

**UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA DE AMAZONAS**



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

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

**CREENCIAS IRRACIONALES E IMAGEN CORPORAL
EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA
MIGUEL RUBIO CHACHAPOYAS, 2023**

Autor: Bach. Neiver Saucedo Santacruz

Asesor: Mg. Wilfredo Amaro Cáceres

Registro: (...)

CHACHAPOYAS-PERÚ

2024

Dedicatoria

A quienes llegaron a ser mi inspiraron para poder llegar a donde estoy ahora, mi familia, por sus esfuerzos, su apoyo moral, su compañía a lo largo de mi proceso universitario, por motivarme a diario para alcanzar mis sueños.

A mi madre en el cielo por guiarme en mi camino.

Agradecimiento

Al asesor de esta tesis el Mg. Wilfredo Amaro Cáceres por su orientación y apoyo en la elaboración del presente trabajo.

Al director de la Institución Educativa Miguel Rubio, Sergio Y, Zelada Torres; por permitirme ejecutar mi investigación y darme las facilidades correspondientes.

A los estudiantes de la Institución Educativa Miguel Rubio, que participaron de manera voluntaria y que se mostraron colaboradores en todo momento.

**Autoridades de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de
Amazonas**

Jorge Luis Maicelo Quintana Ph. D.

Rector

Dr. Oscar Andrés Gamarra Torres

Vicerrector académico

Dra. María Nelly Luján Espinoza

Vicerrectora de investigación

Dr. Yshoner Antonio Silva Diaz

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

Visto bueno del asesor de tesis



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-L

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

El que suscribe el presente, docente de la UNTRM (X)/Profesional externo (), hace constar que ha asesorado la realización de la Tesis titulada CREENCIAS IRRACIONALES E IMAGEN CORPORAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MIGUEL RUBIO CHACHAPOYAS, 2023; del egresado NEVER SAUCO SANTABUZ de la Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Psicología de esta Casa Superior de Estudios.

El suscrito da el Visto Bueno a la Tesis mencionada, dándole pase para que sea sometida a la revisión por el Jurado Evaluador, comprometiéndose a supervisar el levantamiento de observaciones que formulen en Acta en conjunto, y estar presente en la sustentación.

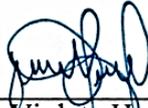
Chachapoyas, 18 de Junio de 2024



Firma y nombre completo del Asesor

Hg. Wilfredo Amaro Cáceres

Jurado evaluador de la tesis
Resolución de Decanato N°445-2023-UNTRM-VRAC/FACISA



Dra. Violeta Hurtado Chancafe

presidenta



Mg. Carlos Alberto Farje Gallardo

secretario



Mg. Erikson Alexander Jimenez Torres

vocal

Constancia de originalidad de la tesis



ANEXO 3-Q

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DE LA TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

Los suscritos, miembros del Jurado Evaluador de la Tesis titulada:

CREENCIAS IRRACIONALES E IMAGEN CORPORAL EN ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MIGUEL RUBIO CHACHAPOYAS, 2023

presentada por el estudiante ()/egresado (X) NEIVER SAUCEDO SANTACRUZ
de la Escuela Profesional de PSICOLOGIA

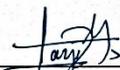
con correo electrónico institucional 7360262081@UNTRM.EDU.PE

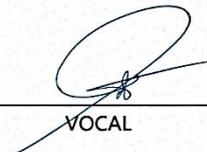
después de revisar con el software Turnitin el contenido de la citada Tesis, acordamos:

- a) La citada Tesis tiene 21 % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es menor (X) / igual () al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM.
- b) La citada Tesis tiene _____ % de similitud, según el reporte del software Turnitin que se adjunta a la presente, el que es mayor al 25% de similitud que es el máximo permitido en la UNTRM, por lo que el aspirante debe revisar su Tesis para corregir la redacción de acuerdo al Informe Turnitin que se adjunta a la presente. Debe presentar al Presidente del Jurado Evaluador su Tesis corregida para nueva revisión con el software Turnitin.



Chachapoyas, 03 de JULIO del 2024


SECRETARIO


VOCAL


PRESIDENTE

OBSERVACIONES:

.....
.....

Reporte turnitin

Dra. Violeta
Hurtado Charcafe

Creencias Irracionales e Imagen Corporal en adolescentes de la Institución Educativa Miguel rubio Chachapoyas, 2023.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

21%	21%	2%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
2	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	1%
5	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.untrm.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
9	repositorio.upeu.edu.pe Fuente de Internet	1%
10	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%

Acta de sustentación de la tesis



UNTRM

REGLAMENTO GENERAL
PARA EL OTORGAMIENTO DEL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER, MAESTRO O DOCTOR Y DEL TÍTULO PROFESIONAL

ANEXO 3-S

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL

En la ciudad de Chachapoyas, el día 19 de JULIO del año 2024, siendo las 11:00 horas, el aspirante: NEIVER SALCEDO SANTACRUZ, asesorado por MG. WILFREDO AMARO CÁCERES defiende en sesión pública presencial () / a distancia () la Tesis titulada: CREENCIAS IRRACIONALES E IMAGEN CORPORAL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL RUBIO CHACHAPOYAS, 2023, para obtener el Título Profesional de PSICÓLOGO, a ser otorgado por la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; ante el Jurado Evaluador, constituido por:

Presidente: DRA. VIOLETA HURTADO CHANCAFE

Secretario: MG. CARLOS ALBERTO FARSE GALLARDO

Vocal: MG. FRIKSON ALEXANDER JIMENEZ TORRES

Procedió el aspirante a hacer la exposición de la Introducción, Material y métodos, Resultados, Discusión y Conclusiones, haciendo especial mención de sus aportaciones originales. Terminada la defensa de la Tesis presentada, los miembros del Jurado Evaluador pasaron a exponer su opinión sobre la misma, formulando cuantas cuestiones y objeciones consideraron oportunas, las cuales fueron contestadas por el aspirante.

Tras la intervención de los miembros del Jurado Evaluador y las oportunas respuestas del aspirante, el Presidente abre un turno de intervenciones para los presentes en el acto de sustentación, para que formulen las cuestiones u objeciones que consideren pertinentes.

Seguidamente, a puerta cerrada, el Jurado Evaluador determinó la calificación global concedida a la sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional, en términos de:

Aprobado () por Unanimidad () / Mayoría () Desaprobado ()

Otorgada la calificación, el Secretario del Jurado Evaluador lee la presente Acta en esta misma sesión pública. A continuación se levanta la sesión.

Siendo las 12:00 horas del mismo día y fecha, el Jurado Evaluador concluye el acto de sustentación de la Tesis para obtener el Título Profesional.


SECRETARIO


VOCAL


PRESIDENTE

OBSERVACIONES:
.....

