



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

“PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS Y SU INFLUENCIA EN LOS PROBLEMAS CONYUGALES EN LAS PAREJAS DE 18 A 35 AÑOS QUE ASISTEN AL DEPARTAMENTO DE SERVICIO ESPECIALIZADO DE PROTECCIÓN ESPECIAL DEL MINISTERIO DE INCLUSIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL UBICADA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN LA CIUDAD DE AMBATO”

Requisito previo para optar por el Título de Psicóloga Clínica

Autora: Reyes Naranjo, Andrea Verónica

Tutor: Dr. Galarza Zurita, German Enrique

Ambato – Ecuador

Mayo, 2015

APROBACIÓN POR EL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema:

“PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS Y SU INFLUENCIA EN LOS PROBLEMAS CONYUGALES EN LAS PAREJAS DE 18 A 35 AÑOS QUE ASISTEN AL DEPARTAMENTO DE SERVICIO ESPECIALIZADO DE PROTECCIÓN ESPECIAL DEL MINISTERIO DE INCLUSIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL UBICADA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN LA CIUDAD DE AMBATO” de Reyes Naranjo Andrea Verónica, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Mayo de 2015.

EL TUTOR

.....

Dr. Galarza Zurita, German Enrique

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO

Los criterios en el Trabajo de Investigación **“PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS Y SU INFLUENCIA EN LOS PROBLEMAS CONYUGALES EN LAS PAREJAS DE 18 A 35 AÑOS QUE ASISTEN AL DEPARTAMENTO DE SERVICIO ESPECIALIZADO DE PROTECCIÓN ESPECIAL DEL MINISTERIO DE INCLUSIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL UBICADA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN LA CIUDAD DE AMBATO”**, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, recomendaciones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de grado.

Ambato, Marzo de 2015.

LA AUTORA

.....

Reyes Naranjo, Andrea Verónica

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los derechos en líneas patrimoniales de mi tesis con fines de difusión pública; además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora.

Ambato, Marzo del 2015

LA AUTORA

.....
Reyes Naranjo, Andrea Verónica

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema **“PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS Y SU INFLUENCIA EN LOS PROBLEMAS CONYUGALES EN LAS PAREJAS DE 18 A 35 AÑOS QUE ASISTEN AL DEPARTAMENTO DE SERVICIO ESPECIALIZADO DE PROTECCIÓN ESPECIAL DEL MINISTERIO DE INCLUSIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL UBICADA EN LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN LA CIUDAD DE AMBATO”**, de Reyes Naranjo Verónica Andrea, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, Mayo de 2015.

Para constancia firman:

.....
PRESIDENTE/A

.....
1^{ER} VOCAL

.....
2^{DO} VOCAL

DEDICATORIA

"No reniego de mi naturaleza, no reniego de mis elecciones, de todos modos he sido una afortunada. Muchas veces en el dolor se encuentran los placeres más profundos, las verdades más complejas, la felicidad más certera. Tan absurdo y fugaz es nuestro paso por el mundo, que solo me deja tranquila el saber que he sido auténtica, que he logrado ser lo más parecido a mí misma que he podido"

(Frida Khalo)

Gracias al apoyo de mi padre que con buen humor, optimismo y esfuerzo ha logrado formarme como ser humano de bien, a mi madre que es lucha continua me ha demostrado que ser mujer no es solamente ser madre sino también es sinónimo de ser guerrera, a mi hermano John que con su pensamiento añejo ha tratado de guiarme, mi hermana Jenny que a pesar de la distancia me demostró que no es motivo para dejar de ser amigas, a mis sobrinos Daniela, Nicole, Bryan y Carolina que son gotas de alegría brindando siempre armonía.

El amor existe para sobrevivir a las adversidades y transmitir felicidad, gracias Carlos Andrés por ser parte de este logro, por ser el impulso para seguir cumpliendo mis metas, saber que cuento con una persona comprensible que esta junto a mí en los momentos buenos y malos me llena de alegría y me alienta a seguir adelante, te quiero mucho mi tinta indeleble.

Personas que van apareciendo a lo largo de tu vida que junto a ellas compartes momentos agradables en algunos casos de alegrías y tristezas, amig@s gracias por brindarme su amistad y afecto.

Andrea Reyes

AGRADECIMIENTO

El esfuerzo continuo de cada día me brinda felicidad y del triunfo que poder alcanzar, teniendo siempre presente que cada situación que se presenta en la vida es parte del aprendizaje y del crecimiento personal.

Agradezco A la Universidad Técnica de Ambato que fue parte de mi formación académica, también a mi Tutor de tesis, quien fue docente durante el transcurso de mi carrera : el Dr. German Galarza, de quien aprendí que el respeto hacia los demás, el continuo aprendizaje y el ejercitar el cuerpo es de gran ayuda para lograr una vida saludable.

A mis maestros, quienes impartían sus cátedras sin limitaciones de transmitir sus conocimientos para una buena formación académica y por ser seres humanos sencillos, inteligentes y constantes en sus conocimientos.

Andrea Reyes

ÍNDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO.....	iii
DERECHO DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO	viii
ÍNDICE DE CUADROS	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xvii
RESUMEN.....	xxiii
SUMMARY.....	xxv

ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	1
-------------------	---

CAPÍTULO I EL PROBLEMA

1.1 TEMA DE INVESTIACIÓN.....	2
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
1.2.1 COTEXTUALIZACION	2
1.2.1.1 MACRO.....	2
1.2.1.2 MESO.....	3
1.2.1.3 MICRO.....	5
ÁRBOL DE PROBLEMAS	7
1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO.....	8
1.2.3 PROGNOSIS.....	9
1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	10
1.2.5 PREGUNTAS DIRECTRICES	10

1.2.6 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA	10
1.2.6.1 DELIMITACIÓN DE CONTENIDO	10
1.3 JUSTIFICACIÓN	11
1.4 OBJETIVOS	12
1.4.1 OBJETIVO GENERAL	12
1.4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO	12

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN	14
2.2 FUNDAMENTACIÓN	18
2.2.1 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA	18
2.2.2 FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA	19
2.2.3 FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA	19
2.2.4 FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA	20
2.2.5 FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA	20
2.2.6 FUNDAMENTACIÓN LEGAL	21
2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES	25
2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES FUNDAMENTACIÓN	26
2.3.1 PENSAMIENTOS AUTOMATICOS (variable independiente)	26
2.4 HIPÓTESIS	49
2.4.1 Hipótesis Alterna	49
2.4.2 Hipótesis Nula	49
2.5 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES DE LA HIPOTESIS:	50
2.5.1 Variable independiente:	50
2.5.2 Variable dependiente:	50
2.5.3 Unidad de observación:	50
2.5.4 Términos de relación:	50

CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN	50
---------------------------------------	----

3.2 MODALIDADES DE LA INVESTIGACIÓN.....	51
3.2.1 Investigación Bibliográfica o documental	51
3.2.2 Investigación de Campo.....	52
3.2.3 De Intervención Social.....	52
3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	52
3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	52
3.5 Operacionalización de las Variables	54
3.5.1 Variable independiente: Pensamientos Automáticos	54
3.5.2 Variable dependiente: Problemas Conyugales.....	56
3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	59
3.7 PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	60
3.8 Procesamiento y análisis:	61
3.9 PLAN DE PROCESAMIENTO	62

CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	62
4.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS	267
4.3 Selección del Nivel de significación.....	268
4.3.1 Descripción de la Población.....	268
4.3.2 Especificación de lo Estadístico.....	268
4.4 Hipótesis Particulares.....	273
4. 5 Interpretación General de los niveles de comunicación.....	274

CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES	266
5.2 RECOMENDACIONES	278

CAPÍTULO VI PROPUESTA DE SOLUCIÓN

6.1 Tema:.....	269
----------------	-----

6.2 Datos Informativos.....	269
6.2.1 Institución Ejecutora	269
6.2.3 Ubicación	270
6.2.4 Tiempo Esperado para la Ejecución.....	270
6.2.5 Equipo Técnico Responsable	270
6.3 Antecedentes de la Propuesta.....	270
6.4 Objetivos	271
6.5. Justificación.....	272
6.6 Fundamentación Técnica	272
6.7. Cronograma de actividades.....	288
6.8 REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍA.....	289
Anexo I.....	291
Anexo II.....	293

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro: N°1	62
Cuadro N° 2	63
Cuadro N°3	65
Cuadro N° 4	66
Cuadro N° 5	68
Cuadro N°6	69
Cuadro N°7	70
Cuadro N°8	71
Cuadro N°9	73
Cuadro N°10	74
Cuadro N°11	75
Cuadro N° 12	76
Cuadro N°13	77
Cuadro N°14	78

Cuadro N°15	80
Cuadro N°16	81
Cuadro N°17	82
Cuadro N°18	83
Cuadro N°19	85
Cuadro N°20	86
Cuadro N°21	87
Cuadro N°22	88
Cuadro N°23	90
Cuadro N°24	91
Cuadro N° 25	92
Cuadro N°26	93
Cuadro N°27	94
Cuadro N°28	95
CuadroN°29	96
Cuadro N° 30	97
CuadroN°31	98
Cuadro N°32	99
Cuadro N°33	100
CuadroN°34	101
Cuadro N°35	102
Cuadro N° 36	104
Cuadro N° 37	105
Cuadro N° 38	106
Cuadro N°39	107
Cuadro N°40	108
Cuadro N°41	109
Cuadro N°42	110
CuadroN°43	111
Cuadro N° 44	112

Cuadro N°45	113
Cuadro N°46	114
Cuadro N° 47	115
Cuadro N°48	116
Cuadro N°49	117
Cuadro N° 50	118
Cuadro N° 51	119
Cuadro N°52	120
Cuadro N° 53	121
Cuadro N°54	122
Cuadro N°55	123
Cuadro N°56	124
CuadroN°57	125
CuadroN°58	126
CuadroN°59	127
Cuadro N°60	128
Cuadro N°61	129
Cuadro N°62	130
Cuadro N°63	131
Cuadro N°64	132
Cuadro N°65	133
Cuadro N°66	134
Cuadro N°67	135
Cuadro N°68	136
Cuadro N°69	137
Cuadro N°70	138
Cuadro N° 71	140
Cuadro N°72	141
Cuadro N°73	142
Cuadro N°74	143

Cuadro N°75	145
Cuadro N°76	146
Cuadro N°77	147
Cuadro N°78	148
Cuadro N°79	149
Cuadro N°80	150
Cuadro N°81	151
CuadroN°82	152
Cuadro N°83	153
CuadroN°84	154
Cuadro N°85	155
CuadroN°86	156
Cuadro N°87	157
Cuadro N°88	158
Cuadro N°89	159
Cuadro N°90	159
CuadroN°91	160
Cuadro N°92	162
Cuadro N°93	163
Cuadro N°94	164
Cuadro N°95	165
Cuadro N°96	166
Cuadro N°97	167
Cuadro N°98	168
Cuadro N°99	169
Cuadro N°100	170
Cuadro N°101	171
Cuadro N°102	172
Cuadro N°103	173
Cuadro N°104	174

Cuadro N°105	175
Cuadro N°106	177
Cuadro N°107	178
Cuadro N°108	179
Cuadro N°109	180
Cuadro N°110	181
Cuadro N°111	182
Cuadro N°112	184
Cuadro N°113	185
Cuadro N°114	186
Cuadro N°115	187
Cuadro N°116	190
Cuadro N°117	191
Cuadro N°118	192
Cuadro N°119	194
Cuadro N°120	195
Cuadro N°121	196
Cuadro N°122	197
Cuadro N°123	199
Cuadro N°124	200
Cuadro N°125	201
Cuadro N°126	202
Cuadro N°127	204
Cuadro N°128	205
Cuadro N°129	206
Cuadro N°130	207
Cuadro N°131	209
Cuadro N°132	210
Cuadro N°133	211
Cuadro N°134	212

Cuadro N°135	214
Cuadro N°136	215
Cuadro N°137	216
Cuadro N°138	218
Cuadro N°139	219
Cuadro N°140	220
Cuadro N°141	221
Cuadro N°142	222
Cuadro N°143	223
Cuadro N°144	224
Cuadro N°145	226
Cuadro N°146	227
Cuadro N°147	228
Cuadro N°148	229
Cuadro N°149	230
Cuadro N°150	232
Cuadro N°151	233
Cuadro N°152	234
Cuadro N°153	236
Cuadro N°154	237
Cuadro N°155	238
Cuadro N°156	239
Cuadro N°157	240
Cuadro N°158	241
Cuadro N°159	243
Cuadro N°160	244
Cuadro N°161	245
Cuadro N°162	246
Cuadro N°163	247
Cuadro N°164	248

Cuadro N°165	250
Cuadro N°166	251
Cuadro N°167	252
Cuadro N°168	253
Cuadro N°169	255
Cuadro N°170	256

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°1	63
Gráfico N°2	64
Gráfico N°3	65
Gráfico N°4	67
Gráfico N°5	68
Gráfico N°6	69
Gráfico N°7	71
Gráfico N°8	72
Gráfico N°9	73
Gráfico N° 10	74
Gráfico N° 11	75
Gráfico N° 12	77
Gráfico N° 13	78
Gráfico N°14	79
Gráfico N°15	80
Gráfico N°16	82
Gráfico N°17	83
Gráfico N°18	84
Gráfico N°19	85
Gráfico N°20	87

Gráfico N°21	88
Gráfico N°22	89
Gráfico N°23	90
Gráfico N°24	91
Gráfico N°25	92
Gráfico N°26	93
Gráfico N°27	94
Gráfico N°28	95
Gráfico N°29	96
Gráfico N° 30	97
Gráfico N°31	99
Gráfico N°32	100
Gráfico N°33	101
Gráfico N°34	102
Gráfico N°35	103
Gráfico N°36	104
Gráfico N°37	105
Gráfico N°38	106
Gráfico N°39	107
Gráfico N°40	109
Gráfico N°41	110
Gráfico N°42	111
Gráfico N° 43	112
Gráfico N°44	112
Gráfico N°45	113
Gráfico N°46	114
Gráfico N° 47	115
Gráfico N° 48	116
Gráfico N° 49	117
Gráfico N° 50	118

Gráfico N°51	119
Gráfico N°52	121
Gráfico N°53	122
Gráfico N°54	123
Gráfico N°55	124
Gráfico N°56	125
Gráfico N°57	126
Gráfico N°58	127
Gráfico N°59	128
Gráfico N°60	129
Gráfico N°61	130
Gráfico N°62	131
Gráfico N°63	132
Gráfico N°64	133
Gráfico N°65	134
Gráfico N°66	135
Gráfico N°67	136
Gráfico N°68	137
Gráfico N°69	138
Gráfico N°70	139
Gráfico N°71	140
Gráfico N°72	141
Gráfico N°73	142
Gráfico N°74	144
Gráfico N°75	146
Gráfico N°76	147
Gráfico N°77	148
Gráfico N°78	149
Gráfico N°79	150
Gráfico N°80	151

Gráfico N°81	152
Gráfico N°82	153
Gráfico N°83	154
Gráfico N°84	155
Gráfico N°85	156
Gráfico N°86	157
Gráfico N°87	158
Gráfico N°88	158
Gráfico N°89	159
Gráfico N°90	160
Gráfico N°91	161
Gráfico N°92	162
Gráfico N°93	163
Gráfico N°94	164
Gráfico N°95	165
Gráfico N°96	166
Gráfico N°97	167
Gráfico N°98	169
Gráfico N°99	170
Gráfico N°100	171
Gráfico N°101	172
Gráfico N°102	173
Gráfico N°103	174
Gráfico N°104	174
Gráfico N°105	176
Gráfico N°106	177
Gráfico N°107	178
Gráfico N°108	179
Gráfico N°109	180
Gráfico N°110	182

Gráfico N°111	183
Gráfico N°112	184
Gráfico N°113	185
Gráfico N°114	187
Gráfico N°115	189
Gráfico N°116	190
Gráfico N°117	192
Gráfico N° 118	193
Gráfico N° 119	194
Gráfico N°120	195
Gráfico N°121	197
Gráfico N°122	198
Gráfico N°123	199
Gráfico N°124	200
Gráfico N°125	202
Gráfico N°126	203
Gráfico N°127	204
Gráfico N°128	205
Gráfico N°129	207
Gráfico N°130	208
Gráfico N°131	209
Gráfico N°132	210
Gráfico N°133	212
Gráfico N°134	213
Gráfico N°135	214
Gráfico N°136	216
Gráfico N°137	217
Gráfico N°138	218
Gráfico N°139	219
Gráfico N°140	220

Gráfico N°141	222
Gráfico N°142	223
Gráfico N°143	224
Gráfico N°144	225
Gráfico N°145	226
Gráfico N°146	227
Gráfico N°147	229
Gráfico N°148	230
Gráfico N°149	231
Gráfico N°150	232
Gráfico N°151	234
Gráfico N°152	235
Gráfico N°153	236
Gráfico N°154	237
Gráfico N°155	238
Gráfico N°156	239
Gráfico N°157	241
Gráfico N°158	242
Gráfico N°159	243
Gráfico N°160	244
Gráfico N°161	245
Gráfico N°162	246
Gráfico N°163	248
Gráfico N°164	249
Gráfico N°165	250
Gráfico N°166	251
Gráfico N°167	253
Gráfico N°168	254
Gráfico N°169	255
Gráfico N°170	256

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS Y SU INFLUENCIA EN LOS
PROBLEMAS CONYUGALES EN LAS PAREJAS DE 18 A 35 AÑOS QUE
ASISTEN AL DEPARTAMENTO DE SERVICIO ESPECIALIZADO DE
PROTECCIÓN ESPECIAL DEL MINISTERIO DE INCLUSIÓN
ECONÓMICA Y SOCIAL UBICADA EN LA PROVINCIA DE
TUNGURAHUA EN LA CIUDAD DE AMBATO”**

Autora: Reyes Naranjo, Andrea Verónica

Tutor: Dr. Galarza Zurita, German Enrique

Fecha: Marzo del 2015

RESUMEN

El presente trabajo investigativo tuvo como objeto principal, determinar si los pensamientos automáticos influyen en los conflictos conyugales en las parejas de 18 a 35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato”, relacionadas con las alternativas de un manejo adecuado de pensamientos automáticos y mejorar la comunicación entre las parejas.

Ésta investigación fue de carácter cuanti – cualitativo y se dio a partir de pacientes (parejas) que no fueron diagnosticados con alguna enfermedad médica, y tomando como muestra a 50 parejas.

Los pacientes evaluados que presentan pensamientos automáticos, tienen dificultad en la comunicación con sus parejas presentando conflictos con los mismos, en un 80 por ciento total, todos los evaluados tienen dificultad en la comunicación con sus parejas.

El pensamiento automático de mayor prevalencia es el de sobre generalización por parte del sexo masculino presentando una comunicación pasiva-agresiva, mientras que en el sexo femenino el pensamiento de mayor prevalencia es de polarización presentando una comunicación sumisa. Que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social” en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

PALABRAS CLAVES: PENSAMIENTOS_AUTOMATICOS, CONFLICTOS_CONYUGALES, NIVELES_COMUNICACIÓN, COMUNICACIÓN_SUMISA.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

CAREER OF CLINICAL PSYCHOLOGY

"AUTOMATIC THOUGHTS AND ITS INFLUENCE ON THE MARITAL PROBLEMS IN COUPLES 18 TO 35 YEARS ATTENDING THE SPECIALIZED DEPARTMENT OF SPECIAL PROTECTION SERVICE OF THE MINISTRY OF ECONOMIC AND SOCIAL INCLUSION IN THE PROVINCE OF TUNGURAHUA IN THE CITY OF AMBATO"

Author: Reyes Naranjo, Andrea Verónica

Tutor:Dr. Galarza Zurita, German Enrique

Date: March 2015

SUMMARY

The present investigative document had as its main object, determinate if automatic thoughts influence marital conflict in couples between 18 -35 years that are attending to the Department of Special Protection Specialized Service of the Ministry of Economic and Social Inclusion in the province of Tungurahua in Ambato's city", related to a suitable alternative of automatic thoughts and improve communication between couples.

This research was quantitative - qualitative character and it was from patients (couples) who were not diagnosed with any medical illness, and taking as a simple 50 couples.

The evaluated couples who has automatic thoughts, have difficulty in the communication with their partners presenting conflicts with them, An 80 percent, of all couples have difficulty in the communication with their partners.

The automatic thought most prevalent is the generalization of on male part presenting a passive-aggressive communication, while in the most prevalent thought female polarization is presenting a compliant communication, that are attending to the Department of Special Protection Specialized Service of the Ministry of Economic and Social Inclusion "in the province of Tungurahua in Ambato's city.

KEYWORDS: AUTOMATIC THOUGHTS, MARITAL_ CONFLICT, LEVELS OF COMMUNICATION.

INTRODUCCIÓN

Al hablar de pensamientos automáticos hace referencia a la presencia de pensamientos instantáneos por la presencia de alguna circunstancia distorsionando la realidad, donde cada uno de ellos se le atribuye ciertas características y su explicación psicológica, estos pensamientos aparecen durante la etapa de desarrollo del individuo algunos se forman a partir de vivencias o por medio de la observación, al transcurrir el tiempo se van fortaleciendo hasta llegar al punto de crear conflictos consigo mismos o al medio que los rodea dificultando en la mayoría de las personas la comunicación, lo que produce en el ser humano desestabilización deteriorando sus relaciones interpersonales.

Generalmente las personas no tienen el conocimiento de manejar adecuadamente sus pensamientos automáticos y por ende la comunicación asertiva, lo cual dificulta la dinámica que debe existir entre seres humanos y aún más con su pareja sentimental, ya que la presencia de los mismos produce distorsiones de la realidad.

Se puede observar que las dos variables se ven influenciadas cuando se ha diagnosticado a las parejas que presentan pensamientos automáticos y una comunicación inadecuada, por lo que debe manejar por un especialista de la salud mental

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 TEMA DE INVESTIGACIÓN

Pensamientos Automáticos y su influencia en los Problemas Conyugales en las parejas de 18 -35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 COTEXTUALIZACIÓN

1.2.1.1 MACRO

Según investigaciones en la Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal José Antonio García Higuera menciona. En nuestra sociedad existe la certeza de que la relación de pareja está en crisis y se tiene conciencia que las parejas y el matrimonio, como institución social, están en un proceso de cambio muy rápido. Los factores sociales, como la incorporación masiva de la mujer al mercado laboral o el control de la natalidad (con el resultado de una igualdad creciente entre hombre y mujeres), han influido profundamente en las relaciones entre los componentes de la pareja. Otros fenómenos agudizan el cambio, como el trabajo precario, las jornadas interminables, etc. que retrasan la formación de la pareja, incrementan la edad a la que se tienen los hijos y dificultan la comunicación y la construcción de la intimidad. (HIGUERA, 2014)

La Revista Cielo de un portal de internet nos informa que la agresividad contra la mujer, y en la relación de pareja, se ha señalado como un malestar de salud mental por su gravedad, y por la carga que representa para los servicios de salud. Esta violencia no solo causa daños físicos y psicológicos a las mujeres sino que también implica riesgos para sus hijos y su entorno familiar.

Una fuente de investigación a nivel de américa-latina que es la Oficina Nacional de Estadística ONE nos informa que las cifras de la violencia contra las mujeres, perpetrada por la pareja, presentadas en el informe “Ni una más” (CEPAL, 2007), muestran un patrón y características similares en todos los países de América Latina y el Caribe: las mujeres son violentadas principalmente por sus parejas o compañeros íntimos, ex parejas u otros hombres de la familia, o conocidos. (Investigaciones, 2014).

Al interior de los hogares, la violencia conyugal se asocia con relaciones desiguales de poder que pueden ser a la vez causa y efecto de acceso y uso desigual de los recursos entre las parejas. Dentro de todas las dimensiones, este tipo de violencia es soportada en proporción abrumadora por las mujeres e infligida por los hombres, y afecta todas las esferas de su vida: su autonomía, productividad, su capacidad para cuidar de sí mismas y de sus hijos, la comunidad y sociedad en su conjunto.

1.2.1.2 MESO

Investigaciones del Consejo Nacional de las Mujeres (CONAMU), nos informa que en el Ecuador, 6 de cada 10 mujeres son víctimas de algún tipo de violencia intrafamiliar, entidad encargada del bienestar de La Igualdad entre Hombres y Mujeres denominándose comisión de transición hacia el consejo de las mujeres y la

igualdad de género. Para lo cual brinda el apoyo político y la decisión gubernamental para implementar políticas públicas que tomen en cuenta las necesidades e intereses de las mujeres, que cuenten con el sustento institucional y financiero en todos los niveles del sector público. (SIISE., 2014)

Según el Centro Ecuatoriano para la Promoción y Acción de la Mujer (CEPAM), el porcentaje de procesos iniciados en los juzgados penales es bajo en relación al total de las causas que se denuncia. El claro ejemplo, en 16 juzgados de Guayaquil en un año se hicieron 802 denuncias y solo se iniciaron 104 casos que corresponden al 12.96%. (Guayaquil, 2014)

La violencia intrafamiliar (VIF) es otra manifestación recurrente de la violencia tanto en sí misma como en los efectos de generación de otros tipos de violencia (por ejemplo: violencia juvenil, femicidios). Según una encuesta nacional realizada en 2005, el 12% de mujeres entre 15 y 49 años de edad en relación de pareja habían sufrido agresión física por parte de su pareja en los últimos 12 meses. Más del 53% de los hijos varones fueron víctimas de la agresión física por parte de sus padres como forma de castigo, mientras que el 46.4% de las hijas fueron objeto de ella (CONAMU).

Se puede observar que en la Unidad de Violencia Contra y la Familia con sede en el cantón Ambato, recepta alrededor de 500 denuncias por día de violencia física, psicológica o sexual, de las cuales el 97% de las víctimas son mujeres y niñas. En la actualidad para receptar y procesar las denuncias del maltrato psicológico y físico existen dos lugares; teniendo en cuenta que el maltrato físico se recepta en la Unidad de Violencia contra la Mujer y la Familia, mientras que el maltrato psicológico se recepta en la Fiscalía de Tungurahua, donde son debidamente procesados.

1.2.1.3 MICRO.

En una publicación de Diario Hoy de la Provincia de Tungurahua nos informa que de 59 casos analizados dentro del Proyecto Fortalecimiento de los derechos de las mujeres libres de violencia en el periodo de agosto a diciembre del 2006 se han registrado los siguientes tipos de delitos: violación representada el 64% de los casos, seguido del delito de atentado contra el pudor que representa el 13,5% y del acoso sexual que en Ambato las denuncias de violencia de género aumentaron en un promedio de 40 por mes. La Unidad de Violencia contra la mujer y la Familia receptan a diario 25 cargos por maltrato, físico y psicológico. El 90% de las personas afectadas son mujeres indígenas o aquellas que tienen un nivel de educación bajo, hay cientos de casos que no son expuestos a la autoridad por temor a represalias por parte de los agresores. (Hora, 2013)

Podemos darnos cuenta que una relación inadecuada con su pareja es un conflicto para la mujer y para su par, ya que por lo general en estas situaciones las dos partes actúan de una manera equivocada, agraviando más el problema convirtiéndolo en un círculo sin fin ni solución.

Mediante la publicación del el diario Hoy en los cantones se encuentra con mayor frecuencia casos de problemas conyugales. En ocasiones las víctimas presentan la denuncia y vuelven después para pedir que no se continúe con el proceso, ya sea para apresar al agresor, citarlo a la audiencia de conciliación o asistir a la terapia de pareja que les ofrecen 8 psicólogos y trabajadores sociales de la Comisaría y Oficina de la Mujer. Mientras que todo el tiempo los tramites son detenidos por arte de las víctimas por amenazas por parte de su parejas o porque decidieron regresar como pareja.

(Hoy, 2008)

En la actualidad en la Unidades de Violencia contra la mujer que se encuentra ubicado en la calle Bolívar y Guayaquil donde se registran los datos de las agredidas existe otro lugar que brinda este servicio de protección familiar es el Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social quien a diario recepta casos de violencia familiar es común los casos de las mujeres afectadas son de las zonas rurales quienes asisten con frecuencia buscando una ayuda.

ÁRBOL DE PROBLEMAS

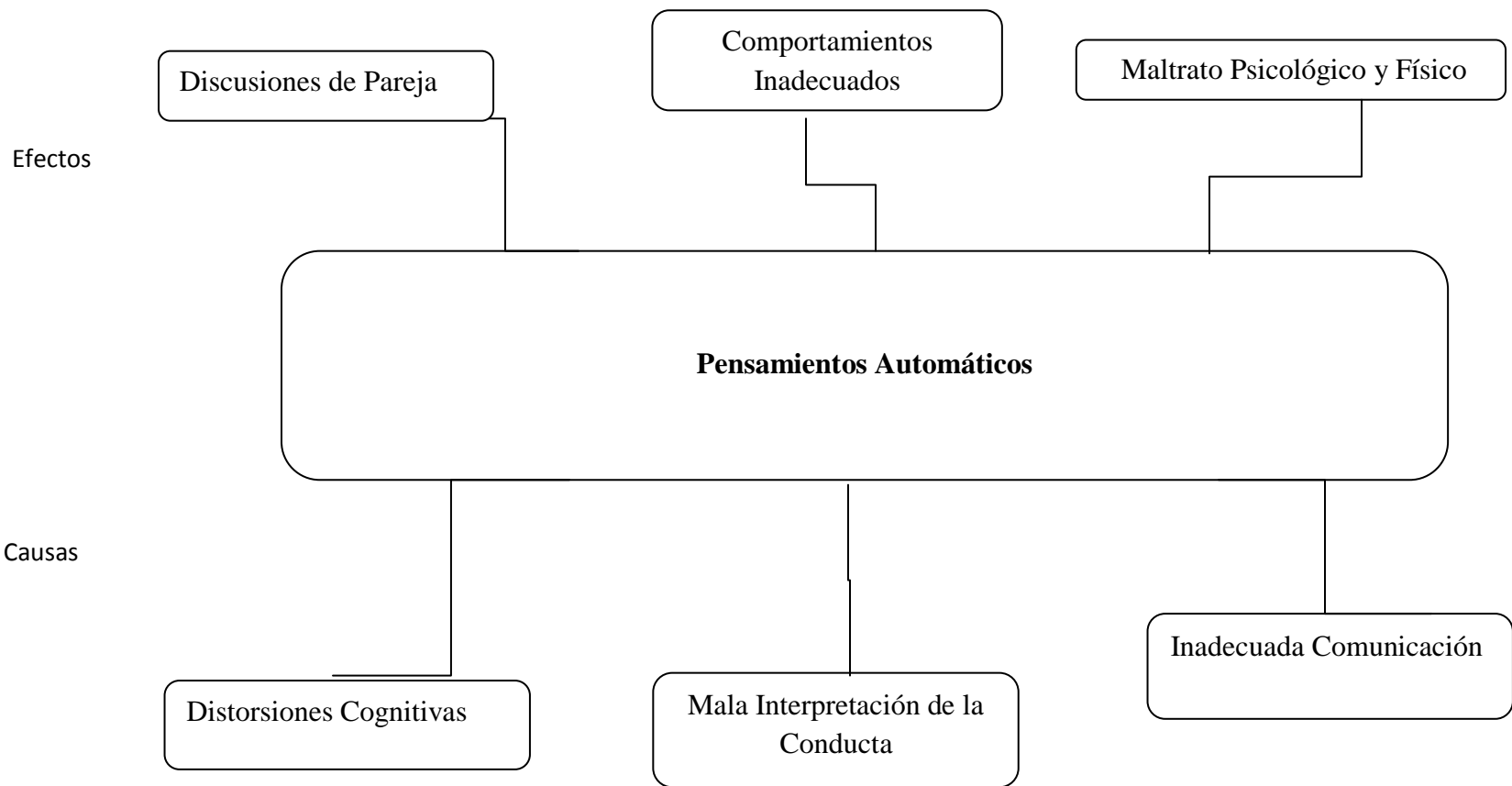


Gráfico N° 1 ÁRBOL DE PROBLEMAS

Elaborado por: Andrea Verónica Reyes Naranjo

1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO

La Salud Mental de todo ser humano se la debe considerar de una manera integral y buscar el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural que garantiza su participación laboral, intelectual y de relaciones para alcanzar un bienestar y una mejor calidad de vida, sin embargo las relaciones afectivas se encuentran influenciado por la sociedad en la que se desenvuelve y son vulnerables cuando no existe una base en cuanto a la relación y sus fases por lo que nos podemos encontrar con ciertas dificultades como distorsiones cognitivas que se forman durante nuestro desarrollo y se van impregnando de una u otra manera que a la vez modifica nuestra conducta causando discusiones con sus parejas, durante ciertos eventos por situaciones erróneas a las de la realidad lo que causa malestar en la relación afectiva.

