (planificación, acción, observación, y reflexión) y se contó con 13 adolescentes a los cuales se les realizaron técnicas como la observación, grupos focales, el taller participativo, la técnica de registro de audio y el diario del investigador y finalmente la entrevista grupal. Los resultados indicaron que el programa de corte cognitivo conductual permite modificar pensamientos irracionales respecto al romance y pareja, generando una modificación de dichos patrones desadaptativos de pensamiento.

Parra (2021) mantuvo su objetivo de analizar resultados de investigaciones recientes realizadas en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que contribuya con una visión amplia sobre características, factores de riesgo, como identificar instrumentos de evaluación y la eficacia de tratamientos psicoterapéuticos usadas en las víctimas; por ende, presenta un diseño de revisión bibliográfica de los artículos más actuales posibles. Tuvieron como resultados que dichos trabajos de investigación poseen estrategias y técnicas que en su mayoría se trabajan desde un enfoque cognitivo enfocado en los acontecimientos violentos para fomentar el bienestar mental y/o emocional, y la reinserción a su vida cotidiana ya que se ha podido modificar pensamientos negativos y aquellas creencias equivocadas respecto a las relaciones de noviazgo y la violencia mediante una reestructuración cognitiva hacia ideas más realistas.

Por ello, es importante poder conocer más acerca la variable de creencias irracionales, la cual se conceptualiza desde una teoría de Terapia Racional Emotivo

Conductual (TREC) como cogniciones que desarrollan, formulan y afirman los seres humanos de manera rígida y absolutista, asumiendo dichos pensamientos como verdades absolutas las cuales no pueden ser objeto de contradicción de ninguna forma, pudiendo ser expresados verbalmente en frases que incluyan términos como: “debería, tengo que, debo hacerlo necesariamente, es mi obligación”; dichos patrones rígidos de pensamiento generan emociones negativas que concluyen en conductas disfuncionales como violencia, agresiones, evitación, aislamiento, entre otros (Ellis, 1999).

Asimismo, las creencias irracionales, se explican desde la misma teoría de TREC como aquellos postulados y formulaciones de índole filosófica tales como el estoicismo, en donde se plantea que los seres humanos no tienen razones para preocuparse por las situaciones, sino sólo se pueden generar opiniones al respecto, de este modo no existe lo bueno o malo, sino es la interpretación que da la persona a la situación la que le dota de significado a la misma (Ellis, 1992).

De este modo, la teoría de la TREC propone que son las exigencias absolutistas, dogmáticas y exigentes las que generan la perturbación emocional, comportamientos disfuncionales o irracionales que para la mayoría serían incomprensibles dada su naturaleza carente de lógica y los trastornos psicológicos; sin embargo, poseen una mayor cantidad de tiempo de vida y de felicidad en los seres humanos debido a que se caracterizan basado en los valores, metas e ideales que la misma persona elige y no los que le son impuestos; también utilizan maneras flexibles, lógicas y científicas de lograr cumplir dichos valores (Ellis y Russel, 1990).

Es por eso, que las creencias irracionales influyen en los entornos del ser humano, como puede ser en sus relaciones de pareja, la cual se define como una unión afectiva entre dos seres humanos que tienen algún tipo de atracción, de esta forma se genera una relación sentimental, donde el respeto es clave para una interacción saludable y funcional entre los miembros de dicho sistema, de lo contrario, se generan conflictos manifestados en actitudes y conductas negativas cuyo fin es la separación; dado que la funcionalidad del sistema de pareja se basa

en escucha activa, comunicación asertiva, comprensión y cooperación (Morales, 2016).

Además, Zinker (1994) conceptualiza a la pareja como un sistema de personas quienes llegan al mutuo acuerdo de estar juntas física y emocionalmente por un largo periodo de tiempo, logrando su continuidad; en ese sentido, una pareja es un nuevo sistema, que posee su propia forma de relacionarse y ser diferente a los sistemas de los que provienen, los cuales son las familias de cada miembro; esto indica que cada miembro de la relación amorosa trae consigo mitos, creencias, normas y expectativas establecidas a lo largo de su vida en distintos sistemas en los cuales se desenvuelve, sobre todo en la familia y en la convivencia con la misma.

Ante ello, cuando en la pareja se presencia ideas irracionales puede originar conductas violentas, es por eso que la Organización Panamericana de la Salud (OPS, s.f.) concibe a la violencia como la predisposición a efectuar daño sobre otra persona, para ello se utiliza la fuerza del tipo física, dicho daño puede darse tanto para la misma persona que lo ejerce, para otra persona o para otro grupo de personas, las consecuencias de esta afectación son tanto físicas como psicológica, pudiendo provocar de forma directa o indirecta la muerte.

Por tal razón, existen creencias irracionales que predisponen a las mujeres a normalizar y someterse a violencia ejercida por su pareja, siendo estas desarrolladas por estilos de crianza disfuncionales, patrones violentos de relación entre padres y ciertos tipos de cultura en las que están presentes de forma arraigada creencias irracionales que estimulan la violencia como: “La mujer debe soportar la violencia para salvaguardar la unión familiar”, “Celar es querer”; este tipo de creencias constituyen un factor de riesgo para que uno de los miembros de una pareja se someta y acepte tratos negativos ya sea de forma verbal, física o psicológica (Maceiras, 2016).

Muchas de estas creencias que generan u originan la violencia se deriva de factores como los mitos del amor romántico como es el de la media naranja, de la pasión eterna (todo es para siempre), la omnipotencia (el amor todo lo puede), el matrimonio, los celos como prueba del amor, la exclusividad y el mito del emparejamiento, es decir se necesita de alguien para ser felices completamente (Bonilla y Rivas, 2020); asimismo, otro factor es el sexismo, lo cual indica como aquel conjunto de creencias que van a manifestarse mediante conductas que muestre desigualdad y desprecio entre hombre con mujeres y viceversa, marcando diferencias en ambos sexos en base a los roles sociales y cómo estos pueden relacionarse (Carretero y Nolasco, 2019).

Todo ello generará conductas violentas, las cuales pueden manifestarse de diversas formas, tales como:

- **Violencia física:** indica que la OMS hace mención a aquella fuerza física que se ejerce de manera intencional dirigida hacia otra persona como pueden ser golpes, patadas, empujones, entre otras conductas que van generar traumatismos, problemas de desarrollo, daños psicológicos e inclusive la muerte (Organización Internacional del Trabajo, 2016).
- **Violencia psicológica:** hace referencia a la ausencia de contacto físico ya que se hace uso de frases descalificantes que van a originar minimizar a la otra persona como puede ser la presencia de insultos, desvalorizaciones, amenazas que a consecuencia pueden originar sentimientos de soledad, daño en la autoestima, aislamiento, entre otras (Romero, 2020).
- **Violencia sexual:** indica aquellas acciones de índole sexual ejercida sobre otra persona sin ser deseado o consentir dichos actos, como pueden ser los comentarios fuera de lugar, las insinuaciones sexuales no consentidas, tocamientos indebidos del cuerpo, acoso o abuso sexual y/o exhibición de las partes íntimas (Romero, 2020 y Pedroso y Fortunato, 2021).
- **Violencia económica:** hace referencia al control o dominio ejercido por parte

de uno de los miembros de la pareja mediante el uso del poder adquisitivo para anteponer los propios ideales antes que los demás miembros de la familia (Silva y Vázquez, 2019).

De modo que, existe un ciclo de agresión dentro de la relación afectiva de pareja, el cual consta de 3 etapas (Amor et al., 2006):

- En la primera fase, la violencia se ejerce de forma sutil a través de comportamientos orientados a mantener el control sobre la otra persona, gestos desaprobatorios ante acciones que el victimario considera negativas y ofensas de muy bajo calibre tomadas en la mayoría de casos como bromas; existen creencias irracionales que minimizan conductas agresivas como “No hay pareja perfecta”, “Si lo amo acepto sus defectos”; causando que sutilmente se espere que el potencial agresor cambie, llegando a la conclusión irracional de que es absolutamente necesario soportar y resistir por el bien de la relación.
- En la segunda etapa, los comportamientos agresivos se tornan crónicos presentándose con una alta frecuencia e intensidad, ante ello, quien ejerce violencia, pretende a través de comportamientos encantadores y apelando al aspecto afectivo, generar ternura, sentimientos de culpa y dependencia afectiva en la víctima, de este modo quien sufre la violencia llega a la conclusión irracional de que lo sucedido es su culpa.
- En la tercera etapa, la persona violentada percibe que dichos comportamientos son parte de la personalidad de su pareja, por ende, son cualidades que no se pueden cambiar, de este modo se normalizan los distintos tipos de agresiones, sumado a creencias irracionales previas se genera una visión distorsionada sobre el concepto de pareja.

Frente a estas situaciones, existen técnicas que contribuyan con la modificación de dichas creencias y de tal manera permita reducir conductas violentas o normalizarlas dentro de las relaciones en el noviazgo; y para ello, es

primordial trabajar con el área cognitiva de las personas por lo que algunas técnicas son:

Reestructuración cognitiva: La reestructuración se basa en poder ayudar al paciente/cliente a identificar y examinar y desafiar sus pensamientos irracionales, de tal modo que pueda evidenciar la validez y utilidad de dichas creencias y las sustituya por otras más realistas y funcionales, permitiendo así que pueda reducir o eliminar la perturbación emocional y/o conductual asociada; además, se considera que muchos de estos pensamientos pueden ser tomados en cuenta como hipótesis y durante la terapia el paciente en conjunto con el terapeuta desafíen y refuten sobre sus distorsiones (Caro, 2007); asimismo, se tiene en cuenta que los pensamientos irracionales carecen de sustento real y objetivo (Sánchez y Olivares, 1999).

Técnica del A-B-C-D-E (Machacuay y Rodriguez, 2021):

- La A: hace referencia a la experiencia o situación externa que ha vivido el individuo. Por ejemplo: “Ruptura de una relación amorosa”
- La B: indica a las creencias irracionales que se crearán sobre el acontecimiento vivido. Por ejemplo: “Es terrible que me suceda esta situación, nadie me quiere, mi vida ya no tiene sentido”.
- La C: refiere a las consecuencias emocionales, fisiológicas y/o conductuales que se originan a raíz de la situación previa. Por ejemplo: “Me siento muy triste, no quiero ir a clases, no tengo ganas de comer”.
- La D: Se debaten las creencias irracionales mediante los juicios racionales. Por ejemplo: Aceptar la situación, “puedo superar la ruptura, y mi felicidad no depende de nadie, solo de mí”.
- La E: Indica a aquel efecto emocional luego de discutir aquella creencia irracional que se presencié previamente para lograr una conducta adecuada y compatible con la emoción funcional. Por ejemplo: “Puedo seguir

cumpliendo mis metas, esforzarme en mis clases y voy a disfrutar de la vida”.

Disputa socrática: consiste en instruir al paciente respecto a las consecuencias perjudiciales y negativas tanto a nivel comportamental como afectivo de mantener una creencia irracional, tras ello se le propone una alternativa de pensamiento más saludable; de este modo, genera sus propias reflexiones y argumentos en contra de la idea irracional. Se pide al paciente que repita la explicación que se le dio de la forma más detallada posible, la eficacia de la técnica consiste si el paciente interiorizo las consecuencias perjudiciales del mantenimiento de su creencia irracional (Caro, 2007).

Frente a ello, se considera importante desarrollar un programa de intervención el cual resulta relevante considerar el apoyo del círculo social de los participantes ya sean familiares, amigos o pareja, durante los programas se intenta proporcionar al participante las herramientas necesarias para afrontar alguna situación adversas, tras practicarlos se espera que estas estrategias sean utilizadas en un entorno natural (García y Méndez (2017).