Índice

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Autoridades de la universidad nacional toribio rodríguez de mendoza de amazonas	iv
Visto bueno del asesor de tesis	v
Jurado evaluador de la tesis	vi
Constancia de originalidad de la tesis.....	vii
Reporte turnitin	viii
Acta de sustentación de la tesis.....	ix
Índice	x
Índice de tablas	xi
Resumen.....	xii
Abstract.....	xiii
I. INTRODUCCIÓN.....	14
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	17
2.1. Enfoque, método, alcance y corte de la investigación	17
2.3. Población, muestra y muestro	17
2.4. Variables de estudio	18
2.5. Técnica	18
2.5.1. Instrumentos	19
2.6. Procedimiento de recolección de datos	21
2.7. Aspectos éticos de la investigación.....	21
2.8. Análisis de datos	21
III. RESULTADOS	22
IV. DISCUSIÓN	26
V. CONCLUSIONES	29
VI. RECOMENDACIONES.....	30
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	31
ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Población de estudio de la Institución Educativa Miguel Rubio</i>	18
Tabla 2. <i>Relación entre creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023</i>	22
Tabla 3. <i>Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023</i>	23
Tabla 4. <i>Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023</i>	24
Tabla 5. <i>Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción comportamental de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023</i>	25

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre las creencias irracionales y la imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas - 2023. Con un enfoque cuantitativo de alcance correlacional. La población de estudio contó con 125 estudiantes del 4to y 5to de secundaria. Para la recolección de datos se utilizó el “inventario de creencias irracionales de Ellis”, con una validez de 0,90, mediante el criterio de jueces, usando la V de Aiken en un trabajo realizado por (Tang 2011; citado por Grández, 2017), y el “cuestionario IMAGEN, Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal”, con una validez de 0,953, mediante el criterio de jueces elaborado por Hilario & Macedo (2022). En los resultados se encontró una relación significativa entre la mayoría de las dimensiones de la variable creencias irracionales y la imagen corporal siendo 6 dimensiones de 10 con un grado de correlación entre “media” y “baja” con un valor de $p=0.000 - 0.027 < 0,05$ y un coeficiente de Rho de Spearman de entre 0.221 – 0.347 ; por otro lado 4 dimensiones no presentan una correlación significativa siendo la minoría de la variable de creencias irracionales y la imagen corporal, indicando un valor de $p=0.210 - 0.512 > 0.05$. Se concluye, que si existe relación significativa entre las creencias irracionales y la imagen corporal y se rechaza la hipótesis nula (H_0), aceptando la hipótesis alternativa (H_1)

Palabras clave: Adolescentes, creencias irracionales e imagen corporal.

Abstract

The objective of this study was to determine the relationship between irrational beliefs and body image in adolescents at the Miguel Rubio Educational Institution, Chachapoyas - 2023. With a quantitative approach of correlational scope. The study population consisted of 125 students from the 4th and 5th grades of secondary school. For data collection, the “Ellis irrational beliefs inventory” was used, with a validity of 0.90, through the judges' criteria, using Aiken's V in a work carried out by (Tang 2011; cited by Grández, 2017), and the “IMAGEN questionnaire, Evaluation of Dissatisfaction with Body Image”, with a validity of 0.953, using the judges' criteria developed by Hilario & Macedo (2022). The results found a significant relationship between most of the dimensions of the irrational beliefs variable and body image, with 6 dimensions out of 10 with a degree of correlation between “medium” and “low” with a value of $p=0.000 - 0.027. < 0.05$ and a Spearman's Rho coefficient between 0.221 – 0.347; On the other hand, 4 dimensions do not present a significant correlation, the minority being the irrational beliefs variable and body image, indicating a value of $p=0.210 - 0512 > 0.05$. It is concluded that there is a significant relationship between irrational beliefs and body image and the null hypothesis (H_0) is rejected, accepting the alternative hypothesis (H_1).

Keywords: Adolescents, irrational beliefs and body image.

I. INTRODUCCIÓN

A medida que pasan los años, los medios de comunicación incrementan su influencia sobre las personas, teniendo en cuenta las imágenes que se pueden observar cada vez más alejadas de la realidad, en las redes sociales, tv, etc. Demuestra que lograr la belleza perfecta es cada vez más difícil. Es una condición que afecta a muchas personas, especialmente a los jóvenes, afectando sus pensamientos y creencias sobre su apariencia (Suclupe, 2018).

Teniendo en cuenta el desarrollo de ser humano, la adolescencia es una de las etapas más importantes y con más cambios, tanto físicos como emocionales, generando dudas sobre sí mismos e inseguridades sobre cómo se ven y como los perciben los demás. En consecuencia, la imagen corporal empieza a tener más importancia que antes, acompañado de creencias muchas veces negativas de su propio cuerpo.

Las creencias irracionales son pensamientos deformados, extremos, desastrosos, sin pruebas que los confirmen y, en la mayoría de los casos, son suposiciones, los cuales interfieren en el bienestar de uno, instaurando emociones muy intensas y perdurables. Encontrándose en el inicio de muchos trastornos, pudiendo llegar a causar depresión, ansiedad o malestar emocional. (Etala, 2021)

Es importante recordar que el 13% de jóvenes de 10 a 19 años sufren alguna enfermedad mental según la OMS. Esto equivale a 86 millones de 15 a 19 años y 80 millones de 10 a 14. Siendo necesario actuar lo más antes posible, identificando las señales de alerta de los problemas de salud mental y buscar ayuda (UNICEF, 2022).

El director del Minsa de Perú afirmó que se deben abordar adecuadamente los problemas de salud mental de alrededor de 6 millones de personas, recordando que el 20% de la población sufre de depresión, ansiedad, estrés y enfermedades mentales (García, 2019).

Cuando hablamos de imagen corporal, nos fijamos en cómo pensamos sobre nuestro cuerpo (tamaño, tipo, forma), esto está vinculado a cómo pensamos sobre nuestro cuerpo y cómo lo evaluamos y tomamos decisiones al respecto. Cuando nos miramos al espejo, no sólo es importante lo que vemos y pensamos, sino también lo que pensamos y lo que ven los demás. Es más probable que las creencias, pensamientos y sentimientos de una persona sobre su cuerpo reflejen su imagen corporal que su condición física. La positividad corporal consiste en mirarnos a nosotros mismos con

honestidad, reconocer nuestros gustos y disgustos y verlos como parte de quiénes somos, no como algo que nos define. Así nuestro cuerpo se siente seguro y comfortable (Perez, 2021).

Suclupe (2018) quien estudio la relación entre sus variables, que son las creencias irracionales y la imagen corporal en estudiantes de secundaria - Lambayeque, encontró en los resultados una correlación significativa en las variables ($Rho = ,250^{**}$; $p < 0.01$), lo cual confirma que mientras más creencias incoherentes tengan las adolescentes mayor posibilidad de insatisfacción existirá. Concluyendo que, si las creencias irracionales se presentan en un grado mayor, también la disconformidad corporal en las estudiantes será mayor, y de manera viceversa.

Teniendo en cuenta la variable imagen corporal, (Huamani 2018). buscó determinar la insatisfacción con la imagen que tienen de su cuerpo los jóvenes del 4to de secundaria de la I.E M.G.P - Los Olivos. Encontrando en los resultados que el 84.6% no evidencian insatisfacción sobre su imagen corporal, a diferencia del 15.4% que si presentaron. En cuanto a las dimensiones se logró encontrar que en la “insatisfacción de la imagen corporal” el 16.7% manifestaron esta percepción, mientras que el 83.3% se encuentran satisfechos. En la dimensión “preocupación por el peso”, encontró que el 14.1% expresa preocupación por el peso, a diferencia del 85.9% de los alumnos que no. Llegando a concluir que los estudiantes participes de esta investigación son más los alumnos que están contentos con la imagen de su cuerpo que los que no lo están.

Sobre las creencias irracionales, (Ortiz 2021). Buscó determinar las diferencias dentro de las creencias irracionales en escolares de secundaria de Educación Básica Alternativa, encontrando en resultados que teniendo en cuenta el género las diferencias de las creencias irracionales no son significativas, a diferencia de la creencia “dependencia” que presento un rango promedio en los varones. De igual manera, con relación al grupo etario, no se encuentran diferencias significativas, excepto a Evitación de problemas presentándose con un rango promedio mayor en alumnos de 20 a 29 años. Finalmente se llegó a la conclusión, que, en relación al género, solo en la creencia dependencia evidencia una diferencia significativa, sin embargo, en el grupo etario la diferencia solo es notoria en la Evasión de problemas.