El matrimonio es una es una institución social que crea un vínculo conyugal entre sus miembros. Este lazo es reconocido socialmente, ya sea por medio de disposiciones jurídicas o por la vía de los usos y costumbres en la mayor parte de los casos se encuentran presentes los pensamientos automáticos los cuales son rápidos e inmediatos no permitiendo una adecuada comunicación, en varias ocasiones el cuerpo lo ayuda a expresar lo que supuestamente siente siendo esto un error ya que varias conductas se producen y a la vez la mayoría de ellas son interpretadas por su pareja causando conflictos e inconvenientes por no utilizar una comunicación asertiva, debemos tener en consideración que los pensamientos automáticos son equívocos y erróneos, aun mas cuando se quiere interpretar la conducta del otro ya que puede tener varios significados aún más sabiendo que la procedencia de cada persona se dio en diferentes ambientes sociales lo que agravaría más el conflicto.

En la sociedad en la que vivimos en la mayor parte de la población urbana y aún más en la rural la comunicación adecuada o asertiva se encuentra en falta lo que no facilita poder resolver los problemas sociales y en si conyugales que se presentan día a día, aun mas cuando se trata de la convivencia de los seres humanos ya que somos

mundos diferentes donde necesitamos la comunicación para todo ámbito para podernos desenvolver como individuos y aun mas como parejas, al no haber una comunicación asertiva y no saber de ella dificulta el acercamiento hacia la otra persona dando origen a la aparición del maltrato físico, como alones del cuerpo, cachetadas, patadas, trompones y el maltrato psicológico, palabras hirientes, la indiferencia, ironías acerca de la pareja , causando malestar en su entorno familiar y alterando el nivel y la calidad de vida que se merece ya que el ser humano en una persona biopsicosocial.

1.2.3 PROGNOSIS

La atención psicológica en las parejas matrimoniales que presentan conflictos conyugales es fundamental para disminuir los conflictos, creando un desequilibrio en cada integrante de la familia lo cual no es saludable ya que afecta al desarrollo y resolución de los mismos, así como sus consecuencias sobre su desarrollo individual.

Por esta razón al proponer esta investigación se pretende hacer un estudio exploratorio para conocer las alteraciones psicológicas enfocadas en los pensamientos automáticos en las parejas que presentan conflictos conyugales que asisten a al departamento de servicio especializado de protección especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social MIES, para así establecer un modelo de intervención acorde a las necesidades de las parejas que presenten este problema.

Si esta problemática no se soluciona los resultados se verán reflejados en la sintomatología y niveles de distorsiones cognitivas elevados que a su vez provocará inestabilidad en la salud mental y familiar del individuo y la pareja, creando una esfera desequilibrada y en ocasiones manteniendo un circulo inadecuado en cuanto a la relación de pareja.

1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo influyen los Pensamientos Automáticos en los Problemas Conyugales en las parejas de 18 -35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social ubicada en la Provincia de Tungurahua en la Ciudad de Ambato?

1.2.5 PREGUNTAS DIRECTRICES

¿Qué pensamientos automáticos son más frecuentes en los problemas conyugales?

¿Qué tipo de comunicación conyugal es de mayor prevalencia que producen los problemas conyugales?

¿Es posible desarrollar una propuesta de intervención psicoterapéutica con los pacientes evaluados?

1.2.6 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.6.1 DELIMITACIÓN DE CONTENIDO

CAMPO: Psicológico

ÁREA: Pensamientos Automáticos

ASPECTOS: Problemas Conyugales

ESPACIAL: Esta investigación se realizó con las parejas que acuden al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social ubicada en la Provincia de Tungurahua en la Ciudad de Ambato

TEMPORAL: Este problema fue investigado en el periodo comprendido entre Junio y septiembre 2014.

1.3 JUSTIFICACIÓN

El interés por la presente investigación fue a partir de mi experiencia en prácticas pre-profesionales, por lo pude observar la dificultad que existe en las relaciones de parejas que asistían al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social constituyendo esto una dificultad significativa en las relaciones conyugales. El tema investigado es de suma importancia debido a que se trató varios problemas conyugales por la presencia de pensamientos automáticos que afecta a las parejas vulnerables ocasionando problemas conyugales y dificultades en su relación afectiva.

El principal aspecto novedoso de esta investigación es trabajar con las parejas que asisten a consulta y poder contribuir de alguna manera positiva estableciendo un proceso terapéutico para modificar los pensamientos automáticos que atraviesan las parejas durante sus estadios, procesos y niveles en los que se deben trabajar para que exista el cambio, es fundamental saber en qué etapa se encuentra la persona con relación al problema planteado, con el fin de diseñar procedimientos específicos que se apropien a cada individuo, es así que se busca la relación terapéutica y el tipo de intervención que requiere o dependiendo del estadio en que se encuentre las parejas, con la finalidad de que se logre mejorar su salud mental.

Esta investigación fue factible debido a que se contó con el apoyo institucional de personas que colaboraron dando una apertura para poder realizar dicha indagación, además se obtuvo la ayuda de profesionales en el área de salud mental, y se elaboró varios puntos significantes para las parejas que son de hombres y mujeres, y se desarrolló técnicas para crear un ambiente de confianza, establecer reglas, objetivos y entender la situación por la que están atravesando.

Lo fundamental crear una atmosfera de empatía entre las parejas, para que logren sentirse seguros y lograr mejorar su vida afectiva y el de su familia.

Se ha considerado que la existencia de este problema en el Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social es de total relevancia ya que las autoridades pertinentes de la institución me facilitaron la información necesaria para conocer la demanda que llegan acerca de las parejas por problemas conyugales.

Con esta investigación se pretende dar a conocer los porcentajes y que tan frecuentes son los conflictos en las parejas con problemas conyugales que no tienen una comunicación asertiva, el problema planteado para la investigación es original puesto que no existen investigaciones sobre los pensamientos automáticos y su influencia en los problemas conyugales, como un factor la influencia que tiene esta problemática en los problemas conyugales de las parejas.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Analizar cómo influyen los Pensamientos Automáticos en los problemas Conyugales de las parejas que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social.

1.4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO

- Identificar los pensamientos automáticos más frecuentes existentes en los problemas conyugales.
- Determinar qué tipo de comunicación conyugal es de mayor prevalencia que genera los problemas conyugales
- Desarrollar una propuesta de intervención psicoterapéutica para el tratamiento de la problemática planteada.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

En la presente investigación del tema a tratar existe temas similares con relación en cuanto a las variables trabajo alguno de investigación realizado acerca del el tema específico que se propone investigar, se ha encontrado las siguientes tesis en el listado de tesis realizadas en la Universidad Técnica de Ambato, Facultad Ciencias de la Salud, Carrera de Psicología Clínica; por tal razón a continuación citaremos investigaciones que alguna forma se relacionen con las variables a investigar que ha sido un aporte teórico científico para esta investigación.

En la búsqueda de información relacionada con mi trabajo de investigación se pudo encontrar un trabajo investigativo dentro de la Universidad Técnica de Ambato en la Facultad de Ciencias de la Salud en la Carrera de Psicología Clínica aportando información relevante, la investigación fue realizada por Nataly Shajaira Galarza Piñaloza (2011) con el tema: “EL MALTRATO FISICO Y PSICOLOGICO POR PARTE DEL CONYUGUE Y EL COMPORTAMIENTO SEXUAL DE LA MUJER DE 18 A 40 AÑOS DE EDAD DE LA COMISARIA DE LA MUJER DE LA CIUDAD DE AMBATO” donde e obtuvo las siguientes conclusiones.

En base a la investigación realizada se concluye que el problema de maltrato hacia la mujer se encuentra en casi todos los hogares ecuatorianos, no importa la esfera social, credo o condición política, siendo pocos los hogares que no sufren algún tipo de maltrato, puesto que en la mayoría de hogares siempre va existir puntos de vista diferentes, especialmente entre la pareja y no van a llegar a un acuerdo por lo que se

producen discusiones. De las mujeres encuestadas el 77,50% ha sido maltratado en algún momento por parte de su pareja.

El maltrato psicológico se ha hecho común dentro de nuestra sociedad, como lo demuestra el cuadro N: 3, Gráfico N: 3, anexo 1. La mayoría de las mujeres encuestadas son maltratadas psicológicamente por su conyugue ya que el 25,88% son insultadas, el 29,41% son humilladas provocando que a menudo se sientan desvalorizadas y pierdan autoridad ante sus hijos, familia y ante la sociedad misma por lo que no se pueden desenvolver de una manera adecuada en el núcleo familiar y en la sociedad ya que se sienten inferiores e incapaces de realizar una actividad o dar algún tipo de opinión para el beneficio de ella y de su familia, sin embargo se debe tomar en cuenta que el maltrato psicológico por lo general viene acompañado por el maltrato físico.

Se ha recolectado información acerca de esta investigación donde descubrimos los siguientes datos relevantes de un País de América Latina que se asemeja a nuestra cultura dando así mayor aportación a nuestra investigación realizada por Jorge Torres Hernández (2004) con el tema: “INFLUENCIA DE PATRONES CONDUCTUALES TRANSGENERACIONALES FAMILIARES, EN LAS RELACIONES DISFUNCIONALES DE PAREJA” donde tuvimos las siguientes conclusiones.

Bajo la perspectiva de totalidad, un sistema es un conjunto de elementos en interacción dinámica en el que el estado de cada elemento está determinado por el estado de cada uno de los elementos que lo configuran (Minuchin, 1992), así entonces las familias en cuestión viven un magno proceso de “circularidad”, debido a la interconexión entre las acciones de los miembros de los sistemas que conforman y a la “equifinidad”, porque un mismo efecto comportamental repetido generación tras generación ha respondido con seguridad a distintas causas, aunque siempre, con el mismo efecto destructivo.

Se puede observar que estas familias, como sistema, han atravesado una serie de fases más o menos normativas y propias de sus ciclos vitales. La importancia de este proceso no radica solo en cada fase en sí misma, sino en las crisis a que puede dar lugar el paso de una a otra. Cierta es también que dichas familias han podido sobrevivir, aun con altos costos emocionales, gracias a procesos adaptativos que les permitieron modificar la estructuras de sus sistemas familiares, y mantener su organización. Es ese proceso familiar evolutivo esperable en el que se tiene que atravesar distintas fases de desarrollo para conseguir madurez y plenitud.

Los valores que la familia instituye tienen diferentes fuentes. Muchos de ellos no son originarios del propio seno familiar, sino procedentes de otros ámbitos. Debido precisamente a la alta presencia que tiene la familia en la formación de los sistemas subjetivos de valores en las primeras etapas de la formación de la personalidad, se constituye en uno de los mediadores fundamentales de todas las influencias valorativas. En este sentido, se observa claramente que las familias estudiantes tienen un papel frecuentemente disfuncional en la intermediación con los factores de naturaleza valorativa que trasladan su flujo hasta cada uno de sus miembros desde la vida. La comunidad, otras instancias educativas, los preceptos morales vigentes en la sociedad y también, a través de las tradiciones, desde las generaciones precedentes.(p.53)

En la búsqueda se hallado la siguiente información de una investigación de Diego Fernando Maldonado Rivadeneira (2013) de la ciudad de Quito de nuestro país de Ecuador con el tema: “RELACION ENTRE AS DISTORCIONAS COGNITIVAS Y LA AUTOESTIMA EN MUJERES CON EXPERIENCIA DE SEPARACIÓN DE PAREJA, CONSULTANTES DEL SUBCENTRO DE SALUD DE CUMBAYÁ”, con las siguientes conclusiones.

Lo que presenta el estudio es una correlación inversa de baja intensidad entre la Autoestima versus las Distorsiones Cognitivas. Visión Catastrófica D5, Falacia de

Control D7, Culpabilizarían d12, Reglas Tacitas D13, Falacia de Razón D14 y Falacia de Recompensa D15, en mujeres con experiencia de separación de pareja.

Los problemas más destacados mayormente en los 3 niveles de autoestima son la comunicación inapropiada, la dependencia emocional y el maltrato intrafamiliar; sus respectivos niveles de intensidad tienen diversas fluctuaciones a los niveles de autoestima.

La desesperanza aprendida, así como la dependencia emocional son variables que determinan la forma de asumir el duelo y la vinculación de pareja, que al no ser elaboradas de una forma adecuada, pueden repercutir en un estado de inercia con el vínculo afectivo disminuyendo así la prosperidad en varios ámbitos de la vida.

El abandono de uno de los conyugues en el vínculo afectivo repercute en todos los campos de la estructura, dinámica y homeostasis familiar así como en la vida interpersonal, pudiendo instaurar problemas emocionales en los cambios del desarrollo de los hijos. (Distorsiones cognitivas , 2013)

En otra fuente se encontró el siguiente trabajo de investigación elaborado por Emma Sancha Bedoya (2013) del país de Colombia-Bogotá con el siguiente tema: “COMUNICACIÓN EMOCIONAL Y PROBLEMAS CONYUGALES EN PAREJAS QUE ASISTEN A PSICOTERAPIA SISTÉMICA: UNA RELACIÓN RECURSIVA” donde se pueden encontrar las siguientes conclusiones:

Se concluye en este estudio que la comunicación Emocional y los significados atribuidos a los Problemas Conyugales tienen una relación y circular, en donde la dificultad en la comunicación emocional entre los integrantes de la pareja lleva a problemas conyugales, eligiéndose tipos de comunicación como la recriminación, el reproche, la descalificación, la crítica, el reclamo. Todos estos estilos de comunicación llevan a que se consoliden intercambios en que se originan respuestas de retraimiento, distanciamiento, que a su vez estimulan lógicas de dominación-sumisión en donde se busca controlar el comportamiento del otro de una manera

impositiva, o patrones de “desquite” en donde cada integrante de la pareja desea lastimar al otro como respuesta a la ofensa recibida.

Las emociones que son más difíciles de transmitir para los integrantes de las parejas son las que tienen que ver con el temor, la sensación de vulnerabilidad ante el otro, la necesidad de apoyo, o aquellas que puedan ser leídas desde la óptica de la necesidad y por tanto puedan generar posiciones desiguales con el otro, y que así mismo, le impliquen a la persona que las experimenta, asumir al expresarlas cierta dependencia o necesidad del otro en el plano emocional.

Por otra parte, las expectativas que tiene cada uno de que su pareja sea como un complemento que debe actuar o reaccionar de cierta manera, obstaculizan a comprensión y aceptación de la diferencia del otro, lo cual genera una coordinación en la pareja que no permite la comunicación fluida, atribuyéndose culpas o dándose una continua recriminación al otro, como maneras de forzar la realización de los comportamientos que se consideran adecuados. (p.186)

Las investigaciones y el esfuerzo que se ha realizado en países cercanos sobre los pensamientos automáticos centrándose en los malestares que causan en cuanto a la relación de pareja como categoría transversal los problemas conyugales, nos permiten destacar algunos procesos y elementos a considerar para futuras investigaciones y a intervenciones que busquen prevenir y solucionar los problemas conyugales.

A partir de la información recogida en los diversos estudios y del análisis realizado en los países, es posible relevar algunos puntos, los cuales se señalan a continuación.

Se ha establecido que los pensamientos automáticos son causantes de varias discusiones en la relación de pareja aumentando la probabilidad de su gravedad llegando al maltrato físico, psicológico y en algunos casos causando la separación de su pareja o conyugue. No existiendo en ciertos lugares centros donde se preste un servicio adecuado para tratar de resolver los problemas encontrados con la pareja y a la vez no existiendo la importancia de las personas afectadas por falta de

conocimiento sobre el respeto hacia uno mismo que involucra una adecuada comunicación.

Se ha descrito y relevado la importancia de la sociedad en resolver los conflictos de pareja .Los vínculos comunitarios y soportes institucionales son de apoyo esenciales al momento de reducir los fenómenos estudiados, ya que precisamente en las comunidades son donde mayormente aparece lo casos a tratar.

Como es de nuestro conocimiento saber el matrimonio es una etapa que el ser humano lo realiza pero no por ello se advierte o se conoce de los nuevos cambios que vendrán por lo que la mayor parte de los matrimonios no se encuentran informados de cómo actuar ante ciertos eventos que se presentaran en su vida sentimental, provocando eslabones perjudiciales para su relación afectiva.

Estamos viviendo en una era de constantes conflictos de pareja, angustia matrimonial, cambios sociales, políticos, económicos y divorcios que generan crisis permanentes en las personas y por lo tanto en las familias que conforman los grupos familiares.

2.2 FUNDAMENTACIÓN

2.2.1 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

El paradigma de la investigación fue crítico-propositivo como una alternativa a nivel social fundamentada en los esquemas sociales.

Fue crítico, porque en este estudio se cuestionó cada uno de los pensamientos automáticos frente a la problemática por la cual están atravesando las parejas que presentan problemas conyugales, en este caso a la presencia de pensamientos automáticos, la finalidad es intervenir psicoterapéuticamente para mejorar dicha alteración.

Fue propositiva, porque conjuntamente con las parejas se crearan alternativas de solución con lo que se logró restablecer al sujeto en sus áreas personal, familiar y social.

2.2.2 FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA

Es así que esta investigación se realizó el fin de tener soluciones y alternativas para el mejoramiento del estilo de vida y la salud mental de las parejas. De tal forma se trabajó con una muestra significativa y con mi ayuda se logró recolectar datos necesarios con la finalidad de que sean reales y confiables. Por lo tanto se obtuvo la colaboración del Dr. Andrés Valladares y la Trabajadora Social Silvia Pérez, los cuales permitieron la recolección de la información de los casos en las parejas con problemas conyugales, en la Unidad de apoyo Familiar, en el cual se realizó dicha investigación sin ningún contratiempo.

De tal forma se trabajó con las parejas los cuales son seres humanos y se debe tomar en cuenta sus valores como el respeto, la honestidad, confidencialidad, la cooperación y lo fundamental el trato por igual. Ya que se debe evitar la discriminación y trabajar de la misma manera con todos, por la razón de que todos son seres humanos.

2.2.3 FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA

El desarrollo del ser humano, por ser un ente biopsicosocial se basa en la práctica de valores y el sentido de equidad; sin descuidar la parte de la inteligencia emocional y su forma de pensar, con la finalidad de fortalecer su carácter y por ende su personalidad. Logrando obtener una adaptación en las esferas, familiar, social y personal.

Es así que se basa en el tratamiento integral de las parejas, y a la vez buscar un proceso de unificación en cuanto a su relación afectiva.

2.2.4 FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA

El tema va a portar a la ciencia de manera precisa ya que va a portar con el desarrollo del ser humano en este caso con las parejas que asisten Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social, mejorando la comunicación y la interacción con sus parejas, de tal manera ayudara hacia un fin positivo ya que vaya generando consecuencias, donde puedan tener una relación equilibrada y funcional, aspirando que las parejas puedan ser estables y autónomas.

2.2.5 FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA

El tema de investigación “Pensamientos Automáticos y su influencia en los problemas conyugales en las parejas de 18-35 años que asisten a Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social en la Provincia de Tungurahua en la ciudad de Ambato.

La corriente psicológica que surge del proyecto cimienta sus bases en la teoría Cognitivo- Conductual, lo cual contribuirá en al análisis de los diferentes trastornos cognitivos-conductuales que a la vez afecta de manera emocional a las parejas atendidas, además se pretende proveer de una mejor salud mental en el grupo estudio y de la familia. Tiene sus fundamentos en la psicoterapia de pareja, psicopatología de la pareja y psicohigiene, considerando como objetivo disminuir las probabilidades y porcentajes ya presentes de problemas, divorcios en las parejas de la sociedad.

La teoría Albert Ellis, manifiesta que la Terapia Conductual Racional Emotiva se define por el ABC en inglés. La letra A se la designa por la activación de experiencias, como problemas familiares, laborales, traumas infantiles tempranos y aquello que sea productor de infelicidad. La B hace referencia a creencias (beliefs) o ideas, básicamente irracionales y autoacusatorias que producen sentimientos de infelicidad actuales. Y la C corresponde a las consecuencias o aquellos síntomas neuróticos y emociones negativas como el pánico depresivo y la rabia, originarias de nuevas creencias.

La teoría antes mencionada de Albert Ellis, será la que utilizaremos para la propuesta de solución en cuanto al problema de investigación antes mencionado.

2.2.6 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

De acuerdo al Código Orgánico Integral Penal.-COIP: Tipificación del feticidio

El COIP sanciona los delitos e infracciones de violencia contra la Mujer y miembros del núcleo familiar de la siguiente manera:

Artículo 156.- Violencia física contra la mujer o miembros del núcleo familiar.-La persona que, como manifestación de violencia contra la mujer o miembros del núcleo familiar, cause perjuicios en la salud mental por actos de perturbación, amenaza, manipulación, chantaje, humillación, aislamiento, vigilancia, hostigamiento o control de creencias, decisiones o acciones, será sancionada de la siguiente manera:

1. Si se provoca daño leve que afecte cualquiera de las dimensiones del funcionamiento integral de la persona, en los ámbitos cognoscitivos, somático, de comportamiento y de relaciones, sin que causen impedimento en el desempeño de sus actividades cotidianas, será sancionada con pena privativa de libertad de treinta a sesenta días.

2. Si se afecta de manera moderada en cualquiera de las áreas de funcionamiento personal, laboral, escolar, familiar o social que cause perjuicio en el cumplimiento de sus actividades cotidianas y que por tanto requiere de tratamiento especializado en salud mental, será sancionada con pena de seis meses a un año.

3. Si causa un daño psicológico severo que aun con la intervención especializada no se ha logrado revertir, será sancionada con pena privativa de libertad de uno a tres años.

Artículo 158.- Violencia sexual contra la mujer o miembros del núcleo familiar.-La persona que, como manifestación de violencia contra la mujer o un miembro del núcleo familiar, se imponga a otra y la obligue a tener relaciones sexuales u otras prácticas análogas será sancionada con las penas previstas en los delitos contra la integridad sexual y reproductiva.

Artículo 159.-Violencia contra la mujer o miembros del núcleo familiar.-La persona que hiera, lesione o golpee a la mujer o miembros del núcleo familiar, causándole lesiones o incapacidad que no pase de tres días, será sancionada con pena privativa de libertad de siete a treinta días. (COIP, 2015)

"Art. 22.- El Estado protege a la familia. . . El matrimonio se funda. . . en la igualdad de derechos, obligaciones y capacidad legal de ambos cónyuges”.

De ahí que cuando tales normas constitucionales cobraron vigor, en 1979, resultó de lo más lógico reconocer que ya no podían sobrevivir jurídicamente en el Ecuador aquellos textos centenarios (anteriormente transcritos) de los citados Arts. 183 y 181 de nuestro Código Civil.

Y por eso fue de lo más lógica la Resolución No. 12.510 que expidió la entonces Superintendente de Compañías, Economista Teresa Minuche de Mera, el 30 de junio

de 1983, publicada en el Registro Oficial el 12 de julio del mismo año, en cuyos Arts. 3 y 4 se estatuyó lo siguiente:

ARTICULO 3° Para efectos societarios se considerará dueño de las acciones o participaciones de una sociedad sujeta al control y vigilancia de la Superintendencia de Compañías al cónyuge que interviene en la constitución o en el aumento de capital referidos en los artículos que anteceden, suscribiendo o recibiendo acciones o participaciones a su solo nombre, directa y personalmente o a través de mandatario, así como al cónyuge que figure legítimamente como tal en el Libro de Acciones y Accionistas, en tratándose de las Compañías por acciones, o en el Libro de Participaciones y Socios o en las escrituras públicas respectivas, en tratándose de las Compañías de Responsabilidad Limitada.

Si las acciones o participaciones antedichas pertenecieren al haber de la respectiva sociedad conyugal, tales acciones o participaciones continuarán teniendo la calidad de " bienes sociales " no obstante lo dispuesto en el inciso que antecede.

Por consiguiente, las acciones o participaciones que figuraren a nombre de la mujer casada, aun cuando fueren bienes pertenecientes al haber de la sociedad conyugal que ella tuviere formada con su marido, se considerarán, respecto de terceros, de propiedad de dicha mujer.

ARTICULO 4o El cónyuge que según el artículo anterior ostentare la calidad de propietario de una o más acciones o participaciones tendrá respecto de ellas todos los derechos que para la Ley y el respectivo contrato social le correspondan como tal, pudiendo realizar por tanto cualquier acto legítimo de administración o de disposición con respecto a dichas acciones o participaciones, sin necesidad de la autorización o del concurso de su marido o mujer.

Los actos de administración y de disposición referidos en el inciso anterior se harán sin perjuicio de las cuentas que el cónyuge respectivo deberá rendir en su oportunidad a la sociedad conyugal o a los herederos de su marido o mujer”.

Las razones de aquella Resolución No 12.510 fueron claramente expresadas en la Doctrina No 130 de la Superintendencia de Compañías, entre las que ahora conviene destacar, por una parte, que según el Art. 200 de la Ley de Compañías se considera como dueño de las acciones de una Compañía Anónima a quien aparezca como tal en el Libro de Acciones y Accionistas, y, por otra, el principio contenido en el segundo inciso del Art. 734 del Código Civil, en el sentido de que el poseedor es reputado dueño mientras otra persona no justifica serlo ; todo ello, desde luego, sobre la base de que las normas constitucionales antes transcritas habían derogado tácitamente los textos centenarios (anteriormente transcritos) de los citados Arts. 183 y 181 del Código Civil.

2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES

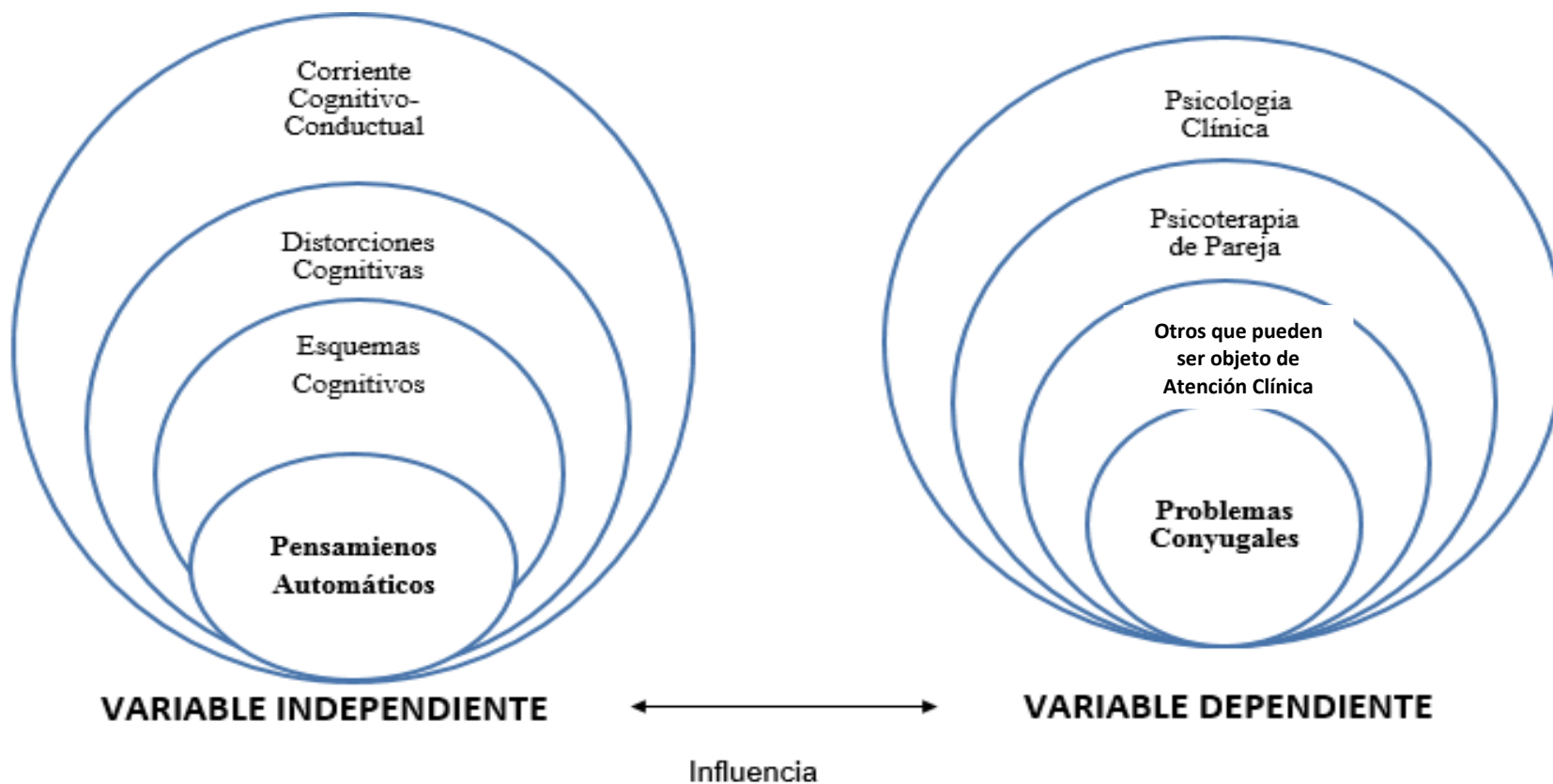


Gráfico N° 2 CATEGORIAS FUNDAMENTALES

Elaborado por: Andrea Verónica Reyes Naranjo

2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES FUNDAMENTACIÓN TEORICA

2.3.1 PENSAMIENTOS AUTOMATICOS (variable independiente)

Corriente Psicológica Cognitivo-Conductual

Según la investigación en libros escritos por Aroon Beck, menciona que el año de 1956, A. Beck trabajaba como clínico e investigador psicoanalista, su interés se centraba en reunir evidencia experimental en las depresiones donde encontraría elementos de una "hostilidad vuelta contra sí mismo" en sus pacientes que presentaban depresión siguiendo las formulaciones de Freud. Los resultados que obtuvo no confirmaron esa hipótesis. Lo que conllevó a cuestionarse sobre la teoría psicoanalítica en la depresión y en toda la estructura del psicoanálisis.

Los datos que obtuvo apuntaban a los pacientes depresivos "seleccionaban" focalmente su visión de sus problemas presentándolos como negativos. Esto lo unía a los largos análisis de los pacientes depresivos con la técnica psicoanalítica, y con resultados limitados por lo cual se pagaba un alto costo, lo obligo a abandonar el campo del psicoanálisis. Dando vuelta su interés a los aspectos cognitivos de la psicopatología y de la psicoterapia.

En el año de 1967 publicó la obra "La depresión" lo que se puede considerar su primera obra en la que da a conocer su modelo cognitivo de la psicopatología y de la psicoterapia. Años después publica "La terapia cognitiva y los trastornos emocionales" en el año 1976 expone su enfoque terapéutico a diferentes trastornos emocionales. Actualmente Beck ha desarrollado un diferente modelo a los trastornos por ansiedad.

En otras fuentes de información podemos encontrar que los orígenes de la psicoterapia cognitiva tienen como origen la filosofía estoica y el budismo. La más importante es de Epíteto "Los hombres no se perturban por las cosas sino por la opinión que tienen de estas" recogiendo uno de los primeros modelos cognitivos del hombre. El budismo da a conocer la realidad construida por el pensamiento y las valoraciones que se hacen sobre ellas como generadoras de pasiones que pueden causar sufrimiento al ser. Consecutivamente y en la tradición kantiana, Vaihinger

(1853-1933) desarrollan su teoría acerca del conocimiento, donde las personas guían su conducta basándose en modelos que la sociedad impone queriendo modificar ciertos esquemas, metas y guiones. Un gran filósofo que brinda un papel importante a la cognición es B. Russell quien menciona en su obra "La conquista de la felicidad" describiendo las creencias adquiridas en la primera infancia se hacen inconscientes lo que pueden dar origen a una perturbación en la vida posterior del ser humano.

Los orígenes psicológicos de la psicoterapia cognitiva se basan en diversos cambios de las distintas escuelas psicológicas. Dentro de la escuela del psicoanálisis, Lungwitz propone una terapia parecida a la terapia cognitiva actual, y K. Horney desarrolla su teoría acerca de las actitudes neuróticas ("Tiranía de los deberías"). En la psicología individual, Alfred Adler desarrolla un modelo cognitivo de la psicopatología y la psicoterapia. Este autor menciona que el niño adquiere "esquemas a perceptivos" durante su etapa infantil preverbal, esquemas que guían la su conducta en su vida posterior de modo inconsciente. La terapia conlleva hacer consciente esos esquemas y trabajar sus aspectos disfuncionales.

Los fundadores actuales de esta psicoterapia son Albert Ellis y Aarón Beck. Quienes se formaron en el psicoanálisis posteriormente abandonaron esta escuela al darse cuenta que tanto la investigación de ciertos procesos psicológicos como la práctica psicoterapéutica no correspondían a los postulados de su modelo psicológico al cual se dedicaban estudiar.

Ellos fueron modificando su modelo terapéutico desde un punto psicoanalítico más clásico, pasando por otra más "neo freudiana" hasta llegar a su modelo psicológico. Con las modificaciones ya realizadas se pudo observar que iba acrecentando el porcentaje de éxito en su tratamiento y que los pacientes podían tener una apropiada comprensión de su conducta ("Insight") no la solían modificar, y se estancaban a este nivel. En el año de 1958 transmite su Modelo A-B-C para la terapia. En el cual afirma que los trastornos emocionales (C) no procedían directamente de los acontecimientos importantes de la vida actual o los acontecimientos pasados (A), sino de fijas Creencias Irracionales o exigencias que el mismo sujeto había adoptado y en las que se "auto adoctrinaba" (B). Paralelamente se acercaba a la terapia de conducta al plantear determinados métodos prácticos para modificar las exigencias. Su terapia es llamada "Terapia Racional Emotiva".