Asimismo, un programa de intervención es una propuesta metodológica la cual consta de herramientas y técnicas psicológicas que contribuirán al bienestar del participante; así como también, cualquier programa de intervención debe poseer un sustento teórico que lo respalde, sumado a ello, debe utilizarse materiales didácticos que permitan la fácil comprensión de los usuarios respecto al tema y adoptando un lenguaje simple de acuerdo a la población intervenida (Corrales, et al., 2017).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo aplicada, desde un enfoque cuantitativo la cual hace referencia como aquel estudio e investigación científica que tiene como finalidad poder solucionar o mejorar problemas prácticos como el modificar las creencias irracionales respecto a la violencia en adolescentes víctimas mediante el programa, en la que se procede a administrar y usar aquellos conocimientos como teorías, métodos y/o técnicas investigadas para que de esa manera se encuentre soluciones al enigma presentado (Villanueva, 2022). Este tipo de investigación aplicada se caracteriza por presentar un fundamento teórico y aplicar dicho conocimiento a la práctica; además permitirá resolver la problemática de violencia en el noviazgo que aquejan a la sociedad (Rebollo y Ábalos, 2022)

##### 3.1.2. Diseño de investigación

La investigación presenta un diseño experimental, el cual tiene como finalidad poder contrastar, verificar hipótesis, leyes o modelos teóricos planteadas en un estudio, además de predecir y controlar los hechos mediante el experimento (Ñaupas et al. y Villanueva, 2022).

Se utilizó el tipo pre experimental, en el cual se realiza el proceso de intervenir únicamente a un grupo sin alterar de forma deliberada la variable a estudiar (Galarza, 2021).

Esquema:

**GE 01 X 02**

En dónde:

**GE:** Grupo experimental

**01:** Pre test

**X:** Programa para modificar creencias irracionales

**02:** Post test



### 3.2. Variable y operacionalización

#### Variable independiente: Programa

- **Definición conceptual:** un programa de intervención es una propuesta metodológica la cual consta de herramientas y técnicas psicológicas que contribuirán al bienestar del participante; así mismo, cualquier programa de intervención debe poseer un sustento teórico que lo respalde (Corrales, et al., 2017).
- **Definición operacional:** El programa de intervención ayuda a eliminar o modificar aquellas creencias irracionales respecto a la violencia con ayuda de técnicas bajo un enfoque cognitivo. Este programa consta de un total de 10 sesiones con una duración de 50 minutos.

#### Variable dependiente: Creencias irracionales

- **Definición conceptual:** las creencias irracionales se conocen como aquellas cogniciones que son generadas por las personas y son consideradas como verdaderas, por lo que en consecuencia conlleva a conductas disfuncionales como la violencia, agresiones, aislamiento, evitación, etc. (Ellis, 1999).
- **Definición operacional:** las creencias irracionales se miden a través de la Escala breve de creencias sobre violencia de género, el cual consta de 24 ítems con dos dimensiones.
- **Indicadores:** El instrumento cuenta con los siguientes indicadores: Actitud, Norma Subjetiva, Violencia física y sexual, y Violencia psicológica y económica.
- **Escala de medición:** tiene una escala ordinal ya que ésta permite ordenar a la variable categóricamente y/o gradualmente, de esta manera se podrá clasificar la cantidad de forma numérica o cualitativa (Oyola, 2021). Los niveles en los que se evaluará la variable, son Muy Bajo, Bajo, Moderado, Alto y Muy Alto.

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

#### **3.3.1. Población**

La población son todos aquellos elementos parte del sistema total a los cuales el investigador tiene facilidades de acceso o una sola unidad que forma parte al ámbito en el cual tiene lugar el estudio (Condori, 2020); es por ello que está conformada por un aproximado de 1700 estudiantes de una institución educativa de Trujillo.

##### **- Criterios de inclusión**

Adolescentes que han mantenido o mantienen una relación de pareja.

Adolescentes que han sufrido algún tipo de violencia de pareja.

Adolescentes entre las edades de 14 a 18 años.

##### **- Criterios de exclusión**

Adolescentes que no desean participar del estudio.

Adolescentes que están formando parte de un programa similar.

Adolescentes que no se encuentran presentes.

#### **3.3.2. Muestra**

Según Hernández (2021), la muestra es una parte representativa de la población, son aquellos elementos o individuos que comparten características similares a la del sistema en su totalidad, es por ello que los resultados obtenidos se pueden extrapolar y generalizar. Por ende, nuestra muestra se conformó por 25 adolescentes estudiantes de secundaria que actualmente se encuentran cursando clases presenciales.

#### **3.3.3. Muestreo**

El tipo de muestreo para la investigación es no probabilístico por conveniencia el cual consiste en la elección de la muestra de manera conveniente en base a los criterios preestablecidos por el investigador según la situación presentada (Niño, 2021).

### **3.3.4. Unidad de análisis**

Según Sánchez et. al. (2021), la unidad de análisis a aquellos elementos representativos de los temas que serán objeto de estudio, siendo de gran interés para la investigación. Por lo tanto, se considera un adolescente víctima de violencia en el noviazgo.

### **3.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos**

La técnica utilizada en la investigación es la encuesta, la cual está conceptualizada como un conjunto de cuestionamientos que se realiza a una muestra de la población que se estudiará o intervendrá, esto respecto al tema a investigar, se tiene como objetivo final recolectar datos para la realización del estudio, gracias a este método se logra inferir las respuestas de toda la población (Herrero, 2021).

El instrumento es la Escala Breve de Creencias sobre violencia de género (CVG-DEJDS) de Arenas et al. (2019); el cual consta de 24 ítems que tienen cinco opciones de respuesta de tipo Likert como Muy de acuerdo, De acuerdo, Indeciso, En desacuerdo y Muy en desacuerdo. Esta escala está dirigida a la población tanto hombres como mujeres en adolescentes, jóvenes y adultos con el objetivo de identificar las creencias sobre la violencia de género; además posee dos dimensiones, la primera es Creencia compuesta por indicadores como Actitud y Norma subjetiva, y como segunda dimensión es la Conducta y presenta los indicadores de Violencia física y sexual, y Violencia psicológica y económica.

Respecto a sus propiedades psicométricas se realizaron en una población colombiana, presenta una confiabilidad de alfa de Cronbach de 0.89 lo cual indica que se encuentra dentro de los parámetros adecuados; además de su Análisis Factorial Confirmatorio en el que se obtuvo índices de bondad y ajuste (NFI=0,97; CFI=0,98; IFI=0,97; MFI=0,99) indicando que el instrumento es útil para el uso en otras investigaciones que permite como herramienta para futuras generaciones. Para la presente investigación, Delgado y Huaranga (2023) realizó en la población peruana una validación

de contenido por juicio de expertos y mediante la V de Aiken determinando de ésta manera que los ítems son considerados pertinentes, relevantes y claros tras obtener un valor mayor a .80 indicando a los ítems como válidos; asimismo, se llevó acabo la confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach alcanzando el 0.98 y finalmente se realizó el Análisis Factorial Confirmatorio que posee índices de bondad de ajustes aceptables ( $\chi^2/gf$  3.6; RMSEA .094; SRMR .067; CFI .918; TLI .910).

### **3.5. Procedimiento**

Para comenzar el trabajo de investigación primero se solicitó una carta de presentación a escuela Profesional de Psicología para posteriormente acudir a la Institución Educativa de Trujillo y poder recibir la autorización de la ejecución del programa de intervención. Tras conseguir la autorización se procede a coordinar con los directivos a fin de poder establecer horarios oportunos en los que se aplicará el programa. Posteriormente se realizó la entrega del consentimiento informado a la tutora (apoderada) encargada de la sección para dar inicio al programa; el cual comenzó el 05/04/2024 con la sesión N° 1 donde se realizó la presentación de los facilitadores, así como también de los estudiantes; a continuación, se ejecutó la aplicación del pre test para evaluar el nivel de creencias en los beneficiarios y luego continuar con la dinámica propuesta y exposición/retroalimentación breve del tema. La sesión N° 2 se ejecutó el 12/04/2024 realizando la retroalimentación y seguidamente la dinámica en la que se obtuvo la participación de opinión crítica de todos los estudiantes, y a raíz de ello explicar y trabajar la técnica del ABC para que posteriormente se trabaje con un caso propuesto.

Por consiguiente, el 16/04/2024 se realizó la sesión N° 3 dando continuación a la sesión anterior; es decir, continuar con la parte dos de la técnica en la que se fomenta el cambio de los pensamientos y/o creencias con un análisis de caso. En la fecha 19/04/2024 se procedió a ejecutar la sesión N° 4 en la cual se desarrolló la técnica completa del ABCDE tomando en cuenta las creencias irracionales vinculadas a los mitos sobre el “amor”; posteriormente, en la sesión N° 5, se aplicó el 26/04/2024 trabajando un

juicio racional que permita entender y reestructurar las actitudes que se presentan en la pareja cuando existe violencia, de tal manera que sean los mismos estudiantes que se cuestionen unos con otros e identifiquen su sustento real para aceptar dichos comportamientos de su pareja. Posteriormente, el 03/05/2024 se trabajó la sesión N° 6 donde se realizó una escenificación general acerca de los tipos de violencia (física, psicológica, sexual y económica) tomando en cuenta los papeles del agresor y víctima y viceversa de tal manera que exploren las emociones que se presentan ser parte de ambos papeles. En la fecha 07/05/2024 se realizó la sesión N° 7 se trabajó de manera más específica y detallada la violencia física y sexual, así como también las creencias que existen detrás de estas conductas; asimismo, en la sesión N° 8 la cual se efectuó el 10/05/2024 siendo más específicos en la violencia psicológica y económica mediante un juego de roles que permitió identificar y cuestionar las creencias poniendo en práctica la reestructuración cognitiva. Seguidamente, en la sesión N° 9, se aplicó el 14/05/2024, trabajando un debate socrático entre los beneficiarios referente a los roles que tiene el hombre o la mujer con su pareja y viceversa, y con ayuda de los facilitadores se somete a veracidad todas las creencias mencionadas. Por último, el 17/05/2024 se desarrolló la sesión N° 10 en la que se trabajó mediante la técnica de debate socrático y juego de roles las diferencias de comportamientos que existen con y sin presencia de pensamientos irracionales en relación a las normas que suelen cumplirse durante las relaciones de pareja y concluyendo con la aplicación del pos test.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Los resultados logrados se trabajaron con ayuda del Microsoft de Excel y seguidamente del programa IBM SPSS Statistics 25 que permitirán obtener estadísticas adecuadas y confiables para la interpretación y discusión de lo obtenido aplicando la estadística descriptiva e inferencial.

### **3.7. Aspectos éticos**

Según el Código de Ética en investigación de la Universidad César Vallejo en primera instancia se considera importante promover la originalidad del proyecto de investigación teniendo en cuenta los derechos de autores de información previamente tomada; asimismo, se valora la autonomía de los estudiantes si desean formar parte de la investigación o que pueden retirarse en cualquier momento así como también se busca mantener el bienestar de los mismos dando un trato igualitario durante el desarrollo de la investigación.

Así como también se considera el código de ética de Núremberg donde se menciona que se debe obtener el consentimiento voluntario de los participantes y sea libremente al determinar su permanencia durante la intervención; además de que este trabajo es únicamente con fines provechosos para beneficio de la sociedad evidenciando la ausencia de algún daño físico o mental sobre los adolescentes.

#### IV. RESULTADOS

##### Análisis descriptivo

**Tabla 1**

*Nivel de creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo*

Nivel	Creencias irracionales			
	Pre-Test		Post-Test	
	fi	%	fi	%
Creencia sumamente limitante	1	4.0%	0	0.0%
Existente y probablemente limitante	10	40.0%	0	0.0%
No hay creencia	14	56.0%	25	100.0%
Total	25	100%	25	100%

**Nota.** Frecuencia absoluta simple (fi) y frecuencia relativa simple (%)

De acuerdo con la tabla 1, en el pretest el 4% de los adolescentes presentaba una creencia sumamente limitante, el 40% percibía una creencia existente y probablemente limitante; es decir con ideas o pensamientos negativos, que podría impedir el alcance de sus metas, ser felices y vivir al máximo su potencial. Luego de la aplicación del programa en todos los casos pasaron al nivel de no hay creencia. Estas creencias suelen ser falsas o distorsionadas, pero se da por cierta y se aceptan como parte de la realidad.