En la región de Amazonas no se encuentran estudios que incluyan las dos variables estudiadas en la presente investigación, sin embargo, encontramos una investigación en la UNTRM, de Daza, (2023), quien buscó determinar la relación entre creencias irracionales y ansiedad. Y encontró que hubo un alto porcentaje de estudiantes en todas las dimensiones de las dos variables estudiadas, evidenciando ansiedad moderada en algunas dimensiones; conceptos erróneos y preocupaciones; llegando a la conclusión de que no existe relación entre las falsas creencias y la ansiedad de los estudiantes, por lo que las dos variables son independientes entre sí.

Considerando la problemática planteada, se realizó la interrogante de investigación ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la imagen corporal en adolescentes de la I.E “Miguel Rubio”, Chachapoyas - 2023?; por lo tanto, el objetivo general es determinar la relación entre creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas – 2023; y buscando con los objetivos específicos relacionar, a las dimensiones de ambas variables.

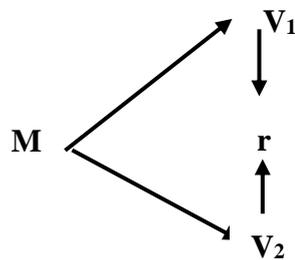
La población de estudiada fueron los adolescentes de 15 a 18 años del 4to y 5to de secundaria que asistieron a la I.E “Miguel Rubio”, Chachapoyas en total fueron 125 tanto varones como mujeres. Se utilizó un enfoque cuantitativo, de nivel correlacional, no experimental y de corte transversal. Para la recolección de datos se utilizó el ICI, Albert Ellis y el Cuestionario IMAGEN. Para el análisis de datos se utilizó estadístico Rho de Spearman.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1. Enfoque, método, alcance y corte de la investigación

La investigación desarrollada fue enmarcada a partir de un enfoque cuantitativo, ya que buscó apreciar la ocurrencia de un suceso y a su vez se probó una hipótesis, así como el método que se manejó en este enfoque fue el inductivo, con un alcance correlacional, pues se relacionaron dos variables, además fue de corte transeccional, debido a que los datos se recolectaron en un solo momento (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018)

2.2. Esquema del alcance correlacional:



Donde:

M: Muestra (125 adolescentes)

V1: Creencias irracionales

V2: Imagen corporal

r: Correlación entre variables

2.3. Población, muestra y muestro

2.3.1. Población

Los estudiantes de 15 a 18 años de edad del 4to y 5to de secundaria que asistieron de la I.E “Miguel Rubio”, que en total fueron 125 tanto varones como mujeres.

Tabla 1

Población de estudio de la Institución Educativa Miguel Rubio

Grado	Sección A	Sección B	Sub total
Cuarto	31	31	62
Quinto	31	32	63
Total			125

Nota: datos de la I.E Miguel Rubio, Chachapoyas 2023.

Criterios de inclusión

- Alumnos que se encuentren cursando del 4to al 5to de secundaria de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023.
- Alumnos que decidan participar de manera voluntaria en los cuestionarios de la presente investigación.
- Alumnos que cumplan el rango de edad que es entre 15 y 18 años.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no asisten a la I.E “Miguel Rubio”, Chachapoyas 2023.
- Estudiantes que no decidan participar de forma voluntaria en la aplicación de los cuestionarios de la investigación.
- Estudiantes que tengan algún problema psicológico considerable.

2.3.2. Muestra

Toda la población, que fueron, 125 estudiantes que asistieron a la institución educativa Miguel Rubio Chachapoyas durante el año 2023.

2.3.3. Muestreo

Así mismo, se usó el muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que la muestra fue elegida de acuerdo con la conveniencia del investigador, además se eligió de manera arbitraria cuántos participantes puede haber en el estudio con un acceso fácil y disponibilidad (Hernández-Sampieri; et al 2014) .

2.4. Variables de estudio

V1. Creencias irracionales V2. Imagen Corporal (ver anexo 2)

2.5. Técnica

Se usaron como técnicas: un inventario y un cuestionario.

2.5.1. Instrumentos

En la investigación se administraron un inventario y un cuestionario durante un solo momento.

Inventario de creencias irracionales, Albert Ellis.

El inventario es cerrado con 100 ítems y opciones de respuesta pareadas (sí o no). Las preguntas se formulan en un lenguaje claro y sencillo. El cuestionario evalúa 10 categorías o dimensiones de falsas creencias, a las cuales le corresponde 10 ítems a cada idea irracional.

Dimensiones e ítems del inventario de creencias irracionales, Albert Ellis

Necesidad de aprobación	1 ,11 ,21 ,31 ,41 ,51 ,61 ,71 ,81 ,91
Perfeccionismo	2 ,12 ,22 ,32 ,42 ,52 ,62 ,72 ,82 ,92
Culpabilización	3 ,13 ,23 ,33 ,43 ,53 ,63 ,73 ,83 ,93
Altas expectativas	4 ,14 ,24 ,34 ,44 ,54 ,64 ,74 ,84 ,94
Control emocional	5 ,15 ,25 ,35 ,45 ,55 ,65 ,75 ,85 ,95
Ideas de infortunio	6 ,16 ,26 ,36 ,46 ,56 ,66 ,76 ,86 ,96
Evitación de problemas	7 ,17 ,27 ,37 ,47 ,57 ,67 ,77 ,87 ,97
Dependencia	8 ,18 ,28 ,38 ,48 ,58 ,68 ,78 ,88 ,98
Influencia del pasado	9 ,19 ,29 ,39 ,49 ,59 ,69 ,79 ,89 ,99
Inactividad de inercia	10 ,20 ,30 ,40 ,50 ,60 ,70 ,80 ,90 ,100

Clasificación por niveles y puntajes del inventario de creencias irracionales, Albert Ellis

Presencia de la creencia irracional (alto)	8-10 puntos
Presencia de la creencia irracional (moderado)	6-7 puntos
Ausencia de la creencia irracional (promedio)	0-5 puntos

(Tang 2011; citado por Grández, 2017) logró una validez mediante el criterio de jueces, de 0,90 y 1.

Cuestionario IMAGEN, Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal.

El cuestionario IMAGEN consta de 38 ítems que se dividen en sus tres dimensiones: insatisfacción cognitiva emocional, que consta de 21 ítems, insatisfacción perceptiva, que consta de 10 ítems, y la insatisfacción conductual, que se compone de 7 ítems. Los adolescentes pueden elegir entre cinco posibles respuestas: casi nunca, rara vez, de vez en cuando sí y de vez en cuando no, frecuentemente, casi siempre o siempre; yendo los puntajes desde el 0 hasta el 4.

Dimensiones e ítems del Cuestionario IMAGEN

Insatisfacción cognitivo - emocional	1,2,3,4,5,6,11,12,13,15,16,17,18,19,20,21
Insatisfacción perceptiva	22,23,24,25,26,27,28,29,30,31
Insatisfacción comportamental	32,33,34,35,36,37,38

Clasificación por niveles y puntajes del Cuestionario IMAGEN

Mínimo	0-16 puntos
Moderado	17-40 puntos
Marcado	41-52 puntos
Severo	53-152 puntos

Hilario y Macedo (2022) Encontró que el cuestionario imagen refleja la validez de contenido según el criterio de jueces, logrando pertinencia, adaptabilidad y consistencia. Teniendo una confiabilidad gracias a la consistencia interna con $\alpha = 0,953$. La estabilidad indica una alta significancia ($p < 0,01$) de la prueba global con los niveles correspondientes: mínimo, moderado, marcado y severo.

2.6. Procedimiento de recolección de datos

Luego de recibir la aprobación del proyecto de tesis se llevo a cabo la presentacion de una solicitud al director de la institución, solicitando la autorización para la ejecución del estudio, teniendo en cuenta los horarios, para la aplicación de los instrumentos, recolectando así los datos que fueron necesarios, para luego ser analizados.