Beck parte de su trabajo acerca de la depresión. Dando a conocer que este y otros trastornos emocionales modifica la estructura de su conducta como son situaciones ya vividas, determinando sus sentimientos y su conducta. Este concepto de Estructura cognitiva se le conoce con el nombre de "Esquema cognitivo" y en el campo clínico como el de los "Supuestos personales"(Beck, 1979). Dando a conocer a las creencias irracionales según el origen de las mismas. Estos supuestos son adquiridas en etapas iniciales de la vida, permanecen a nivel no consciente, activándose tiempo más tarde por ciertos eventos y produciendo fijadas interpretaciones subjetivas de los eventos que suelen ser distorsionados dando como resultado a las distorsiones cognitivas, dando origen a problemas emocionales, y conductuales. El descubrimiento por el propio sujeto de sus distorsiones cognitivas, sus causas, efectos y el aprendizaje de su modificación, constituye la "Terapia Cognitiva", propuesta por Beck.

En la actualidad han aparecido nuevos modelos de psicoterapia cognitiva que se postulan por sus distintos precursores ya señalados anteriormente de Beck. A estos nuevos modelos se los llama "Constructivistas". Principalmente se diferencian de los anteriores, ellos los conocen como "Racionalistas", en diferentes aspectos (Mahonés y Gabriel,1987): (1)No se puede concebir una "realidad" objetiva independiente del sujeto que pueda ser "distorsionada", (2)No se puede afirmar siempre la primacía de la cognición sobre la emoción o la acción y (3)La terapia no se constituye como una labor psicoeducativa de corrección de cogniciones erróneas, sino como una reconstrucción de la propia coherencia del sistema cognitivo del paciente. Esta corriente cognitiva tiene grandes precursores en el modelo sistémico-constructivista, tomando de referencia al modelo sistémico.

Diferentes investigaciones nos dan como resultado los siguientes postulados importantes acerca de la corriente cognitivo-conductual:

(Lamberte y colabores; Luborksky y colaboradores):

1. La psicoterapia es efectiva y rápida que los cambios naturales de los pacientes sin tratamiento.
2. Los trastornos tratados con esta psicoterapia mantienen resultados duraderos.

Los resultados anteriores han llevado a cuestionar el excesivo énfasis que cada orientación ha dado a sus técnicas o procedimientos particulares como elementos

definitorios de cada escuela. Según el trabajo de Lamberte(1986) los factores que en realidad contribuyen a los resultados de la psicoterapia por porcentajes son de mayor a menor: un 40% depende de variables propias del paciente y su contexto vital(personalidad, apoyo social, etc), un 30% a los factores comunes a todas las orientaciones psicoterapéuticas(pie empatía, apoyo y confrontación de emociones); un 15% al llamado efecto placebo(expectativas que tiene el paciente sobre el saber que se le va a ayudar) y un 15% a las técnicas específicas de cada psicoterapia(pie asociación libre, exposición conductual, manejo de actitudes disfuncionales).

Conceptos fundamentales

Presentaremos una clasificación de los principales de estos modelos, tomando como referencia a Ingmar y Kendall, en tres apartados.

- **Esquemas cognitivos:** Es una abstracción de la experiencia previa. Son organizaciones de significados personales referentes a sí mismo, los eventos las personas y las cosas. Los esquemas forman el núcleo de los trastornos cognitivos dando origen a Creencias y Supuestos personales (pie Ellis, Beck).
- **Operaciones Cognitivas:** Es la actividad, conducta de los esquemas cognitivos, se encarga de "procesar la información" de los datos sensoriales, regida por los significados de cada persona y si es patológica da lugar a los llamados "trastornos del juicio y razonamiento" se le conoce en la teoría de Beck como distorsiones cognitivas. Conforman la llamada "visión túnel" de los distintos trastornos emocionales.
- **Producto Cognitivo:** Es el resultado más consciente de las operaciones cognitivas automáticas o inconscientes. Se encuentran los pensamientos, imágenes, atribuciones. Se puede relacionar de alguna manera la conducta del ser humano, las emociones y las respuestas corporales como pueden ser psicofisiológica o psicósomática, siendo esto el resultado cognitivo. (Sánchez, Psicología Online, 2014)

ESQUEMAS COGNITIVOS

La terapia cognitiva (C.T) se basa en una teoría que mantiene que la percepción y la organización de las experiencias del sujeto establecen sus sentimientos y conducta (Beck, 1967 y 1976). La estructura cognitiva recibe otros nombres por ejemplo el de esquemas cognitivos (Beck, 1979). En la teoría de Albert Ellis se las conoce con el nombre de Creencias.

Con los términos ya antes mencionados hacemos referencia a la estructura del pensamiento de cada sujeto, los modelos cognitivos estables mediante los que conceptualizamos de forma de manera propia son rasgos y carácter propios del sujeto, se relaciona también de una colectividad con nuestras experiencias. Dando como resultado a creencias, a una selección abstracta de valores y metas de las que se puede ser o no conscientes.

Es importante tener presente que los esquemas mentales permanecen inactivos por mucho tiempo, por lo que se presentan o se sale a la luz por situaciones desencadenantes teniendo varias fuentes conocerlas por ejemplo pueden ser de orden biológico, físico o social, estas se activan por eventos específicos lo cual produce la activación de las distorsiones cognitivas, lo que se relaciona al procesamiento cognitivo de la información dando como resultado a los pensamientos automáticos que son los pensamientos negativos

COGNICIÓN:

Es la valoración de una situación valorada por el sujeto, refiriéndose a eventos pasados, esperados o actuales. Las imágenes o pensamientos pueden ser en ciertos casos conscientes y en otros no.

Distorsiones Cognitivas

1. **Pensamiento polarizado (todo o nada)** - Interpreta los eventos y personas en términos determinantes o absolutistas, en este pensamiento no existe los grados intermedios por lo que utilizan términos como “siempre”, “nunca”, sin tener en cuenta los propios hechos.
2. **Abstracción selectiva o Filtro mental** – Solamente fija su atención a cierta parte de los hechos, eventos o personas eliminando otras características, por lo

general son negativos y perturbadores exclusivamente en ciertos aspectos a los que el sujeto de importancia.

3. **Sobregeneralización** - Generaliza una conclusión o evento, tomando como referencia casos aislados.
4. **Sacar conclusiones precipitadas** - Da importancia a algo negativo cuando no existe apoyo empírico.
 - **Adivinación** – Predice el resultado de situaciones antes que sucedan.
 - **Lectura de pensamiento** – Supone eventos, actitudes o pensamiento de otros.
5. **Descalificar lo positivo** Desvaloriza experiencias positivas, por sus razones arbitrarias.
6. **Magnificación y Minimización** - Subestimar y sobreestimar la manera de ser de eventos o personas. Los subtipos identificados son:
 - **Visión catastrófica** – Imaginar y especula el peor resultado posible, no tomando en cuenta lo improbable de que se pueda cumplir, además piensa que la situación es imposible de tolerar o insoportable.
 - **Negación**: predisposición a negar problemas, errores o debilidades; es la distorsión contraria al catastrofismo.
 - **Negativismo**: Magnifica los hechos o aspectos negativos y son desvalorizados los positivos.
7. **Razonamiento emocional** - Manifestar argumentos en cómo se siente no tomando en cuenta la realidad objetiva.
8. **Deberías**- Se concentra en lo que el sujeto piensa que debería ser, en lugar de ver las cosas como son, por lo que mantienen reglas rígidas que piensa que deberían aplicarse sin dar importancia el contexto situacional.

9. **Etiquetado** – Hace referencia a la sobregeneralización, se relaciona en asignar etiquetas globales a alguien o alguna situación no describiendo la conducta objetiva, las etiquetas son prejuiciosas.

10. **Personalización** – Se la conoce como *falsa atribución*, asume que uno mismo u otros han causado cosas directamente, cuando muy posiblemente no haya sido el caso en realidad.

11. **Sesgo confirmatorio**: sesga la realidad, tanto en valoración como en percepción, para que encajen con ideas preconcebidas.

12. **Culpabilidad**: culpabiliza a los demás de problemas propios, o suele culparse a sí mismo de problemas ajenos.

13. **Falacias** :

- **Falacia de control**: presuponer que tiene el control y una responsabilidad excesiva sobre los acontecimientos de su alrededor, con cierto sentimiento de omnipotencia; o a su vez puede sentirse como incompetente e impotente para manejar los propios problemas.
- **Falacia de justicia**: enjuicia como injusto a ciertas cosas que no coinciden con las necesidades, creencias y deseos.
- **Falacia de cambio**: Presupone que la felicidad depende exclusivamente de conductas y actos de los demás o de situaciones externas; esperan que la actitud de cambio sea por parte de los demás, no responsabilizándose de sus conflictos.
- **Falacia de razón**: manifiestan ser poseedores de la verdad absoluta no tomando en cuenta las opiniones de las demás personas; piensan que sus acciones y opiniones son las correctas, no soportan equivocarse.
- **Falacia de recompensa divina**: Esperan que en un futuro los problemas sean resueltos por sí solos sin tomar una actitud proactiva; o que serán recompensados de alguna manera.

Esquemas Cognitivos

Es de suma importancia tener el conocimiento del concepto cognitivo es fundamental para poder manejar todas los campos que tengan como referencia a terapia cognitiva, la misma que fue utilizada por Barlett haciendo referencia a los procesos que se relacionan con la memoria. Mientras que Neisser da su definición como la estructura responsable de los mecanismos que conducen la atención selectiva y la percepción; la misma que fue reformulado y utilizado por Beck (1979).

Beck toma a los esquemas como patrones cognitivos estables que forman la base de las interpretaciones de la realidad. La mayor parte de las personas manejan sus esquemas para codificar, diferenciar, localizar y atribuir significados en relación a la información exterior. Los esquemas fueron determinados como estructuras parcialmente estables que sintetizan y seleccionan los datos que ingresan de eventos externos y la manera como los asimilan.

Por lo general las personas cuentan con una infinidad de esquemas permitiéndoles organizar y seleccionar, los estímulos de modo que sean fáciles y tengan un sentido para los sujetos, posibilitando la identificación de estrategias de afrontamiento.

Los esquemas de cada persona pueden ir de lo activo a lo inactivo, de los que puede ser modificable a lo determinante. A la variación de la presencia de los pensamientos automáticos se puede decir que los esquemas están por lo general en fluctuaciones de ciertos eventos que los hacen latentes e inconscientemente se dan a conocer.

Los esquemas mentales se van modificando por hechos adaptativos y van tomando su forma mediante las relaciones que los sujetos van estableciendo con su entorno, más los genes que van determinando pautas para los mismos.

CREENCIAS EN LA TERAPIA COGNITIVA

Son los contenidos de los esquemas mentales, las creencias es el resultado inmediato de la relación entre los eventos externos y los esquemas mentales que el sujeto presenta. Se puede definir a las creencias como aquello cada sujeto cree, son mapas internos que les

permiten dar sentido al mundo que los rodea, que se van construyendo y modificando por las experiencias.

Podemos encontrar dos tipos de creencias:

Creencias periféricas: Estas creencias se relacionan con aspectos secundarios, se los puede modificar y son menos importantes que las creencias nucleares.

Creencias nucleares: forman el self de cada persona, es difícil tratar de modificarlos, son aquellos que dan la idiosincrasia y la identidad de cada sujeto, por ejemplo yo soy una mujer.

Las creencias nucleares determinan lo que cada sujeto es, sus valores y sus creencias firmes y determinantes, las que les dan estabilidad y les permite ser quienes son con ciertas características. Mientras que las creencias secundarias son alejadas y no determinan aspectos centrales de la personalidad, por lo que se pueden modificar con mayor facilidad. (Gray, 1993)

CARACTERISTICAS DE LOS ESQUEMAS

- 1- Son patrones profundos, persistentes y auto derrotistas de pensamiento, conducta, sentimiento y de relaciones con los demás.
- 2- Forman la base de la regularidad de las interpretaciones acerca de las situaciones.
- 3- Son disfuncionales y son tempranos.
- 4- Reflejan creencias y pueden ser difíciles de modificar
- 5- Se activan por acontecimientos relevantes.
- 6- Son consecuencia de experiencias disfuncionales con los padres, los hermanos, o personas significativas de nuestra vida, sobre todo en los primeros años de edad.
- 7- Surgen de necesidades emocionales básicas que no se logran alcanzar en la infancia.

Estas son:

- a- Seguridad, estabilidad, aceptación

b- Autonomía, competencia, sensación de identidad

c- Libertad para expresar necesidades y emociones

d- Espontaneidad y juego

e- Límites y autocontrol

Las experiencias infantiles perjudiciales serían el origen principal de los esquemas disfuncionales tempranos. Los primeros esquemas desarrollados, que suelen ser los más fuertes, se han originado en nuestra familia. Aunque otras influencias son importantes, como las de nuestro grupo de amigos, la escuela, la comunidad o nuestra cultura, entre otras. Los esquemas representan en definitiva una gran parte de lo que en la PNL llamamos MAPA.

Ejemplos de Experiencias tempranas que facilitan la adquisición de esquemas:

- Esquemas de Privación Emocional o Abandono: Se origina por déficits emocionales o abandono que se dan en el ambiente infantil (no hay comprensión, amor o estabilidad).

- Esquemas de Imperfección o Vergüenza: Originados por traumatización o victimización (maltrato psicológico que suponga devaluarlo como persona).

- Esquemas de dependencia o incompetencia: Padres que dan al niño algo en exceso, que dado con moderación (ej.: protección) sería saludable.

- Identificación con otras personas significativas (el niño se identifica e internaliza pensamientos, sentimientos, experiencias y conductas de los padres).

No significa que porque los padres hayan sido de una manera, o pensado, sentido o actuado de determinada forma, uno en su adultez vaya a ser igual. Ejemplo: Si a uno lo trataron de forma fría en la niñez, puede llevarlo a reaccionar de distintas maneras, dando mucho apoyo y protección o, por el contrario, exigiendo mucho afecto de los demás. (htt3)

CLASIFICACION DE ESQUEMAS EN FUNCION DEL CONTEXTO

1) Las personas criadas en ambientes de desconexión y rechazo crecen carentes de afecto, aceptación y estabilidad. Los adultos criados en este tipo de ambiente asumen

que no van a encontrar en la vida (o no van a poder alcanzar) su deseo de amor, aceptación y seguridad.

Esquemas que puede llegar a desarrollar:

- abandono/inestabilidad: creen que los demás no pueden darle un apoyo fiable y estable.
- desconfianza/abuso: la persona espera que los demás lo hieran o se aprovechen de él.
- imperfección/vergüenza: tiene la visión de sí mismo como indeseable socialmente.
- aislamiento social: creencia de que uno no es parte de la comunidad o del grupo y que uno está solo y es diferente.

Pensamientos Automáticos

Lo fundamental es saber que algunas distorsiones pueden ser específicas de ciertos trastornos, lo normal es que encuentren inmersos en varios trastornos y diferentes estados emocionales. La organización cognitiva es ideosincrática y personal de cada individuo, pudiendo encontrarse semejanzas en sus supuestos y distorsiones cognitivas.

Para conocimiento general los pensamientos automáticos son los contenidos de las distorsiones cognitivas procedentes de la valoración de los eventos externos y del propio sujeto.

A continuación se enumeran las características generales de los pensamientos automáticos:

1. Son creídos a pesar de no tener evidencia suficiente e irracionales
2. Son difícil de controlar, son involuntarios y espontáneos.
3. Extienden a dramatizar en sus contenidos del evento externo
4. En ocasiones se presentan las llamadas **VISIÓN DE TÚNEL**: los cuales producen una específica valoración y percepción de los eventos.

Ponemos encontrar los siguientes:

- a. Las personas que se deprimen se obsesionan con sus pérdidas.
- b. Personas irritadas centran su atención en la injusta conducta de otros
- c. Las personas ansiosas se anticipación a los peligros que pueden presentarse.

A continuación una representación gráfica:

- Factores Genético-Biológicos
- Experiencias de aprendizaje y estructura de significados
- Eventos actuales que activan la estructura del significado
- Distorsiones cognitivas
- Círculos viciosos
- Pensamiento-Afecto-Conducta

VARIABLE DEPENDIENTE

Psicología Clínica

La Psicología Clínica es una ciencia que se define por el estudio del comportamiento en todas sus manifestaciones y contextos. El comportamiento es lo que hace a gente y supo, por lo tanto, alguna acción, actividad o conducta. En este sentido, el comportamiento tiene alguna variedad de formas o manifestaciones que incluyen la actividad mental, la respuesta psicofisiológica, la reacción emocional, el decir y el hacer propiamente. (Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos España, 2003)

La Psicología Clínica es la rama de la ciencia psicológica que se encarga de la investigación de todos los factores, evaluación, diagnóstico, tratamiento y prevención que afecten a la salud mental y a la conducta adaptativa, en condiciones que puedan generar malestar subjetivo y sufrimiento al individuo humano.

La psicología clínica tiene algunas orientaciones teóricas primarias: Terapia de la conducta o Terapia Cognitiva, Psicoanalítica o Psicodinámica, Humanista, y Terapia Familiar Sistémica. Prácticas centrales de esta disciplina son el diagnóstico de los

trastornos psicológicos y la psicoterapia, así como también la investigación, enseñanza, consulta, testimonio forense y desarrollo de programas y administración.

Se considera en Norteamérica que esta área de la psicología tuvo su inicio en el año 1896, cuando Lightner Witmer dio inicio a la primera clínica psicológica en la Universidad de Pensilvania. También se reconoce en Europa como iniciador de la psicología clínica a Sigmund Freud y su teoría del psicoanálisis que ya en 1895 afrontaba oposición por sus prácticas de intervención psicoterapéutica y planteamientos teóricos clínicos estructurados en tres niveles: investigación, intervención psicoterapéutica y formulación de teorías psicológicas y psicopatológicas anticipándose a Witmer y estableciendo los criterios fundamentales de la psicología clínica aplicada; a pesar de que ambos fundadores de la Psicología Clínica (Freud y Witmer) incluían el tratamiento como una de sus principales funciones, lo cierto es que el psicodiagnóstico, así como la investigación, fueron los mayores indicadores de identidad del psicólogo clínico. En la primera mitad del siglo XX, la psicología clínica estuvo enfocada en la evaluación psicológica, con poca atención hacia el tratamiento. El apogeo de este enfoque, comienza después de la década de 1940, cuando la Segunda Guerra Mundial produjo un incremento en la necesidad de clínicos capacitados. (Spivacow, 2001)

La psicología clínica puede ser confundida con la psiquiatría ya que generalmente tienen metas similares (por ejemplo, el alivio de trastornos mentales), pero la diferencia principal es que la formación de base de los psicólogos clínicos es la psicología (los procesos mentales y la conducta humana) y la de los psiquiatras es la medicina (el cuerpo humano), por otra parte, al ser médicos, están legalmente autorizados para prescribir medicamentos. En la práctica los psicólogos y psiquiatras trabajan juntos en equipos multidisciplinarios junto a otros profesionales, como terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales, para dar un enfoque multidisciplinar a problemas complejos que afectan a los pacientes.

Hay diversas maneras de entender el contacto con el objeto de estudio clínico. Para algunos es difícilmente observable y medible, por lo que se recurre de hecho a métodos cualitativos que no necesariamente cumplen con los criterios demarcadores de lo que se considera científico. Para otros, en cambio, el foco de acción debe estar dirigido siempre a la observación y el diagnóstico de la conducta, definiendo este ámbito como lo

verdaderamente observable para la construcción de teoría y al tratamiento de los "trastornos" conductuales. (I.Kplsn, 1998)

Psicoterapia de Pareja

En la actualidad nuestra sociedad ha ido realizando cambios relacionados a los esquemas de pareja, laborales y sociales, teniendo relevancia el género, procreación, matrimonio o unión de hecho. Se conoce ya la relación de pareja de años atrás en la que se debía cumplir ciertas obligaciones que correspondían a su respectivo rol. Se tiene que tomar en cuenta los diferentes factores que desestabilizan la relación de pareja en cuanto a la personalidad de cada individuo, las expectativas, metas y sueños. En el día hoy las exigencias son mayores por parte de cada miembro, cada uno buscando su comodidad y no dando prioridad a la relación que decidió formar, por lo que buscan ayuda psicológica para resolver sus conflictos. Existen diferentes factores que intervienen a continuación se los menciona:

- **Comunicación:** un lenguaje inadecuado opiniones mal expresadas, críticas, comportamientos impulsivos, no existe empatía ni la escucha activa con cada miembros de la pareja.
- **Clima emocional en la pareja:** El ambiente donde viven es conflictivo, existen algunas actitudes inadecuadas como: reproches de situaciones pasadas, frustración, desilusiones, distancia emocional, falta de comprensión, incumplimiento de tareas entre otras.
- **Situaciones cognitivas, en la pareja:** Existen diferentes esquemas disfuncionales en la relación de pareja por diferentes factores como: la equidad de género, factor económico, en la esfera sexual, creencias por parte de la familia de origen, relaciones sociales externas de diversos esquemas disfuncionales sobre la relación de pareja, sobre el otro miembro y cualquier otro aspecto importante para la vida de pareja; en esta área se pueden presentar ya las distorsiones cognitivas: malinterpretación de la conducta del otro, atribuciones causales internas y externas al otro sobre sucesos negativos, sesgos cognitivos en general.

- **Otros conflictos más comunes:** diferentes puntos de vista en diferentes aspectos como pueden ser: la crianza de los hijos, economía, religión, costumbres familiares, celos, infidelidad, problemas sexuales, problemas psicológicos en uno de los miembros en ocasiones puede ser en ambos.

Las parejas se manejan de varias maneras las mismas que involucra, la formación personal, la práctica de valores, la filosofía de vida, el nivel de educación, la historia personal y personalidad que maneja cada miembro de la pareja. No se pretende realizar un estándar que las parejas tienen que cumplir para ser una pareja estable o libre de conflictos, pero los modelos terapéuticos de psicología pretenden mejorar la relación entre los mismos, para disminuir el nivel de separaciones ya que en la mayor parte de los casos los conflictos son por razones banales que si revieran un asesoramiento se puede sobrellevar y eliminar el conflicto. (Caballo, 1997)

Relación de Pareja

La relación de pareja es quizás la experiencia más gratificante en la que se ve envuelto el ser humano, razón por la cual ha sido objeto de la atención del hombre desde tiempos muy antiguos. Ya en grabados sumerios con una antigüedad de 4.000 años antes de Cristo se pueden observar imágenes y frases románticas dirigidas a una pareja (Páez, 2006). De la misma forma durante la historia de la civilización la relación de pareja y el amor han sido tema de canciones, poemas, pinturas, esculturas, etc. gran parte del arte está orientada sobre esta experiencia. Por otra parte, la psicología ha estudiado también este fenómeno tratando de establecer el origen y las conductas características del amor y finalmente a fines del siglo veinte la biología ha entrado en la carrera por explicar esta compleja experiencia del vivir humano entregándonos las bases neurobiológicas del amor, la monogamia y la fidelidad.

Conocer sobre el amor es ahondar en la naturaleza biológica misma del hombre, no por nada hoy por hoy los dos aspectos más importantes del desarrollo de un individuo son el trabajo y la familia. La experiencia amorosa se encuentra en todas las culturas (Jankowiak y Fisher, 1992) y es sin duda una de las situaciones más estimulantes en nuestras vidas. Pese a la universalidad e importancia de esta situación solo hace unas pocas décadas que comenzó formalmente el estudio del amor. En este aspecto es posible resaltar los trabajos de Rubin (1970) quien es el primero en descomponer el

amor en dos factores: amar y gustar. Lee (1977) habla de tres componentes primarios del amor: Eros, Storge y Ludos, que en su mezcla van generando diversos tipos de amor. Sternberg (1986, 1989) establece tres bases fundamentales del amor: intimidad, pasión y compromiso. Para él los diferentes tipos y etapas del amor pueden ser explicados mediante las combinaciones de estos tres elementos. Así establece siete tipos de amor (VARELA, 2006)

a) Cariño: Es la relación donde existe un alto grado de intimidad, de verdadera amistad, pero sin la pasión y el compromiso a largo plazo.

b) Encaprichamiento: Es una relación con alto grado de pasión, pero sin intimidad y compromiso, por lo cual tiende a disolverse con facilidad.

c) Amor vacío: Es la relación con un alto grado de compromiso, pero sin intimidad y sin pasión.

d) Amor romántico: Es la relación que se solventa en la intimidad y la pasión.

e) Amor sociable: Es la relación en donde existe la intimidad y el compromiso, pero no hay pasión. Esto es común en los matrimonios de larga duración.

f) Amor fatuo: Es la relación basada en la pasión y el compromiso.

g) Amor consumado: Es la relación en donde podemos observar los tres componentes: intimidad, pasión y compromiso.

La relación de pareja es una dinámica relacional humana que va a estar dada por diferentes parámetros dependiendo de la sociedad donde esa relación se da. Estudiar el fenómeno de ser pareja amerita conocer el contexto cultural en donde ambos individuos han sido formados y donde se desenvuelven, ya que esto influirá directamente en la forma en que ambos ven y actúan dentro de una relación. (Risso, 2000)

Los componentes de la relación de pareja

Toda relación de pareja es una mezcla de biología y cultura que se funda en cuatro pilares: compromiso, intimidad, romance y amor. La neurobiología nos entrega las bases del amor como proceso funcional sistémico; la psicología habla de la relación amorosa como un proceso social en donde factores como el compromiso y la intimidad

son necesarios para el amor maduro. Una relación debe poseer los cuatro elementos, sin embargo, es posible establecer relaciones basadas en solo alguno o mezclas de estos elementos. Los tres primeros componentes son de tipo social y por lo tanto se fundan en el lenguaje, el cuarto en cambio es de tipo biológico y se presenta de la misma forma en todas las culturas y sociedades, aunque pese a esto, con variaciones individuales dependientes de la constitución estructural sistémica de cada sujeto.

Por esta razón nosotros establecemos dos tipos de componentes en la relación de pareja: un componente biológico y tres componentes sociales.

a) El componente biológico: el amor

La neurobiología actual nos entrega información sobre el proceso del amor romántico como una función dada por ciertas estructuras cerebrales y por neurotransmisores específicos que son necesarios para la experiencia amorosa.

Toda relación de pareja se basa en tres componentes sociales: el compromiso, la intimidad y el romance, que poseerán características propias dependiendo de la cultura en donde se lleven a cabo dichas prácticas. (Higuera, s.f.)

a) El compromiso: Este componente de la relación romántica hace referencia al interés y responsabilidad que se siente por una pareja y por la decisión de mantener dichos intereses con el transcurso del tiempo pese a las posibles dificultades que puedan surgir, debido a que se cree en lo especial de la relación (Yela, 1997). Este elemento tenderá a crecer a medida que transcurre el tiempo de duración de la relación debido al aumento de la interdependencia personal y material entre ambos miembros (Levinger y Snoek, 1972; Altman y Taylor, 1973).

b) La intimidad tiene que ver con el apoyo afectivo, el conversar, la capacidad de contar cosas personales y profundas a la pareja, la confianza, la seguridad que se siente con el otro, temas y preferencias en comunes, el dar apoyo a la pareja, al estar dispuesto a compartir aspectos económicos y emocionales etc. “Este componente tiende a aumentar con tiempo de duración de la relación debido a la reciprocidad de autorevelaciones y del número de episodios, metas, amistades, emociones, lugares, etc. compartidos (Rubin, 1973; Levinger, 1988, Sternberg, 1988)” (Yela, 1997. p. 3) y una vez llegado al máximo tiende a estabilizarse (Yela, 1997).

c) El romance (también llamada pasión romántica por Yela, 1997) se refiere a las conductas establecidas por cada sociedad como las adecuadas para generar la atracción y el posterior interés que se mantiene en el tiempo de una pareja en una relación, en otras palabras, el romance es un conjunto de acciones que en una sociedad son conceptualizadas como demostrativas del interés de pareja que un individuo tiene o mantiene en referencia a otro. (Ibor)

Para Yela (1997) son ideas y actitudes vehementes con respecto a la pareja, idealización, creencia de algo mágico de la relación, identificación de la pareja con el ideal romántico, etc. “Este elemento tiene un crecimiento acelerado durante los primeros años de relación debido a la activación fisiológica y/o de la atracción física sentida hacia el otro (generalmente inconsciente, como pone de relieve la Teoría Bifactorial de Berscheid y Walster, 1978), la atracción personal (incentivada por la similitud, la obtención de refuerzos, el efecto halo, etc. Byrne, 1971; Dion, Berscheid y Walster, 1972; Wilson y Nias, 1976; Cook y McHenry, 1978; Griffitt, 1979), y nuestras propias expectativas románticas (generalmente asumidas de forma inconsciente durante el proceso de socialización; Averill, 1975; Good, 1976; Averill y Boothroyd, 1977; Iglesias de Ussel, 1987; Simon, Eder y Evans, 1992). Posteriormente se produce una disminución del romance debido básicamente a la convivencia en pareja, que supone la progresiva reducción de incertidumbre y de la atención selectiva (Berscheid, 1983), aumentando los efectos de la habituación-saciación (Skinner, 1953), la ley de la ganancia-pérdida (Aronson y Linder, 1965), la ley del cambio de las emociones (Frijda, 1988), la disminución de la atracción por lo novedoso y los deseos de seducir y ser seducido” . (Maureira, 2011)

Otros que pueden ser objetos de atención Clínica

En el año 2014 se modifica el DSM-IV llamándose DSM-V donde podemos encontrar los problemas conyugales dentro de la clasificación Otros que pueden ser objetos de atención clínica con el nombre de Relación Conflictiva con el conyugue o con la pareja.

Este texto cubre otras afecciones y problemas, merecedores de atención clínica o que pueden afectar algún otra forma al diagnóstico, curso, pronóstico o tratamiento del trastorno mental de un paciente .Estas afecciones se presentan con sus correspondientes códigos CIE-9-(habitualmente códigos V) y CIE-10-CM (habitual mente códigos Z). Se

puede codificar una afección clínica o problema en este capítulo si es el motivo de la visita que se está realizando o ayuda a explicar la necesidad de una prueba, un procedimiento o un tratamiento. Las afecciones y problemas de este capítulo se pueden incluir en el historial médico si aportan información útil en circunstancias que pueda afectar al cuidado del paciente, independientemente de la relevancia con respecto a la visita en curso.

Las afecciones clínicas y problemas que se citan en este capítulo no son trastornos mentales. Se incluyen en el DSM-5 para llamar la atención sobre la diversidad de problemas adicionales que se pueden encontrar en la práctica clínica rutinaria y para ofrecer un listado sistemático que sirva a los clínicos para documentarlas.

Problemas de Relación

Las relaciones fundamentales, en especial las relaciones íntimas entre parejas adultas y las relaciones padre/cuidador y niño o similares tienen un impacto significativo sobre la salud de los individuos que las protagonizan. Estas relaciones pueden tener efectos en la promoción y protección de la salud, ser neutras o tener resultados perjudiciales en la salud.

En casos extremos estas relaciones íntimas pueden ir acompañadas de maltrato o abandono, lo que tendrá consecuencias médicas y psicológicas significativas para el individuo afectado.

Un problema de tipo relacional puede llamar la atención clínica por ser el motivo de la visita del individuo o por ser un problema que afecte al curso, pronóstico o tratamiento del trastorno mental o médico del individuo.

Otros Problemas Relacionados

En la edición del manual DSM V se encuentra ciertas diferencias en el DSM-IV-TR ya que contiene los problemas de pareja o conyugales dentro de los problemas de relación donde indica los patrones de interacción en las cuales se ven asociados con la aparición de síntomas clínicos y a la vez asociados a un deterioro de la actividad en uno o en ambos miembros de la pareja, definiendo a los problemas conyugales o de compañeros sentimentales, caracterizándolo por una negativa comunicación, por expresar o entender mal el mensaje de un diálogo por parte de su pareja.

Entendido así parecería que los problemas conyugales tienen siempre en su base problemas de comunicación, aunque sería más acertado hablar de patrones de comportamiento (a nivel cognitivo, emocional y conductual) dentro de la unidad relacional, que son desadaptativos para la pareja como unidad, bien porque conducen a su destrucción o a que uno de sus miembros desarrolle problemas clínicamente significativos. (Gottman, 2000)

Psicoterapia de Pareja

La psicoterapia de pareja es muy importante para llegar a una solución ya que nos enseña cómo afrontar los conflictos conyugales y a manejarlos tratarlos si fuese el caso de existir alguna solución que se encuentre en nuestras manos. El terapeuta de pareja indica como enfatizar, ser empáticos y escuchar activamente a que los miembros puedan mantenerse y comprender el punto de vista del otro.