**Tabla 2**

*Nivel de las dimensiones e indicadores de las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo*

Niveles	Actitud				Norma subjetiva				Dimensión creencia			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Alta	1	4.0%	0	0.0%	2	8.0%	0	0.0%	1	4.0%	0	0.0%
Media	10	40.0%	0	0.0%	19	76.0%	2	8.0%	15	60.0%	0	0.0%
Baja	14	56%	25	100%	4	16.0%	23	92.0%	9	36.0%	25	100%
Total	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%

**Nota.** Frecuencia absoluta simple (fi) y frecuencia relativa simple (%)

En la tabla 2 se aprecia que en el pretest en el nivel alto el mayor porcentaje se dio en las normas subjetivas con un 8% luego del desarrollo del programa en el post test ninguno alcanzó el nivel alto. En el nivel medio el mayor porcentaje en el pretest se mostró también en las normas subjetivas con un 76% luego del desarrollo del programa en el pos-test se observó un valor del 8% en las normas subjetivas. En el nivel bajo la actitud alcanzo el mayor porcentaje con un 100%.



**Tabla 3**

*Nivel de las dimensiones e indicadores de la violencia en adolescentes víctimas en el noviazgo*

Niveles	Violencia física y sexual				Violencia psicológica y económica				Dimensión violencia			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Severa	2	8.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	4.0%	0	0.0%
Moderada	4	16.0%	0	0.0%	5	20.0%	0	0.0%	4	16.0%	0	0.0%
Leve	19	76%	25	100%	20	80.0%	25	100%	20	80.0%	25	100%
Total	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%	25	100%

**Nota.** Frecuencia absoluta simple (fi) y frecuencia relativa simple (%)

En la tabla 3, se observa que se percibía una violencia física y sexual severa en el 8% de los adolescentes en el pretest, luego del desarrollo del programa no quedó ninguna con esa percepción. En el caso de la violencia psicológica y económica se obtuvo el mayor porcentaje 20% en el pre test, luego del desarrollo del programa ninguno se mostró en este nivel.

## Análisis Inferencial

**Tabla 4**

*Prueba de normalidad Shapiro Wilk*

	Estadístico	Shapiro-Wilk gl	Sig.	Normal
Diferencia actitud	,841	25	,001	No
Diferencia norma subjetiva	,950	25	,247	Sí
Diferencia creencia	,941	25	,159	Sí
Diferencia violencia física y sexual	,815	25	,000	No
Diferencia violencia psicológica y económica	,957	25	,359	Sí
Diferencia violencia	,893	25	,013	No
Diferencia creencia irracional	,930	25	,087	Sí

**Nota.** La prueba Shapiro-Wilk se aplica en muestras menores de 50 individuos, el análisis de la prueba de hipótesis de la normalidad de los datos se resume en la columna "normal".

**Tabla 5**

*Prueba T de Student pretest y post test de las creencias irracionales en víctimas de violencia*

	Prueba de muestras emparejadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Diferencias emparejadas							
	Media	Desv.	Desv. Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia				
			Inferior	Superior				
Pretest - Post test creencias irracionales	19,360	14,209	2,842	13,495	25,225	6,812	24	,000

**Nota:** Significación estadística al 1%

En la tabla 5 se expone la media, la desviación estándar de la diferencia pretest – post test de las creencias irracionales; se observa que existen diferencias altamente significativas de acuerdo con el valor de la t de Student para las creencias irracionales ( $t_{(24)} = 6.812$ ;  $P < 0.01$ ).

### **Contraste de hipótesis general**

La prueba estadística t de Student para datos paramétricos, a un nivel de Significación P de dos factores  $p = 0.000 < 0.01$ ; nos asegura evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis general nula de manera altamente significativa para ( $H_0$ ) indicando que hay una variación en las creencias irracionales con relación al pretest y pos-test.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis general de investigación:

$H_1$ : Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

**Tabla 6**

*Prueba de rangos con signo de Wilcoxon pretest y post test de las creencias irracionales a las actitudes*

	Pre-test actitud - Post test Actitud
Z	-3,926 <sup>b</sup>
Sig. asintótica(bilateral)	,000

**Nota.** a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

De acuerdo con la tabla 6, indica que hay una variación en las creencias irracionales respecto a las actitudes con relación al pretest y pos-test.

### **Contraste de hipótesis específica 1**

La prueba Wilcoxon para datos no paramétricos, a un nivel de Significación  $p=0.000 < 0.01$ ; nos asegura evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis específica nula de manera altamente significativa para ( $H_1$ )

Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica 1 de investigación:

$H_1$ : Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a las actitudes en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

**Tabla 7**

*Prueba t de Student pretest y post test de las creencias irracionales respecto a las normas subjetivas*

	Prueba de muestras emparejadas						t	gl	Sig. (bilateral)
	Diferencias emparejadas				95% de intervalo de confianza de la diferencia				
	Medi a	Desviació n	Error promedio						
Pretest - Pos- test normas subjetivas	6,920	4,271	,854		5,157	8,683	8,101	24	,000

**Nota:** Significación estadística al 1%

Se observa que existen diferencias altamente significativas de acuerdo con el valor de la prueba t de Student para las creencias irracionales respecto a las normas subjetivas ( $t_{(24)} = 8.101$ ;  $P < 0.01$ ).

### **Contraste de hipótesis específica 2**

La prueba estadística t de Student para datos paramétricos, a un nivel de Significación P de dos factores  $p = 0.000 < 0.01$ ; nos asegura evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis específica nula de manera altamente significativa para ( $H_2$ ) indicando que hay una variación en las creencias irracionales con respecto a las normas subjetivas con relación al pretest y post-test.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica 2:

$H_2$ : Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a las normas subjetivas en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

## Tabla 8

*Prueba de rangos con signo de Wilcoxon pretest y post test de las creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual*

Estadísticos de prueba <sup>a</sup>	
	Pre-test - Post test violencia física y sexual
Z	-3,731 <sup>b</sup>
Sig. asintótica(bilateral)	,000

a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon

b. Se basa en rangos positivos.

De acuerdo con la tabla 8, indica que hay una variación en las creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual con relación al pretest y post-test.

### Contraste de hipótesis específica 3

La prueba Wilcoxon para datos no paramétricos, a un nivel de Significación  $p=0.000<0.01$ ; nos asegura evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis específica nula de manera altamente significativa para ( $H_3$ )

Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica 3 de investigación:

$H_3$ : Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

**Tabla 9**

*Prueba t de Student pretest y post test de las creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica*

	<b>Prueba de muestras emparejadas</b>						t	gl	Sig. (bilateral)
	Diferencias emparejadas								
	Medi a	Desviació n	Error promedio	95% de intervalo de confianza de la diferencia					
Inferior				Superior					
Pretest - Pos-test violencia psicológica y económica	2,880	3,655	,731	1,371	4,389	3,94 0	2 4	,001	

Se observa que existen diferencias altamente significativas de acuerdo con el valor de la prueba t de Student para las creencias irracionales respecto a las a la violencia psicológica y económica ( $t_{(24)} = 3.940$ ;  $P < 0.01$ ).

#### **Contraste de hipótesis específica 4**

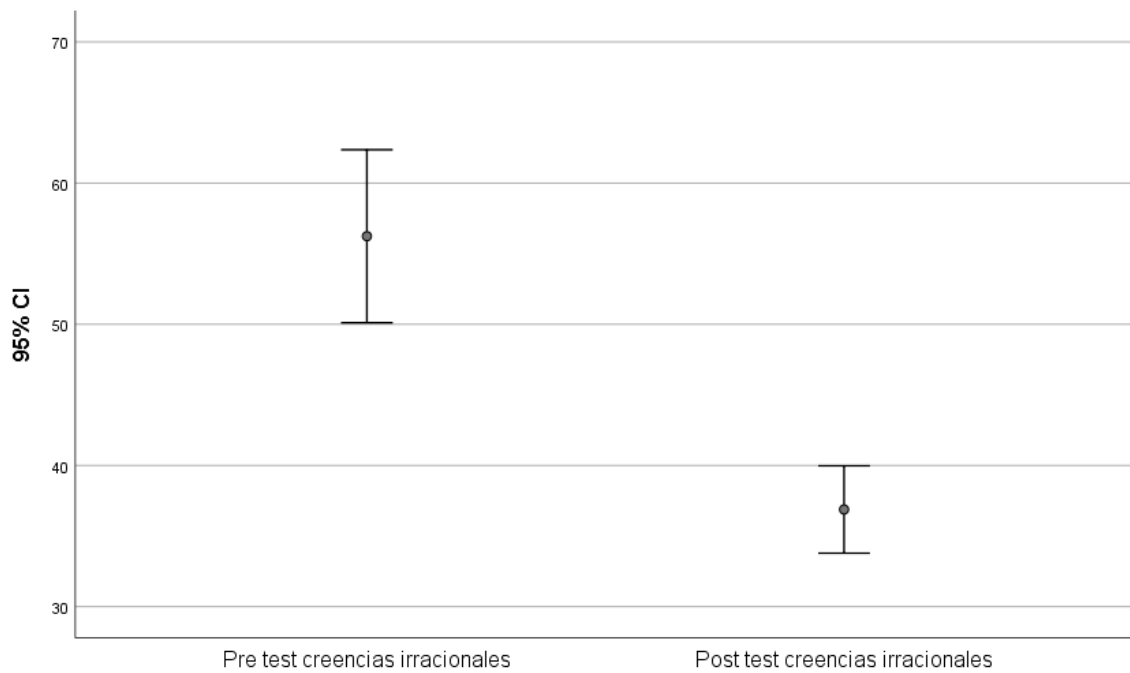
La prueba estadística t de Student para datos paramétricos, a un nivel de Significación P de dos factores  $p = 0.001 < 0.01$ ; nos asegura evidencia estadística suficiente para rechazar la hipótesis específica nula de manera altamente significativa para ( $H_4$ ) indicando que hay una variación en las creencias irracionales con respecto a la violencia psicológica y económica con relación al pretest y pos-test.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica 4:

$H_4$ : Existe un efecto significativo en el programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo en Trujillo.

## Figura 1

*Barras de error para las medidas pretest y post test de la variable creencias irracionales*



**Nota:** Comparación visual: el valor medio de una medida no se encuentra incluido dentro del valor medio de la otra medida, por lo que se concluye que si existen diferencias entre pretest creencias irracionales y el post test creencias irracionales.



## V. DISCUSIÓN

Las creencias irracionales influyen directamente en la conducta del ser humano, como pueden ser en los adolescentes quienes son más vulnerables e influenciados por su forma de pensar y creer cuando estos mantienen alguna relación de noviazgo, buscando de esta manera, optar por un rol de pareja oportuno para ellos mismos, en la que dichas conductas se rigen bajo sus creencias y/o percepciones, fomentando o dando inicio a conductas violentas durante sus relaciones (Villa, 2021).