2.7. Aspectos éticos de la investigación

Al trabajar con seres humanos en el presente estudio, se tuvieron presente los principios bioéticos en todo momento del proceso de ejecución, partiendo desde el respeto por la autonomía de cada participante, al ser ellos mismos quienes decidieron participar de manera voluntaria del estudio y confirmándolo a través de la firma en el asentimiento informado que se les proporcionó (Hincapié y Medina, 2019).

2.8. Análisis de datos

Una vez que la información fue recolectada mediante el ICI, Albert Ellis y el Cuestionario de IMAGEN, se tabuló en una base de datos de Excel, luego se pasó al Software SPSS V. 26; se utilizó el estadístico Spearman, corroborando la existencia de una correlación. los resultados se fueron llevados a tablas (tablas de contingencia) y en gráficos.

III. RESULTADOS

Tabla 2

Relación entre creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Rho de Spearman		Imagen corporal	
		Correlación	Significancia
Creencias irracionales	Necesidad de aprobación	0.221	p=0.027
	Perfeccionismo	0.301	p=0.002
	Culpabilización	0.323	p=0.001
	Altas expectativas	0.112	p=0.266
	Control emocional	-0.066	p=0.512
	Ideas de infortunio	0.248	p=0.012
	Evitación de problemas	0.110	p=0.273
	Dependencia	0.126	p=0.210
	Influencia del pasado	0.313	p=0.001
	Inactividad de inercia	0.347	p=0.000

Nota: resultados de los inventarios

En la tabla N° 2, se muestra la relación entre las dimensiones de creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes, donde las dimensiones perfeccionismo ($\rho=0.301$), culpabilización ($\rho=0.323$), influencia del pasado ($\rho=0.313$), inactividad de inercia ($\rho=0.347$) y la variable imagen corporal presentan una correlación positiva media, además, las dimensiones necesidad de aprobación ($\rho=0.221$), ideas de infortunio ($\rho=0.248$), e imagen corporal presentan una correlación positiva baja; por otro lado la dimensión control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la variable imagen corporal presenta una correlación no significativa.

Tabla 3

Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Rho de Spearman		Insat. Cognitivo emocional	
		Correlación	Significancia
Creencias irracionales	Necesidad de aprobación	0.243	p=0.014
	Perfeccionismo	0.321	p=0.001
	Culpabilización	0.220	p=0.027
	Altas expectativas	0.092	p=0.360
	Control emocional	-0.110	p=0.274
	Ideas de infortunio	0.222	p=0.025
	Evitación de problemas	0.085	p=0.397
	Dependencia	0.115	p=0.252
	Influencia del pasado	0.241	p=0.015
	Inactividad de inercia	0.282	p=0.004

Nota: resultados de los inventarios

En la tabla N° 3, se muestra la relación entre las dimensiones de creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional en los adolescentes, donde las dimensiones perfeccionismo ($\rho=0.321$), inactividad de inercia ($\rho=0.282$), y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional presentan una correlación positiva media, además, las dimensiones necesidad de aprobación ($\rho=0.243$), culpabilización ($\rho=0.220$), ideas de infortunio ($\rho=0.222$), influencia del pasado ($\rho=0.241$), y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional presentan una correlación positiva baja; por otro lado la dimensión control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional presenta una correlación no significativa.

Tabla 4

Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Rho de Spearman		Insatisfacción Perceptiva	
		Correlación	Significancia
Creencias irracionales	Necesidad de aprobación	0.083	p=0.410
	Perfeccionismo	-0.024	p=0.809
	Culpabilización	0.102	p=0.312
	Altas expectativas	0.004	p=0.972
	Control emocional	-0.138	p=0.169
	Ideas de infortunio	-0.010	p=0.919
	Evitación de problemas	-0.123	p=0.221
	Dependencia	-0.092	p=0.358
	Influencia del pasado	-0.016	p=0.873
	Inactividad de inercia	-0.047	p=0.641

Nota: resultados de los inventarios

En la tabla N° 4, se muestra la relación entre las dimensiones de creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva de la variable imagen corporal en los adolescentes, donde las dimensiones perfeccionismo, inactividad de inercia, necesidad de aprobación, culpabilización, ideas de infortunio, influencia del pasado, control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la dimensión insatisfacción perceptiva de la variable imagen corporal presenta una correlación no significativa.

Tabla 5

Relación entre creencias irracionales y la dimensión insatisfacción comportamental de la variable imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Rho de Spearman		Insatisfacción Comportamental	
		Correlación	Significancia
Creencias irracionales	Necesidad de aprobación	0.054	p=0.589
	Perfeccionismo	0.046	p=0.644
	Culpabilización	0.209	p=0.036
	Altas expectativas	0.081	p=0.418
	Control emocional	-0.069	p=0.495
	Ideas de infortunio	0.061	p=0.548
	Evitación de problemas	0.047	p=0.642
	Dependencia	0.004	p=0.967
	Influencia del pasado	-0.007	p=0.942
	Inactividad de inercia	0.117	p=0.245

Nota: resultados de los inventarios

En la tabla N° 5, se muestra la relación entre las dimensiones de creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional en los adolescentes, donde la dimensión, culpabilización (rho= 209), y la dimensión insatisfacción comportamental presenta una correlación positiva baja; por otro lado las dimensiones, perfeccionismo, inactividad de inercia, necesidad de aprobación, ideas de infortunio, influencia del pasado, control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la dimensión insatisfacción comportamental presenta una correlación no significativa.

IV. DISCUSIÓN

El objetivo principal de este estudio es determinar la relación entre creencias irracionales e imagen corporal en jóvenes de la Institución Educativa Miguel Rubio de Chachapoyas, 2023. La población de investigación es de 125 estudiantes de 15 a 18 años.

Con los resultados logrados, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1) puesto que si existe relación significativa entre la mayoría de las dimensiones de creencias irracionales e imagen corporal siendo 6 dimensiones de 10 con un grado de correlación entre media y baja con un valor de $p=0.000 - 0.027 < 0,05$ y un coeficiente de Rho de Spearman de entre 0.221 – 0.347 ; por otro lado 4 dimensiones no presentan una correlación significativa, indicando un valor de $p=0.210 - 0512 > 0.05$.

Los resultados que se manifestaron en la tabla 2, muestra la relación entre las dimensiones de creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes, donde se pudo encontrar que las dimensiones perfeccionismo ($\rho=0.301$), culpabilización ($\rho= 0.323$), influencia del pasado ($\rho=0.313$), inactividad de inercia ($\rho=0.347$), y la variable imagen corporal presentan una correlación positiva media, además, las dimensiones necesidad de aprobación ($\rho=0.221$), ideas de infortunio ($\rho=0.248$), e imagen corporal presentan una correlación positiva baja; por otro lado la dimensión control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la variable imagen corporal presenta una correlación no significativa. Dicho hallazgo guarda mucha relación con Suclupe (2018) quien estudió la relación de creencias irracionales e imagen corporal en estudiantes, encontrando en los resultados una correlación significativa en las variables ($Rho = ,250^{**}$; $p= <0.01$) en 5 dimensiones de las creencias irracionales e imagen corporal que son “necesidad de aprobación”, “perfeccionismo”, “ideas de infortunio”, influencia del pasado”, “inactividad de inercia”; por otro lado en las otras 5 dimensiones, encontró una correlación no significativa (Rho entre - 0.011 – 0.081; $p=$ entre 0.171 – 0.856) las cuales son “culpabilización”, “altas expectativas”, “control emocional”, “evitación de problemas” y “dependencia”. A diferencia de esto (Carvajal & Gavilanes 2023), en su investigación cuyo objetivo fue determinar que correlación existe entre la variable autoconcepto y las

creencias irracionales en los adolescentes de bachillerato, encontró en sus resultados una correlación significativa tanto positiva como negativa, pero en todas las dimensiones de sus dos variables y se correlacionan de la siguiente manera, autoconcepto social y perfeccionismo (Rho =valores próximos a 0.1; $p < 0.5$) e indirecta. (Rho =valores cercanos -0.1; $p < 0.5$), llegando a concluir que solo el perfeccionismo al ser negativo e indirecto, cuanto más bueno sea su autoconcepto más crece esta creencia. Teniendo en cuenta esta investigación a diferencia de mis resultados que obtuve una correlación significativa en 6 de 10 dimensiones, aquí obtuvieron una correlación en todas, sin embargo, estas fueron tanto negativa como positiva.