Existe una serie de conductas condicionadas, por ejemplo podemos encontrar: estar a la defensiva, adivinación de pensamiento, sobregeneralización adema de recordar cosas del pasado ahondando más los conflictos conyugales. Las parejas que discuten con frecuencia tienen mayor dificultad para afrontar situaciones de pareja

Según Mirta Granero psicóloga menciona que las intervenciones cognitivas en la terapia de pareja son útiles para presentar hechos y evidencias contradictorias que culpan al otro miembro de la pareja sobre las causas de los problemas conyugales, dando a notar atribuciones que resaltan la causalidad mutua y por conductas específicas capaces de ser modificables. El déficit de comunicación tiene un alto correlación con las insatisfacción de la pareja en general para la mujer por un problema de género no es necesario la misma cantidad de comunicación para ambos sexos.

Como nos podemos dar cuenta durante nuestro desarrollo lo que buscamos en nuestra vida es una pareja que nos brinde un clima de bienestar que lo queremos consolidar con el matrimonio lo que nos olvidamos que aparecen más responsabilidades dejando de parte a la relación olvidando la responsabilidad que conlleva y que aún se debe mantener para poder seguir en una relación.

Psicología Clínica

La Psicología Clínica es una rama de la ciencia psicológica que se encarga de la investigación de todos los factores, evaluación, diagnóstico, tratamiento y prevención que afecten a la salud mental y a la conducta adaptativa, en condiciones que puedan generar malestar subjetivo y sufrimiento al individuo humano.

La psicología de la salud fue definida originalmente por Matarazzo(en 1980) como el agregado de contribuciones educativas, científicas y profesionales de la psicología para la promoción y mantenimiento de la salud, la prevención y el tratamiento de enfermedades, y la identificación de correlatos etiológicos y de diagnóstico de salud, enfermedad y disfunciones. Posteriormente, Millon y colaboradores (1982) señalaban que la psicología clínica de la salud tiene que ver con la aplicación del conocimiento y métodos de los campos sustantivos de la psicología para la promoción y el mantenimiento de la salud física y mental del individuo, además de la prevención, evaluación, y tratamiento de todas las formas de problemas físicos y mentales en los cuales la influencia psicológica contribuya para aliviar el diestres o la disfunción. Los autores de estos textos sostienen que la psicología clínica de la salud puede ser definida como un campo que tiene como desarrollo las ciencias y la conducta. (Erazo, 2005)

Según la OMS la Salud mental es el equilibrio entre los aspectos biológicos, psicológicos y sociales del individuo, el desequilibrio entre ellos, generalmente provoca consecuencias como un trastorno mental, el cual puede manifestarse por sentir un malestar continuo que afecta no solo a la persona, sino al mundo que la rodea. Merriam-Webster en el 2008 define a la salud mental como: el estado del bienestar emocional y psicológico en el cual un individuo pueda utilizar sus capacidades cognitivas y emocionales, funcionar en sociedad, y resolver las demandas ordinarias de la vida diaria.

La salud mental abarca una amplia gama de actividades directa o indirectamente relacionadas con el componente de bienestar mental incluido en la definición de que da la Organización Mundial de la Salud: «un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos. Se debe tomar en cuenta

el equilibrio en todas las áreas de la vida, en plena conciencia de las propias capacidades necesarias para lograr una subsistencia, afrontando las vicisitudes cotidianas de buena manera en un entorno socialmente adaptado pudiendo ser productiva y fructífera en su trabajo.

El Informe sobre Salud Mental (2001) expresa que para todos los individuos, la salud mental, física y social son componentes esenciales de la vida estrechamente relacionados e interdependientes, cuanto mayor son nuestros conocimientos sobre el bienestar, mejor se sentirá la persona, ésta relación, más evidente resulta de la importancia de la Salud Mental para el bienestar general de los individuos, las sociedades y los países.

En las distintas culturas, los estudiosos han definido de formas diversas la Salud Mental, concepto que abarca entre otros aspectos, el bienestar subjetivo, la percepción de la propia eficacia (es decir la manera de cómo incorporamos las sensaciones), la autonomía y la competencia, la dependencia intergeneracional y la autorrealización de las capacidades intelectuales y emocionales, desde una perspectiva transcultural es casi imposible llegar a una definición exhaustiva de la salud mental, se admite no obstante que el concepto de Salud Mental es más amplio que la ausencia de los Trastornos Mentales.

2.4 HIPÓTESIS

2.4.1 Hipótesis Alterna

Pensamientos Automáticos influyen en los Problemas Conyugales de las parejas de 18-35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social” en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

2.4.2 Hipótesis Nula

Pensamientos Automáticos no influyen en los Problemas Conyugales de las parejas de 18-35 años que asisten a la al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social ubicada en la Provincia de Tungurahua en la ciudad de Ambato

2.5 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES DE LA HIPOTESIS:

2.5.1 Variable independiente: Pensamientos Automáticos

2.5.2 Variable dependiente: Problemas Conyugales

2.5.3 Unidad de observación: al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social

2.5.4 Términos de relación: influye.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación acoge un enfoque crítico propositivo de carácter cuantitativo-cualitativo.

Cuantitativo: porque se describe con datos lo que se recabo de información obtenida y que procedió a ser sometida a un análisis estadístico.

Cualitativo: porque se dio a conocer la realidad con lo que se va a investigar y para que los resultados pasen a la criticidad con soporte del marco teórico.

3.2 MODALIDADES DE LA INVESTIGACIÓN

3.2.1 Investigación Bibliográfica o documental

La investigación que se realizó es de tipo primaria y secundaria. Primaria porque se trabajó con las parejas que Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social del Cantón Ambato en Conflicto con sus conyuges o parejas con el fin de buscar solución para las parejas que están dentro de esta problemática; Y secundaria porque se ha buscado información para la recolección de datos acerca del conflicto que se quiere investigar, gracias a

libros, revistas, periódicos, internet e incluso otras tesis de países cercanos, que han tratado de buscar solución a dicho problema, con la finalidad de recolectar información verídica que nos ayudara en el marco teórico.

La investigación planteada se realizó con parejas que acuden al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social de la Provincia de Tungurahua que presenta conflictos con sus conyugues o parejas, se utilizó dos Test Uno de Pensamientos Automáticos de Aron Beck y el otro es de Aserción en la Pareja que mide los niveles de comunicación. Con la información obtenida después de haber aplicado los instrumentos adecuados, se analizó la manera de intervención y un apoyo psicológico a las parejas que presentan conflictos, para que puedan mejorar su estilo de vida y el de su entorno.

3.2.2 Investigación de Campo

Se acudió a recabar información en el lugar en donde se producen los hechos para así poder actuar directamente sobre el contexto.

3.2.3 De Intervención Social

Es de intervención social puesto que no solo subsistió en una observación pasiva sobre los problemas conyugales que necesitan de atención clínica –psicológica en la Provincia de Tungurahua, sino que también se orientó a una propuesta de solución.

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación llegó a un nivel de asociación que permitió realizar un análisis de correlación y una medición de relaciones entre cada una de las variables en los mismos sujetos de un contexto determinado.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

Dentro del periodo de investigación, se contó con 50 parejas que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social, estos datos se obtuvo mediante la información brindada

por las personas q trabajan en la institución como: personal administrativo, de servicio, profesionales de la salud (Doctor, Psicóloga, Enfermera).

Por lo tanto las parejas fueron evaluados, mediante una encuesta sobre los la aserción en la pareja que mide los niveles de comunicación que se encuentran presentes en las parejas y que son en lo mayor de los casos los causantes de problemas conyugales y pensamientos automáticos que mide las distorsiones que se encuentra en el paciente, y sus resultados se los considero para la realización del trabajo investigación.

3.5 Operacionalización de las Variables

3.5.1 Variable independiente: Pensamientos Automáticos

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Son respuestas del sujeto ante la interacción entre los supuestos o creencias intermedias, los procesos cognitivos y los elementos acorde a los eventos desencadenantes. Aparecen como consecuencia de un procesamiento a través de las estructuras y operaciones cognitivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Filtraje ➤ Pensamiento Polarizado ➤ Sobregeneralización ➤ Interpretación del Pensamiento ➤ Visión Catastrófica ➤ Personalización 	<ul style="list-style-type: none"> • Fijarse en ciertos aspectos • Respuestas extremas • Elaborar una conclusión a partir de un evento • Imaginar lo que el otro siente • Predice el futuro • Posibles explicaciones de 	<p>¿No puedo soportar ciertas cosas que me pasan?</p> <p>¿Solamente me pasan cosas malas?</p> <p>¿Todo lo que hago me sale mal ?</p> <p>¿Sé que piensan mal de mí?</p> <p>¿Y si tengo alguna enfermedad grave?</p> <p>¿Soy inferior a la gente en casi todo?</p>	<p>Técnica: Encuesta Instrumento: INVENTARIO DE PENSAMIENTOS AUTOMATICOS (RUIZ Y LUJAN, 1991)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Falacia de Control ➤ Falacia de Justicia ➤ Razonamiento Emocional ➤ Falacia de Cambio 	<p>lo que l otro siente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad excesiva • Formular argumentos basados en cómo se «siente» • Felicidad depende de los demás • Ya mejorara su actitud 	<p>¿Si otros cambiaran su actitud yo me sentiría mejor ?</p> <p>¿Mis problemas dependen de los que me rodean ?</p>	
--	--	--	--	--

Elaborado Por: Andrea Verónica Reyes Naranjo

3.5.2 Variable dependiente: Problemas Conyugales

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS BÁSICOS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Los conflictos de relación son patrones de interacción dentro una unidad relacional los cuales se relaciona con el deterioro de la actividad, por lo que después da origen a síntomas clínicos en uno o ambos miembros, definiendo a los problemas conyugales o de compañeros sentimentales los cuales se caracterizan por realizar críticas que no son constructivas, una comunicación negativa, expectativas poco realistas y aislamiento que produce dificultad en la dinámica de la pareja</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Asertiva • Agresiva 	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión de sentimientos, pensamientos y necesidades, respetando los derechos de los demás. • La persona deja de lado sus propios derechos y antepone los de los demás. De esta forma, intenta por todos los medios que no 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando me porto injustamente con mi conyugue, me dice que es exactamente lo que le parece injusto. • Cuando mi conyugue y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo a cabo dando gritos y poniéndole verde 	<p>Test Aserción De la Pareja de: Carrasco, María José.</p>

<p>provocando un malestar clínico significativo en uno o ambos miembros que conforman la pareja.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sumisa • Agresivo - Pasiva. 	<p>se produzca un conflicto o/y evita pasar un mal momento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La persona deja de lado sus propios derechos y antepone los de los demás. De esta forma, intenta por todos los medios que no se produzca un conflicto o/y evita pasar un mal momento. • La persona antepone y defiende sus derechos de una 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando le pregunto algo a mi conyugue y no me responde, no insisto • Si mi conyugue no hace algo que me prometió, le amenazó con hacerle la vida imposible hasta que lo haga. 	
--	--	---	--	--

		manera ofensiva, deshonesta, manipulativa y/o inapropiada, pasando por encima de los derechos de los demás		
--	--	---	--	--

Elaborado Por: Andrea Verónica Reyes Naranjo

3.6. PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Para la recolección de información se utilizará diferentes técnicas e instrumentos como son:

- Se aplicará la técnica de la encuesta (Anexo 1), ya que de esta manera se pretende recolectar información del paciente acerca de los pensamientos automáticos, para lo cual se utilizará como instrumento de evaluación un test de los autores Juan Ruiz y José Lujan del año 1996 quienes utilizaron información de McKay para poder en práctica el Test que mediría que tipos de Pensamientos Automáticos presentan las personas.
- Se aplicará una encuesta del test ASPA que mide cuatro tipos de estrategias de comunicación que cada miembro de una pareja puede poner en práctica para afrontar situaciones problemáticas corrientes en la convivencia diaria. Estas estrategias son: Asertiva, Agresiva, Sumisa y Agresivo - Pasiva. El cuestionario comprende dos partes, en la primera (Forma A) el sujeto se evalúa a sí mismo respecto a su forma de comportarse ante situaciones maritales conflictivas, mientras en la segunda (Forma B) evalúa el comportamiento de su pareja. La fiabilidad es de Ambos modelos presentan índices de bondad de ajuste aceptables y tan solo el índice del error de aproximación cuadrático medio del modelo trifactorial ($RMSR= 0,09$) presenta un valor fuera del rango recomendado de 0,08, aunque muy próximo al mismo. Los índices GFI y NFI en ambos casos se sitúan en torno a 0,90 por lo que han de ser considerados como satisfactorios. No obstante, la magnitud de los coeficientes estructurales alcanzan mayor peso en el modelo trifactorial, en torno a una media de 0,82 frente a la medida de 0,71 que se observa en el modelounidimensional.

3.7 PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1. ¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación
2. ¿De qué personas u objetos?	Pacientes estudiados
3. ¿Sobre qué aspectos?	Comunicación, Pensamientos automáticos, creencias nucleares, relación de pareja.
4. ¿Quién – Quienes?	Investigadora activa Andrea Reyes
5. ¿Cuándo?	Periodo noviembre 2013- abril 2015
6. ¿Dónde?	En el Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social de Tungurahua
7. ¿Cuántas veces?	Según el número de aplicaciones de los instrumentos
8. ¿Qué técnicas de recolección?	Inventario de Pensamientos Automáticos, cuestionario Test ASPA Cuestionario de Aserción en la Pareja
9. ¿Con que?	Inventario y un cuestionario psicológicos
10. ¿En qué situación?	De acuerdo a la facilidad

Elaborado Por: Andrea Veronica Reyes Naranjo

3.8 Procesamiento y análisis:

El proceso se siguió metódicamente y sigilosamente para una mejor obtención de los resultados, cada uno de los ítems mencionados tiene un espacio y tiempo para la secuencia.

Historias clínicas y la entrevista

Facilitó recolectar información importante de la vida de los pacientes y su pareja.

Inventario de Pensamientos Automáticos

Con el cual se pudo obtener la medición de los Pensamientos Automáticos en cada paciente. Donde tiene que seleccionar la respuesta que el crea necesaria lo cual se basa en la elección de cuatro números incluido el cero.

Cuestionario ASPA Cuestionario de Aserción en la Pareja

Se utilizó este cuestionario para poder determinar qué tipo de reacción presentan ante conflictos de pareja y que comunicación manejan ante la presencia de una situación problemática en las parejas, en el cual tienen que elegir la respuesta que ellos creyeran la correcta para relacionarse con su pareja en la cual tienen que elegir la respuesta marcando con una x en el numeral que los pacientes elijan existe seis opciones para su elección.

3.9 PLAN DE PROCESAMIENTO

Los datos recogidos se transformaran siguiendo ciertos procedimientos

- Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de la información defectuosa.

- Corrección de los datos obtenidos de la recolección de diferentes estudios individuales para casos individuales para modificar si existiera alguna equivocación.
- Cuadros de cada variable para cada hipótesis.
- Manejo de información.
- Estudio estadístico de datos para presentación de resultados.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

1.- NO PUEDO SOPORTAR CIERTAS COSAS QUE ME PASAN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	9	18
BASTANTE VECES LO PIENSO	18	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro: N°1

Fuente: Inventario de Lujan Pensamientos Automáticos aplicado a mujeres.

Análisis:

De un total del 100% el 30% de mujeres encuestadas respondieron en la pregunta que nunca piensa en no poder soportar ciertas cosas que le pasan, mientras que el 18% menciona que algunas veces lo piensan, el 18% bastantes veces lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensa.

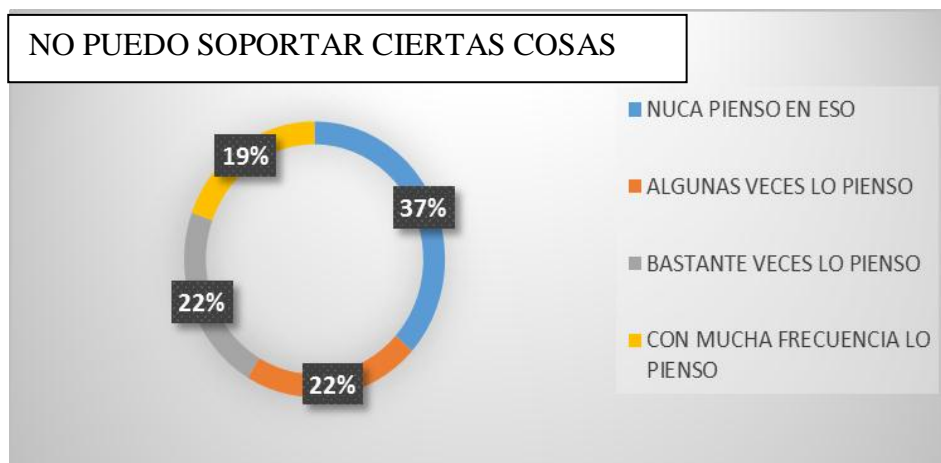


Gráfico N°1

Fuente: Realizado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación:

Mediante la información recogida con el Gráfico estadístico se determinó que la mayoría de las mujeres nunca piensan en eso, en las cosas que no pueden soportar que le pasan lo cual tiene relación en el pensamiento de filtraje que se relaciona cuando las personas solamente elijen ver lo que es de su conveniencia.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	5	10
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 2

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan1991)

Análisis

De un 100% respondieron que el 34% bastantes veces lo piensan, en no poder soportar ciertas cosas que les pasan, mientras el 32% algunas veces lo piensan, el 24% nunca lo piensan y el 10% con mucha frecuencia lo piensan.

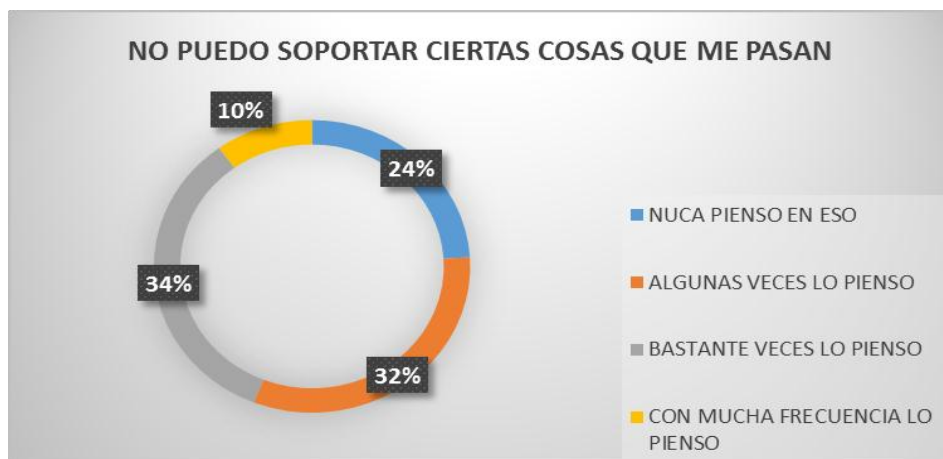


Gráfico N°2

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida a través del Gráfico estadístico se menciona que la mayor parte de los evaluados respondieron que bastantes veces lo piensan por lo que existe la presencia de un Pensamiento Automático que es el Filtraje que hace referencia a Enfocarse exclusivamente en ciertos aspectos, usualmente negativos y perturbantes, de un evento, hecho, circunstancia o persona con exclusión de otras características.

2.- SOLAMENTE ME PASAN COSAS MALAS

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	10	20
ALGUNAS VECES LO PIENSO	20	40
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°3

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan1991)

Análisis

De un total de un 100% el 40% de las mujeres respondió que algunas veces piensan solamente en las cosas malas que les pasan mientras que el 20% menciona que con mucha frecuencia piensan solamente en las cosas malas que les pasan, el 20% bastantes veces piensan solamente en las cosas malas que les pasan mientras que el 20% restante mencionan que nunca piensan solamente en las cosas malas que les pasan.

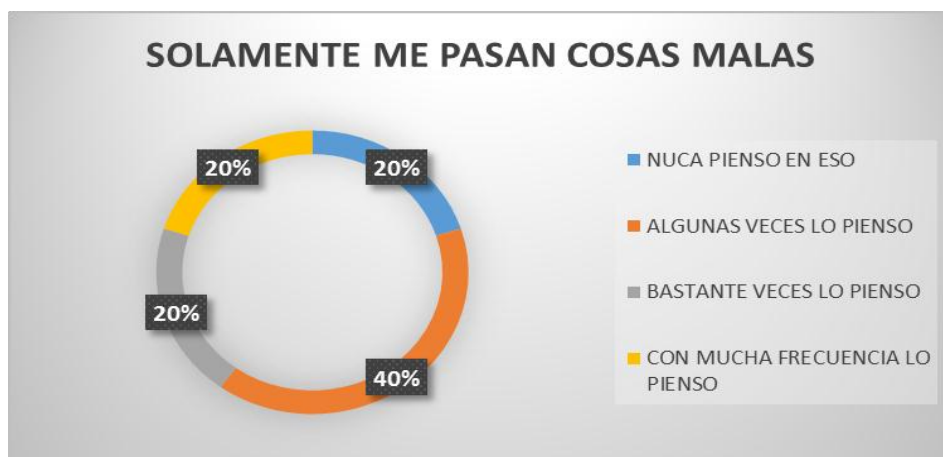


Gráfico N°3

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico se determina que la mitad de los evaluados piensa con mucha frecuencia solamente en las cosas malas mientras que el resto de las personas evaluadas de igual manera se centran en las cosas malas que les pasa dando a conocer que existe un Pensamiento Polarizado que se relaciona a eventos interpretando los eventos y personas en términos absolutos, sin tener en cuenta los grados intermedios, evidenciado en el uso de términos como «siempre», «nunca», «todos», cuando su uso no está justificado por los acontecimientos propiamente.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	19	38
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	2	4
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 4

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un total del 100% de hombres evaluados el 38% nunca piensa solamente en las cosas malas que les pasan mientras que el 32% bastantes veces piensas solamente en las cosas malas que les pasan el 26% algunas veces piensan solamente en las cosas malas que les pasan mientras que un 4% con mucha frecuencia piensan solamente en las cosas malas que les pasan.

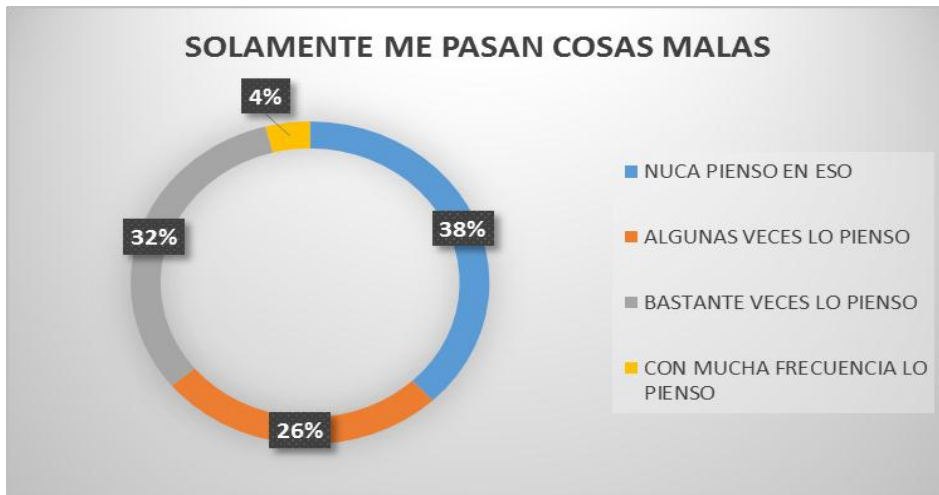


Gráfico N°4

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida del Gráfico estadístico se obtuvo la siguiente información la mayor parte de los hombres no solamente piensan en las cosas malas que les pasa, dando la aparición de ciertos rasgos de pensamientos automáticos como es el de pensamiento Polarizado que se relaciona a eventos interpretando los eventos y personas en términos absolutos, sin tener en cuenta los grados intermedios, evidenciado en el uso de términos como «siempre», «nunca», «todos», cuando su uso no está justificado por los acontecimientos propiamente

3.-TODO LO QUE HAGO ME SALE MAL

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	22	44
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 5

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un total de 100% de mujeres evaluadas un 44% respondieron que nunca piensan en todo lo que les sale mal mientras que el 24% algunas veces lo piensan lo restante que es el 20% bastantes veces piensan en todo lo que les sale mal y el 12% con mucha frecuencia piensan en los que le sale mal.



Gráfico N°5

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico se pudo encontrar que la mayor parte de las mujeres algunas veces piensan en todo lo que le sale mal lo cual no aparece dentro de un pensamiento automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16	32
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	19	38
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	1	2
TOTAL	50	100%

Cuadro N°6

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Luja 1991)

Análisis

Del 100% de hombres evaluados el 38% respondieron bastante veces piensan en todas las cosas que les sale mal, el 32% algunas veces lo piensan mientras que el 28% nunca piensan en las cosas que les sale mal y el 2% con mucha frecuencia piensan en toda las cosas que hacen mal.



Gráfico N°6

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico la mayor parte de los hombres bastantes veces piensan en toda las cosas que le sale mal lo cual dificulta para seguir obteniendo nuevas cosas ya que se estaría presentando un pensamiento sobre generalizado llevando las situaciones cotidianas a extremos produciendo un malestar para su persona.

4.- SE QUE PIENSAN MAL DE MI.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°7

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% de las mujeres encuestadas respondieron que algunas veces piensan mal de ellas mientras que el 28% nunca piensan en eso, lo restante el 20% aduce que con mucha frecuencia y el otro 20% bastantes veces lo piensan.

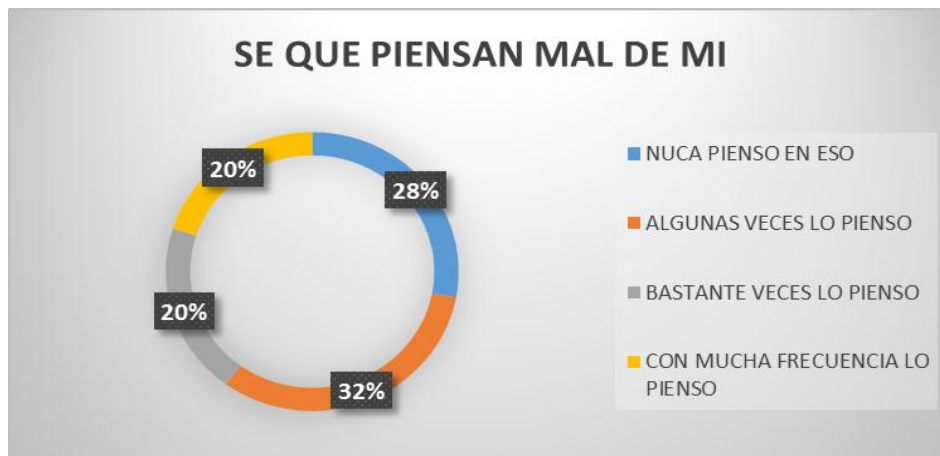


Gráfico N°7

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, la mayor parte de las mujeres aducen que algunas veces se preocupan por lo que piensan de ellas lo que no genera dificultad alguna en la aparición del pensamiento automático de Interpretación del pensamiento.

	HOMBRES	PORCENTAJE	al
		100%	
NUNCA PIENSO EN ESO	17	34	
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11	22	
BASTANTE VECES LO PIENSO	18	36	
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	4	8	
TOTAL	50	100%	

Cuadro N°8

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (2015)

Análisis

El 100% de los hombres evaluados respondieron que el 36% aducen que bastantes veces interpretan que piensan mal de ellos, mientras que el 34% menciona que nunca piensan en eso, el 22% algunas veces lo piensan y el 8% con mucha frecuencia piensan mal de ellos.

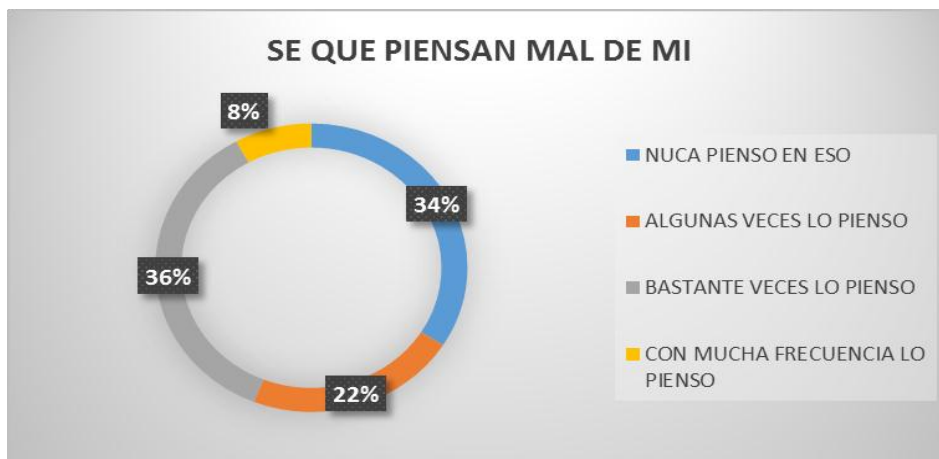


Gráfico N°8

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información obtenida en el Gráfico estadístico, se evidencia que este ítem no es de mayor prevalencia en el pensamiento de los hombres por lo cual no genera una interpretación del pensamiento.

5.- ¿Y SI TENGO ALGUNA ENFERMEDAD GRAVE?

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	2	4
ALGUNAS VECES LO PIENSO	5	10
BASTANTE VECES LO PIENSO	7	14
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	36	72
TOTAL	50	100%

Cuadro N°9

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (2015)

Análisis

Del 100% de las mujeres evaluadas el 72% aduce que con mucha frecuencia piensa si tiene alguna enfermedad, mientras que el 14% bastantes veces lo piensan, el 10% algunas veces lo piensan y el 4% nunca piensan si tienen alguna enfermedad grave.

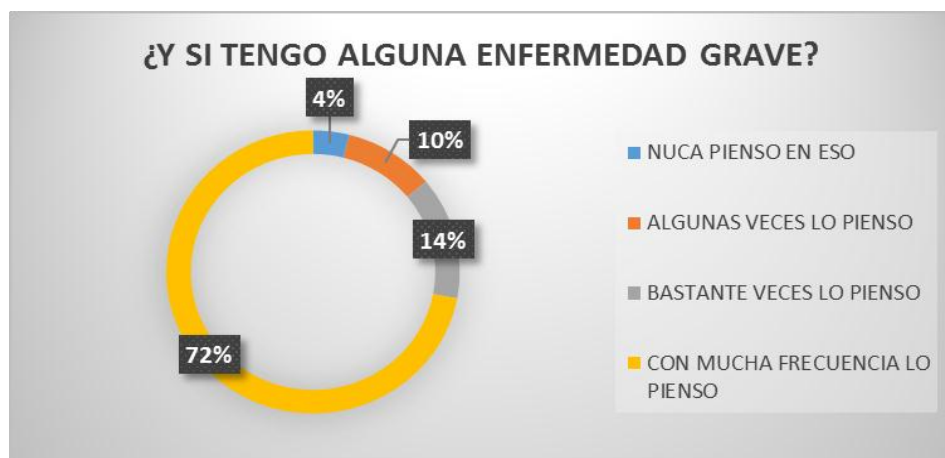


Gráfico N°9

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, este ítem hace relación en el Pensamiento Automático de Visión Catastrófica lo que genera asumir algo negativo cuando no hay apoyo empírico para ello.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	1	2
ALGUNAS VECES LO PIENSO	8	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	31	52
TOTAL	50	100%

Cuadro N°10

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de hombres evaluados el 52% menciona que con mucha frecuencia piensan que tienen alguna enfermedad grave mientras que el 26% aduce que bastantes veces piensan tener alguna enfermedad mientras que el 20% solamente algunas veces lo piensan y el 2% nunca piensan si tienen alguna enfermedad grave.

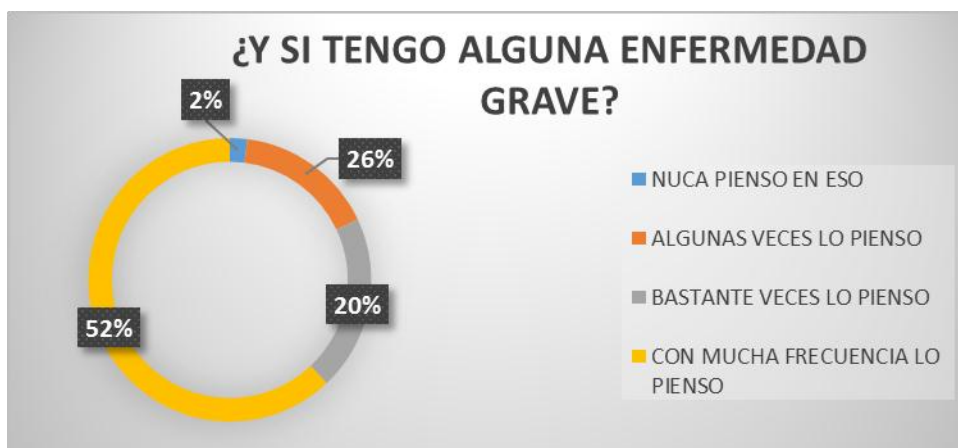


Gráfico N° 10

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, se evidencia que este ítem se relaciona con el Pensamiento Automático de Visión Catastrófica lo que genera asumir algo negativo cuando no hay apoyo empírico para ello.