En la presente investigación se planteó como objetivo general determinar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo, en el cual mediante la prueba de T de Student se evidenció diferencias significativas con respecto al pre test y pos test a cerca de las creencias irracionales ( $t_{(24)} = 6.812$ ;  $P < 0.01$ ); esto indica que existe un efecto significativo del programa diseñado y ejecutado que logró modificar dichos pensamientos irracionales en los adolescentes víctimas de violencia durante las relaciones de noviazgo. Esto se contrasta con Rey et al. (2020) quienes tras la aplicación de su programa obtuvieron resultados positivos, es decir, disminuciones significativas al evidenciar percepciones favorables en contra de la agresión, los tratos negativos ejercidos, así como también la práctica de una comunicación pasiva y a la vez fortaleciendo, por el contrario, una comunicación asertiva entre las parejas adolescentes. Como se indicó, las creencias irracionales se van generando y formando como parte de la realidad de las personas y que, con el transcurso del tiempo, oponerse a estas percepciones ocasionaría acciones desadaptativas ante los demás originando conductas violentas, de evasión o de control (Ellis, 1999). Asimismo, cuando se habla de la pareja, es aquel sistema en el que puede generarse la violencia ya que es aquí donde ambas personas que se unen física y afectivamente, comparten sus diferentes creencias, reglas, expectativas, tradiciones, costumbres, entre otras; lo que determinará el desenvolvimiento de su convivencia como adaptativa o desadaptativa (Zinker, 1994). Por ende, Parra (2021) indicó en su estudio sobre el análisis de tratamientos psicoterapéuticos identifican la eficacia de herramientas cognitivas que contribuyen con la transformación de las creencias irracionales como la reestructuración cognitiva que

permite transformar a pensamientos más racionales y realistas.

Seguidamente, se formuló como primer objetivo específico establecer el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las actitudes en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo, en la que se ha evidenciado una variación positiva entre el pre test y pos test de las creencias irracionales con relación a las actitudes que originen algún tipo de violencia en el sistema de la pareja mediante la prueba Wilcoxon para datos no paramétricos ( $p=0.000<0.01$ ). De esta manera, se corrobora con la investigación de Navarro et al. (2020) quienes buscaron disminuir las cogniciones y posturas irracionales con respecto a la agresión durante el noviazgo, evidenciando cambios notorios en las creencias y actitudes que se vinculan con la violencia en las relaciones sentimentales de los adolescentes. En muchas ocasiones, las creencias irracionales pueden vulnerar con mayor frecuencia a las mujeres originando que impongan la violencia como actos normales, lo cual puede deberse al permanecer en un ambiente en el que se infringe una crianza totalmente disfuncional y existan patrones violentos tomando actitudes favorables a los tratos negativos (Maceiras, 2016), por lo que se consideró importante generar una reestructuración cognitiva permitiendo que discrepen y cuestionen sus percepciones distorsionadas buscando racionalizar cada una de sus creencias (Caro, 2007), lo que permitió un cambio notorio con respecto a las actitudes presentes sobre la violencia en el noviazgo en relación a las creencias irracionales.

Por consiguiente, se planteó como segundo objetivo identificar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las normas subjetivas en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo, y de acuerdo con el valor de la prueba T de Student ( $t(24) = 8.101; P < 0.01$ ), se evidenció diferencias significativas debido a que existe una disminución en relación al pre test con el pos test sobre las creencias irracionales respecto a las normas subjetivas que fomentan o aceptan ciertas conductas violentas durante sus relaciones sentimentales. De acuerdo con Cava et al. (2022) en su investigación luego de la ejecución de su programa el cual tuvo efectos significativos al reducir aquellas percepciones desadaptativas del amor sobre cómo se debe llevar la vinculación afectiva

indicando que podría ser mediante el control y la dependencia; por lo tanto disminuyó la tolerancia con respecto al hecho de permitir conductas violentas fomentando así posturas más adaptativas a cerca de la comunicación en las relaciones sentimentales y el valor del respeto. Como bien se sabe, muchas de las normas subjetivas provienen del contexto social que conllevan a la violencia, algunos factores que influyen son los mitos como la pasión eterna, la omnipotencia, los celos como parte de una demostración de amor (Bonilla y Rivas, 2020) e inclusive la presencia de conductas sexistas, es decir, las diferencias entre ambos sexos por el rol social que éstos deberían cumplir (Carretero y Nolasco, 2019). Para ello se logró implementar una técnica cognitiva como el ABCDE que permite identificar aquellas situaciones desencadenantes de los pensamientos, emociones y conductas respecto a la violencia y que estos sean cuestionados de tal manera que se logren racionalizar de manera adecuada (Machacuay y Rodriguez, 2021) lo cual permitió en los participantes un cambio notorio de las creencias presentes en relación con las normas subjetivas.

En cuanto al tercer objetivo específico se planteó demostrar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo y de acuerdo con la prueba de rangos con signo de Wilcoxon pretest y post test ( $p=0.000 < 0.01$ ) se evidenció que existe una variación en las creencias irracionales sobre la violencia física y sexual; por lo tanto existe un efecto significativo tras la ejecución del programa. Estos resultados se relacionan con la investigación realizada por Akazawa et. al. (2021) tras la aplicación del programa, se reportan efectos sumamente relevantes y positivos orientados a la mejoría a largo plazo en la frecuencia con la que se generan conductas agresivas relacionadas a la violencia dentro del noviazgo; sin embargo, evidenciaron una falta de cambio con respecto a la persuasión-negociación asertiva y a la toma de perspectiva. Se considera que la violencia física es cualquier tipo de daño en la salud de la persona, realizándose a través de la fuerza física abusos traducidos en patadas, golpesos, empujones, entre otros. (Organización Internacional del Trabajo, 2016). Por otro lado, la violencia sexual consiste en acciones o comportamientos orientados a la sexualidad manifestados hacia otra persona sin su consentimiento, esto se ve traducido en

insinuaciones sexuales o tocamientos sin consentimiento. (Romero, 2020 y Pedroso y Fortunato, 2021). Con el fin de solucionar dicha problemática se logró implementar la técnica cognitiva como la disputa socrática que permite modificar creencias irracionales que predisponen al sujeto a experimentar emociones negativas y conductas disfuncionales tales como la aceptación de la violencia ejercida por la pareja, (Caro, 2007) permitiendo así el cambio significativo en los participantes al poder disminuir notoriamente las creencias relacionadas a la violencia física y sexual en las relaciones sentimentales.

En cuanto al cuarto objetivo, demostrar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo, según la prueba t de Student pretest ( $t(24) = 3.940; P < 0.01$ ), se observa que existen diferencias altamente significativas al evidenciar cambios sobre las creencias irracionales de estos tipos de violencia. Dichos resultados se relacionan con lo descubierto por Hernández (2020), quien buscó reestructurar las distorsiones cognitivas relacionadas al amor romántico de un grupo de adolescente, en sus resultados señalaron que dicho plan de intervención regido bajo el enfoque cognitivo conductual es pertinente en la modificación de pensamientos irracionales a cerca del romance y pareja, generando un cambio significativo en los esquemas de pensamiento de las personas intervenidas. En ese sentido, la violencia psicológica genera repercusiones negativas en la salud mental de la víctima, al usar frases de menosprecio al otro a través de insultos o amenazas. (Romero, 2020). Así mismo, la violencia económica se basa en un excesivo poder una de las personas que conforman la relación amorosa y quien tiene mayor capacidad adquisitiva es quien antepone sus decisiones en diversos contextos generando malestar y en el otro miembro de la pareja. (Silva y Vázquez, 2019). Ante ello, la técnica reestructuración cognitiva permite que las personas analicen la veracidad de las creencias que predisponen a permitir estos tipos de violencia, y al carecer de sustento real, se racionaliza y se disminuye la probabilidad de normalizar dichos tipos de agresiones (Caro, 2007); con ello se logró modificar las creencias presentes en los participantes, quienes se mostraron predispuestos a fomentar el cambio.

Tras el desarrollo de esta investigación, se ha evidenciado algunos factores favorables que han permitido el término de éste estudio; en cuanto a la población/muestra, se ha logrado obtener el fácil acceso para la intervención por parte de la institución educativa, así como también la participación activa, la colaboración, predisposición y proactividad por parte de los estudiantes intervenidos lo que ha permitido el desenvolvimiento de las actividades satisfactoriamente; además, las técnicas implementadas bajo el marco teórico de la Terapia Racional Emotivo Conductual que Ellis propone ha generado los cambios positivos cumpliendo el objetivo propuesto. No obstante, algunas de las limitaciones encontradas durante el desarrollo de la investigación fue la búsqueda de trabajos previos como artículos y revistas indexadas debido a la escasa cantidad de estudios de las variables tratadas.

## VI. CONCLUSIONES

1. Luego del análisis de datos se logró determinar el efecto de un programa para modificar creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo hallando que el 4% de los adolescentes en el pretest presentaba una creencia sumamente limitante y luego de la aplicación del programa pasó al nivel no hay creencia en el pos-test, la prueba t de student aplicada confirmó la existencia de diferencias altamente significativas en el pretest y post test, de acuerdo con el valor t de Student para las creencias irracionales ( $t(24) = 6.812$ ;  $p < 0.01$ ).
2. Así también se logró establecer el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las actitudes en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo existiendo una variación en las creencias irracionales respecto a las actitudes con relación al pretest y pos-test ( $Z = -3.926$ ;  $p < 0.01$ ).
3. De la misma forma se identificó el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a las normas subjetivas en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo encontrando diferencias altamente significativas entre el pretest y pos-test de acuerdo con el valor de la prueba t de Student para las creencias irracionales respecto a las normas subjetivas ( $t(24) = 8.101$ ;  $P < 0.01$ ).
4. También se demostró el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo existiendo variación en las creencias irracionales respecto a la violencia física y sexual con relación al pretest y pos-test ( $Z = -3.731$ ;  $p < 0.01$ ).
5. Finalmente, se demostró el efecto de un programa para modificar creencias irracionales respecto a la violencia psicológica y económica en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo hallando diferencias altamente significativas en el pretest y post test de acuerdo con el valor de la prueba t de Student para las creencias irracionales respecto a las a la violencia psicológica y económica ( $t(24) = 3.940$ ;  $P < 0.01$ ).

## VII. RECOMENDACIONES

- Proponer a los directivos de la Institución Educativa desarrollar el programa de intervención en las diferentes secciones de la institución educativa con el fin de generar progresivamente un cambio significativo en las creencias irracionales presentes en los estudiantes.
- A los participantes del programa, se sugiere mantener el compromiso de mantener en práctica las técnicas empleadas durante el desarrollo del programa con la finalidad de que sus creencias irracionales no perturben sus relaciones amorosas, sociales, familiares, etc.
- A los docentes, fomentar un ambiente seguro que permita a los estudiantes debatir abiertamente y cuestionar constantemente sus creencias o percepciones respecto algún tema o problemática que lo requiera.
- A las familias de los participantes se recomienda identificar situaciones de riesgo o factores que predisponen un ambiente hostil lleno de creencias irracionales o conductas violentas que repercuten negativamente en sus hijos.
- A la comunidad científica, debido a la escasez de estudios, se sugiere realizar nuevas investigaciones experimentales acerca de las creencias irracionales dentro del noviazgo; así como también trabajos correlacionales que identifiquen las relaciones entre los diversos factores que influyen en la formación de creencias irracionales.