Consecuentemente, dentro del estudio el primer objetivo específico fue, Identificar la relación que existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo-emocional, perteneciente a la variable imagen corporal. Donde los resultados plasmados en la tabla 3 muestran que las dimensiones perfeccionismo ($\rho=0.321$), inactividad de inercia ($\rho=0.282$), y la variable imagen corporal presentan una correlación positiva media, además, las dimensiones necesidad de aprobación ($\rho=0.243$), culpabilización ($\rho= 0.220$), ideas de infortunio ($\rho=0.222$), influencia del pasado ($\rho= 0.241$), y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la variable imagen corporal presentan una correlación positiva baja; por otro lado la dimensión control emocional, altas expectativas, evitación de problemas, dependencia y la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la variable imagen corporal presenta una correlación no significativa. Podemos ver en los resultados obtenidos que 5 de 10 dimensiones de las creencias irracionales se relacionan significativamente con la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la imagen corporal entre media y baja con un valor de $p < 0.05$, mientras que las otras 5 dimensiones no presentan correlación significativa y se puede percibir independencia pues al aumento del uno no aumenta el otro, sino que son independientes entre sí, y sería mejor ser estudiadas por separado para obtener resultados y evaluar la presencia en niveles o porcentajes en los adolescentes, teniendo en cuenta la insatisfacción con su imagen corporal o la satisfacción de la misma, como hizo una investigación (Quispe, 2022), la cual buscó establecer la relación entre insatisfacción con la imagen corporal y bienestar psicológico en

jóvenes, Sus resultados mostraron una grave insatisfacción con la imagen corporal en el 86,4% de las mujeres, el 50,0% de los jóvenes de 15 años, en contraste con los hombres que no mostraron insatisfacción en el 52,5%, entonces si se revisa estos resultados son diferentes a los establecidos en el presente estudio, porque no buscamos, niveles ni porcentajes, al contrario fue correlacionar las dimensiones teniendo en cuenta la presencia, generando conocimientos para futuras investigaciones, que evalúen las mismas variables y tengan referencias por ser la primera dentro la ciudad de Chachapoyas. 2

Por otro lado, en los dos siguientes objetivos específicos de mi investigación que son Identificar la relación entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023 e Identificar qué relación existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción comportamental, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023, mostrados en las tablas 4 y 5, no encontramos una correlación significativa percibiendo la independencia de las dimensiones de las variables, pues se obtuvo un valor de $p = > 0.05$. Con esto en respuesta a estos objetivos, afirmamos la inexistencia de la correlación propuesta a identificar durante el estudio, quedando en conocimiento para poder ser evaluadas de manera independiente en futuras investigaciones y de esa manera se siga ampliando la información teniendo en cuenta la gran importancia de estas variables en la actualidad.

V. CONCLUSIONES

- En el presente estudio ejecutado con los alumnos de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023 se determinó que existe relación significativa entre las variables creencias irracionales e imagen corporal, con un grado de correlación entre las dimensiones de “media” y “baja” con un valor de $p=0.000 - 0.027 < 0,05$ y un coeficiente de Rho de Spearman de entre $0.221 - 0.347$; siendo así que se acepta la (Hi), rechazando la (Ho).
- En la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la imagen corporal y creencias irracionales se identificó que 5 de 10 dimensiones presentan una correlación significativa con un grado de correlación entre “media” y “baja” con un valor de $p=0.001 - 0.027 < 0,05$ y un coeficiente de Rho de Spearman de entre $0.220 - 0.321$.
- En la dimensión insatisfacción perceptiva de la imagen corporal y creencias irracionales se identificó que no existe correlación significativa, con un valor de $p= > 0.05$.
- En la dimensión insatisfacción cognitivo emocional de la imagen corporal y creencias irracionales, se identificó que no existe correlación significativa, con un valor de $p= > 0.05$.

VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda a la Comunidad Científica Tomar más interés en realizar investigaciones sobre creencias irracionales e imagen corporal, puesto que a nivel de región no encontramos estudios con estas variables. Con el fin de ampliar el conocimiento y comprender muchos aspectos que incluyen estas variables y con mayor interés en la etapa de la adolescencia, puesto que es una de las más importantes y complejas en el desarrollo humano; buscando en ellos alternativas de solución a las diversas problemáticas que tenemos en la actualidad.

También se recomienda a la Institución Educativa “Miguel Rubio” de Chachapoyas que teniendo en cuenta que la adolescencia siendo una etapa muy importante, donde se dan diversos cambios, en los cuales los adolescentes necesitan un buen acompañamiento, un buen soporte emocional, y siendo esto responsabilidad de toda la comunidad educativa, sabiendo que no se cuenta con un profesional psicólogo(a), se recomienda permitir el apoyo y la inmersión de practicantes, estudiantes y/o profesionales que estén dispuestos a ayudar, con la aplicación de programas y la ejecución investigaciones dentro de la Institución Educativa sabiendo que trae aportes significativos ante las necesidades de la población educativa.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amenero, C. & Vargas, A. (2010). Relación entre Alexitimia y Creencias Irracionales en los estudiantes de la Escuela de Psicología de la Universidad Señor de Sipán de la provincia de Chiclayo – Lambayeque 2010. [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán].
- Bazán, J. (2021). Creencias irracionales y autoconcepto en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho, Lima 2019 [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/5366>.
- Calle, S. (2018). Percepción de satisfacción sobre la imagen corporal en adolescentes de 15 a 17 años en la Unidad Educativa ‘La Asunción’, Cuenca 2018. [Tesis, Universidad de Cuenca, Ecuador]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31781>
- Carvajal, C., & Gavilanes, D. (2023). Autoconcepto y su relación con las creencias irracionales en adolescentes de bachillerato. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, Asunción, Paraguay., volumen 4(1)*, 2-12.
- Daza, B. (2023). Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes del Colegio los Angeles de Pedro Castro, Chachapoyas 2023 [tesis de pregrado, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza] <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/3592>
- Diale, B & Aigbodion, V. (2022). School-Related Irrational Beliefs as Predictor of Academic Motivation among Secondary School Learners. *Estudios en Aprendizaje y Enseñanza*, 3 (1), 46-54.
- Duno, M., & Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal entre adolescentes universitarios. *Scielo*, 2-13. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182019000500545.
- Etala, P. (2021). ¿Qué Son Las CREENCIAS IRRACIONALES? *Guillermo Orozco*, 2. <https://guillermoorozco.com/que-son-las-creencias-irracionales/>