6.-SOY INFERIOR A LA GENTE EN CASI TODO

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	19	38
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	4	8
TOTAL	50	100%

Cuadro N°11

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (2015)

Análisis

El 100% de las mujeres evaluadas respondieron que el 38% nunca piensan en que son inferiores a los demás en casi todo mientras que el 34% menciona que algunas veces piensan en que son inferiores a la gente en casi todo, y el 20% bastantes veces lo piensan y el 8% con mucha frecuencia lo piensan.

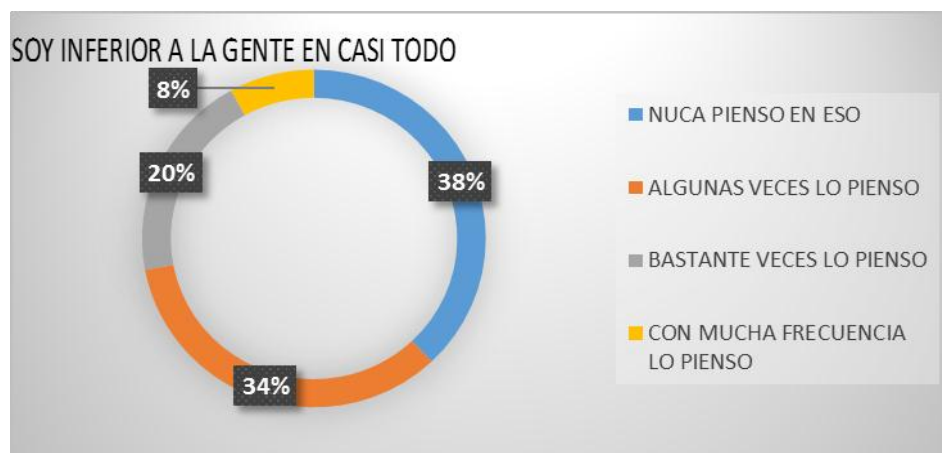


Gráfico N° 11

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida del Gráfico estadístico, este ítem se relaciona con el Pensamiento Automático de Personalización pero es un pensamiento ligero por lo que puede relacionarse con la falsa atribución, consiste en asumir que uno mismo u otros han causado cosas directamente, cuando muy posiblemente no haya sido el caso en realidad. Cuando se aplica a uno mismo puede producir ansiedad y culpa, y aplicado a otros produce enojo exacerbado y ansiedad de persecución.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 12

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de los hombres evaluados el 28% nunca piensa en que son inferiores a la gente en casi todo, el 28% aducen que bastantes veces lo piensan mientras que el 26% algunas veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia piensa que son inferiores a la gente en casi todo.

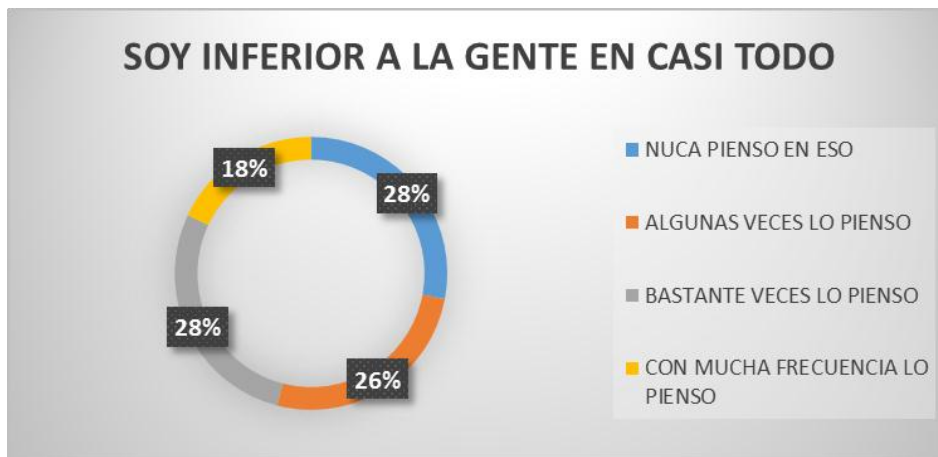


Gráfico N° 12

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, este ítem no tiene relación alguna con un Pensamiento Automático ya que los porcentajes son bajos no existiendo conflicto alguno.

7.-SI OTROS CAMBIARAN SU ACTITUD YO ME SENTIRIA MEJOR.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	18	36
ALGUNAS VECES LO PIENSO	10	20
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°13

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan1991)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 36% de ellas mencionan que nunca piensan en eso mientras que el 24% aducen que bastantes veces piensan en eso, el 20% con mucha frecuencia piensan que si otros cambiaran su actitud se sentirían mejor mientras que el 20% restante menciona que con mucha frecuencia piensa en eso.

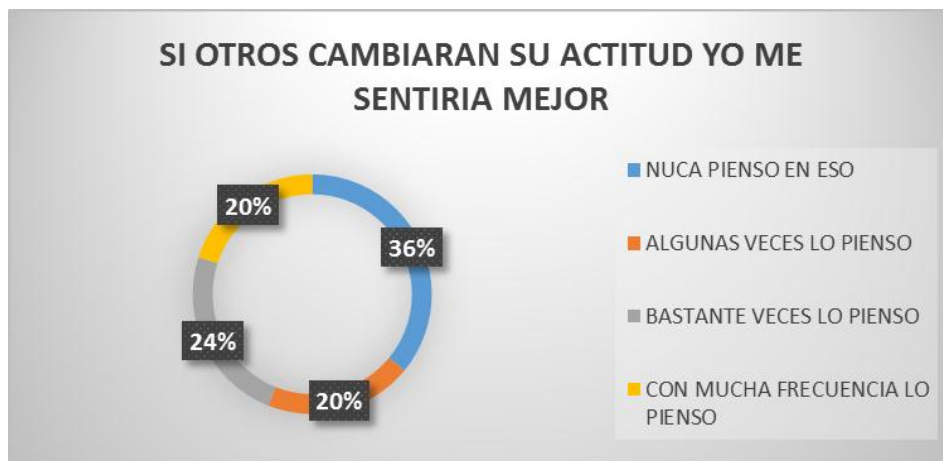


Gráfico N° 13

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, este ítem no se relaciona con ningún Pensamiento Automático por lo que no causaría dificultad.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	5	10
TOTAL	50	100%

Cuadro N°14

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (2015)

Análisis

De un total del 100% de hombres evaluados un 34% respondieron que bastantes veces piensan que si otros cambiarían de actitud se sentirían mejor, mientras que el 32% algunas veces lo piensa, el 24% nunca piensan en eso y el 10% con mucha frecuencia piensan en eso.

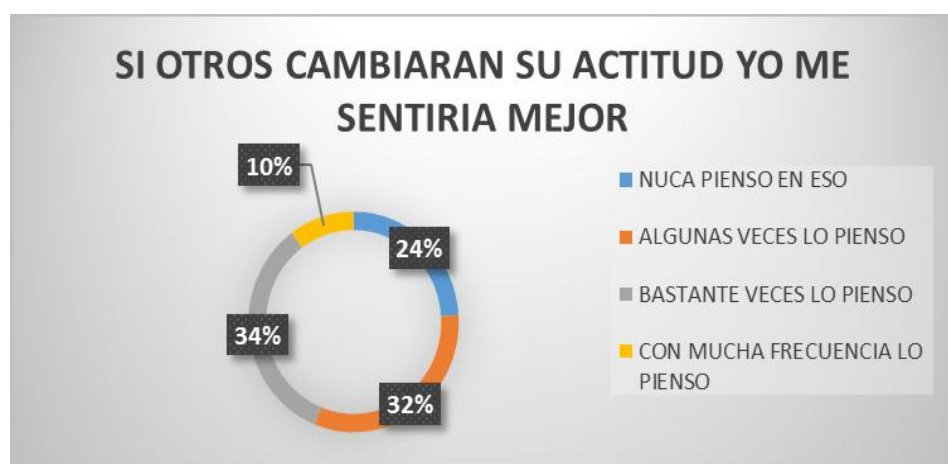


Gráfico N°14

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, se evidencia que este ítem no se relaciona con algún Pensamiento Automático por lo que no existe dificultad alguna.

8.- NO HAY DERECHO A QUE ME TRATEN ASI.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16.5	33
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	5.5	11
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°15

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 36% respondieron que algunas veces piensan en que no hay derecho que le traten de esa manera, el 33% menciona que nunca piensan en eso mientras que el 20% con mucha frecuencia piensan en eso y el 11% bastantes veces piensan en eso.



Gráfico N°15

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, se dio como resultado que la mitad de las personas algunas veces piensan que no hay derecho que lo traten así por lo que no tiene relación fuerte con algún Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	15	30
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°16

Fuente: Inventario de Pensamiento Automático (2015)

Análisis

De un 100% de los hombres evaluados el 30% respondió que algunas veces piensan en que no hay derecho que lo traten así, el 26% nunca piensa en eso mientras que el 24% bastantes veces piensan en eso y el 20% con mucha frecuencia piensan en eso.

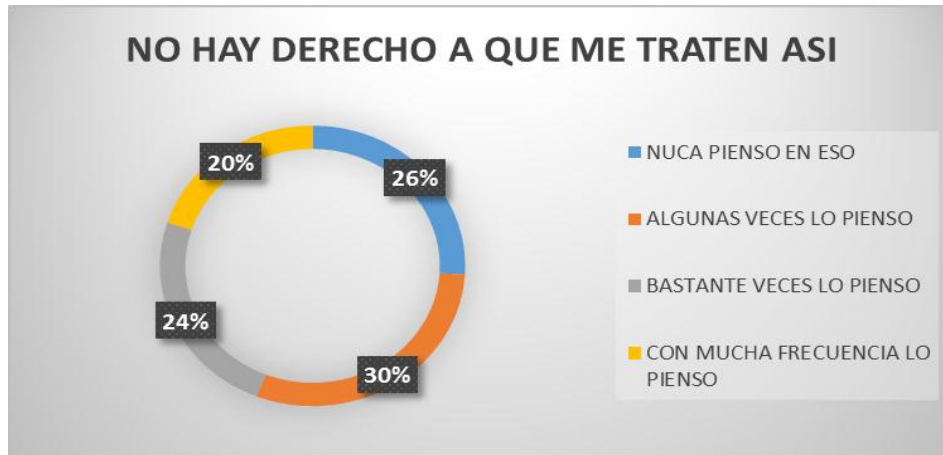


Gráfico N°16

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida del Gráfico estadístico, dio como resultado que la mitad de los evaluados respondió que algunas veces lo piensan seguido por nunca lo pienso lo cual no tiene relación con algún Pensamiento Automático.

9.- SI ME SIENTO TRISTE ES PORQUE SOY UN ENFERMO MENTAL.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11	22
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°17

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 2015)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 32% respondió que bastantes veces lo piensan que se sienten triste porque son unos enfermos mentales, mientras que el 24% nunca piensan en eso y el 22% con mucha frecuencia piensan eso y el 20% restante algunas veces piensan eso.

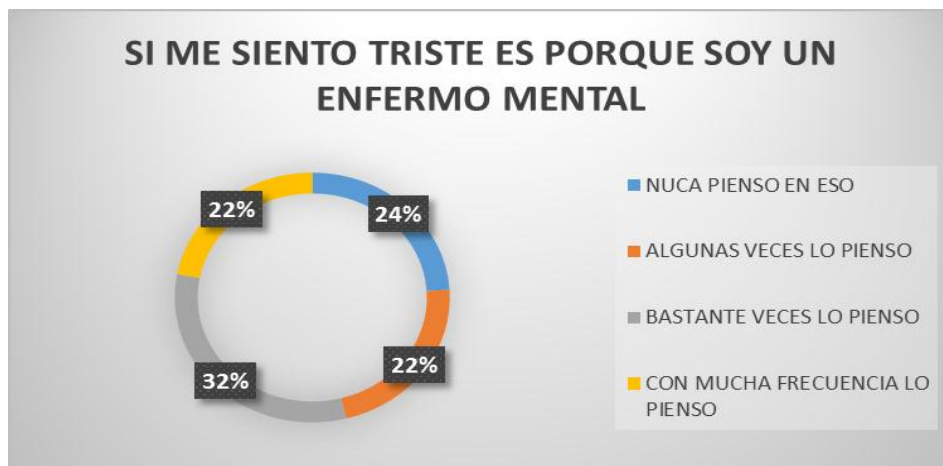


Gráfico N°17

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, este ítem no hace una gran referencia a un Pensamiento Automático ya que los porcentajes no son mayores y se encuentran distribuidos por igual.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	18	36
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

Cuadro N°18

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (2015)

Análisis

De un total de 100% hombres evaluados el 36% de ellos respondieron que nunca piensan en sentirse triste porque son unos enfermos mentales, mientras que el 24% bastantes veces piensa eso, y el 24% aducen que bastantes veces piensan en eso y el 12% de ellos con mucha frecuencia piensan eso.



Gráfico N°18

Fuente: Elaborada por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida de un Gráfico estadístico, se obtuvo la siguiente información no existe relación alguna con un Pensamiento Automático ya que los porcentajes no son altos para que uno de ellos aparezcan.

10. MIS PROBLEMAS DEPENDEN DE LOS QUE ME RODEAN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	8	16
ALGUNAS VECES LO PIENSO	7	14
BASTANTE VECES LO PIENSO	12.5	25
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	22.5	45
TOTAL	50	100%

Cuadro N°19

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de las mujeres evaluadas un 45% respondió que con mucha frecuencia piensa en que los problemas dependen de los que le rodean, mientras que 25% bastantes veces lo piensan y el 16% nunca lo piensan y el 14% algunas veces lo piensan.

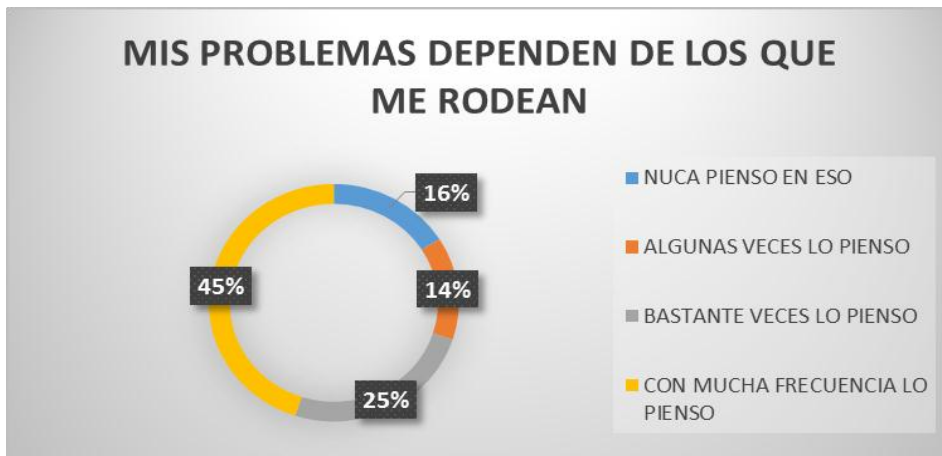


Gráfico N°19

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, dio como resultado que la mayor parte de las mujeres piensan con mucha frecuencia que los problemas dependen de los que le rodean perteneciendo al Pensamiento Automático de Falacia de Cambio lo cual se relaciona en presuponer que la felicidad de uno depende exclusivamente de los actos y conductas de los demás o de las circunstancias externas

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	2.5	5
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	21.5	43
TOTAL	50	100%

Cuadro N°20

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 43% de ellas respondieron con mucha frecuencia lo problemas dependen de los que les rodean mientras que el 30% bastantes veces piensan en eso, el 22% nunca piensan en eso y el 5% algunas veces piensan en eso.

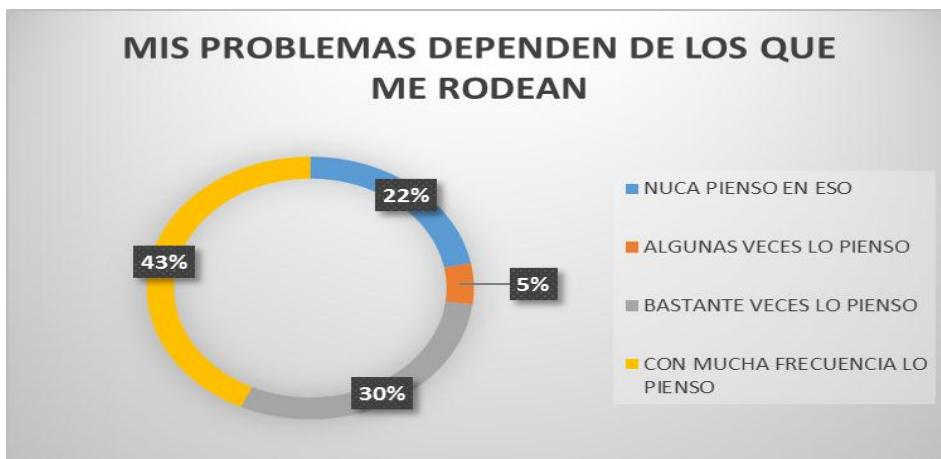


Gráfico N°20

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, este ítem se relaciona con el Pensamiento Automático de Falacia de Cambio en la cual se puede presuponer que la felicidad de uno depende exclusivamente de los actos y conductas de los demás o de las circunstancias externas.

11.-SOY UN DESASTRE COMO PERSONA.

	MUJERES	PORCENTAJE	al
		100%	
NUNCA PIENSO EN ESO	10	20	
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24	
BASTANTE VECES LO PIENSO	19.5	39	
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8.5	17	
TOTAL	50	100%	

Cuadro N°21

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100 % de mujeres evaluadas el 39% bastantes veces piensan que son un desastre como personas mientras que el 24% algunas veces, e 20% nunca piensa en eso y el 17% con mucha frecuencia piensa que son un desastre como persona.



Gráfico N°21

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, dio como resultado que la mayoría de las encuestadas dijo que bastantes veces piensan que son un desastre como personas lo cual se relaciona con las Etiquetas Globales de Pensamiento

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°22

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

Del 100% de hombres evaluados el 30% de ellos respondieron que bastantes veces piensan que son un desastre de personas, mientras que el 28% aduce algunas veces piensan eso, el 22% que nunca piensan en eso y el 20% que con mucha frecuencia piensan que son un desastre como persona

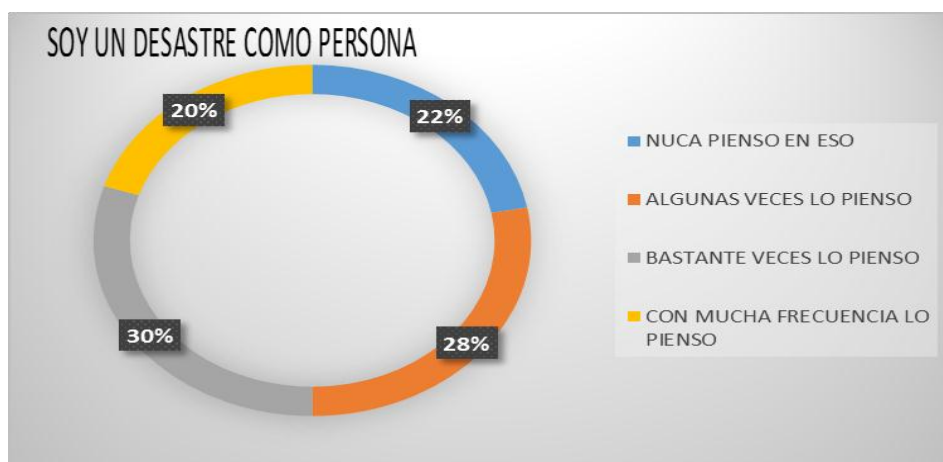


Gráfico N°22

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, dio como resultado que la mayoría de las encuestadas dijo que bastantes veces piensan que son un desastre como personas lo cual se relaciona con las Etiquetas Globales de Pensamiento

12.- YO TENGO LA CULPA DE TODO LO QUE ME PASA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13.5	27
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11.5	23
TOTAL	50	100%

Cuadro N°23

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 27% de ellas mencionan que algunas veces piensan que tienen la culpa de todo, mientras que el 26% nunca piensa en eso, el 24% bastantes veces piensan que tienen la culpa de todo lo que le pasa y el 23% con mucha frecuencia piensa que tienen la culpa de todo lo que pasa.

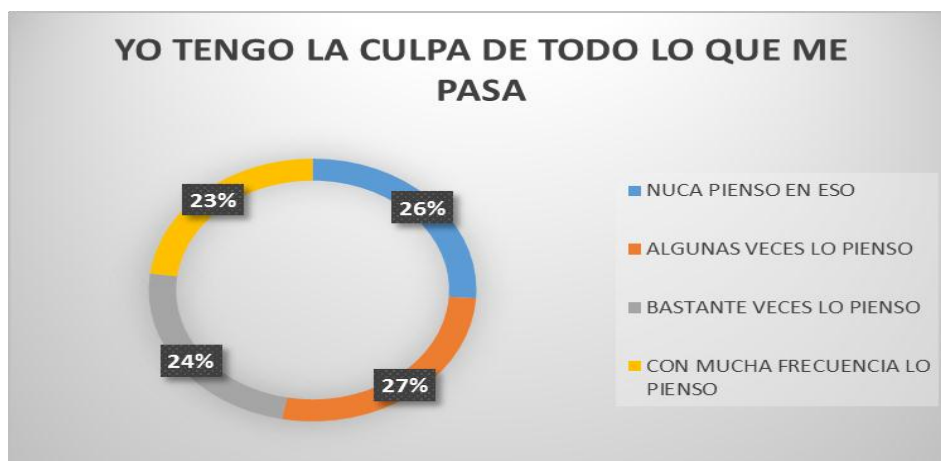


Gráfico N°23

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, evidencian que no existe un Pensamiento Automático definido ya que la puntuación es igual para

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

todas las opciones existentes.

Cuadro N°24

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 30% nunca piensan en tener la culpa de todo lo que les pasa, mientras que el 28% algunas veces piensan lo piensan, el 22% bastantes veces lo piensan y el 20% con mucha frecuencia piensa que tiene la culpa de todo lo que les pasa.



Gráfico N°24

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

En el Gráfico estadístico se muestra que los evaluados en su mayoría nunca piensan en tener la culpa de todo lo que les pasa por lo que no existe la presencia de un Pensamiento Automático.

13.-DEBERIA DE ESTAR BIEN Y NO TENER ESTOS PROBLEMAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	22.5	45
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24
BASTANTE VECES LO PIENSO	10.5	21
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	5	10
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 25

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 45% de ellas respondieron que nunca piensas en que deberían estar bien y no tener estos problemas mientras que el 24% algunas veces lo piensan por lo tanto el 21% bastantes veces lo piensan y el 10% con mucha frecuencia lo piensan.

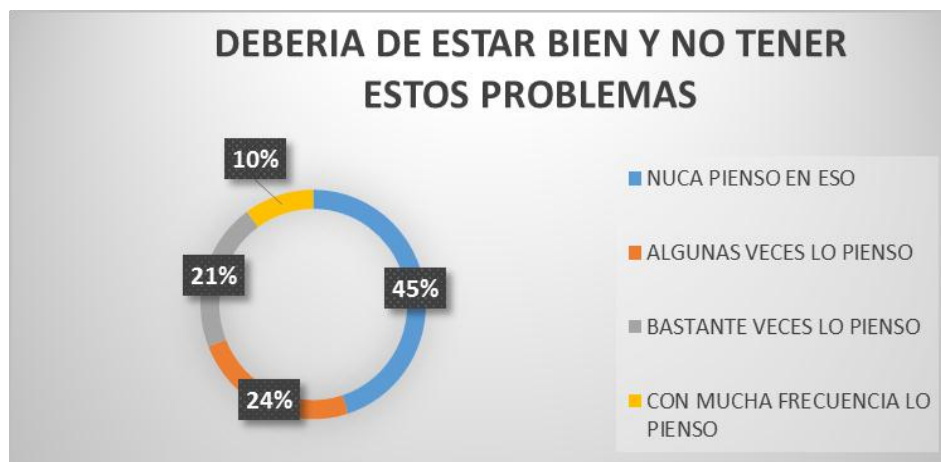


Gráfico N°25

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

En el Gráfico estadístico se muestra que la mor parte respondieron que nunca piensan que deberían estar bien y no tener estos problemas por lo que no existe la presencia de ningún Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	15	30
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°26

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De 100% de hombre evaluados el 30% respondieron que nunca piensan que deberían estar bien mientras que el otro 30% mencionan que nunca piensan en eso, el 20% bastantes veces lo piensan y el 20% restante con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°26

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

En el Gráfico estadístico se muestra que la mor parte respondieron que nunca piensan que deberían estar bien y no tener estos problemas por lo que no existe la presencia de ningún Pensamiento Automático.

14.-SE QUE TENGO LA RAZON Y NO ME ENTIENDEN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	22	44
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	10.5	21
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	4.5	9
TOTAL	50	100%

Cuadro N°27

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Interpretación

De un 100% de mujeres evaluadas el 44% nunca piensan en que tienen la razón y no les entienden, mientras que el 26% algunas veces lo piensan por lo tanto el 21% bastantes veces lo piensan y el 9% con mucha frecuencia piensan que tienen la razón y no les entienden.

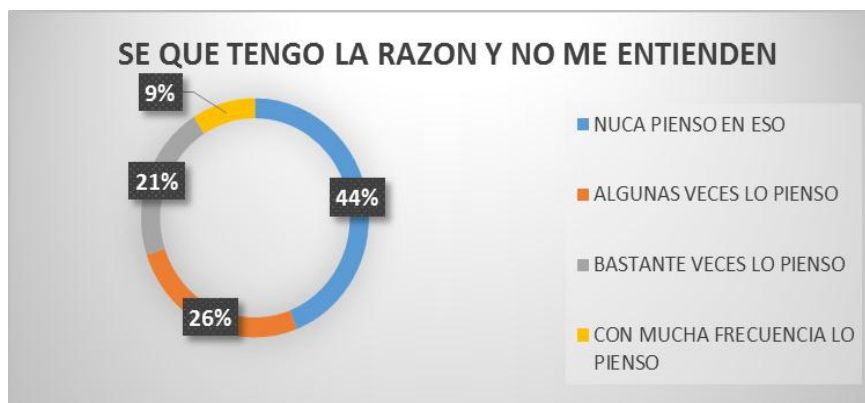


Gráfico N°27

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

Mediante la información obtenida en el Gráfico estadístico, se observa que existe un Pensamiento Automático de Falacia de Justicia que consiste en una visión de la vida con normas y criterios estrictos donde otras opiniones o alternativas

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	17	34
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

Gráfico N°27

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de hombres evaluados respondieron que el 34% nunca piensan en tener la razón y no les entienden mientras que el 28% bastantes veces lo piensan, el 26% algunas veces lo piensan y el 12% con mucha frecuencia lo piensa.

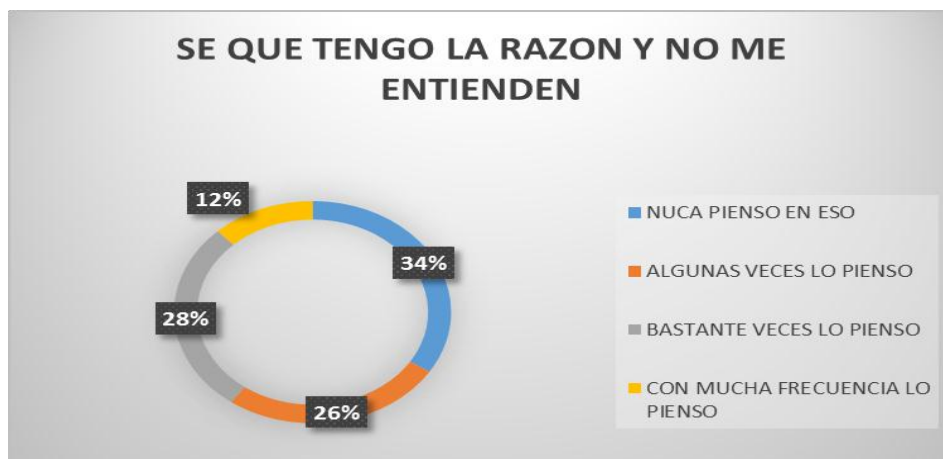


Gráfico N°28

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Analizando los resultados obtenidos se pudo evidenciar que los hombres nunca piensan en que tienen la razón y no lo entienden por lo que no existe un Pensamiento Automático presente.

15.- AUNQUE HOY SUFRA, ALGUN DIA TENDRE MI RECOMPENSA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	10	20
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	12	24
TOTAL	50	100%

CuadroN°29

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% de mujeres bastantes veces lo piensan que aunque hoy sufran, algún día tendrán su recompensa, el 24% aducen que algunas veces lo piensan mientras que el 24% restante con mucha frecuencia lo piensan y el 20% nunca piensan en eso.



Gráfico N°29

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida se puede evidenciar que no existe una mayoría en cuanto al porcentaje por lo que no existe la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	10	20
ALGUNAS VECES LO PIENSO	15	30
BASTANTE VECES LO PIENSO	9	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	16	32
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 30

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% evaluado el 32% con mucha frecuencia piensa que aunque hoy sufran, algún día tendrán su recompensa mientras que el 30% algunas veces lo piensan por lo que el 20% nunca piensan en eso y el 18% bastantes veces piensan en eso.



Gráfico N° 30

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida se evidencia que existe un porcentaje disperso en diferentes opciones lo cual no da a notar la presencia de un Pensamiento Automático

16.-ES HORRIBLE QUE ME PASE ESTO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

CuadroN°31

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 36% algunas veces piensan que es horrible lo que les pasa, mientras el 30% nunca piensan en eso, por lo tanto el 22% bastantes veces piensan que es horrible que les pase eso y el 12% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°31

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante los datos recogidos se puede conocer que existe un porcentaje relativo en las opciones existentes por lo que no existe la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16	32
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	5	10
TOTAL	50	100%

Cuadro N°32

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 36% algunas veces piensan que es horrible lo que les pasa mientras que el 32% nunca piensan en eso, por lo tanto el 22% bastantes veces piensan en eso y el 10% con mucha frecuencia piensan que es horrible que les pase eso.

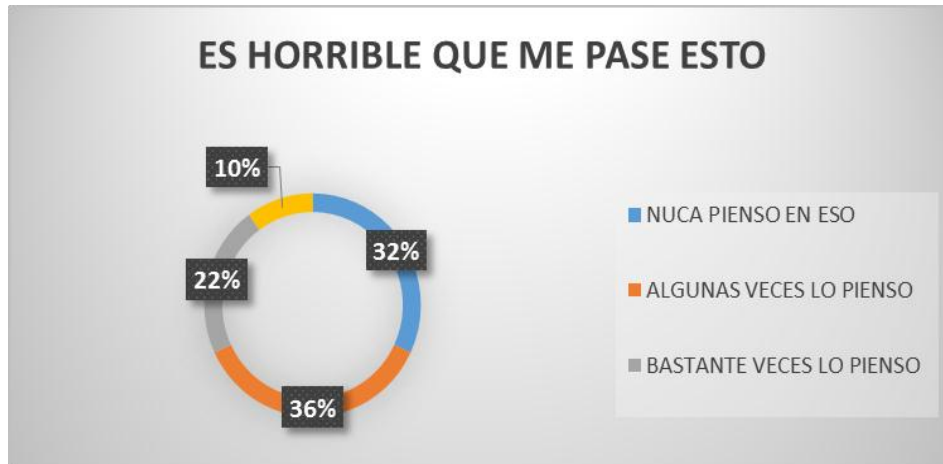


Gráfico N°32

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante los datos obtenidos existe un porcentaje disperso en las opciones existentes por lo que no puede existir la presencia la un Pensamiento Automático.

17.- MI VIDA ES UN CONTINUO FRACASO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	19	38
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°33

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 38% de las personas evaluadas algunas veces lo piensan que su vida es un continuo fracaso mientras que el 24% nunca piensan eso por lo tanto el

20% bastantes veces piensan eso y el 18% con frecuencia piensan que sus vidas es un continuo fracaso.