## REFERENCIAS

- Akazawa, J.; Inosaki, A.; Ueno, J.; Shimomura, J. y Matsunami, T. (2021). Development and evaluation of a primary prevention program on dating violence for high school students. *Shinrigaku Kenkyu* 92(4), 248-256. <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85119927740&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=ca1630875a51d09b62948f8d9eb5657d&sot=b&sdt=b&s=%28TITLE%28program%29+AND+TITLE%28dating+AND+violence%29%29&sl=51&sessionSearchId=ca1630875a51d09b62948f8d9eb5657d&relpos=31>
- Amor, P.; Bohórquez, I. y Echeburúa, E. (2006). ¿Por qué y a que coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora?. *Acción Psicológica*, 4 (2), 129 – 154. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030758006>
- Arenas, D.; Pérez, E.; Forgiony, J.; Rivera, D. y Carrillo, S. (2019). Validación escala breve de creencias sobre violencia de género (CVG-DEJDS). *Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica*, 38 (5), 442. [https://www.redalyc.org/journal/559/55962867012/html/#redalyc\\_55962867012\\_ref24](https://www.redalyc.org/journal/559/55962867012/html/#redalyc_55962867012_ref24)
- Bonilla, E. y Rivas, E. (2020). Diseño y Validación de la Escala de Mitos del Amor Romántico. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 57 (4), 119-136. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2020-11/RIDEP57-Art9.pdf>
- Caro, I. (2007). *Manual Teórico - práctico de Psicoterapias Cognitivas*. Editorial Desclee de Bouwer S.A. <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/manual-tec3b3rico-prc3a1ctico-de-psicoterapias-cognitivas-2a-ed.pdf>
- Carretero, R. y Nolasco, A. (2019). Sexismo y formación inicial del profesorado. *Educación*, 55 (1), 293-310. <https://educar.uab.cat/article/view/v55-n1-carretero-nolasco>
- Cava, M.; Carrascosa, L. & Buelga, S. (2022). Effects of DARSÍ Intervention Program on adolescents' Perceptions of love, tolerance toward abuse and dating violence perpetration. *Adolescents*, 2 (1), 11-21. <https://doi.org/10.3390/adolescents2010002>



- Corti, D. (2022, 05 de Diciembre). *Que te celen no es amor: la problemática de los noviazgos en la adolescencia*. UNICEF. <https://www.unicef.org/argentina/historias/que-te-celen-no-es-amor-la-problematica-de-los-noviazgos-violentos-en-la-adolescencia>
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (2019, 13 de febrero). *Violencia en el Noviazgo: no es amor, no es amistad*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/sipinna/es/articulos/violencia-en-el-noviazgo-no-es-amor-no-es-amistad?idiom=es>
- Condori, P (2020). *Universo, población y muestra*. Curso Taller. <https://www.aacademica.org/cporfirio/18.pdf>
- Corrales, A., Quijano, N. y Góngora, E. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22 (1), 58-65. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161005>
- Delgado, J. y Huaranga, D. (2023). *Creencia sobre violencia de género y machismo sexual en pobladores del distrito de Matucana – Huarochirí, 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/126186/Delgado\\_CJD-Huaranga\\_HD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/126186/Delgado_CJD-Huaranga_HD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ellis, A. (1992). *Razón y emoción en psicoterapia*. Desclée de Brouwer. <https://www.edesclée.com/colecciones/biblioteca-de-psicologia/razon-y-emocion-en-psicoterapia-detail>
- Ellis, A. y Russel, G. (1990). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Editorial Desclée de Brouwer. <https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/ellis-manual-de-terapia-racional-emotiva-vol-ii.pdf>
- Ellis, A. (1999). *Una terapia breve más profunda y duradera: Enfoque teórico de la Terapia racional emotivo-conductual*. Paidós. <https://storage.ning.com/topology/rest/1.0/file/get/6011740289?profile=original>
- Galarza, C. (2021). Diseños de investigación experimental. *Dialnet*, 10(1), 1-7. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7890336>
- García, A., y Méndez, C. (2017). El entrenamiento en habilidades sociales y su impacto en la convivencia escolar dentro de un grupo de primaria. *Revista*

- de *Estudios y Experiencias en Educación*, 16(30), 151-164.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2431/243150283009.pdf>
- Hernández, Y.; Castro, A. y Barrios, E. (2021). Creencias del amor romántico en adolescentes: una intervención desde la investigación-acción. *Sinéctica*, (55). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-109X2020000200115](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-109X2020000200115)
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=110056>
- Herrero, L. (2021). Modelo predictivo para la selección de técnica de medición de la opinión pública. *The Anáhuac journal*, 21(2), 50-77. <https://doi.org/10.36105/theanahuacjour.2021.v21n2.02>
- Hilario, G.; Izquierdo, J.; Valdez, V. y Rios, C. (2020). Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas. Una Aproximación descriptiva a la revisión de literatura. *Desafíos: Revista científica de ciencias sociales y humanidades*, 11(2), 165-170. <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.211>
- Maceiras, J. (2016). Violencia en las relaciones amorosas (Factores de vulnerabilidad psicológica). *Dialnet*, 33. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=50077>
- Machacuay, E. y Rodriguez, W. (2021). *Creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de un Instituto Privado de Huancayo - 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10096/1/IV\\_F\\_HU\\_501\\_TE\\_Machacuay\\_Rodriguez\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10096/1/IV_F_HU_501_TE_Machacuay_Rodriguez_2021.pdf)
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2020, 02 de octubre). *MIMP presenta campaña virtual "El Amor no es dependencia" dirigida a jóvenes*. <https://www.gob.pe/institucion/aurora/noticias/305509-mimp-presenta-campana-virtual-el-amor-no-es-dependencia-dirigida-a-jovenes>
- Morales, D. (2016). *Afecto y relación de pareja*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Morales-Dulce.pdf>

- Naciones Unidas (2018). *La agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe*.  
<https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/cb30a4de-7d87-4e79-8e7a-ad5279038718/content>
- Navarro, J.; Oliver, A.; Carbonell, A. & Schneider, H. (2020). Effectiveness of a Mobile App Intervention to Prevent Dating Violence in Residential Child Care. *Psychosocial Intervention*, 29 (2), 59 - 66.  
<https://journals.copmadrid.org/pi/art/pi2020a3>
- Niño, V. (2021). *Metodología de la investigación. Diseño, ejecución e informe*. Ediciones de la U.  
[https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n/WCwaEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0](https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n/WCwaEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0)
- Ñaupas, H.; Mejía, E.; Trujillo, I.; Romero, H.; Medina, W y Novoa, E. (2023). *Metodología de la investigación total*. Ediciones de la U.  
[https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n\\_total/0djDEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0](https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa_de_la_investigaci%C3%B3n_total/0djDEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0)
- Organización de las Naciones Unidas. (2021, 9 de marzo). *Una de cada tres mujeres en el mundo sufre de violencia física o sexual desde que es muy joven*. <https://news.un.org/es/story/2021/03/1489292>
- Organización Mundial de la Salud. (2021, 9 de marzo). *La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada 3 mujeres*. <https://www.who.int/es/news/item/09-03-2021-devastatingly-pervasive-1-in-3-women-globally-experience-violence>
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Prevención de la violencia*. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia>
- Organización Internacional del Trabajo (2016). *Reunión de expertos sobre la violencia contra las mujeres y los hombres en el mundo del trabajo*. Copyright. [http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/meetingdocument/wcms\\_524929.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/meetingdocument/wcms_524929.pdf)
- Oyola, A. (2021). *La variable*. *Revista del Cuerpo Médico Hospital Nacional Aguinaga Asenjo*, 14 (1).  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2227-47312021000100016](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2227-47312021000100016)

- Pedroso, K. y Fortunato, L. (2021). Caracterización de las víctimas y de la violencia sexual cometida por adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 50-73. <https://doi.org/10.11600/ricsnj.19.2.4399>
- Parra, J. (2021). Abordaje psicoterapéutico en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Un estudio de Revisión. *Revista científica CENTROS*, 10 (2), 38 - 53. <https://core.ac.uk/download/pdf/478586867.pdf>
- Rebollo, P. y Ábalos, E. (2022). *Metodología de la Investigación/Recopilación*. Editorial Autores de Argentina. [https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa\\_de\\_la\\_Investigaci%C3%B3n\\_Recopi/vbWHEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0](https://www.google.com.pe/books/edition/Metodolog%C3%ADa_de_la_Investigaci%C3%B3n_Recopi/vbWHEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0)
- Resolución de consejo universitario N° 0262-2020/UCV. (28 de agosto de 2020). Universidad César Vallejo. <https://www.ucv.edu.pe/wp-content/uploads/2020/11/RCUN%C2%B00262-2020-UCV-Aprueba-Actualizaci%C3%B3n-del-C%C3%B3digo-%C3%89tica-en-Investigaci%C3%B3n-1-1.pdf>
- Rey, C.; Martínez, J.; Castro, P. & Lozano, L. (2020). Evaluation of a treatment program for dating violence. *Acta Colombiana de Psicología*, 23 (1), 78-91. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/3132/3010>
- Romero, A. (2020). *El confinamiento y la violencia intrafamiliar de los estudiantes de básica superior con vulnerabilidad de la unidad educativa Hispano América, de la provincia de Tungurahua, ciudad de Ambato*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32571/1/TESIS%20ROMERO%20POMA%20ALEXIS%20EDUARDO.pdfv>
- Sáez, G.; López, C.; Rojo, J.; Morenas, J.; Domínguez, F.; Hernández, Y.; Barrios, S.; Adsuar, J. & Collado, D. (2023). Evaluating the Effectiveness of a Psychological and Adventure-based Multicomponent Therapeutic Program for Victims of Intimate Partner Violence: A pilot study. *Journal of Interpersonal Violence*, 38 (17-18) 9869–9897. <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85158849226&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=ca1630875a51d09b62948f8d9eb5657d&sot=b&sdt=b&s=%28>

[TITLE%28program%29+AND+TITLE%28victims+of+violence%29%29&sl=51&sessionSearchId=ca1630875a51d09b62948f8d9eb5657d&relpos=5](#)

- Sánchez, J.; Alcázar, A. y Olivares, J. (1999). Las técnicas cognitivo-conductuales en problemas clínicos y de salud: meta-análisis de la literatura española. *Psicothema*, 11(3), 641-654. <https://www.psicothema.com/pdf/316.pdf>
- Sánchez, J., Fernández, M, y Díaz, J. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista Científica UISRAEL*, 8 (1), 107-121. <https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.400>
- Silva, E.; Vázquez, J. (2019). El abuso económico y la violencia de género en las relaciones de pareja en el contexto puertorriqueño. *Prospectiva*, (28), 121-143. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i28.7264>
- Villa, M. (2021). *El amor romántico en las y los adolescentes en situación de calle de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Cybertesis. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16551/Villa\\_bm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/16551/Villa_bm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Villanueva, F. (2022). *Metodología de la investigación. Klik Soluciones Educativas*, S.A. de C.V. [https://www.google.com.pe/books/edition/\\_/6e-KEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1](https://www.google.com.pe/books/edition/_/6e-KEAAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=1)
- Zinker, J. (1994). *En busca de la buena forma*. México: Instituto Humanista de Sinaloa. <https://es.scribd.com/document/368576552/En-Busca-de-La-Buena-Forma>

## ANEXOS

### Anexo 1. Tabla de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Creencias irracionales	Las creencias irracionales se conocen como aquellas cogniciones que son generadas por las personas y son consideradas como verdaderas, por lo que en consecuencia conlleva a conductas disfuncionales como la violencia, agresiones, aislamiento, evitación, etc. (Ellis, 1999).	Las creencias irracionales se miden a través de la Escala breve de creencias sobre violencia de género, el cual consta de 24 ítems con dos dimensiones.	Creencia	Actitud Norma subjetiva	Ordinal
			Conducta	Violencia física y sexual Violencia psicológica y económica	
Programa de intervención	un programa de intervención es una propuesta metodológica la cual consta de herramientas y técnicas psicológicas que	El programa de intervención ayudará a eliminar o modificar aquellas creencias irracionales respecto a la			

---

contribuirán al bienestar del violencia con ayuda de participante; así mismo, técnicas bajo un enfoque cualquier programa de cognitivo. Este programa intervención debe poseer un consta de un total de 10 sustento teórico que lo sesiones con una duración respalde (Corales, et al., 2017). de 50 minutos.

---

## **Anexo 2. Instrumento de recolección de datos**

Escala Breve de creencias sobre violencia de género (CVG-DEJDS)

**Instrucciones:** lea detenidamente cada afirmación para determinar en qué medida se ajusta cada una con su forma. En el recuadro siguiente existen 5 categorías representadas por números que van del 1 al 5. Debe seleccionar la opción que se ajuste a su criterio personal. Para dar contestación a las preguntas formuladas en este cuestionario se marca el número que expresa la cuantía de acuerdo o desacuerdo que le merece la proposición que se le hace. Teniendo en cuenta lo siguiente:

1. Muy de acuerdo (MDA): Si está de acuerdo intensamente con lo que se propone.
2. De acuerdo (DA): Si está de acuerdo en algo de lo que se propone.
3. Indeciso (I): Si es neutral o está indeciso de lo que se propone.
4. En desacuerdo (EN): Si no está de acuerdo con lo que se le propone.
5. Muy en desacuerdo (MED): Si está intensamente en desacuerdo con lo que se le propone.