- Grández, R. (2017). Creencias irracionales en estudiantes del primer ciclo de una Universidad Privada de Lima Metropolitana. [Tesis para optar el título profesional de Licenciado en psicología, Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1838/TRAB.SUF.PROF.%20RA%C3%9AL%20GR%C3%81NDEZ%20BARD%C3%81LEZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Huamani, E. (2018). (in)satisfacción de la imagen corporal de los adolescentes del cuarto año de secundaria de la institución educativa 2015 Manuel Gonzáles Prada – los olivos – 2018. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo, Lima]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/27985>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). México: Mc Graw Hill Education. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hernandez-Sampieri, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2010). Metodologia de la Investigacion (5°ed.). Mexico D.F: https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
- Hilario, L; & Macedo, A. (2022) Propiedades psicométricas del cuestionario IMAGEN evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal en universitarios Huaraz 2022. [Tesis, Universidad Cesar Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/103740>
- Hincapié, J., & Medina, M. (2019). *Bioética: teorías y principios* (Primera ed.). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Perez, R. (03 de junio de 2021). *Que es la imagen corporal*. Obtenido de Promethea: <https://www.centropromethea.com/2021/06/03/imagen-corporal/#:~:text=psicolog%C3%ADa%20%7C%20%20Comentarios-,Qu%C3%A9%20es%20la%20imagen%20corporal,que%20nos%20ven%20otras%20personas>

- Ortiz, O. (2021). Creencias irracionales en estudiantes del nivel secundario de un centro de educación básica alternativa. *UNIFE*, 2-10. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2021.v29n2.2409>
- Quispe, A., Calla, K., Yangali, J., Rodríguez, J., & Pumacayo, I. (2019). *Estadística no paramétrica aplicada a la investigación científica con software SPSS, MINITAB Y EXCEL* (Vol. I). Colombia: Eidec. <https://www.editorialeidec.com/wp-content/uploads/2020/01/Estad%C3%ADstica-no-param%C3%A9trica-aplicada.pdf>
- Quispe, M (2022). insatisfacción con la imagen corporal y bienestar psicológico en adolescentes de un grupo parroquial en cuatro balnearios de lima sur. [Tesis, Universidad Autónoma del Perú, Lima]. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1655/Quispe%20Cabrera%2C%20Maryori%20Franshesca.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Saavedra, K (2019). Insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes hombres y mujeres del nivel secundario de instituciones educativas públicas, Los Olivos, Lima, 2019. [Tesis, Universidad Cesar Vallejo, Lima]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41592>
- Sember, Z. (2017). Creencias irracionales y violencia de pareja en estudiantes del cuarto ciclo de Ingeniería de Sistemas de una Universidad Privada del Cono Norte, 2017. [Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología, Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades]. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/3380/Sember_VZY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Solórzano, H (2019). Creencias irracionales de los estudiantes del 5to. de secundaria de la institución educativa 2056 “José Gálvez” del distrito de Independencia, provincia de Lima en el periodo 2018. [Tesis, Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima]. <http://repositorio.uigy.edu.pe/handle/20.500.11818/4221>

Suclupe, K (2018). Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de una institución educativa femenina, Lambayeque, 2018. [Tesis, Universidad Señor de Sipan, Chiclayo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/7014>

Supo, J. (2012). *Seminarios de investigación científica*. Lima_Perú: Bioestadistico.com

Unicef. (2022). *En mi mente*. Samantha Wauchope. <https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf>

ANEXOS

ANEXO N°1

Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivo	Variable	Categoría	Metodología
¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023?	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación que existe entre las creencias irracionales e imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.</p>	V1: Creencias irracionales	<p>-Promedio</p> <p>-Moderado</p> <p>-Alto</p>	<p>Población general: 125</p> <p>Población de estudio: 125</p> <p>Tipo de investigación</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Nivel de investigación: Relacional</p>

	<p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar la relación que existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo-emocional, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la institución educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023. - Identificar la relación que existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva, 	<p>V2: Imagen corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mínima - Moderada - Severa - Marcada 	<p>Intervención de la investigación: No experimental</p> <p>Toma de datos: Retrospectiva</p> <p>Diseño de investigación: No experimental descriptiva</p> <p>Método de investigación: inductivo</p> <p>Técnica de instrumento de recolección de datos: Inventario y cuestionario.</p>
--	---	----------------------------	---	--



	<p>perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.</p> <p>- Identificar qué relación existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción comportamental, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.</p>			
--	--	--	--	--

ANEXO N° 2

Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	definición operacional	Instrumento	Dimensión	Indicadores	Ítems	Categoría	Escala
Creencias irracionales	Las creencias irracionales se distinguen por ser pensamientos que no necesariamente son ciertos, pueden iniciarse desde un supuesto incorrecto, y llevar a deducciones imprecisas que no son respaldadas por una	la variable creencias irracionales será medida con el inventario de creencias irracionales de Albert Ellis, el cual está conformado por 100 ítems, divididos en 10 dimensiones	Inventario de creencias irracionales, Albert Ellis.	Necesidad de aprobación	Para una persona es totalmente inevitable tener el afecto y la confirmación de los demás.	1,11, 21, 31, 41, 51, 61, 71, 81, 91	-Promedio -Moderado -Alto	ordinal

	adecuada evidencia y, siempre, forman una sobre generalización (Chavez & Quiceno, 2010)			Perfeccionismo	El pensamiento de que para ser uno importante, tendría que ser competente, suficiente y capaz de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles.	2, 12, 22, 32, 42, 52, 62, 72, 82, 92		
				Culpabilización	Ciertas personas dañinas, malévolas tendrían que ser castigadas.	3, 13, 23, 33, 43, 53, 63, 73, 83, 93		
				Altas expectativas	Es totalmente desagradable cuando las cosas no sales como uno lo esperaba.	4, 14, 24, 34, 44, 54, 64, 74, 84, 94		

				Control emocional	El pensamiento de que si algo puede ser peligroso o temible se debería sentir terriblemente inquieto por ello, estará pensando constantemente en que esto si o si va a ocurrir	5, 15, 25, 35, 45, 55, 65, 75, 85, 95		
				Ideas de infortunio	Se debe sentir temor o ansiedad ante cualquier situación desconocida, incierta o muy peligrosa.	6, 16, 26, 36, 46, 56, 66, 76, 86, 96		
				Evitación de problemas	El pensamiento de que es mucho más fácil evitar una responsabilidad que afrontarlo.	7, 17, 27, 37, 47, 57, 67, 77, 87, 97		



				Dependencia	La necesidad de poder contar con algo más grande y más fuerte que uno mismo	8, 18, 28, 38, 48, 58, 68, 78, 88, 98		
				Influencia del pasado	El pensamiento de que el pasado es un factor determinante de la conducta actual, y que algo que ocurrió en el pasado y lo afecto debe seguir afectándole indefinidamente.	9, 19, 29, 39, 49, 59, 69, 79, 89, 99		
				Inactividad de inercia	La felicidad se incrementa con el descanso, la pereza y el ocio indefinido.	10, 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80, 90, 100		

<p>Imagen corporal</p>	<p>la imagen corporal viene a ser la representación mental que cada individuo tiene de su propio cuerpo, esto puede ser positivo o negativo.</p>	<p>Se determinará por los valores que se obtienen mediante la aplicación del instrumento que es el cuestionario IMAGEN Severa =53 - 152 Marcada 41 - 52 Moderado 17 - 40 Mínimo 0 - 16</p>	<p>Cuestionario IMAGEN, Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal.</p>	<p>Insatisfacción cognitivo - emocional</p>	<p>Pensamientos y emociones que pueden presentar con respecto de la insatisfacción propia imagen corporal.</p>	<p>1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 19, 20, 21.</p>	<p>- Mínima - Moderada - Severa - Marcada</p>	<p>Ordinal</p>
-------------------------------	--	--	---	---	--	--	---	----------------



				Insatisfacción perceptiva	Creencia subjetiva de tener una figura deforme y no un peso deseado.	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31.		
				Insatisfacción comportamental	Repetición de comportamientos patológicos.	32, 33, 34, 35, 36, 37, 38.		