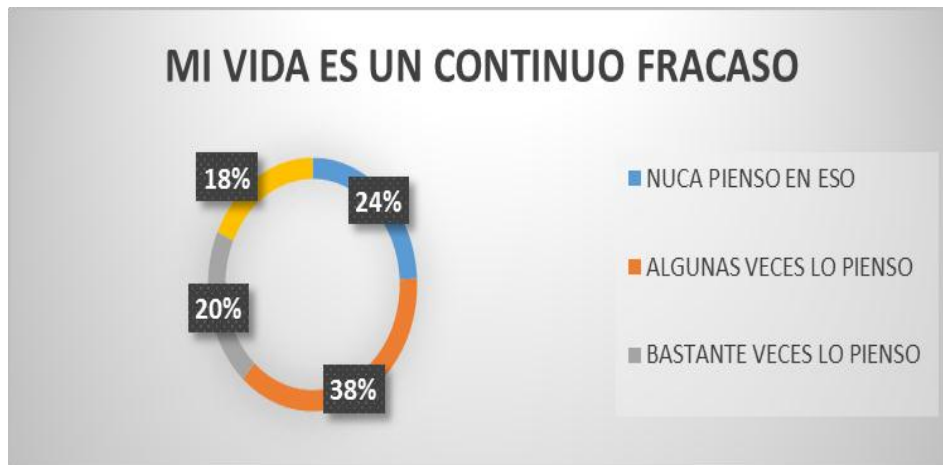


Gráfico N°33

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos no existe una marcación notable para la aparición de algún Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

CuadroN°34

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de las personas evaluadas el 34% algunas veces lo piensan, mientras que el 24% algunas veces lo piensan por lo que el 24% restante bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.

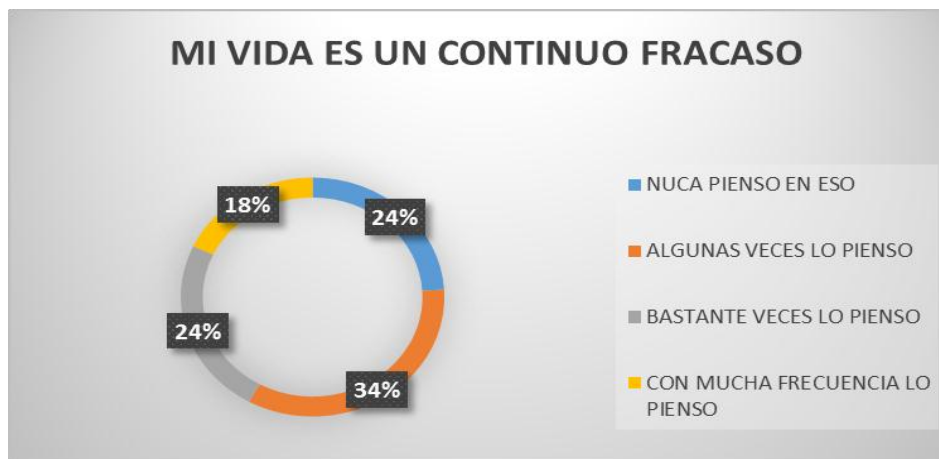


Gráfico N°34

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede notar que existe un Pensamiento Automático que es el Pensamiento Polarizado lo cual interpreta los eventos y personas en términos absolutos, sin tener en cuenta los grados intermedios

18.-SIEMPRE TENDRE ESTE PROBLEMA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14.5	29
BASTANTE VECES LO PIENSO	10.5	21
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°35

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas un 30% nunca piensan en que siempre tendrán un problema, mientras que el 29% algunas veces piensan en eso por lo tanto el 21% bastantes veces piensan en eso y el 20% con mucha frecuencia piensan en eso.

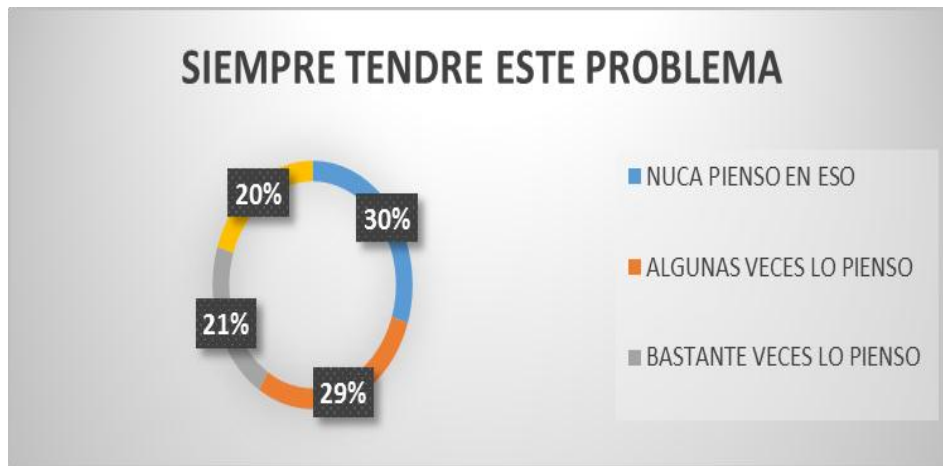


Gráfico N°35

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico se puede observar que existe un Pensamiento Automático de Sobregeneralización o cual se refiere a tomar casos aislados y generalizar una conclusión válida para todo.

	HOMBRES	PORCENTAJE al	
		100%	103

NUNCA PIENSO EN ESO	16	32
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	3	6
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 36

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas un 32% respondieron que nunca piensan en eso mientras que el otro 32% algunas veces o piensan, por lo tanto el 30% bastantes veces lo piensan y el 6% con mucha frecuencia piensan en eso.

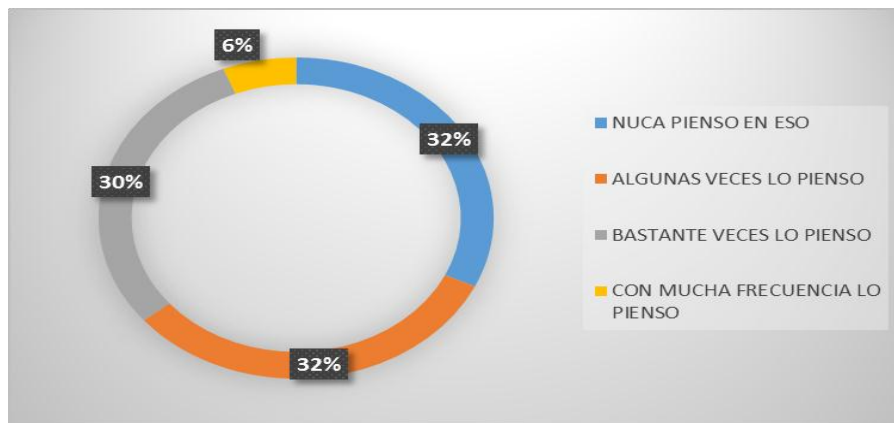


Gráfico N°36

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos existen valores similares por lo cual no existe la presencia de un Pensamiento Automático.

19.-SE QUE ME ESTAN MINTIENDO Y ENGAÑANDO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16	32
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	15.5	31
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	2.5	5
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 37

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% algunas veces lo piensan eso, el 32% nunca piensan en que le están mintiendo y engañando mientras que el 31% bastantes veces lo piensan y el 5% con mucha frecuencia lo piensan en eso.



Gráfico N°37

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida en el Gráfico estadístico, se puede observar que no existe un porcentaje notable para la presencia de un pensamiento automático por lo que no existe la presencia de alguno.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13.5	27
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8.5	17
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 38

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 30% nunca piensan que les están mintiendo o engañando mientras que el 27% algunas veces lo piensan, el 26% bastantes veces lo piensan y el 17% con mucha frecuencia lo piensan.

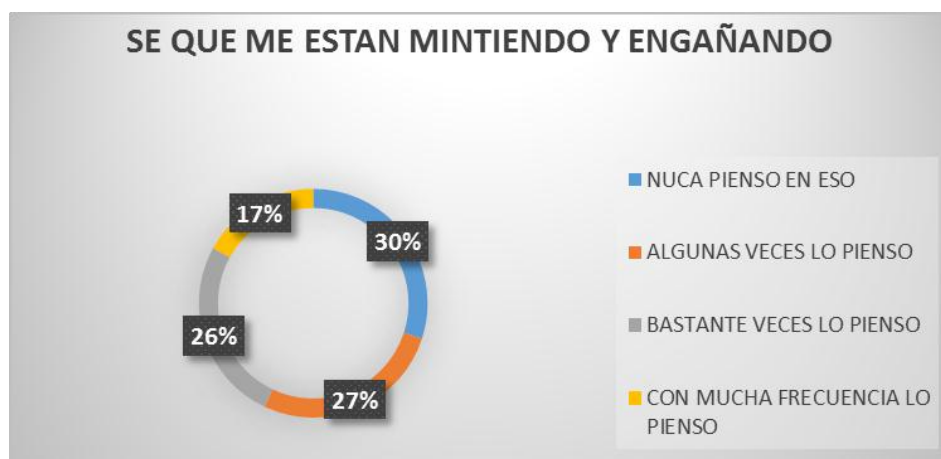


Gráfico N°38

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Según los datos obtenidos en el Gráfico estadístico se puede observar que no existe la presencia de un pensamiento automático ya que el porcentaje es bajo para la presencia de alguna ya que sobresale la opción de nunca piensa en eso dando por inexistente.

20.-¿Y SI ME VUELVO LOCO Y PIERDO LA CABEZA?

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	2	4
ALGUNAS VECES LO PIENSO	6	12
BASTANTE VECES LO PIENSO	18	36
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	24	48
TOTAL	50	100%

Cuadro N°39

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% un 46% menciona que con mucha frecuencia piensan que se van a volver loco y perderán la cabeza mientras que el 36% bastantes veces lo piensan, el 12% algunas veces lo piensan y el 4% nunca lo piensan.

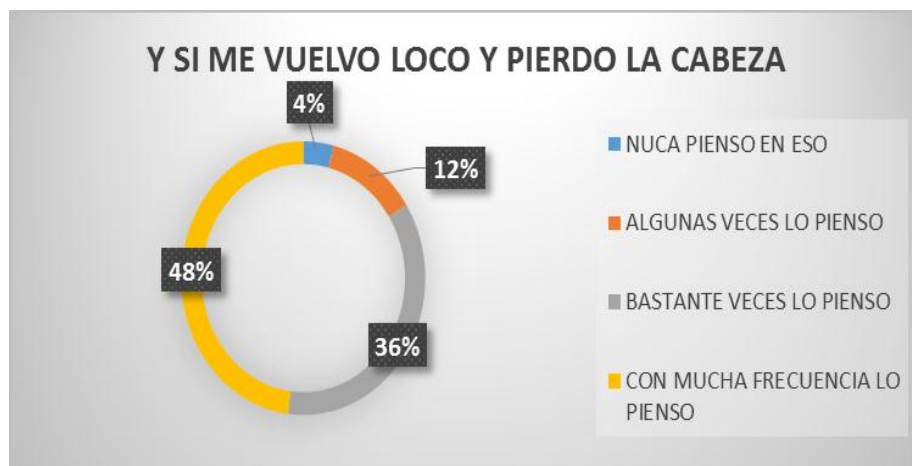


Gráfico N°39

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida se puede observar en el Gráfico estadístico, que la mayor parte de los evaluados con piensa con mucha frecuencia en que se volverán locos y perderán la cabeza por lo que se encuentra presente un Pensamiento Automático de Visión Catastrófica que produce imaginar, especular y rumiar el peor resultado posible, sin importar lo improbable de su ocurrencia, o pensar que la situación es insoportable o imposible de tolerar.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3	6
ALGUNAS VECES LO PIENSO	6	12
BASTANTE VECES LO PIENSO	19	38
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	22	44
TOTAL	50	100%

Cuadro N°40

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 44% menciona que con mucha frecuencia piensan en que se volverán locos y perderán la cabeza mientras que el 38% bastantes veces lo piensan, el 12% algunas veces lo piensan y el 6% nunca lo piensan.

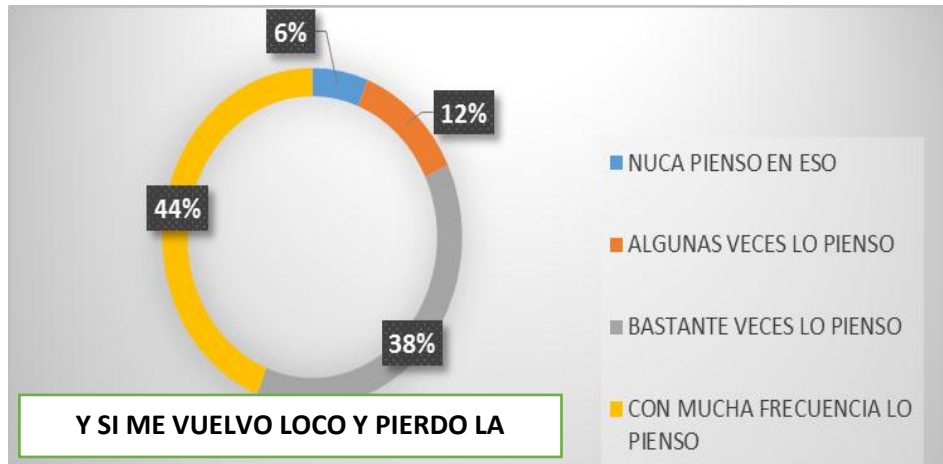


Gráfico N°40

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico se observa que el porcentaje alto es que con mucha frecuencia piensan en que se volverán locos y perderán la cabeza por lo que puede existir la presencia de un Pensamiento Automático de Visión Catastrófica que produce imaginar, especular y rumiar el peor resultado posible, sin importar lo improbable de su ocurrencia, o pensar que la situación es insoportable o imposible de tolerar

21.-SOY SUPERIOR A LA GENTE EN CASI TODO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	21	42
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	8	16
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	4	8
TOTAL	50	100%

Cuadro N°41

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% evaluada respondieron 42% que nunca piensan que son superior a la gente en casi todo, mientras que el 34% algunas veces lo piensan, el 16% bastantes veces lo piensan y el 8% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°42

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico obtenido se pudo observar que la mayor parte de los evaluados nunca piensan que son superiores a la demás gente por lo que no existela presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	19	38
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

CuadroN°43

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 38% respondieron que bastantes veces piensan que son superiores a la gente en casi todo, mientras que el 28% aducen que algunas veces lo piensan, el 22% nunca piensan en eso y el 12% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N° 43

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos del Gráfico estadístico, el mayor porcentaje se relaciona con el ítem del Pensamiento Automático de Personalización que consiste en asumir que uno mismo u otros han causado cosas directamente, cuando muy posiblemente no haya sido el caso en realidad

22.-YO SOY RESPONSABLE DEL SUFRIMIENTO DE LOS QUE ME RODEAN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	4	8
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 44

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% un 36% respondieron que algunas veces piensan que son responsables de sufrimiento de los que les rodean, mientras que el 30% aducen que bastantes veces lo piensan, el 26% nunca piensan en eso y el 8% con mucha frecuencia piensan en eso.

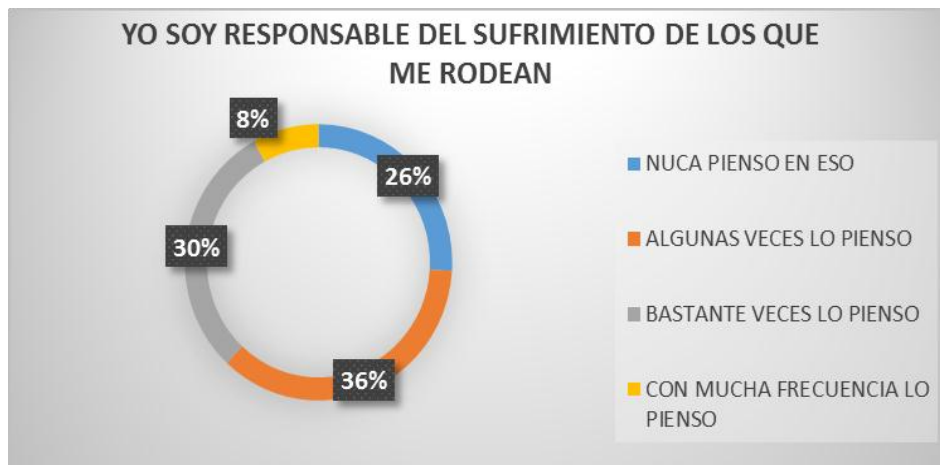


Gráfico N°44

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que algunas veces piensan en que son responsables del sufrimiento de los que les rodean como no es la opción mayor no existe l presencia.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°45

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas encuestadas el 30% nunca piensan en que son responsables del sufrimiento de las personas que se encuentran a su alrededor, mientras que el 28% bastantes veces lo piensan, el 26% algunas veces lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensan.

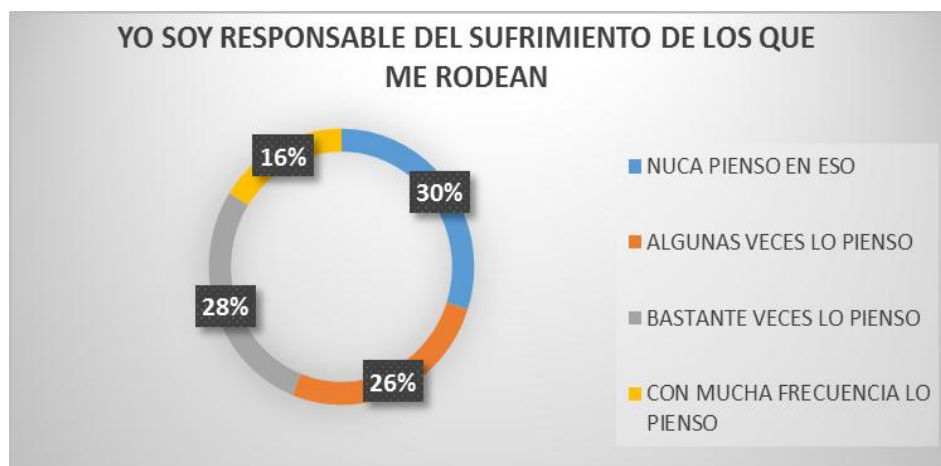


Gráfico N°45

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Según los datos obtenidos del Gráfico estadístico, la mayor puntuación e la opción poco relevante para la existencia de un Pensamiento Automático por lo que no existe la presencia de uno de ellos.

23.- SI ME QUISIERAN DE VERDAD NO ME TRATARAN ASI.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

Cuadro N°46

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% un 32% respondieron que algunas veces piensan que si le quisieran de verdad no le tratarían así, mientras que el 28% bastantes veces lo piensan, el 28% nunca lo piensan y el 12% con mucha frecuencia lo piensan de esa manera.

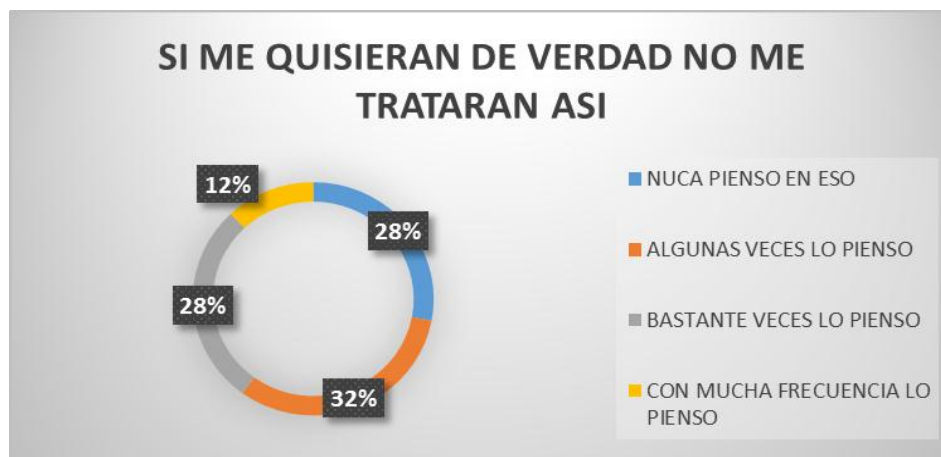


Gráfico N°46

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que está ítem no hace relación alguna con la presencia de un Pensamiento Automático ya que su puntuación es baja para la existencia de uno de ellos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	17.5	35
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11.5	23
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Cuadro N° 47

Análisis

De un 100% el 35% respondieron que si le quisieran de verdad lo les tratarían así, mientras que el 26% bastantes veces lo piensan, el 23% algunas veces lo piensan y 16% con mucha frecuencia lo piensan.

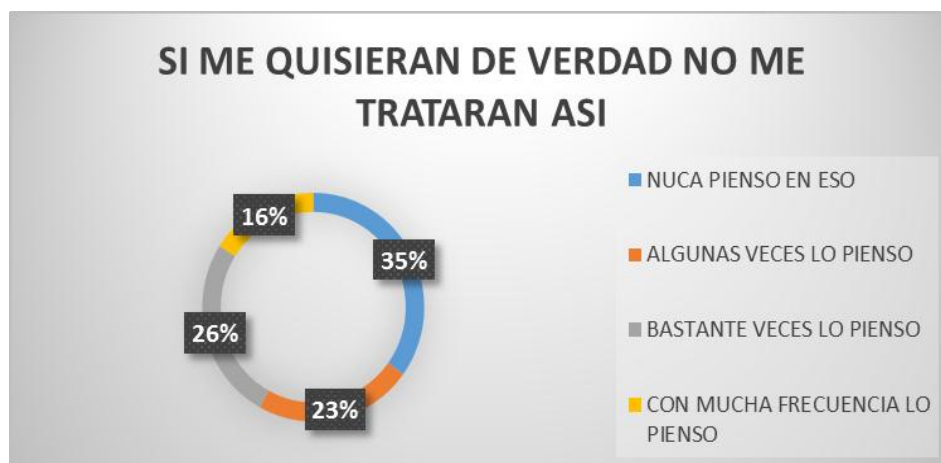


Gráfico N° 47

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Los datos obtenidos está ítem no hace relación alguna para que exista la presencia de un pensamiento automático ya que su opción esta fuera del rango para la presencia del mismo.

24.-ME SIENTO CULPABLE, Y ES PORQUE HE HECHO ALGO MALO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	8	16
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°48

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 34% respondieron que algunas veces lo piensan, el 32% bastantes veces lo piensan, mientras que el 18% con mucha frecuencia lo piensan y el 16% nunca lo piensan.



Gráfico N° 48

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que en este ítem no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que el porcentaje es bajo para la existencia de alguno.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°49

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% un 32% respondieron que algunas veces piensan en eso, mientras que el 28% bastantes veces lo piensan, el 22% nunca lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan en eso.

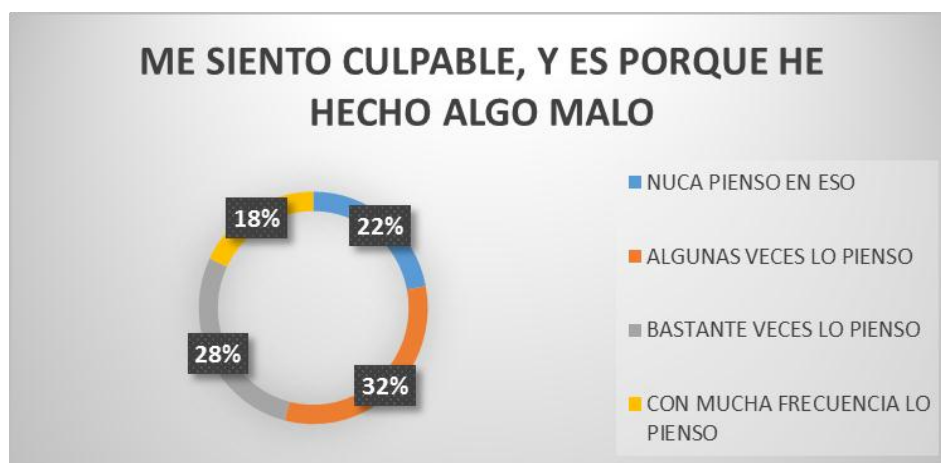


Gráfico N° 49

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Mediante la información recogida se evidencia, que algunas veces piensan en sentirse culpables por lo que existe un Pensamiento Automático de Razonamiento Emocional haciendo referencia a formular argumentos basados en cómo se «siente» en lugar de la realidad objetiva.

25.- SI TUVIERA MAS APOYO NO TENDRIA ESTOS PROBLEMAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	4	8
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11	22
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	20	40
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 50

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% un 40% respondieron que con mucha frecuencia piensan que si tuvieran más apoyo no tendrían este problema, mientras que el 30% bastantes veces lo piensan, el 22% algunas veces lo piensan y el 8% nunca lo piensan en eso.



Gráfico N° 50

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos podemos observar que existe mucha relación con el ítem de Pensamiento Automático de Falacia de Control haciendo referencia a presuponer que se tiene que tener un control y una responsabilidad excesiva sobre lo que ocurre a su alrededor, con cierto sentimiento de omnipotencia

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3.5	7
ALGUNAS VECES LO PIENSO	6.5	13
BASTANTE VECES LO PIENSO	15.5	31
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	24.5	49
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 51

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 49% respondieron que con mucha frecuencia piensan que si tuvieran más apoyo no tendrían estos problemas, mientras que el 31 bastantes veces lo piensan, el 13% algunas veces lo piensan y el 7% nunca lo piensan.



Gráfico N°51

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

Según el cuadro estadístico se puede observar que existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción es marcada y una de las opciones para la aparición de ellas por lo que se encuentra presente el Pensamiento Automático de Falacia de cambio haciendo referencia a presuponer que la felicidad de uno depende exclusivamente de los actos y conductas de los demás esperando un cambio de los demás.

26.- ALGUIEN QUE CONOZCO ES UN IMBECIL.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°52

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 34% respondió que algunas veces lo piensa, el 26% nunca lo piensa, mientras que el 24% bastantes veces lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensa.

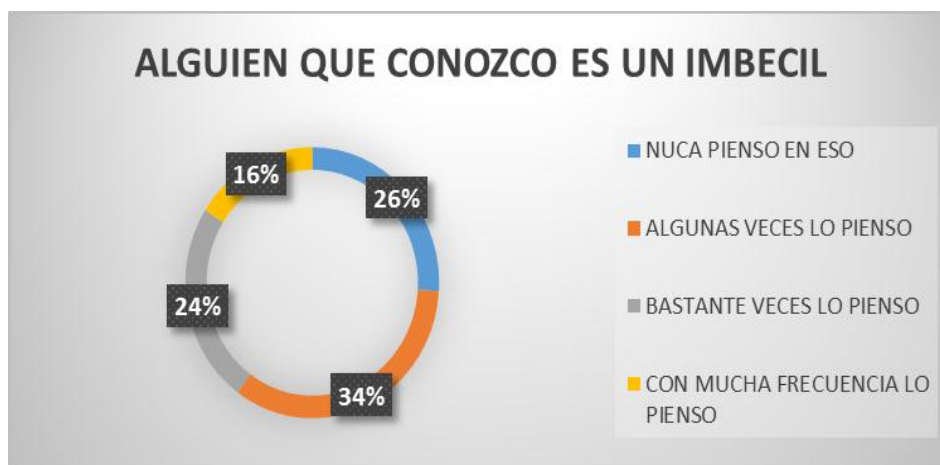


Gráfico N°52

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos podemos observar que no existe un Pensamiento Automático ya que la puntuación es mayor en una opción que no se encuentre dentro del rango para la presencia de la misma.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	18	36
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 53

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Interpretación

De un 100% el 36% respondió que nunca piensa, que alguien que conoce es un imbécil, el 24% menciona que algunas veces lo piensa, mientras que el 22% bastantes veces lo piensa y el 18% con mucha frecuencia lo piensa.

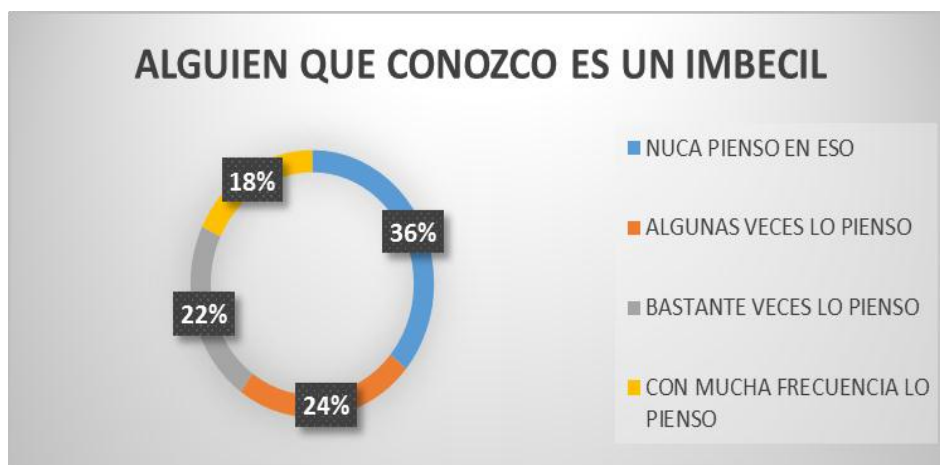


Gráfico N°53

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el gráfico, estadístico que no existe la posibilidad de la presencia para un Pensamiento Automático ya que el porcentaje alto se encuentra marcado en una opción fuera de rango para la presencia de uno de ellos.

27.- OTROS TIENEN LA CULPA DE LO QUE ME PASA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°54

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de mujeres evaluadas el 32% respondieron que algunas veces lo piensan, el 26% nunca lo piensan, mientras que el 22% bastantes veces lo piensan y el 20% con mucha frecuencia lo piensan.

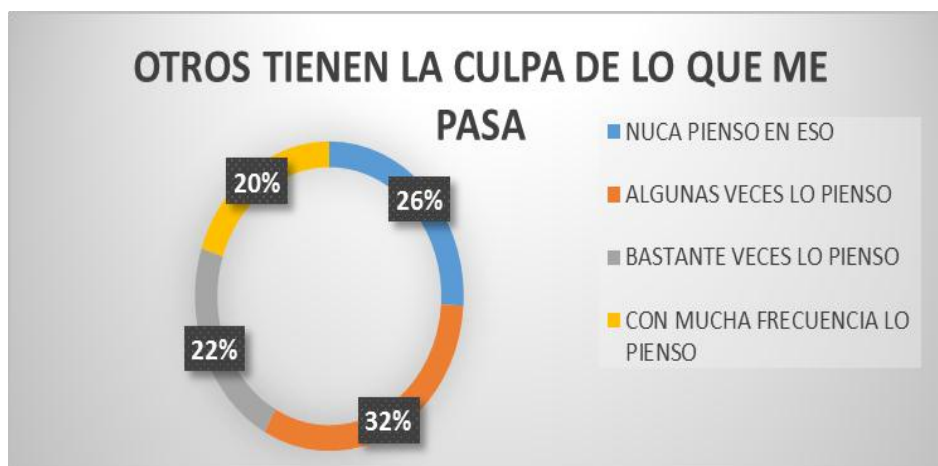


Gráfico N°54

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico, se observa que existe mayor porcentaje en la opción que se encuentra fuera del rango para que exista la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	7	14
TOTAL	50	100%

Cuadro N°55

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% respondieron que algunas personas lo piensan, el 28% nunca o piensan, mientras que el 26% bastantes veces lo piensan y el 14% con mucha frecuencia lo piensa.



Gráfico N°55

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

En el gráfico de sato estadístico se puede observar que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción en la que se encuentra el mayor porcentaje no está dentro de las opciones para la presencia de uno.

28.-NO DEBERIA COMETER ESTOS ERRORES.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	18	36
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	6	12
TOTAL	50	100%

Cuadro N°56

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

De un 100% el 36% respondieron que nunca piensan en cometer errores, el 32% algunas veces lo piensan, mientras que el 20% bastantes veces lo piensan y el 12% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°56

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico se puede observar que no existe la presencia de algún Pensamiento Automático ya que la opción con mayor puntaje se encuentra en una opción fuera de las alternativas para la presencia de los mismos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11	22
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°57

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% respondieron el 30% nunca piensan que no debería cometer estos errores, mientras que el 26% mencionan que bastantes veces lo piensan, el 22% algunas veces lo piensan y lo restante que es el 22% con mucha frecuencia lo piensan.

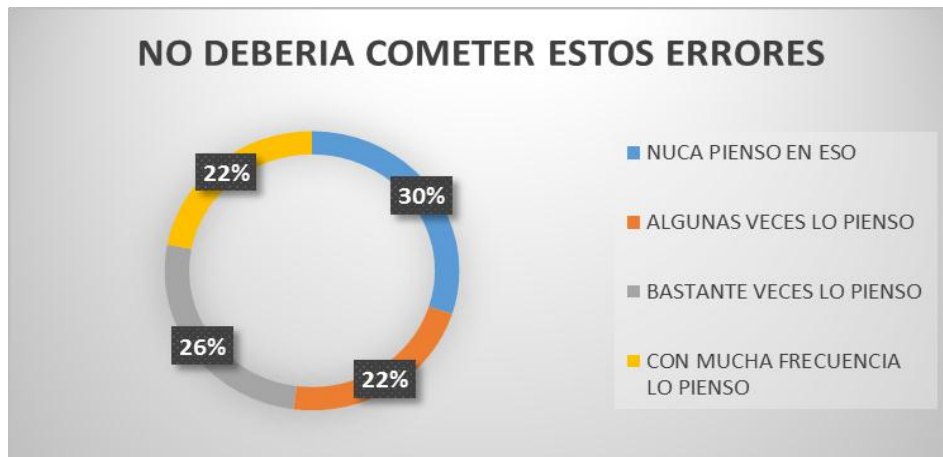


Gráfico N°57

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el Gráfico estadístico, que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción en la que se ve mayor puntuación no se encuentra dentro de los parámetros para la presencia de alguno de ellos.