No hay respuesta buena ni mala. No existe límite de tiempo, sin embargo, no se detenga mucho tiempo en contestar, sea espontáneo y sincero con sus respuestas.



<b>Afirmaciones</b>	<b>MDA</b>	<b>DA</b>	<b>I</b>	<b>ED</b>	<b>MED</b>
1. El dinero en el hogar, debe ser administrado por el hombre.					
2. El en hogar, el hombre debe aportar más dinero.					
3. Generalmente en los gastos, el hombre debe solventar los de la mujer.					
4. El hombre debe tolerar la agresividad de su pareja.					
5.- El hombre decide con quién puede hablar su pareja.					
6. El hombre es más celoso que la mujer.					
7. El hombre es más importante que la mujer.					
8. Cuando un hombre maltrata a su pareja es porque se lo merece.					
9. En la familia, el hombre debe tomar las decisiones importantes.					
10. La mujer debe obedecer todo aquello que le diga su pareja.					
11. La mujer debe tener relaciones sexuales cuando el hombre se lo pida.					
12. En una relación, la mujer debe tolerar la agresividad de su pareja.					
13. La mujer es maltratada cuando hace algo indebido.					
14. Las mujeres prefieren a un hombre fuerte y con carácter.					
15. Las mujeres son el sexo débil.					
16. Los quehaceres del hogar son responsabilidad de las mujeres.					
17. Ser dependiente y sumisa es una característica que los hombres prefieren de la mujer.					
18. Los hombres son más fuertes.					
19. Si una persona es infiel, su pareja tiene derecho a maltratarla.					
20. Una persona enojada puede comportarse de forma violenta.					
21. Me comporto violento ante ciertas situaciones.					
22. Una persona violenta puede golpear a otros.					
23. Una persona violenta puede gritar a otros.					
24. Una persona violenta puede insultar a otros.					

**URL:**

[https://www.redalyc.org/journal/559/55962867012/html/#redalyc\\_55962867012\\_re\\_f24](https://www.redalyc.org/journal/559/55962867012/html/#redalyc_55962867012_re_f24)



## **Anexo 4. Modelo del consentimiento o asentimiento informado UCV.**

### **Asentimiento informado**

Título de la investigación: Efectos de un programa para modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo.

Investigadores: Alva Castillo, Mary Lizeth  
Morales Segura, David Jesus

### **Propósito del estudio**

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Efectos de un programa para modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo”, cuyo objetivo es diseñar y ejecutar un programa para poder modificar las creencias identificadas en los adolescentes.

Esta investigación es desarrollada por estudiantes de pre grado, de la carrera profesional de Psicología, de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Institución Educativa Liceo Trujillo.

### **Describir el impacto del problema de la investigación**

.....  
.....

### **Procedimiento**

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: " Efectos de un programa para modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo"
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente o espacios del aula de la institución.

Las respuestas al cuestionario o entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

### **Participación voluntaria (principio de autonomía):**

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente

3. Se desarrollarán y ejecutarán diversas sesiones haciendo uso de diversas técnicas y herramientas que contribuyan al cambio de lo planteado en la investigación.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con los Investigadores: Mary Alva Castillo con email: [2001alva10@Gmail.com](mailto:2001alva10@Gmail.com); David Jesús Morales Segura con email: [djmoralesm@ucvvirtual.edu.pe](mailto:djmoralesm@ucvvirtual.edu.pe) y Docente Asesora Fernandez Mantilla Mirtha con email [fmantilla@ucvvirtual.edu.pe](mailto:fmantilla@ucvvirtual.edu.pe).

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos: .....

Fecha y hora: .....

## Anexo 6. Carta de autorización



COLEGIO NACIONAL  
*"Liceo Trujillo"*  
ESPERANZA DIGNIDAD Y TRABAJO

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 20 de noviembre de 2023

OFICIO N° 411-2023-GRELL/UGEL-03-TNO/CN. "LICEO TRUJILLO" /D

SEÑORA:  
DR. MARVIN MORENO MEDINA  
JEFE DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO -TRUJILLO  
PRESENTE. -

ASUNTO : Autoriza Ejecución de Proyecto de Investigación.

Me es grato dirigirme al despacho de su digno cargo, con la finalidad de darle a conocer que se autoriza a los estudiantes Mary Lizeth Alva Castillo y David Jesús Morales Segura, alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo de la ciudad de Trujillo, para que el próximo año 2024, ejecuten en esta I.E. el Proyecto de Investigación titulado: "Efectos de un programa para modificar las creencias irracionales en adolescentes víctimas de violencia en el noviazgo de Trujillo"

Con las expresiones de mi mayor consideración y particular estima.

Atentamente,



José Luis De La Cruz Torres  
DIRECTOR

## Anexo 7. Programa

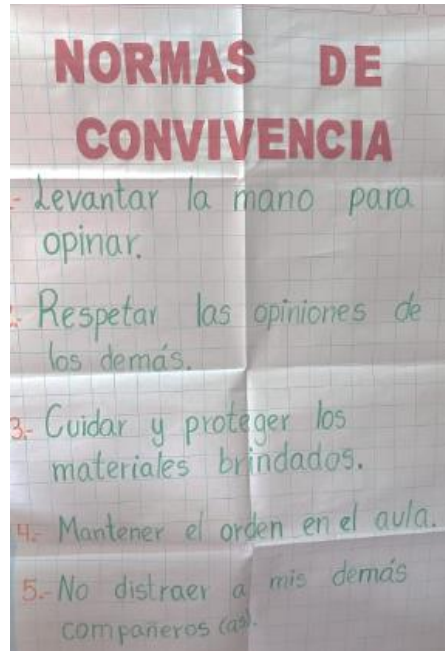
### SESIÓN N° 1

**OBJETIVO:** Psicoeducar a los estudiantes respecto a las creencias irracionales.

FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO	RESPONSABLE
<b>INICIO</b>	<p>Los facilitadores dan la bienvenida a los estudiantes a la primera sesión del programa y seguidamente se presentan ante los beneficiarios, asimismo explicando el objetivo que se pretende lograr.</p> <p>Posteriormente, se procede a establecer las normas de convivencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Levantar la mano para opinar.</li> <li>- Respetar las opiniones de los demás.</li> <li>- Cuidar y proteger los materiales brindados.</li> <li>- Mantener el orden en el aula.</li> <li>- No distraer a mis demás compañeros.</li> </ul> <p>Se procede a realizar una dinámica de presentación con los estudiantes, la cual es denominada “El sorteo”, el cual consiste en que cada estudiante deberá escribir su nombre en una pequeña hoja y posteriormente doblarla y dejarla en una caja que tendrán los facilitadores. Seguidamente el facilitador escoge aleatoriamente algunos de los papeles doblados para que de esta manera puedan ir presentándose los estudiantes mencionando su nombre, su edad y su hobby.</p> <p>Seguidamente, se procede a especificar el objetivo del programa que se</p>	<p>Papel bond</p> <p>Lapiceros</p> <p>Pre test</p>	15	<p>MARY ALVA CASTILLO</p> <p>JESUS MORALES SEGURA</p>

	realizará y se procede a brindar las indicaciones del pre test.			
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se continúa con una dinámica “Rompecabezas de letras” el cual consiste en que se pedirá a los beneficiarios unirse en grupos de 6 y a cada uno se les brindará un sobre y en los cuales encontrarán una oración desordenada; ante ello, cada equipo tendrá cinco minutos para ordenar correctamente la oración y aquel que lo logre, obtendrá una recompensa. Luego se procede a explicar brevemente una definición de los esquemas cognitivos como son las creencias irracionales y que tipo de conductas que originan este tipo de pensamientos y cómo influyen en las relaciones de noviazgo.</p>	<p>Sobres Impresiones Papelotes Plumones.</p>	20	
<b>CIERRE</b>	<p>Por consiguiente, se procede a realizar una retroalimentación realizando las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué hablamos hoy?</li> <li>- ¿Fue difícil para mí comprender sobre las creencias irracionales?</li> <li>- ¿De qué manera las creencias irracionales pueden afectar a la conducta?</li> </ul> <p>Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.</p>	<p>Flyer</p>	10	

## MATERIALES



## FRASES:

- Las creencias irracionales son pensamientos duros y negativos contra ti mismo.
- Las creencias irracionales son suposiciones equivocadas que aprendimos escuchándolas.
- Las creencias irracionales pensamientos distorsionados, exagerados, catastróficos, sin argumentos reales que los respalden.

## DIAPOSITIVAS:

**CREENCIAS IRRACIONALES**

**DEFINICION**

Cogniciones que desarrollan, formulan y afirman los seres humanos de manera rígida y absolutista, asumiendo dichos pensamientos como verdades absolutas.



# ASISTENCIA

COLEGIO NACIONAL "LICEO TRUJILLO"  
CUARTO GRADO "B" - TURNO TARDE

ASISTENCIA PARTICIPACIÓN

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES		
1	AGUILAR VARGAS, ALEXIS ABEL		
2	ARANA PAREDES, BRENTON SVEINSSON		
3	AVILA HUAMAN, JHUSTIN ALEXANDER		
4	BALLENA JARA, NAYDER HELBER		
5	BOCANEGRA RUIZ, JARDIEL JOSUE		
6	CARRERA RIVADENEYRA, ALEJANDRO VALENTINO		
7	CERNA VASQUEZ, ANDERSON YERARD		
8	CHAVEZ CABRERA, CAMILA YAMILET		
9	CRISOLOGO IPARRAGUIRRE, FABRICIO GONZALO		
10	DE LA CUBA ALFARO, HAROLD MOISES		
11	ESPINOLA CABEZAS, DARIO ALEXANDER		
12	FUENTES ACEVEDO, PATRICK BRANDON		
13	GARCIA DIAZ, GENESIS YAMILE		
14	IPARRAGUIRRE PEREZ, LIBNY MERARY		
15	LAYZA MALLQUI, HECTOR PIERO		
16	LINARES PINILLOS, WINNY YVON		
17	MENDOCILLA VASQUEZ, YOSSELIN DALIS		
18	MESTANZA ROJAS, GREYSS NATALY TATIANA		
19	QUIROZ GAITAN, DANITZA AYLIN		
20	ROJAS CASTRO, YENY ARELY		
21	ROMERO CABRERA, ARIEL FABIANO		
22	ROSAS FLORES, DAYANNA BRIHIT		
23	RUIZ INUMA, KIARA MARGOT		
24	SANCHEZ PAREDES, FERNANDO MIGUEL		
25	TORRES CRUZ, HANNA ELIZABETH		
26	VALDIVIA VENTURA, CARLA MILAGROS		
27	VASQUEZ ALAYA, ANDY FABRICIO		
28	VILLANUEVA MATA, DAVIN CRISTIANO		
29	VILLARROEL LOPEZ, WILLIAM RODRIGO		
30	ZAVALETA GERONIMO, RYAN IMANOL		

**SESIÓN N° 2****OBJETIVO:** Identificar las creencias irracionales sobre las relaciones de pareja en el noviazgo mediante la técnica del ABC.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué realizamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Cuál fue el tema tratado en la sesión pasada?</li><li>- ¿Fue un tema nuevo para mí?</li></ul> <p>A continuación, se realizará la dinámica “Lluvia de ideas” la cual consiste en que se brindará a cada participante una pequeña hoja, seguidamente el facilitador leerá en voz alta una frase mientras que los beneficiarios escucharán atentamente y escribirán si lo mencionado es una creencia irracional o es correcta y el porqué. Posteriormente, el facilitador recogerá cada papel y se compartirán algunas de las opiniones escritas por los beneficiarios para finalmente brindar una idea general de lo trabajado.</p>	Papelote Papel bond	15	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA

<p><b>DESARROLLO</b></p>	<p>Seguidamente se procede a exponer el tema propuesto como son algunos ejemplos de creencias irracionales, la técnica del ABC así como también la importancia de dicha técnica. Además, se presentará un cuadro y con ayuda de un ejemplo hipotético, se explicara a los beneficiarios de qué manera debe completar y llenar dicho formato, es decir, de qué forma deben emplear dicha técnica.</p>	<p>Papelote Limpiatipo Plumones</p>	<p>10</p>	
<p><b>CIERRE</b></p>	<p>Se continua con la dinámica de análisis de casos, el cual consiste en que se pedirá a los participantes a formar equipos de seis personas cada uno, y cada uno de ellos se les brindará un pequeño caso y el cuadro de la técnica, el cual deberán completar identificando la situación principal, los pensamientos presentes, las emociones generadas y finalmente la conducta presentada en los personajes del caso brindado. Posteriormente, se pide un representante de cada equipo que pueda exponer y compartir el desarrollo de su actividad con los demás.</p> <p>Finalmente, los facilitadores brindan una reflexión final y proceden a compartir con los beneficiarios algunos</p>	<p>Impresiones Flyers</p>	<p>20</p>	

flyers de lo trabajado en la sesión.			
--------------------------------------	--	--	--

**MATERIAL:**

**FRASE:**

Decepcionar al otro sería horrible: Si tenemos esta creencia, algo tan posible como decepcionar a la pareja podría resultar trágico. Mejor aceptar la posibilidad de que esto ocurra, pero con la voluntad de diálogo para valorar si la conducta que ha generado el desengaño es susceptible de cambio.