ANEXO N° 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Chachapoyas, / / 2023

Señores

PADRES DE FAMILIA

De la Institución Educativa Miguel Rubio

Chachapoyas

Cordial saludo.

Por medio de la presente me permito solicitar su autorización y consentimiento para la participación de su menor hijo, en el proyecto de investigación “Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023”, a cargo del Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.

Dicho proyecto cuenta con las siguientes características:

Objetivo:

General:

- Determinar la relación que existe entre las creencias irracionales y la imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Específicos:

- Identificar la relación que existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción cognitivo-emocional, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la institución educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.
- Identificar la relación que existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción perceptiva, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.
- Identificar qué relación existe entre las creencias irracionales y la dimensión insatisfacción comportamental, perteneciente a la variable imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.



Responsable:

Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz, de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.

Procedimiento: Previa autorización de la institución y consentimiento informado por parte de los padres y el (la) adolescente, debidamente firmado, se procederá a aplicar los siguientes instrumentos: “inventario de creencias irracionales de Albert Ellis” y “Cuestionario IMAGEN, Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal”, los cuales se llevarán a cabo en las aulas de la Institución Educativa cuya contestación dura aproximadamente 1 hora. Para la realización de este proyecto se requiere la participación de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel secundario de 13 a 18 años de edad.

Agradeciendo su atención,

Cordialmente,

Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz, responsable de la presente investigación.

Cel: 939816590

Correo: 7360262081@untrm.edu.pe

Se adjunta: Formato de consentimiento informado.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo: _____, identificado(a) con DNI: _____, en calidad de progenitor(a) __ tutor(a) legal __, de mi menor hijo(a) _____, manifiesto a través de este documento, que fui informado(a) suficientemente y comprendo la justificación, los objetivos, los procedimientos y las posibles molestias y beneficios implicados en la participación de nuestro hijo(a), en el proyecto de investigación: “creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023 ”, que se describe a continuación:

Responsable:

Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz.

Objetivo:

- Determinar la relación que existe entre las creencias irracionales y la imagen corporal en los adolescentes de la Institución Educativa “Miguel Rubio”, Chachapoyas, 2023.

Procedimiento:

Contestar unos cuestionarios de manera anónima y confidencial, cuya contestación dura aproximadamente 1 hora. Nuestro hijo se compromete a contestar sinceramente para que la investigación arroje resultados válidos. La administración se realizará en la Institución Educativa de nuestro hijo(a).

Participación Voluntaria

La participación de nuestro hijo(a) en este estudio es completamente voluntaria, si él o ella se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social. Si lo desea, nuestro hijo(a) informaría los motivos de dicho retiro al responsable de la investigación.

Riesgos De Participación

No existe ningún tipo de riesgo.

Confidencialidad

La información suministrada por nuestro hijo(a) **será confidencial**. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin



revelar su nombre o datos de identificación. Se mantendrán los cuestionarios y en general cualquier registro en un sitio seguro. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno.

Así mismo, declaramos que fuimos informados suficientemente y comprendemos que tenemos derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que mi hijo(a) o nosotros tengamos sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que mi hijo(a) y nosotros tenemos el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que mi hijo(a) tiene en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales hemos hecho alusión previamente, constituyen compromisos del responsable de investigación, nos permitimos informar que consentimos, de forma libre y espontánea, la participación de nuestro hijo(a) en el mismo.

Este consentimiento no inhibe el derecho que tiene mi hijo(a) de ser informado(a) suficientemente y comprender los puntos mencionados previamente y a ofrecer su asentimiento informado para participar en el estudio de manera libre y espontánea, por lo que entiendo que mi firma en este formato no obliga su participación.

En constancia de lo anterior, firmamos el presente documento, en la ciudad de _____, el día _____, del mes _____ del _____.

Padre:

Firma _____

Nombre _____

DNI _____

Madre:

Firma: _____

Nombre _____

DNI _____

Responsable de la investigación

Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz



ANEXO N° 4

ASENTIMIENTO INFORMADO

Te invito a participar en el proyecto de investigación: Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas 2023.

Tu participación en este estudio es completamente voluntaria, si en algún momento te negaras a participar o decidieras retirarte, esto no te generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social.

El encargado de la investigación que dirige el estudio es el: **Int. Psc. Neiver Saucedo Santacruz**, de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.

La información suministrada por mí **será confidencial**. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar mi nombre o datos de identificación. Se mantendrán los cuestionarios y en general cualquier registro en un sitio seguro. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno.

Así mismo, declaro que fui informado suficientemente y comprendo que tengo derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que tenga sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; que tengo el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que tengo en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales he hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, me permitimos informar que asiento, de forma libre y espontánea, mi participación en el mismo.

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de _____, el día _____, del mes _____ de _____,

Firma _____

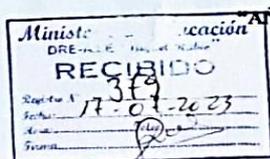
Nombre _____

DNI. _____



ANEXO N° 5

SOLICITUD A LA INSTITUCION EDUCATIVA MIGUEL RUBIO
CHACHAPOYAS, 2023.



“AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO”

SOLICITO: datos de los
estudiantes del 4to al 5to año y
permiso para ejecución de
proyecto de tesis.

SEÑOR DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL RUBIO,
CHACHAPOYAS, 2023.

Prof. Sergio Y. ZELADA TORRES

Yo, Neiver Saucedo Santacruz, Interno de la carrera profesional de
Psicología de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, con DNI N.º
73602620 y celular 939816590, ante usted con el debido respeto me presento y
expongo:

Que al estar cursando el XI Ciclo de la carrera profesional de
PSICOLOGIA en la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, solicito
a Ud. Los datos de la cantidad de estudiantes matriculados este 2023 en 4to y 5to grado
del nivel secundario de la institución bajo su cargo, I.E. MIGUEL RUBIO,
Chachapoyas, así como permiso para la ejecución de mi trabajo de Investigación sobre
“Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de la Institución
Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2023” para optar el grado de Licenciado en
Psicología.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud

Chachapoyas, 17 de Julio del 2023

Atentamente.

Neiver Saucedo Santacruz

DNI:73602620

7360262081@untrm.edu.pe



ANEXO N° 6

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES, ALBERT ELLIS

FICHA TÉCNICA

- **Autor:** Albert Ellis (1968)
- **Adaptado:** Davis Mc. Kay y Eshelman Robleto Navas (1987)
- **Forma de Administración:** Individual y grupal
- **Ámbito de Aplicación:** En el Perú, la primera aplicación del instrumento lo realizó El Dr. Cesar Bocanegra Velásquez a 50 consumidores de P.B.C. en situación de internamiento en el año 1991.
- **Duración:** 30 minutos (aprox.)
- **finalidad:** evaluar el grado de aceptación con las 10 creencias irracionales, que pueden presentar los evaluados, teniendo en cuenta que, a mayor puntaje obtenido en la creencia, mayor es su aceptación de la misma.
- **Edad:** de los 12 años en adelante
- **Descripción del cuestionario:** El instrumento está constituido por 100 ítems que son de tipo cerrado y de opción de respuesta dicotómica (en acuerdo ó en desacuerdo). Las preguntas están propuestas en un lenguaje claro y sencillo. El cuestionario evalúa 10 categorías o dimensiones de las creencias irracionales.
- **Calificación:** Las respuestas se califican con puntos, que contiene como opciones a las alternativas: De acuerdo (2) y en desacuerdo (1)
- **Baremo:** La baremación sirve para la interpretación de los resultados de la variable de investigación, está ordenado por rangos y contempla todos los valores desde el mínimo hasta el máximo que se puede obtener como puntaje de evaluación de las dimensiones y de la variable en general.