29.-NO QUIERE RECONOCER QUE ESTOY EN LO CIERTO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

CuadroN°58

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% respondieron que no quieren reconocer lo que dijeron, el 26% menciona que algunas veces lo piensan, el 26% bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.

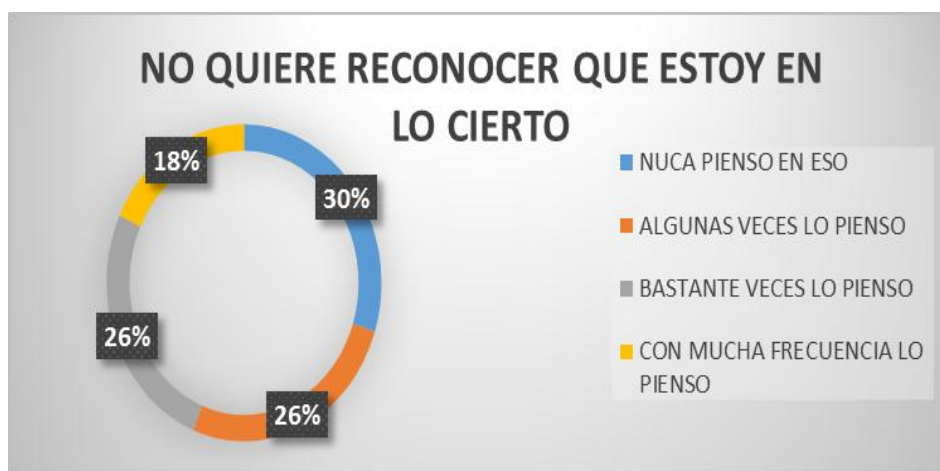


Gráfico N°58

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que no existe la presencia de ningún pensamiento ya que las opciones que se encuentran con mayor porcentaje no se encuentran dentro del rango para la presencia de alguno.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	9	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

CuadroN°59

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 34% respondieron que algunas veces lo piensan, el 30% nunca lo piensan, mientras que el 18% bastantes veces lo piensan y el 18% restante con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°59

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem no tiene relación con ningún ítem para la presencia de un Pensamiento Automático ya que la mayor parte se encuentra en la opción fuera del rango para la presencia de alguno.

30.-YA VENDRAN MEJORES TIEMPOS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11.5	23
BASTANTE VECES LO PIENSO	12.5	25
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	13	26
TOTAL	50	100%

Cuadro N°60

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 26% respondieron que nunca piensan en que ya vendrán mejores tiempos, el 26% menciona que con mucha frecuencia lo piensan, el 25% bastantes veces lo piensan y el 23% algunas veces lo piensan.

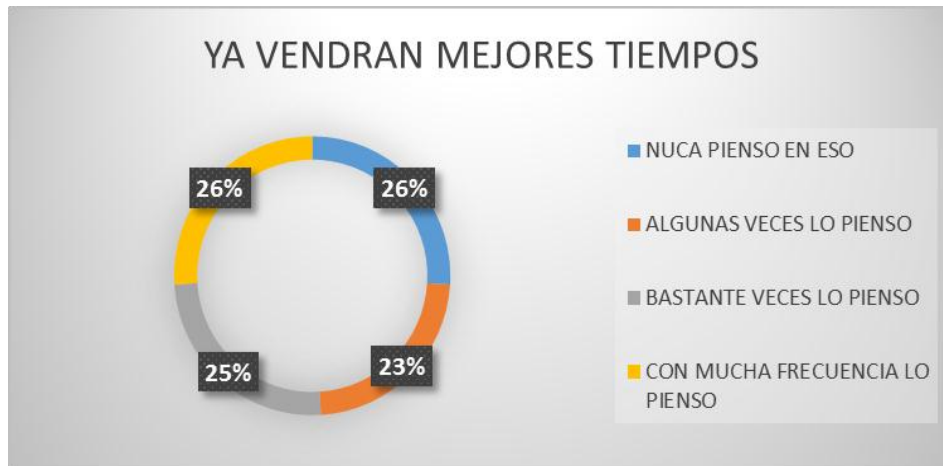


Gráfico N°60

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el Gráfico estadístico que no existe la presencia de algún Pensamiento Automático ya que los porcentajes se encuentran distribuidos en las opciones por lo que no existe un mayor porcentaje eliminando la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	15	30
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°61

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

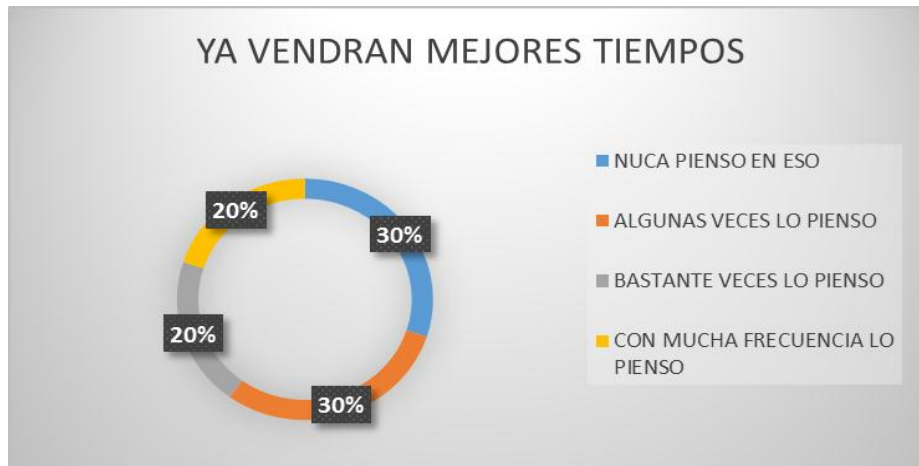


Gráfico N°61

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos recogidos se puede observar que este ítem no hace relación con la presencia de un Pensamiento Automático ya que los porcentajes mayores se encuentran en las opciones que no están dentro del rango para la presencia de los mismos

31.- ES INSOPORTABLE, NO PUEDO AGUANTAR MÁS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°62

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

De un 100% el 32% respondieron bastantes veces que piensan en que es insoportable, no puedo aguantar más, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 22% nunca lo piensan y el 20% con mucha frecuencia lo piensan.

Gráfico N°62



Cuadro N°62

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico, que algunas veces lo piensan en que es insoportable por lo que puede existir la presencia de un pensamiento Automático de Filtraje que hace referencia a enfocarse exclusivamente en ciertos aspectos, usualmente negativos y perturbantes, de un evento

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	15	30
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°63

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% respondieron que el 30% bastantes veces piensan en que es insoportable, no puedo aguantar más, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 22% nunca lo piensan y el 22% restante con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°63

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

En los datos estadísticos de la Gráfica, se puede observar que existe un Pensamiento Automático de Filtraje que hace mención en Enfocarse exclusivamente en ciertos aspectos, usualmente negativos y perturbantes, de un evento

32.-SOY INCOMPETENTE E INUTIL.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	12	24
TOTAL	50	100%

Cuadro N°64

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 32% respondieron que algunas veces lo piensan, el 24% menciona que nunca lo piensan, mientras que el 24% más menciona que con mucha frecuencia lo piensan y el 20% bastantes veces o piensan.

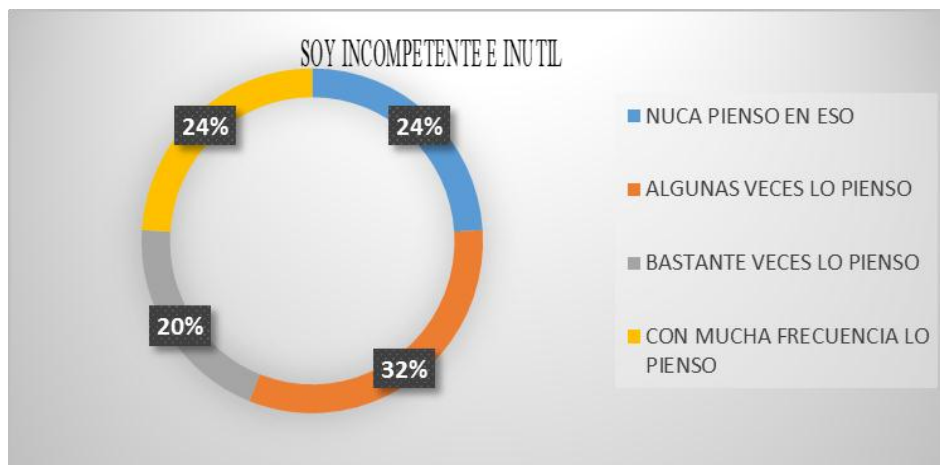


Gráfico N°64

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el Gráfico, estadístico que el mayor porcentaje se encuentra en la opción de algunas veces lo piensan por lo que no existe la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16.5	33
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14.5	29
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°65

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 33% respondió que nunca piensan en que son incompetente e inútil, mientras que el 29% algunas veces lo piensan, el 20% bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.

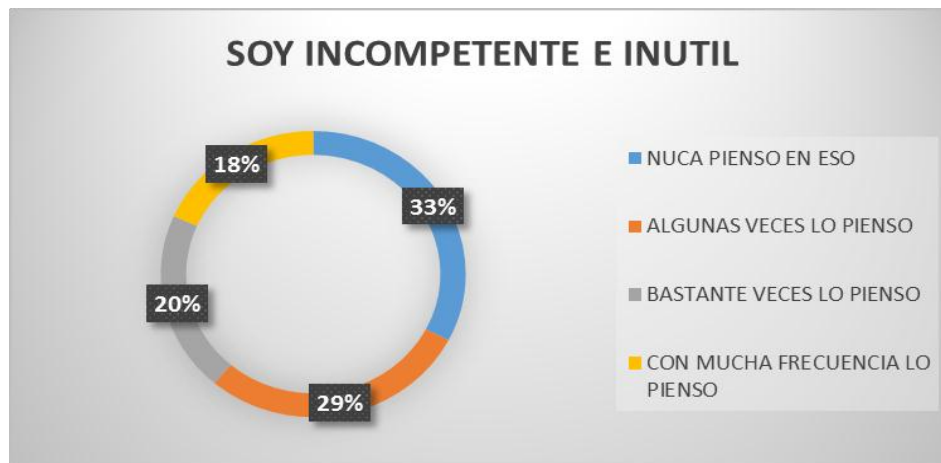


Gráfico N°65

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico, este ítem no hace relación con la presencia de algún Pensamiento Automático.

33.-NUNCA PODRE SALIR DE ESTA SITUACION.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°66

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 34% respondió que algunas veces piensan que nunca podrán salir de esta situación, mientras que el 26% bastantes veces lo piensan, el 24% nunca lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensan.

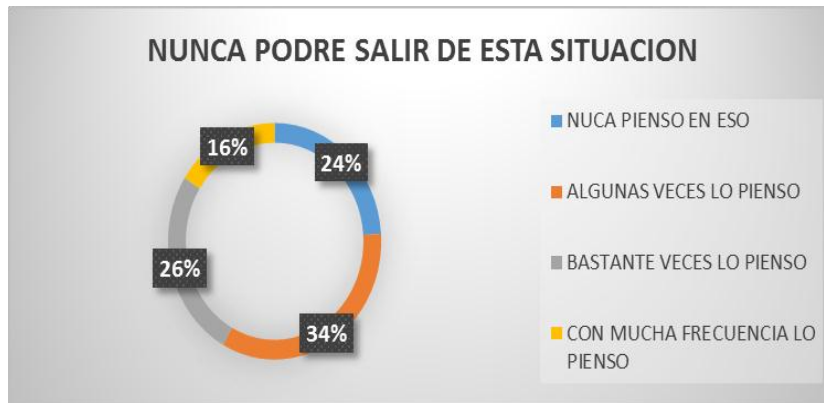


Gráfico N°66

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el Gráfico estadístico que no existe relación alguna para la presencia de un Pensamiento Automático, ya que el porcentaje es bajo para la presencia de alguno.

Cuadro N°67

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14.5	29
BASTANTE VECES LO PIENSO	15.5	31
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 31% bastantes veces piensan en que nunca podrán salir de esta situación, mientras que el 29% algunas veces lo piensan, el 22% nunca lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.

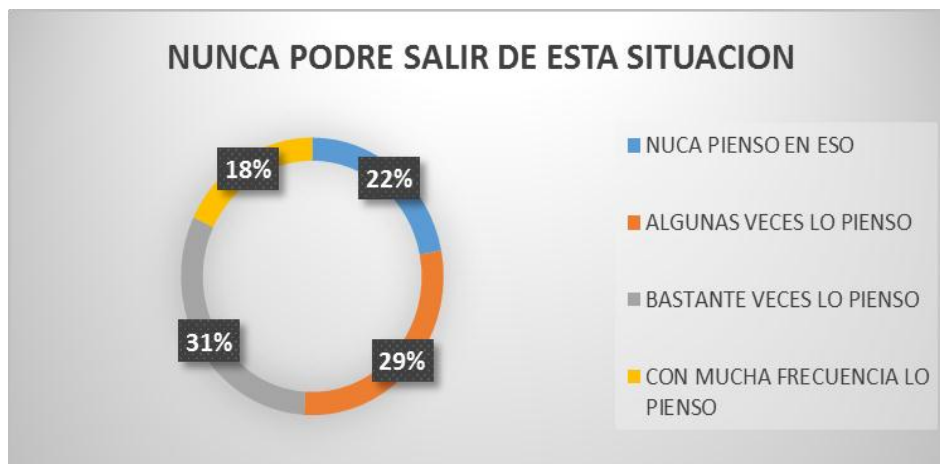


Gráfico N°67

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem hace relación para la presencia de un Pensamiento Automático de Sobregeneralización que hace mención a Tomar casos aislados y generalizar una conclusión válida para todo.

34.- QUIEREN HACERME DAÑO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	9	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°68

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 36% menciona que algunas veces piensan que les quieren hacer daño, mientras que el 24% nunca o piensan, el 22% con mucha frecuencia lo piensan y el 18% bastantes veces lo piensan.

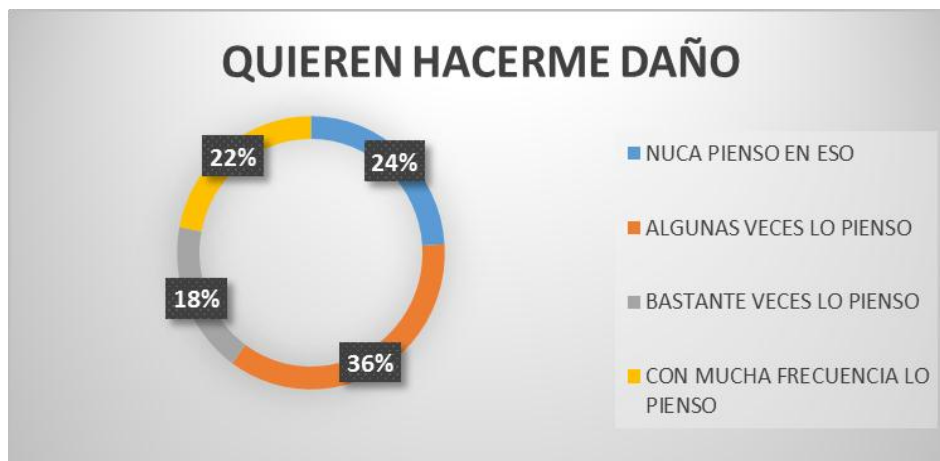


Gráfico N°68

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el Gráfico estadístico que algunas veces piensan en quieren hacerles daño, por lo que no existe la presencia de algún Pensamiento Automático ya que esta opción e encuentra fuera del rango para la presencia de la misma.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	19	38
BASTANTE VECES LO PIENSO	10	20
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	18	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°69

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 38% menciona que algunas veces lo piensan que algunas veces lo piensan en quieren hacerle daño, el 26% nunca lo piensan, el 20% bastantes veces lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°69

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica se puede observar que este ítem no hace relación con la presencia de un Pensamiento Automático ya que el porcentaje es bajo.

35.- ¿Y SI LES PASA ALGO MALO A LAS PERSONAS A QUIENES QUIERO?

QUIEREN HACERME DAÑO	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	5	10
ALGUNAS VECES LO PIENSO	9	18
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	20	40
TOTAL	50	100%

Cuadro N°70

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 40% mencionan que con mucha frecuencia lo piensan en que ¿y si les pasa algo malo a las personas a quienes quiero?, el 32% bastantes veces lo piensan, mientras que el 18% algunas veces lo piensan y el 10% nunca lo piensan.



Gráfico N°70

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

De los datos obtenidos se puede observar que en este ítem tiene relación con la presencia de un Pensamiento Automático de Visión Catastrófica que hace mención a Imaginar, especular y rumiar el peor resultado posible, sin importar lo improbable de su ocurrencia, o pensar que la situación es insoportable o imposible de tolerar, cuando en realidad es incómoda

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3	6
ALGUNAS VECES LO PIENSO	11	22
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	19	38
TOTAL	50	100%

Cuadro N° 71

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 38% menciona que con mucha frecuencia lo piensan en que ¿y si les pasa algo malo a las personas a quienes quiero?, el 34% bastantes veces lo piensan, mientras que el 22% algunas veces lo piensan y el 6% nunca lo piensan.



Gráfico N°71

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem se relaciona con la presencia de un Pensamiento Automático de Sobregeneralización que menciona Imaginar, especular y rumiar el peor resultado posible, sin importar lo improbable

de su ocurrencia, o pensar que la situación es insoportable o imposible de tolerar, cuando en realidad es incómoda.

36.-LA GENTE HACE LAS COSAS MEJOR QUE YO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17.5	35
BASTANTE VECES LO PIENSO	10.5	21
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°72

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 35% respondieron que algunas veces lo piensan en que la gente hace las cosas mejor que yo, el 28% nunca lo piensan, mientras que el 21% bastantes veces lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensan

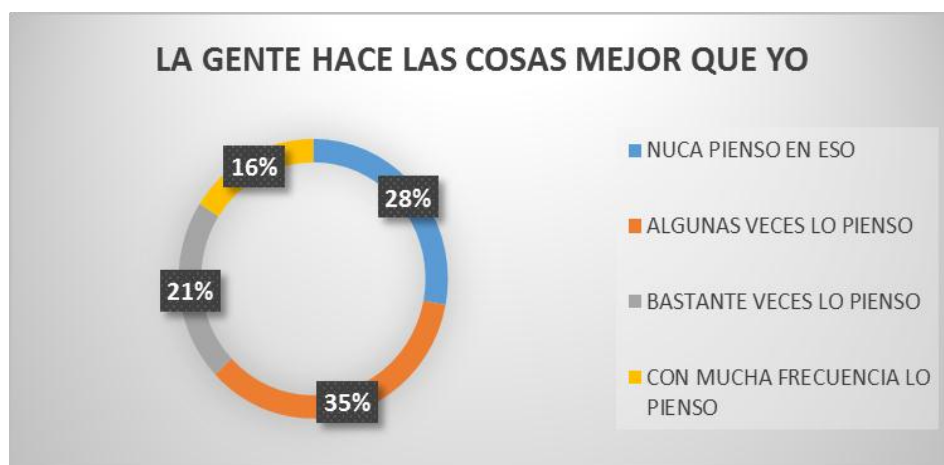


Gráfico N°72

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la Gráfica, estadística que este ítem no hace relación con la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción se encuentra fuera del rango para la presencia de uno de ellos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	17	34
BASTANTE VECES LO PIENSO	9	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°73

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 34% respondió que algunas veces piensan que las personas hacen las cosas mejores que ellos, el 26% nunca lo piensan, mientras que el 22% con mucha frecuencia lo piensan y el 18% bastantes veces lo piensan.



Gráfico N°73

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos estadísticos se puede observar que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que el porcentaje es mayor en las opciones que se encuentra fuera del rango necesario para la presencia de uno de ellos.

37.-SOY UNA VICTIMA DE MIS CIRCUNSTANCIAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12.5	25
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16.5	33
BASTANTE VECES LO PIENSO	9.5	19
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11.5	23
TOTAL	50	100%

Cuadro N°74

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% respondieron que el 33% algunas veces lo piensan, el 25% nunca lo piensan, el 23% con mucha frecuencia lo piensan y el 19% bastantes veces lo piensan.

Gráfico N°74



Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que el 33% algunas veces lo piensan como no es un pensamiento fijo no existela presencia de Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	18	36
BASTANTE VECES LO PIENSO	9	18
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°74

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

De un 100% de personas evaluadas el 36% respondieron que algunas veces lo piensan, el 26% nunca lo piensan, mientras que el 20% con mucha frecuencia lo piensan y el 18% bastantes veces lo piensan.

Gráfico N°74



Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar, que algunas veces piensan que son una víctimas de sus circunstancias, por lo que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción se encuentra fuera del rango requerido.

38.-NO ME TRATAN COMO DEBERIAN HACERLO Y ME MEREZCO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°75

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 30% respondió que nunca piensan en eso, en que no les deberían tratar como deberían hacerlo y se lo merecen, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 22% bastantes veces lo piensan y el 22% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°75

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

De los datos obtenidos en la Grafica estadística, no tiene relación con la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción se encuentra fuera del rango para la presencia de uno de ellos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Cuadro N°76

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 28% algunas veces lo piensan, el 26% nunca lo piensan, el 26% bastantes veces lo piensan, mientras que el 20% con mucha frecuencia lo piensan.

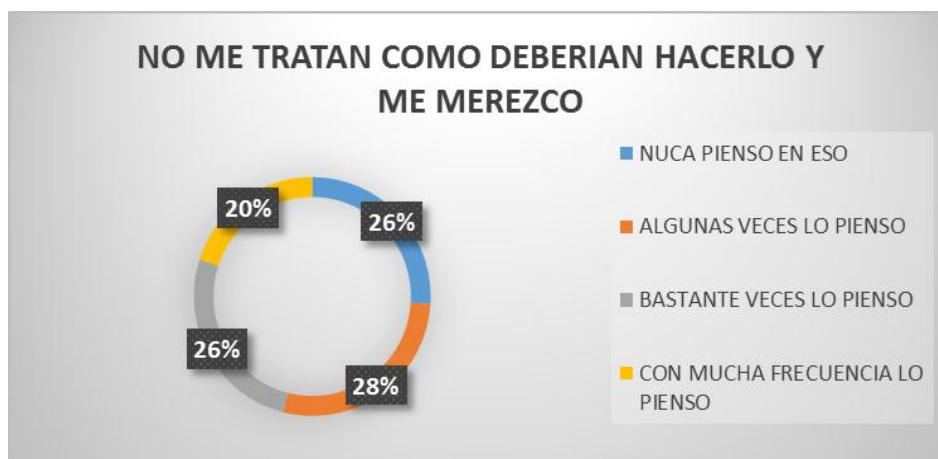


Gráfico N°76

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico se puede observar que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción para la presencia de la misma se encuentra fuera del rango requerido.

39.-SI TENGO ESTOS SINTOMAS ES PORQUE SOY UN ENFERMO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	16	32
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	10.5	21
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10.5	21
TOTAL	50	100%

Cuadro N°77

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

De un 100% de personas evaluadas el 32% nunca lo piensan, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 21% bastantes veces lo piensan y el 21% con mucha frecuencia lo piensan.

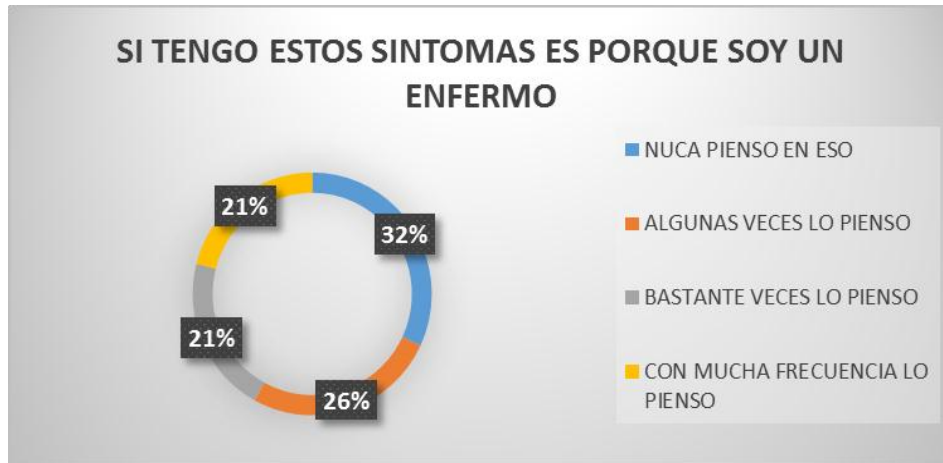


Gráfico N°77

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que este ítem no hace relación alguna con la presencia de un Pensamiento Automático ya que el porcentaje radica en una opción fuera del rango para la presencia de uno de ellos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°78

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 32% respondieron que algunas veces lo piensan, el 26% nunca lo piensan, mientras que el 24% bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensa.

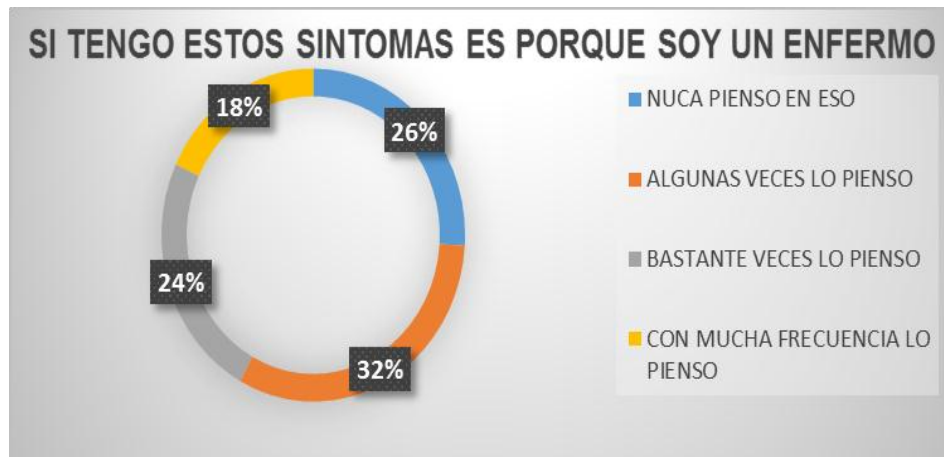


Gráfico N°78

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

De los datos obtenidos se puede observar en la Gráfica estadística, que este ítem no hace relación para la presencia de un Pensamiento Automático ya que no existe un pensamiento fijo marcado para la presencia de uno.

40.- SI TUVIERA MEJOR SITUACION ECONOMICA NO TENDRIA ESTOS PROBLEMAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3	6
ALGUNAS VECES LO PIENSO	10	20
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	20	40
TOTAL	50	100%

Cuadro N°79

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 40% respondió que con mucha frecuencia lo piensan, el 34% bastantes veces lo piensan, mientras que el 20% algunas veces lo piensan y el 6 nunca piensan en eso.



Gráfico N°79

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadística, se puede observar que existe la presencia de un Pensamiento Automático de Falacia de Cambio.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	4	8
ALGUNAS VECES LO PIENSO	9	18
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	20	40
TOTAL	50	100%

Cuadro N°80

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 40% respondió que con mucha frecuencia lo piensan, el 34% bastantes veces lo piensan, el 18% algunas veces lo piensan y el 8% nunca lo piensan.

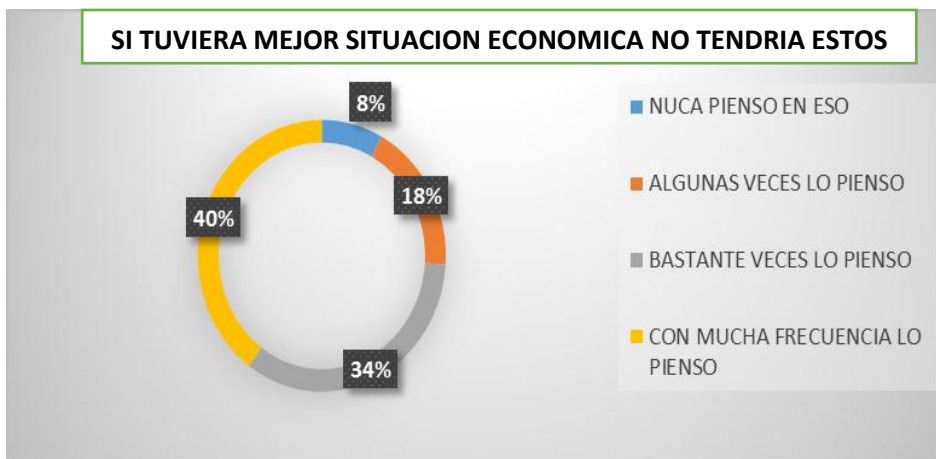


Gráfico N°80

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

De los datos obtenidos en la Gráfica, estadística este ítem hace relación con la presencia de un Pensamiento Automático de Falacia de Cambio.

41.- SOY UN NEUROTICO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	12	24
BASTANTE VECES LO PIENSO	19	38
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	7	14
TOTAL	50	100%

Cuadro N°81

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 38% respondieron que bastantes veces lo piensan, el 24% nunca lo piensan, mientras que el 24% algunas veces lo piensan y el 14% con mucha frecuencia lo piensan.

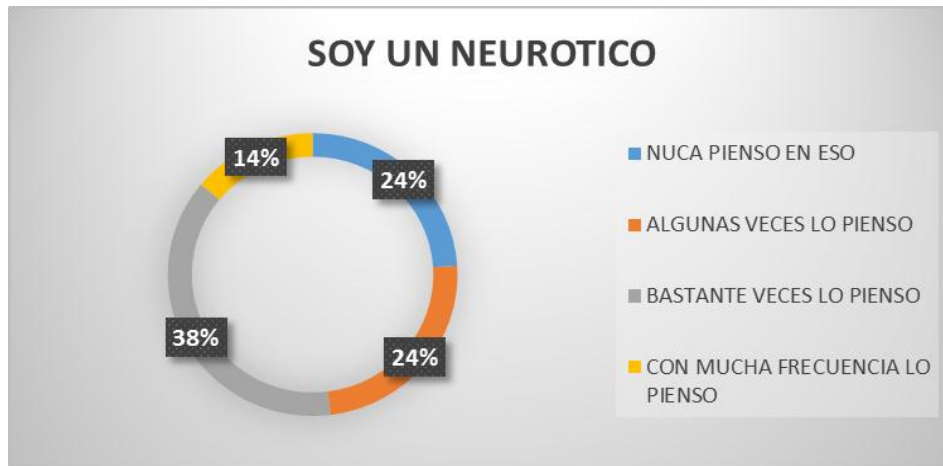


Gráfico N°81

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que existe la presencia de un Pensamiento Automático de Etiquetas Globales.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	14	28
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

CuadroN°82

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% respondieron que el 28% nunca lo piensan, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 26% restante bastantes veces lo piensan y el 20% con mucha frecuencia lo piensan.

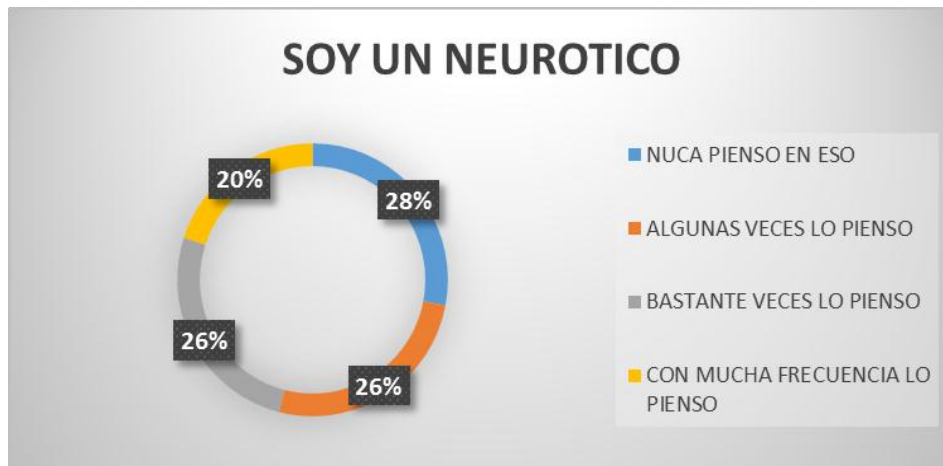


Gráfico N°82

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadístico este ítem no hace referencia para la presencia de un Pensamiento Automático ya que el porcentaje alto se encuentra en una opción fuera del rango necesario.