<p><b>EJEMPLO DE CREENCIAS</b></p> <p>“El mundo debe ser como yo quiero”</p> <p>“Las parejas que se aman aguantan todo”</p> <p>“Es normal que haya gritos en una relación amorosa”</p> <p>“Si mi pareja me cela es porque me quiere”</p>  	<p><b>¿CÓMO INFLUYE EN LAS RELACIONES DE NOVIAZGO</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Normalizar la violencia (física, psicológica o económica)</li><li>• Creer que las relaciones amorosas están necesariamente vinculadas a la violencia.</li><li>• Dependencia emocional por parte de uno de los miembros de la pareja.</li></ul> 
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>A (SITUACIÓN)</b>	<b>B (PENSAMIENTO IRRACIONAL)</b>	<b>C (EMOCIÓN- CONDUCTA)</b>

- Rosa tiene su enamorado llamado Marcos, y llevan una relación de un año. Un día, Rosa deja un mensaje de WhatsApp a su pareja que irá a casa de su nueva amiga Cecilia porque realizaran una reunión con sus demás compañeras y compañeros de clases. Al pasar cuarenta minutos, Marcos lee el mensaje que le dejó Rosa, no obstante, este respondió diciendo “y donde queda su casa”, “con quienes estarás” y “hasta que hora estarás allí”; pasaron dos, tres horas y Rosa no respondía sus mensajes. Frente a esta situación, Marcos decide realizarle una videollamada; sin embargo, Rosa no atendió dicha llamada lo que generó mucha molestia en Marcos.

**SESIÓN N° 3**

**OBJETIVO:** Reestructurar las creencias irracionales sobre las relaciones de pareja en el noviazgo mediante la técnica del ABCDE.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué realizamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Cuál fue la técnica trabajada en la sesión pasada?</li><li>- ¿Fue fácil desarrollar dicha técnica?</li></ul> <p>Posteriormente se realiza una simulación de la técnica enseñada en la sesión pasada, la cual consiste en que se presentará a todos los beneficiarios un caso hipotético y con ayuda de los facilitadores desarrollar dicha tabla; de tal manera que también se puedan resolver nuevas dudas que se presenten durante la realización de la técnica.</p>	Caso hipotético.	15	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA
<b>DESARROLLO</b>	Seguidamente se explica brevemente la segunda fase de la técnica enseñada en la sesión anterior, usando	Plumones	15	

	<p>los últimos puntos que son el D y E, los cuales permitirán que los beneficiarios comiencen a cuestionar las creencias irracionales identificadas sobre el noviazgo, de tal manera que procedan a cuestionar y cambiarlas rotundamente, así como también reconocer cómo este cambio modifica también las emociones y las conductas.</p>			
<b>CIERRE</b>	<p>Se continúa con ayuda de análisis de casos, en el que se brindará a cada estudiante un caso hipotético del cual tendrán que identificar la situación problemática, las creencias irracionales generadas, seguidamente los pensamientos, así como también las emociones y la conducta presentada. Posteriormente, tendrán que reestructurar esas creencias irracionales registradas en la tabla y convertirlas a racionales en conjunto con la nueva emoción y conducta luego de realizar dicho cambio. Seguidamente se pedirá a algunos participantes compartir lo trabajado y así puedan recibir una recompensa por su participación.</p> <p>Finalmente, se agradece a los beneficiarios por su participación y se brinda un souvenir o flyer sobre lo</p>	<p>Casos Flyer</p>	15	

	trabajado en la sesión asimismo invitándolos a continuar participando de las siguientes sesiones.			
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

**Material:**

**Situaciones para equipos:**

- Carlos vive con su pareja durante 4 años, éste se encuentra acostado en el mueble mirando videos en TikTok cuando de pronto mira un video sobre “cómo saber si tu pareja te es infiel”, conforme pasa el vídeo se da cuenta que alguna de las señales que va leyendo, han sido algunas situaciones que ha pasado con su pareja como el llegar tarde del trabajo o no despedirse con un beso antes de ir a trabajar, etc. Desde ese momento, comenzó a sentirse intranquilo y de pronto observa el celular de su esposa en la mesa.
- En las últimas semanas, Lesly ha propuesto a su pareja salir juntos y realizar nuevas cosas juntos; no obstante, su pareja Emilio, le mencionó que se encontraba algo ocupado y cansado por su trabajo, por lo cual no podría salir con ella y le propone que puedan postergarlo para una siguiente fecha. Lesly, se enfada mucho con él debido a que no es la primera vez que le rechaza una salida.

**TABLA DE LA TÉCNICA:**

A (SITUACIÓN)	B (PENSAMIENTO IRRACIONAL)	C (EMOCIÓN- CONDUCTA)	D (PENSAMIENTO RACIONAL)	E (EMOCIÓN- CONDUCTA)



#### SESIÓN N° 4

**OBJETIVO:** Reconocer y modificar la percepción sobre los mitos respecto a las relaciones de noviazgo haciendo uso de la técnica del ABCDE.

FASE	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	MATERIALES	TIEMPO	RESPONSABLE
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué realizamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Cuál fue la técnica trabajada en la sesión pasada?</li><li>- ¿Fue fácil desarrollar dicha técnica?</li></ul> <p>Seguidamente se realiza la dinámica “Verdadero o falso”, la cual consiste en que a los beneficiarios se les entregará una tarjeta de color roja y otra de color verde; seguidamente el facilitador empezará a leer algunos mitos, y los beneficiarios tendrán que levantar la tarjeta roja si consideran falso lo mencionado o por el contrario levantarán la tarjeta verde si están de acuerdo con el mito de tal manera que ayude a identificar el nivel de estudiantes que continúan con aquellas creencias</p>	Tarjetas rojas Tarjetas verdes	15	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA

	erroneas que interiorizan en las relaciones de noviazgo.			
<b>DESARROLLO</b>	Se continua con la exposición del tema propuesto para la sesión, abordando una definición de mitos y algunos ejemplos de estos que se relacionen con la violencia en el noviazgo. Asimismo, se brindará un ejemplo de cómo se puede cuestionar y racionalizar estos mitos mediante la técnica enseñada en las sesiones anteriores la cual es el ABCDE.	Cuadro de ABCDE impreso	10	
<b>CIERRE</b>	Posteriormente se trabaja nuevamente el ejercicio con la técnica del ABCDE con la finalidad de que puedan racionalizar aquellos mitos que se brindaron como ejemplos en la dinámica inicial; para ello el facilitador brindará el material necesario para que los beneficiarios puedan trabajar la actividad.  Finalmente, se agradece a los beneficiarios por su participación y se brinda un souvenir o flyer sobre lo trabajado en la sesión asimismo invitándolos a continuar participando de las siguientes sesiones.	Flyer	20	

**MATERIAL:**

**FRASES PARA LA DINÁMICA “VERDADERO O FALSO”:**

- El amor todo lo puede y es suficiente para solucionar problemas.
- Mi media naranja.
- Si mi pareja no me dice amor o no me presta atención, ya no me quiere.
- El verdadero amor es aquel con quien lleve a unir mi vida y/o casarme.
- Mi enamorada (o) me cela porque me quiere y le importo.
- Mi pareja no debe fijarse en nadie más que no sea yo.
- El amor y el maltrato son compatibles en una relación de pareja.
- Yo amo a mi pareja, siempre priorizaré su bienestar y hare todo por el/ella.
- **TABLA DE LA TÉCNICA:**

<b>A (SITUACIÓN)</b>	<b>B (PENSAMIENTO IRRACIONAL)</b>	<b>C (EMOCIÓN- CONDUCTA)</b>	<b>D (PENSAMIENTO RACIONAL)</b>	<b>E (EMOCIÓN- CONDUCTA)</b>

## **MITOS**

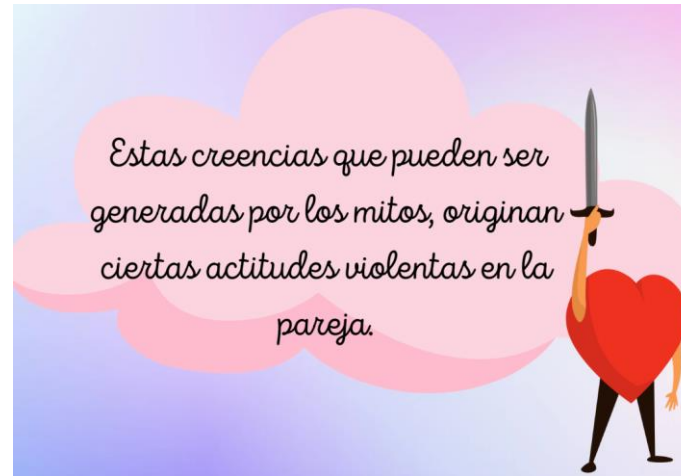
- Media naranja
- La pasión eterna (todo es para siempre)
- Ea omnipotencia (el amor todo lo puede)
- El matrimonio
- Los celos como prueba del amor
- La exclusividad
- El emparejamiento (se necesita de alguien para ser felices completamente)

**SESIÓN N° 5****OBJETIVO:** Modificar actitudes que refuercen y mantengan la violencia en el noviazgo.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué tipos de mitos sobre la violencia recuerdo?</li><li>- ¿He logrado cuestionar los mitos aprendidos de la sesión pasada?</li></ul>	Registro de asistencia	10	
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se brinda una explicación sobre las actitudes que mantienen y refuerzan la violencia en el noviazgo usando desde un modelo cognitivo conductual.</p> <p>Dinámica de desarrollo: “El juicio irracional”</p> <p>Se pide la participación de todos los estudiantes, uno de ellos actuará como abogado defensor de la actitud a favor de soportar el maltrato por parte de la pareja, exclamando la siguiente frase: “Esta bien aguantar todo por la persona que amas, así sean golpes, te cele o te haga sentir mal.” El resto de estudiantes actuará como</p>	Frases Diapositivas impresas	20	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA

	jurados y declarará si la actitud es favorable o desfavorable para su salud mental. Se repite el proceso con cada uno de los estudiantes cambiando de frase.			
<b>CIERRE</b>	<p>Se realiza la dinámica de cierre: “¿Para eso?”</p> <p>Los participantes escribirán o dibujarán de forma simple en una hoja una situación en la que hayan aceptado la violencia con su pareja, tras ello la romperán.</p> <p>Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes y recompensando por ello, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.</p>	Flyer	15	

## MATERIALES:



## DINAMICA: “El juicio racional”

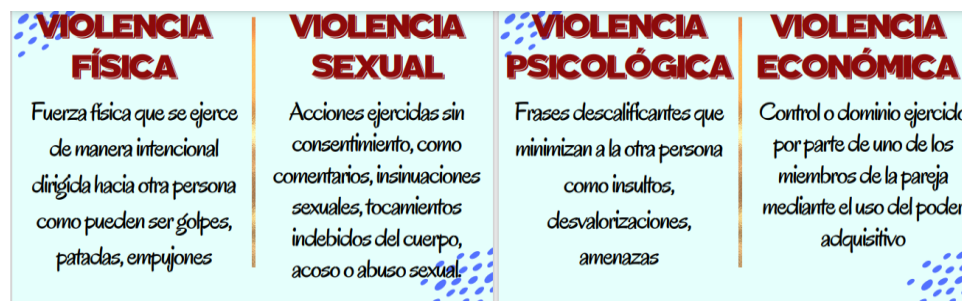
- Está bien aguantar todo por la persona que amas, así sean golpes, te cele o te haga sentir mal.
- El hombre debe aportar más económicamente en el hogar y tomar las decisiones importantes.
- Si una persona es infiel, su pareja tiene derecho a maltratarla.
- La mujer debe obedecer todo aquello que dice su pareja.