ANEXO N° 7

INVENTARIO DE CREENCIAS IRRACIONALES, ALBERT ELLIS

INSTRUMENTO

Código: _____

Edad: _____ Sexo: _____

Grado: _____ Sección: _____ Profesa alguna Religión: Sí - No ¿Cuál?

INSTRUCCIONES:

A continuación, te presentamos una serie de frases las cuales deberás leer y responder de acuerdo a tu forma de pensar, sentir y actuar con respecto a ti mismo(a). Para esto emplea un lápiz o un lapicero para marcar la respuesta que consideres conveniente. Marca con claridad la opción elegida con una cruz (+) o un aspa (X) en SI, si estás de acuerdo con el enunciado o es tu caso; o NO, si estás en desacuerdo o no es tu caso.

N° ITEM	IDEA O SITUACION	RESPUESTA	
		SI	NO
*1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.		
*2	Yo odio el fallar en cualquier cosa.		
*3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.		
**4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.		
**5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.		
*6	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.		
*7	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.		
*8	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.		
*9	“Una cebra no puede cambiar sus rayas”.		
*10	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.		
**11	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.		
*12	Yo evito las cosas que no hago bien.		
*13	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.		
**14	Las frustraciones no me perturban.		



**15	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.		
**16	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.		
**17	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.		
*18	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.		
*19	Es casi imposible vencer la influencia del pasado.		
**20	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.		
*21	Yo quiero agradecerle a todo el mundo.		
*22	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.		
*23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.		
*24	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.		
**25	Yo produzco mis propias emociones.		
*26	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.		
*27	Yo evito el enfrentar mis problemas.		
*28	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.		
**29	Solamente por que alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro.		
**30	Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.		
**31	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.		
**32	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.		
*33	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.		
*34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.		
**35	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.		
**36	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.		
**37	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.		
*38	Hay personas de las cuales dependo grandemente.		
**39	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado.		
**40	Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo.		
**41	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío.		
*42	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.		



**43	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.		
**44	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.		
**45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera.		
*46	No puedo tolerar el tomar riesgos.		
*47	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.		
**48	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).		
*49	Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.		
*50	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.		
*51	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.		
**52	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.		
*53	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.		
**54	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.		
*55	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.		
**56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.		
**57	Casi nunca dejo las cosas sin hacer.		
**58	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.		
**59	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente.		
**60	Demasiado tiempo libre es aburrido.		
**61	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.		
*62	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.		
*63	Todo el mundo es básicamente bueno.		
**64	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.		
**65	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.		
*66	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.		
*67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.		
**68	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.		
*69	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.		
*70	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.		
*71	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.		



*72	Me perturba cometer errores.		
*73	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.		
**74	Yo “tomo las cosas como vienen”.		
*75	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.		
*76	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.		
**77	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante.		
*78	Yo encuentro fácil el buscar consejo.		
*79	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.		
*80	Me agrada estar sin hacer nada.		
*81	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.		
*82	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas.		
**83	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.		
*84	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.		
**85	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.		
**86	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.		
**87	Me desagrada la responsabilidad.		
**88	Me desagrada tener que depender de los demás.		
*89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.		
*90	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.		
**91	Es incómodo, pero no perturbador el ser criticado.		
**92	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.		
**93	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.		
**94	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.		
**95	Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.		
*96	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.		
**97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.		
**98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.		
**99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.		
*100	Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.		



Gracias por su participación

ANEXO N° 8

IMAGEN EVALUACIÓN DE LA INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN CORPORAL

FICHA TÉCNICA

Nombre: IMAGEN, Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal

Autoras: Solano Pinto N. y Cano Vindel A., 2010

Procedencia: TEA Ediciones, 2010

Aplicación: Individual y colectiva.

Ámbito de aplicación: A partir de los 11 años.

Duración: 10 minutos aproximadamente.

Finalidad: Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal y sus tres principales componentes: cognitivo-emocional, perceptivo y comportamental.

Significación: Valorar el juicio que una persona expresa sobre su imagen corporal, asimismo de útil para poder pronosticar las conductas y estimar la asistencia requerida por una persona; en sus cambios por el desarrollo y los cambios inducidos en una intervención educativa o clínica. Para ello se incluyen las dimensiones de insatisfacción cognitivo-emocional, insatisfacción perceptiva, insatisfacción comportamental.

Descripción: el cuestionario IMAGEN, es un instrumento para evaluar la insatisfacción con la imagen corporal en sus diferentes componentes. Sus preguntas han sido creadas a partir de una investigación bibliográfica sobre imagen corporal e instrumentos extraídos en su estimación, así como de la búsqueda de las historias de hospitales, clínicas de pacientes diagnosticadas por anorexia o bulimia nerviosas, de donde se extrajo información personal de las experiencias respecto a su cuerpo y eso; a partir de las cuales se extrajeron pensamientos, emociones, percepciones y comportamientos característicos de la insatisfacción con la imagen corporal. Para ello se incluyen las dimensiones de insatisfacción cognitivo-emocional, insatisfacción perceptiva, insatisfacción comportamental.



ANEXO N° 9

IMAGEN EVALUACION DE LA INSATISFACCION CON LA IMAGEN
CORPORAL

INSTRUMENTO

Código: _____

Fecha: _____

INSTRUCCIONES:

A continuación, se presentan una serie de frases que hacen referencia a determinados pensamientos, emociones o comportamientos asociados a tu figura. Se trata de que señales con qué frecuencia se dan en ti de acuerdo a la siguiente escala. Marcando con una (X), en el cuestionario.

CASI NUNCA O NUNCA	POCAS VECES	UNAS VECES SI Y OTRAS NO	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE O SIEMPRE					
0	1	2	3	4					
N°	ENUNCIADOS				0	1	2	3	4
1	Debería ponerme a dieta								
2	Tendría que hacer ejercicios para controlar mi peso								
3	Es absolutamente necesario mantenerme delgada o delgado								
4	Estoy insatisfecha o insatisfecho con mi figura corporal								
5	Creo que si realizase ejercicio conseguiría disminuir mi peso								
6	Me da miedo conocer mi peso.								
7	Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada.								
8	Estoy triste cuando pienso en mi figura								
9	Me siento irritable cuando pienso en mi aspecto físico.								
10	Me enfado cuando mi familia me indica algo sobre mi figura								
11	Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas.								
12	Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso								
13	Si engordase no lo soportaría								
14	Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico								



15	Tengo miedo a engordar					
16	Cuando como, tengo miedo a perder el control					
17	Imagino que si fuese una persona delgada estaría segura de mí.					
18	Tengo miedo a tener celulitis (piel naranja)					
19	Me influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo					
20	Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico					
21	Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo					
22	Mi estómago impide que me vea los pies					
23	Mis brazos son gordos					
24	Tengo las mejillas caídas					
25	Mi pecho esta fofo y caldo					
26	El roce entre mis piernas me impide andar bien					
27	Ocupo demasiado espacio en las sillas					
28	Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal					
29	Las dimensiones de mi estomago o tripa me hacen parecer una foca					
30	Las chichas que me salen en la espalda, me recuerdan a morcillas					
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi paso					
32	Me provoco el vómito para controlar mi peso					
33	Utilizo laxantes, diuréticos u otras pastillas para controlar mi peso					
34	Vomito después de las comidas					
35	Cuento las calorías como si fuese una calculadora					
36	Intento permanecer de pie para perder peso					
37	Tiro comida para controlar mi peso					
38	Escondo comida porque quiero controlar mi peso					

Gracias por su participación