**SESIÓN N° 6****OBJETIVO:** Psicoeducar respecto a los tipos de violencia dentro de la relación de pareja.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué realizamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Qué actitudes violentas se pueden evidenciar en las relaciones de noviazgo?</li></ul>	Preguntas	10	
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se procede a brindar una explicación didáctica respecto a los tipos de violencia (física, psicológica, sexual y económica) y cómo identificarlas en las relaciones de noviazgo.</p> <p>Se continúa con una dinámica “No es golpe, ¿Pero te duele?”, consiste en que 3 alumnos pasen al frente, 2 de ellos realizarán cualquiera de los 3 tipos de violencia instruidas anteriormente hacia el tercer estudiante voluntario. Tras ello se le preguntará, al tercer</p>	Diapositivas	20	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA

	estudiante que identifique qué tipo de violencia percibió y cómo le hizo sentir.			
<b>CIERRE</b>	<p>Seguidamente, se procede a realizar una retroalimentación realizando las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿De qué hablamos hoy?</li> <li>• ¿Me sirve de algo darme cuenta si mi pareja está siendo violenta conmigo? ¿Para qué me sirve?</li> <li>• La próxima vez que mi pareja sea violenta conmigo con cualquier tipo de violencia, ¿Qué haré?</li> </ul> <p>Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión</p>	Preguntas Flyer	15	

MATERIAL:





**SESIÓN N° 7****OBJETIVO:** Modificar creencias irracionales relacionadas a la violencia física y sexual en el noviazgo.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	- Los facilitadores brindan la bienvenida a los estudiantes, seguidamente se realiza un feedback de la sesión anterior.	Preguntas	10	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA
<b>DESARROLLO</b>	- Dinámica: “Más me pegas, más te quiero” Por turnos, dos alumnos escenifican junto a los facilitadores una “escenita” en la cual, uno de los miembros de la pareja a causa de los celos ejerza violencia tanto física como sexual en la víctima. Ante esto, el alumno que actuó de “víctima” deberá expresar y confrontar creencias irracionales típicas relacionadas al tema. Por ejemplo: “Si me cela, es porque me quiere.” “El hombre es más fuerte por eso puede golpear.” “A la mujer no se le pega, se le aguanta todo así sean golpes.” etc. Las creencias irracionales pueden variar dependiendo del estudiante que se encuentre participando.	Frases Diapositivas	20	
<b>CIERRE</b>	Se realiza la dinámica de cierre: “Y ahora, ¿Qué?” Los participantes por turnos crearan un lema en el que			

	<p>se identifiquen tomando en cuenta las creencias irracionales reestructuradas respecto a la violencia física y sexual propuesta por los facilitadores.</p> <p>Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes y recompensando por ello, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.</p>	Flyer	15	
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------	----	--

**MATERIAL:**

**Violencia sexual:** María sale de la universidad junto a sus compañeros y compañeras, se detienen a conversar todos juntos y en ese momento, Juan, amigo de María entre carcajadas puso su mano en el hombro de ella. De pronto, en ese preciso momento llega el enamorado de María y ve dicha escena; entonces se acerca muy molesto y llama a María a conversar a un costado diciendo muy furioso y tomando fuertemente de la cintura de ella: “Tu eres mía y de nadie más, nadie tiene que tocarte, solo yo”.

**Violencia física:** Sonia esta por el parque con sus amigos y amigas cuando de pronto ve a su enamorado caminando con una chica quien le agarraba del brazo; en ese momento, Sonia decide ir rápidamente para encararle, ella llega y comienza a gritar a Andrés, su enamorado, lo empuja y dice: “eres un mentiroso, traidor, ya sabía que me estabas engañando”, mientras lo golpeaba. Sin embargo, en ese momento

**SESIÓN N° 8****OBJETIVO:** Modificar creencias irracionales relacionadas a la violencia psicológica y económica en el noviazgo.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿De qué hablamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Qué conductas se evidencian en los tipos de violencia trabajados en la sesión anterior?</li></ul>	Preguntas	10	MARY ALVA CASTILLO
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se brinda una explicación respecto a creencias irracionales relacionadas a la violencia psicológica y económica en el noviazgo. Así mismo, se brindan pasos para realizar la técnica “Reestructuración cognitiva”</p> <p>Se brinda la técnica: “Reestructuración cognitiva”</p> <p>Se acercan dos sillas, en las cuales cada estudiante por turnos expresa creencias irracionales relacionadas a la violencia psicológica y económica en el noviazgo, tras ello, cada facilitador modificará dichas creencias haciendo uso de la técnica cognitivo conductual mencionada anteriormente.</p>	Diapositivas impresas	15	JESUS MORALES SEGURA

	Se repite el proceso con cada uno de los estudiantes.			
<b>CIERRE</b>	Se realiza la dinámica de cierre: “Ahora actúo como tú” Los facilitadores actuarán como una persona que está a favor de recibir violencia psicológica y económica dentro de una relación de pareja, ante ello, cada estudiante por turnos deberá debatir esa idea utilizando la técnica “Reestructuración cognitiva” instruida anteriormente. Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes y recompensando por ello, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.	Flyer Premios	15	

**MATERIAL:  
SITUACIONES**

**Violencia económica:** Fernanda es ama de casa quien vive con su esposo y sus hijos. Fernanda, una mañana va y pide dinero a su esposo Ricardo para que pueda comprar lo que necesita para cocinar y éste le responde diciendo: “que vas a comprar”, a lo que Fernanda responde: “algunas verduras y algo de pollo para comer”.

Ricardo decide darle 40 soles, luego de unas horas que Fernanda va al mercado, regresa a casa y decide dar el vuelto a su esposo una cantidad de 3 soles; en ese momento, Ricardo empieza a reclamarle y preguntar en que gasto tanto dinero.

**Violencia psicológica:** Sergio acompaña a su enamorada Lesly a una reunión de amigos, comenzaron a platicar y realizar coordinaciones sobre como celebraran el cumpleaños de su amigo Mateo, para ello Lesly menciona: sería bueno que todos colaboremos y preparar un regalo, algo que el tanto a deseado”. Ante este comentario, su enamorado le responde de manera

agresiva y sarcástica: “no seas tonta, es lógico que deben comprarle algo, porque no dices algo más lógico, déjalos que ellos coordinen mejor porque no sirve lo que hablas”. Todo esto ocasionó un conflicto.

## FLYER

**VIOLENTÓMETRO**  
No más violencia en las relaciones.  
¡Cuidate e infórmate!

**01** ¡No necesitas esto!  
Ponle un alto

- 0- Bromas hirientes
- 1- Celar
- 2- Chantajear
- 3- Ofender
- 4- Humillar
- 5- Amenazar

**02** ¡Aléjate!  
Esto no es normal

- 6- Controlar
- 7- Manosear
- 8- Empujar
- 9- Golpes
- 10- Encerrar

**03** ¡Peligro!  
Llama a la policía

- 11- Amenazar de muerte
- 12- Abuso sexual
- 13- Violar
- 14- Mutilar
- 15- Asesinar

**SESIÓN N° 9****OBJETIVO:** Modificar creencias irracionales relacionadas a los roles que debe asumir cada miembro de la pareja.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Qué técnica usamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Fue fácil poner en práctica dicha técnica?</li></ul>	Pregunta	10	
<b>DESARROLLO</b>	Se brinda una explicación respecto a creencias irracionales relacionadas a los roles que debe asumir cada miembro de la pareja. Se brinda la técnica “Debate humorístico” Dinámica de desarrollo: “Te comprendo, pero no lo acepto” Cada estudiante actuará tanto en el rol masculino como femenino y adoptará comportamientos, actitudes y creencias irracionales relacionadas a un rol inadecuado de pareja. Por ejemplo: La primera estudiante actuará como una persona del sexo femenino que posee la siguiente creencia irracional: “La mujer solo debe	Casos	20	MARY ALVA CASTILLO  JESUS MORALES SEGURA

	aguantar y hacer todo lo que el hombre le diga.” Tras ello, uno de los facilitadores modificará esa creencia. El proceso se repite con todos los estudiantes.			
<b>CIERRE</b>	<p>Por consiguiente, se procede a realizar una retroalimentación realizando las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué hablamos hoy?</li> <li>- ¿Fue difícil para mí comprender lo expuesto?</li> </ul> <p>Finalmente, se agradece la participación de cada uno de los estudiantes, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.</p>	<p>Preguntas Flyer Premios</p>	15	

#### MATERIAL

#### VARONES

- El en hogar, el hombre debe aportar más dinero.
- El hombre debe administrar el dinero.

#### MUJERES

- Los quehaceres del hogar son responsabilidad de las mujeres.
- La mujer debe obedecer todo lo que le diga su pareja.

**SESIÓN N° 10****OBJETIVO:** Modificar creencias irracionales relacionadas a las normas a cumplir durante una relación amorosa.

<b>FASE</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se da la bienvenida a los estudiantes a la nueva sesión y motivando a continuar participando durante el desarrollo de ésta. Seguidamente, se procede a tomar la lista de asistencia para posteriormente realizar la retroalimentación mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿De qué hablamos en la sesión anterior?</li><li>- ¿Es correcto aceptar ciertos roles que motivan a la violencia de pareja?</li></ul>	Preguntas	10	MARY ALVA CASTILLO
<b>DESARROLLO</b>	<p>Se brinda la técnica: “Debate socrático”</p> <p>Se debaten las creencias irracionales presentes en los estudiantes relacionadas a las normas a cumplir durante una relación amorosa.</p> <p>Dinámica: “Actuando racionalmente”</p> <p>En grupos de 3 cada uno, los estudiantes actuarán de acuerdo a una creencia racional planteada por ellos relacionada a las normas que se deben cumplir durante una relación amorosa.</p>	Casos propuestos	20	JESUS MORALES SEGURA



<p><b>CIERRE</b></p>	<p>Por consiguiente, se procede a realizar una retroalimentación realizando las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué hablamos hoy?</li> <li>- ¿Fue difícil para mí comprender lo expuesto?</li> </ul> <p>Finalmente, el facilitador brindará las indicaciones para la realización del pos test y seguidamente se agradece la participación de cada uno de los estudiantes, y se brinda a cada uno de ellos un souvenir o flyer sobre el tema tratado en la sesión.</p>	<p>Preguntas Pos test Flyer Premios</p>	<p>15</p>	
----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	-----------	--

Debate socrático:

- En la relación existen diferencias, pero se soluciona con comunicación asertiva.
- El enojo, la ira no justifica la violencia.
- La infidelidad no es justificación para insultar o golpear a la otra persona.