42.- LO QUE ME PASA ES UN CASTIGO QUE MEREZCO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	12	24
ALGUNAS VECES LO PIENSO	14	28
BASTANTE VECES LO PIENSO	16	32
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	8	16
TOTAL	50	100%

Cuadro N°83

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% menciona que bastantes veces lo piensan, el 28% algunas veces lo piensan, mientras que el 24% nunca lo piensan y el 16% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°83

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos estadísticos obtenidos en la Grafica se puede observar que no existe la presencia para un Pensamiento Automático ya que la opción se encuentra fuera del rango necesario para la presencia de uno de ellos.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	15	30
BASTANTE VECES LO PIENSO	11	22
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	11	22
TOTAL	50	100%

Cuadro N°84

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 30% respondieron que algunas veces lo piensan, el 26% nunca lo piensan, mientras que el 22% bastantes veces lo piensan y el 22% restante menciona que con mucha frecuencia lo piensan.

Gráfico N°84

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Análisis

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem no hace referencia con la presencia de un Pensamiento Automático ya que la puntuación mayor es en la opción de algunas veces lo piensan por lo que no existe la presencia de un pensamiento fijo.

43.- DEBERIA RECIBIR MAS ATENCION Y CARIÑO DE OTROS.

Cuadro N°85

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	10	20
TOTAL	50	100%

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 34% nunca o piensan, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 24% bastantes veces lo piensan y el 20% con mucha frecuencia lo piensan.

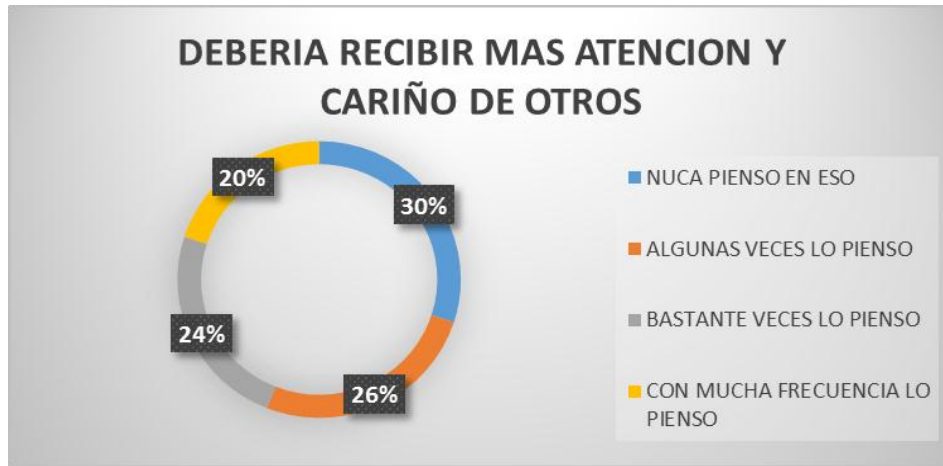


Gráfico N°85

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la Grafica estadística, que este ítem no tiene ninguna relación para la presencia de un Pensamiento Automático.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	13	26
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	12	24
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

CuadroN°86

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% respondió que el 26% nunca lo piensan, el 24% bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.

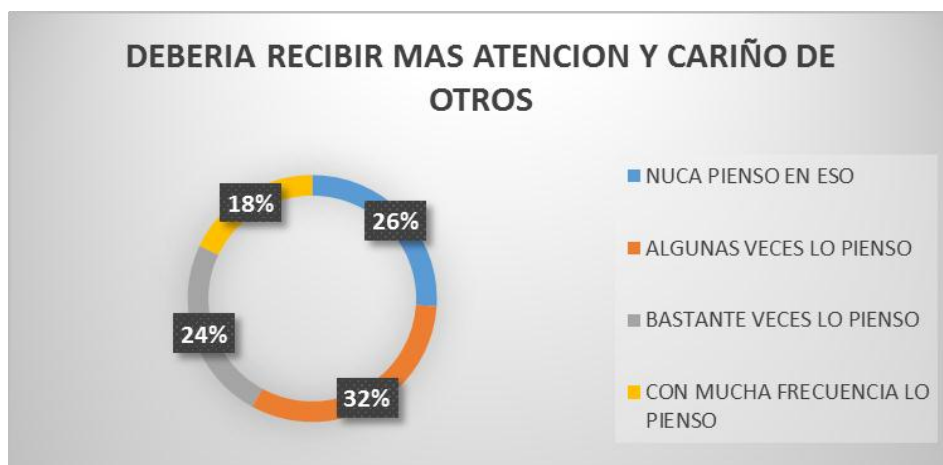


Gráfico N°86

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en el cuadro estadístico que este ítem no tiene relación alguna con la presencia de un Pensamiento Automático.

44.-TENGO RAZON, Y VOY A HACER LO QUE ME DA LA GANA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	15	30
ALGUNAS VECES LO PIENSO	13	26
BASTANTE VECES LO PIENSO	13	26
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°87

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

De un 100% el 30% nunca lo pienso en eso, el 26% algunas veces lo piensan, mientras que el 26% bastantes veces lo piensan y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°87

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que no existe la presencia de un Pensamiento Automático ya que la opción está fuera del rango necesario.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	11	22
ALGUNAS VECES LO PIENSO	16	32
BASTANTE VECES LO PIENSO	14	28
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	9	18
TOTAL	50	100%

Cuadro N°88

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 32% algunas veces lo piensan, mientras que el 28% bastantes veces lo piensan, el 22% menciona que nunca lo piensa y el 18% con mucha frecuencia lo piensan.



Gráfico N°89

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem no hace relación para la presencia de un Pensamiento Automático ya que no existe la presencia de un Pensamiento Fijo.

45.-TARDE O TEMPRANO ME IRAN LAS COSAS MEJOR.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3	6
ALGUNAS VECES LO PIENSO	9	18
BASTANTE VECES LO PIENSO	17	34
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	21	42
TOTAL	50	100%

Cuadro N°90

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 42% respondieron que con mucha frecuencia lo piensan, mientras que el 34% bastantes veces lo piensan, el 18% algunas veces lo piensan y el 6% nunca lo piensan.



Gráfico N°90

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem hace referencia con la Presencia de un Pensamiento Automático que es el de Falacia de Cambio menciona que la felicidad depende de conductas de los demás y también de las circunstancias externas.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
NUNCA PIENSO EN ESO	3	6
ALGUNAS VECES LO PIENSO	9	18
BASTANTE VECES LO PIENSO	17.5	35
CON MUCHA FRECUENCIA LO PIENSO	20.5	41
TOTAL	50	100%

CuadroN°91

Fuente: Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz y Lujan 1991)

Análisis

De un 100% el 41% menciona que con mucha frecuencia lo piensan, mientras que el 35% bastantes veces lo piensan, el 18% algunas veces lo piensan y el 6% nunca lo piensan.



Gráfico N°91

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que este ítem hace referencia a la Presencia de un Pensamiento Automático de Falacia de Cambio que hace mención que la felicidad depende del comportamiento de los demás y de los actos externos.

Cuestionario de Aserción en la Pareja ASPA

1.-CUANDO QUIERO QUE MI CONYUGE SE RESPONSABILICE MAS DE AQUELLAS TAREAS DE LA CASA QUE A AMBOS NOS DESAGRADAN ESPERO QUE SE DE CUENTA DE LA SITUACION MOSTRANDOME FRIO/A Y DISTANTE.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	2	4
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	6	12
TOTAL	50	100

Cuadro N°92

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja ASPA

Análisis

De un 100% un 32% respondió que ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 12% casi siempre, el 4% raramente y el 0% casi nunca.



Gráfico N°92

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en el Gráfico estadístico, se puede observar que este ítem hace referencia a la comunicación pasiva-agresiva ya que el porcentaje es más de la tercera parte por lo que es notable que existe una comunicacion pasiva-agresiva.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	4	8
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	7	14
TOTAL	50	100

Cuadro N°93

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja ASPA

Análisis

De un 100% evaluadas el 32% respondieron que con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 22% ocasionalmente, el 14% casi siempre y el 8% raramente.



Gráfico N°93

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadística, se puede observar que la tercera parte de este ítem hace referencia cuando las personas quieren que su conyugue se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que ambos nos desagradan espero que se dé cuenta de la situación mostrándose frio/y distante.

2.- SI MI CONYUGE NO HACE ALGO QUE ME PROMETIO, LE AMENAZO CON HACERLE LA VIDA IMPOSIBLE HASTA QUE LO HAGA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	9	18
CON FRECUENCIA	8	16
GENERALMENTE	9	18
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°94

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja ASPA

Análisis

De un 100% de personas evaluadas respondieron el 48% casi siempre, el 18% generalmente, mientras que el 18% restante ocasionalmente y el 16% con frecuencia.



Gráfico N°94

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística que la mitad de las personas evaluadas amenazan a sus conyuges si no cumple lo que le prometió y les hacen la vida imposible.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	7	14
CON FRECUENCIA	9	18
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	21	42
TOTAL	50	100

Cuadro N°95

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

De un 100% de personas evaluadas el 42% respondió casi siempre, el 26% generalmente, mientras que el 18% con frecuencia y el 14% ocasionalmente.



Gráfico N°95

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la mitad de las personas evaluadas casi siempre amenazan a sus conyugues con hacerles la vida imposible si no les cumplen lo que les prometieron.

3.- CUANDO MI CONYUGE Y YO DISCUTIMOS SOBRE ALGO EN LO QUE NO NOS PONEMOS DE ACUERDO, CAMBIO DE TEMA O LE DOY LA RAZON PARA EVITAR UNA PELEA

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	27	54
TOTAL	50	100

Cuadro N°96

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 54% respondieron que casi siempre, el 26% generalmente, mientras que el 20% con frecuencia y en las demás opciones es un 0%.

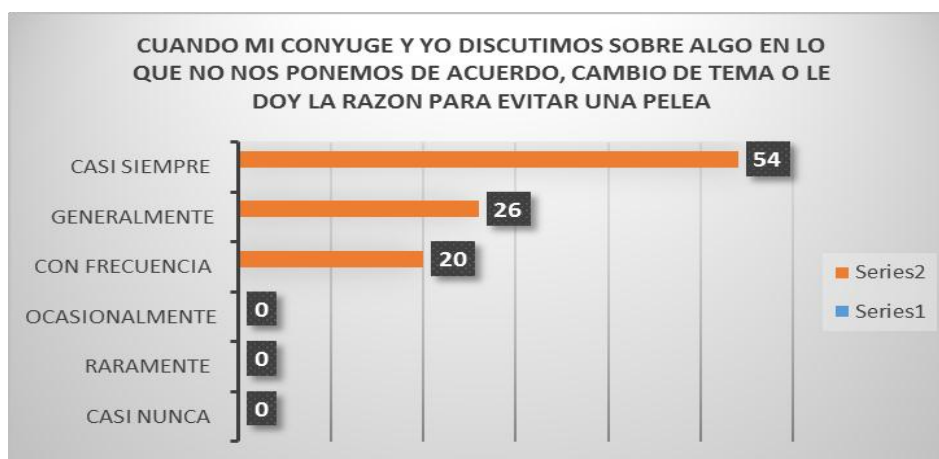


Gráfico N°96

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que más de la mitad de las persona respondieron que cuando discuten sobre algo que no se ponen de acuerdo, cambian de tema o le dan la razón para evitar una pelea.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	4	8
CON FRECUENCIA	6	12
GENERALMENTE	11	22
CASI SIEMPRE	29	58
TOTAL	50	100

Cuadro N°97

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

De un 100% respondieron el 58% casi siempre, mientras que el 22% generalmente, el 12% con frecuencia, mientras que el 8% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% casi nunca.



Gráfico N°97

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la Gráfica, estadístico que más de la mitad de las personas evaluadas respondieron que cuando sus conyugues y ellos discuten sobre algo que no se ponen de acuerdo, cambian de tema o le dan la razón para no pelear.

4.- CUANDO INTENTO DAR APOYO O AYUDA A MI CONYUGE Y NO PARECE DARSE CUENTA O APRECIARLO, NO DIGO NADA, PONGO “MALA CARA” Y DECIDO NO VOLVER A INTERESARME POR SUS COSAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	4	8
TOTAL	50	100

Cuadro N°98

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% responde ocasionalmente, mientras que el 28% con frecuencia, el 20% generalmente, el 12% raramente, el 8% casi siempre y un 0% casi nunca.



Gráfico N°98

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando intentan dar apoyo a su conyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, no les dicen nada, les ponen mala cara y deciden no volverse a interesarse por sus cosas.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	14	28
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	4	8
TOTAL	50	100

Cuadro N°99

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

De un 100% el 32% respondió con frecuencia, el 28% ocasionalmente, mientras que el 20% generalmente, el 12% raramente, el 8% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°99

Fuente: Elaborado por Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos se obtenidos se puede observar en el Gráfico estadístico que la tercera parte de las personas evaluadas con mucha frecuencia cuando intentan dar apoyo o ayuda a su conyuge y no parece darse cuenta o apreciarlo, no dicen nada, le ponen mala cara y deciden no volver a interesarse por sus cosas.

5.-CUANDO MI CONYUGE DICE ALGO QUE ME HIERE, INTENTO QUE NO SE DE CUENTA DEL DAÑO QUE ME HA HECHO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°100

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA).

Análisis

De un 100% el 48% respondió casi siempre, el 30% generalmente, mientras que el 22% con frecuencia y el resto que es el 0% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% casi nunca.



Gráfico N°100

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la cuarta parte de las personas evaluadas respondió que cuando sus conyugues les dice algo que les hieren, intentan que no se dé cuenta del daño que les han hecho.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	26	52
TOTAL	50	100

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Cuadro N°101

Análisis

De un 100% el 52% casi siempre, el 26% generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, el 0% en la opción casi nunca, el 0% raramente y el 0% ocasionalmente.



Gráfico N°101

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la mitad de las personas evaluadas respondieron que casi siempre cuando sus conyuges dice algo que les hiere, intento que no se dé cuenta del daño que les han hecho.

6.- CUANDO QUIERO PASAR LAS VACACIONES DE UNA MANERA Y MI CONYUGE DE OTRA, ME METO CON EL/ELLA POR SU MAL GUSTO Y DISCUTO PARA CONSEGUIR LO QUE QUIERO

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	9	18
OCASIONALMENTE	14	28
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	11	22
CASI SIEMPRE	4	8
TOTAL	50	100

Cuadro N°102

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 28% respondió que ocasionalmente lo hacen, el 24% con frecuencia lo hacen, mientras que el 22% generalmente, el 18% raramente, el 8% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°102

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadística, se puede observar que menos de la tercera parte con frecuencia cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y sus conyuges de otra

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	5	10
TOTAL	50	100

Gráfico N°102

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% respondió con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 22% ocasionalmente, el 12% raramente, el 10% casi siempre y 0% casi nunca.



Gráfico N°103

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística la tercera parte menciona que con mucha frecuencia las parejas cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y su pareja de otra, se meten con ellos por mal gusto y discuten para conseguir lo que quieren.

7.- CUANDO MI CONYUGE SE PORTA INJUSTAMENTE CONMIGO, NO DIGO NADA PERO ME MUESTRO FRIO/A Y DISTANTE.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	1	2
CON FRECUENCIA	9	18
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	28	56
TOTAL	50	100

Cuadro N°104

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 56% respondió casi siempre, el 24% generalmente, mientras que el 18% con frecuencia, el 2% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% casi nunca.

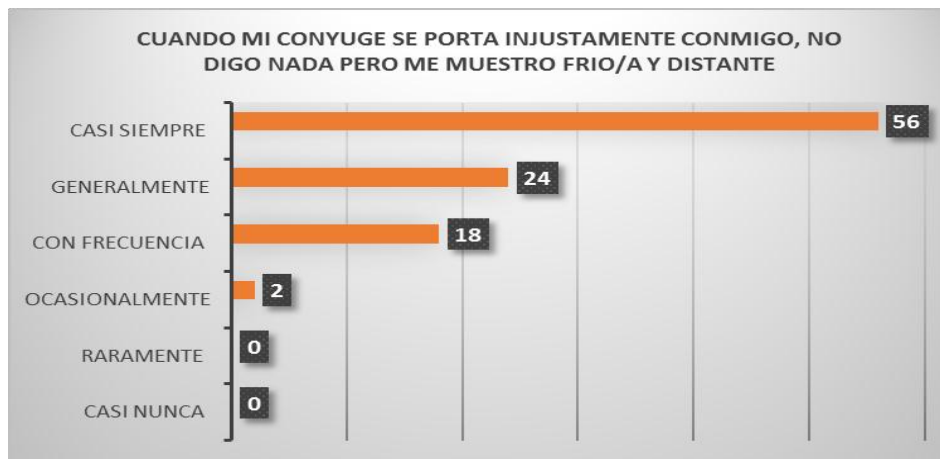


Gráfico N°105

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica que más de la mitad las parejas casi siempre cuando su cónyuge se porta injustamente con ellas, no dicen nada pero se muestran fríos y distantes

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	2	4
CON FRECUENCIA	8	16
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	27	54
TOTAL	50	100

Cuadro N°105

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 54% respondió que casi siempre, el 26% generalmente, mientras que el 16% con frecuencia y el 4% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% restante casi nunca.

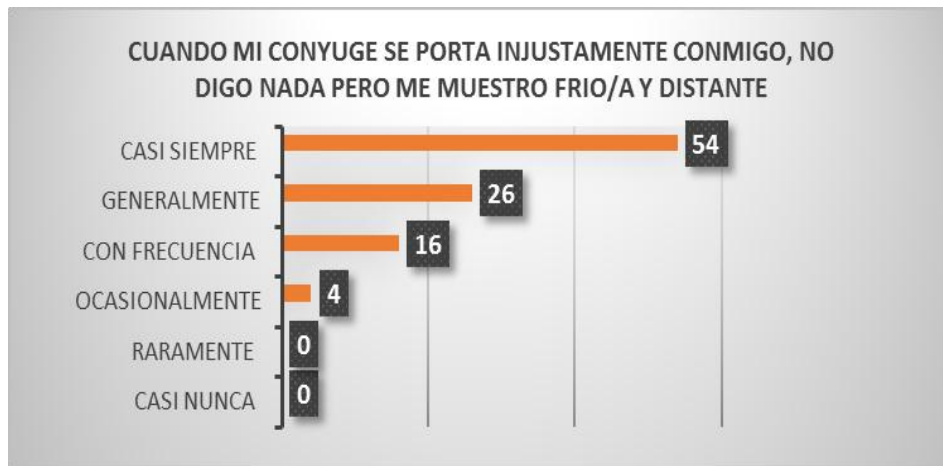


Gráfico N°105

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadística se puede observar que más de la mitad casi siempre las parejas cuando sus cónyuges se porta injustamente con ellas, no dicen nada pero se muestran frio/a y distantes.

8.-CUANDO MI CONYUGE ME DICE ALGO QUE ME PARECE <HUMILLANTE>, ME MUESTRO DISTANTE Y FRIO/A PARA DARLE UNA LECCION.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	13	26
OCASIONALMENTE	14	28
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°106

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% de personas evaluadas el 28% respondieron que ocasionalmente, el 26% raramente, el 24% generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, el 0% casi siempre y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N°106

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que menos de la tercera parte menciona que raramente cuando sus conyuges les dicen algo que les parece ofensivo, humillante, se muestran distante y frío para darle una lección.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	14	28
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	3	6
TOTAL	50	100

Cuadro N°107

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% de evaluados el 28% respondieron que raramente, el 24% generalmente, el 22% ocasionalmente, mientras que el 20% con frecuencia, el 6% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°107

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la Grafica estadística que menos de la tercera parte de las personas evaluada respondió que raramente cuando sus

conyuges les dice algo que les parece humillante, se muestran distantes, fríos para darles una lección.

9.- CUANDO LE PREGUNTO ALGO A MI CONYUGE Y NO ME RESPONDE, NO INSISTO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	4	8
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	6	12
TOTAL	50	100

Cuadro N°108

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% de evaluadas respondieron el 32% ocasionalmente, el 28% con frecuencia, el 20% generalmente, mientras que el 12% casi siempre, el 8% raramente y el 0% casi nunca.



Gráfico N°108

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la Grafica estadística, que la tercera parte con frecuencia las parejas cuando les preguntan algo s sus conyugues y no les responde no insisten.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	13	26
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	7	14
TOTAL	50	100

Cuadro N°109

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% respondieron el 28% con frecuencia, el 26% ocasionalmente, el 24% generalmente, mientras que el 16% raramente, el 14% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°109

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que menos de la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia las parejas cuando les preguntan algo a sus conyugues y no les responde no insisten.

10.- CUANDO INTENTO HABLAR CLARAMENTE DE NUESTRAS PREFERENCIAS SEXUALES. PERO MI CONYUGE LE QUITA IMPORTANCIA A LA CUESTION Y CAMBIA DE TEMA. LO DEJO PASAR Y SIGO CON SU TEMA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	7	4
OCASIONALMENTE	17	34
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N° 110

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 34% respondió ocasionalmente, el 28% con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 0% casi siempre y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N°110

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia las parejas cuando intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero sus conyugues le quitan la importancia a la cuestión y cambian de tema, lo dejan pasar y siguen con su tema, se observa que no existe una adecuada comunicación.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	4	8
RARAMENTE	5	10
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	13	26
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°111

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% respondió que ocasionalmente, el 26% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, por lo tanto el 10% raramente, el 8% casi nunca y el 0% casi siempre.



Gráfico N°111

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la tercera parte de las parejas evaluadas ocasionalmente cuando intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero sus conyugues le quitan importancia a la cuestión cuestión de tema, lo dejan pasar y sigue con su tema.

11.- CUANDO QUIERO QUE MI CÓNYUGE SE RESPONSABILICE MÁS DE AQUELLAS TAREAS DE LA CASA QUE A AMBOS NOS DESAGRADA, NO DIGO NADA PERO ESPERO QUE SE DÉ CUENTA DE LA SITUACIÓN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	17	34
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	7	14
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°112

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 34% ocasionalmente, el 28% con frecuencia, 24% raramente, mientras que el 14% generalmente, el 0% casis siempre y el 0% restante casi nunca.

Gráfico N°112



Cuadro N°112

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos observados se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas con mucha frecuencia cuando quieren que sus cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagrada, no dicen nada pero esperan que se den cuenta de la situación

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	13	26
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	2	4
TOTAL	50	100

Cuadro N°113

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% de evaluados el 28% respondió con frecuencia, el 26% raramente, mientras que el 22% ocasionalmente, el 20% generalmente, el 4% casi siempre y el 0% casi nunca.

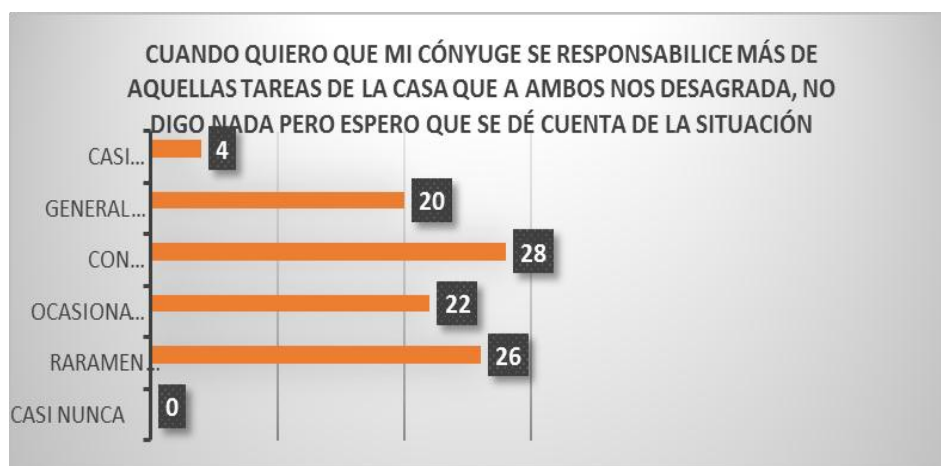


Gráfico N°113

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se observan que menos de la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando quieren que su cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagrada, no dicen nada pero esperan que se den cuenta de la situación.

12.- SI MI CÓNYUGE NO HACE ALGO QUE ME PROMETIÓ, LO DEJO PASAR PERO BUSCO LA OCASIÓN PARA, SUTILMENTE, ECHARLE EN CARA QUE NO CUMPLE SUS PROMESAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	8	16
RARAMENTE	13	26
OCASIONALMENTE	13	26
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	4	8
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°114

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 26% respondió que raramente, el 26% ocasionalmente, mientras que el 24% con frecuencia, el 16% casi nunca, el 8% generalmente y el 0% casi siempre.



Gráfico N°114

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que menos de la tercera parte de las personas evaluadas en ellas no existe mayor dificultad si sus cónyuges no hacen algo que les prometió, lo dejan pasar pero busco la ocasión para, sutilmente, echarle en cara que no cumplen sus promesas

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	17	34
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	6	12
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°115

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 34% menciona que raramente, el 32% con frecuencia, mientras que 22% aduce que ocasionalmente, el 12% generalmente, y el 0% casi siempre y lo restante del 0% casi nunca.

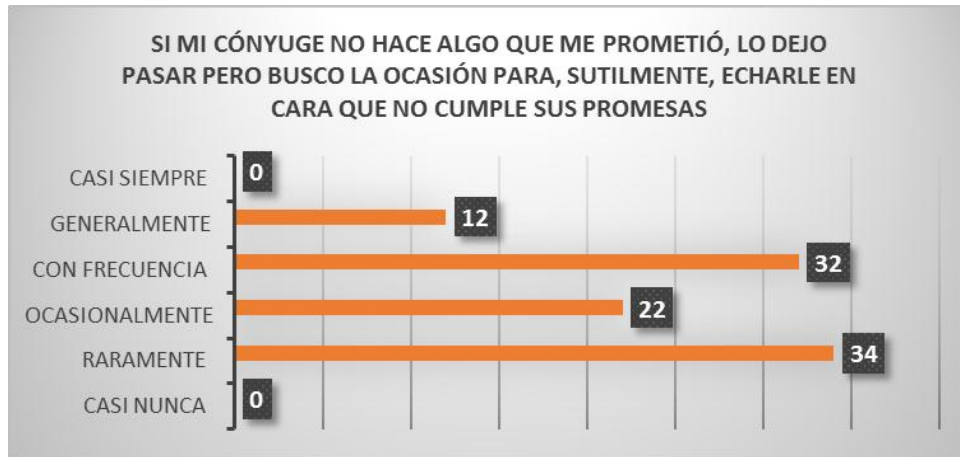


Gráfico N°114

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De os datos obtenidos en a grafica estadística se puede observar, que más de la tercera parte de las personas evaluadas menciona que raramente las parejas si su cónyuge no hace algo que les prometió, lo dejan pasar pero buscan la ocasión para, sutilmente, echarle en cara que no cumplen sus promesas

13.- CUANDO MI CÓNNYUGE Y YO DISCUTIMOS SOBRE ALGO EN LO QUE NO NOS PONEMOS DE ACUERDO, ACABO DANDO GRITOS Y “PONIÉNDOLO VERDE”.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	8	16
CON FRECUENCIA	9	18
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	21	42
TOTAL	50	100

Cuadro N°115

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 42% respondieron que casi siempre, el 24% menciona generalmente, el 18% con frecuencia, el 16% aduce que ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N°115

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la cuarta parte de las personas evaluadas casi siempre cuando sus cónyuges y ellas discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, acaban dando gritos y “poniéndolo verde”.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	4	8
CON FRECUENCIA	8	16
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°116

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% respondieron el 48% casi siempre, el 28% menciona que generalmente, el 16% con frecuencia, mientras que el 8% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N°116

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la cuarta parte siempre cuando sus cónyuges y ellas discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, acaban dando gritos y “poniéndoles verdes”.

14.- CUANDO MI CÓN-YUGE INTENTA DARM E APOYO O AYUDA Y YO NO ME DOY CUENTA O NO LO ACEPTO, SE RINDE E INTENTA ESCONDER SUS SENTIMIENTOS POR MI RECHAZO

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	3	6
CON FRECUENCIA	9	18
GENERALMENTE	16	32
CASI SIEMPRE	22	44
TOTAL	50	100

Cuadro N°117

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 44% menciona que casi siempre, el 32% generalmente, mientras que el 18% con frecuencia, el 6% ocasionalmente, el 0% raramente y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N°117

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la cuarta parte de las personas evaluadas casi siempre cuando su cónyuge intenta darle apoyo o ayuda y yo no se dan cuenta o no lo aceptan, se rinden e intentan esconder sus sentimientos por su rechazo.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	2	4
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	16	32
CASI SIEMPRE	21	42
TOTAL	50	100

Cuadro N°118

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 42% respondió que casi siempre, el 32% menciona que generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, el 4% raramente, el 0% ocasionalmente y el 0% restante casi nunca.



Gráfico N° 118

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la cuarta parte de las personas evaluadas casi siempre cuando sus cónyuge intentan darse apoyo o ayuda y yo no sé doy cuenta o no lo aceptan, se rinden e intentan esconder sus sentimientos por su rechazo.

15.- CUANDO DIGO ALGO QUE HIERE A MI CÓNYUGE, NO ME DICE NADA PERO DURANTE UN TIEMPO ESTÁ “EN SILENCIO” ENFADADA

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	2	40
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	30
GENERALMENTE	16	30
CASI SIEMPRE	21	00
TOTAL	50	100

Cuadro N°119

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 40% respondió raramente, el 30% con frecuencia, mientras que el 30% generalmente, mientras que en las últimas tres opciones de casi nunca, ocasionalmente, casi siempre es el 0%.



Gráfico N° 119

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Grafica estadística, se puede observar que raramente cuando dicen algo que hiera a su cónyuge, no le dice nada pero durante un tiempo está “en silencio” enfadada, por lo que se puede observar una comunicación pasiva.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	22	44
OCASIONALMENTE	15	30
CON FRECUENCIA	13	26
GENERALMENTE	0	0
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°120

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 44% respondió raramente, el 30% ocasionalmente, mientras que el 26% con frecuencia, mientras que las tres opciones: casi nunca, generalmente y casi siempre es el 0%.



Gráfico N°120

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Gráfica estadística, se puede observar que la cuarta parte de las personas evaluadas que raramente cuando dicen algo que hiera a su cónyuge, no le dice nada pero durante un tiempo está “en silencio” enfadada.

16.-CUANDO QUIERO PASAR LAS VACACIONES DE UNA MANERA Y MI CÓNYUGE DE OTRA, CEDE PARA EVITAR UNA PELEA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	8	16
GENERALMENTE	16	32
CASI SIEMPRE	26	52
TOTAL	50	100

Cuadro N°121

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 52% menciona que casi siempre, el 32% generalmente, mientras que el 16% con frecuencia, por lo tanto las tres opciones restantes: casi nunca, raramente, ocasionalmente es un 0%.

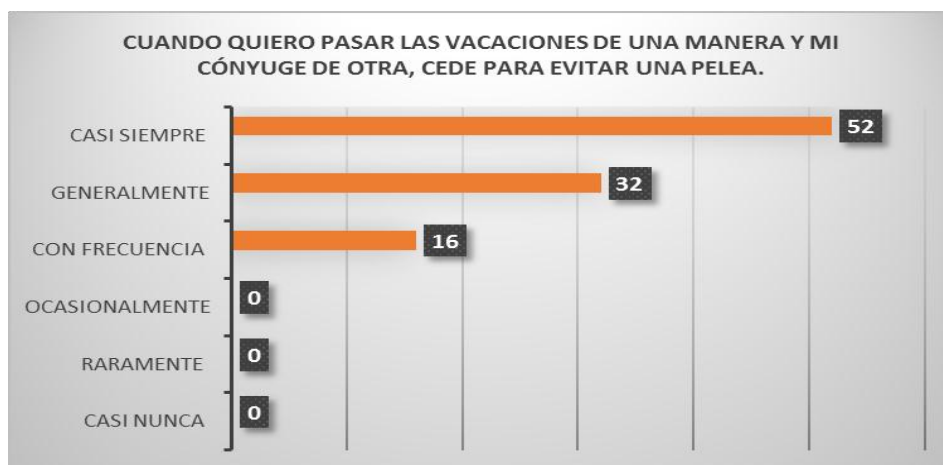


Gráfico N°121

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, la mitad de las personas evaluadas que casi siempre, cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y su cónyuge de otra, cede para evitar una pelea.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	6	12
GENERALMENTE	16	32
CASI SIEMPRE	28	56
TOTAL	50	100

Cuadro N°122

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 56% menciona casi siempre, el 32% generalmente, mientras que el 12% con frecuencia y las tres opciones restantes: casi nunca, raramente, ocasionalmente con un 0%.



Gráfico N°122

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar, que más de la mitad de las personas evaluadas casi siempre, cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y su cónyuge de otra, cede para evitar una pelea dando la presencia de una comunicación sumisa.

17.- CUANDO ME PORTO INJUSTAMENTE CON MI CÓNYPUGE, ME DICE QUE ES EXACTAMENTE LO QUE LE PARECE INJUSTO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	8	16
TOTAL	50	100

Cuadro N°123

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona que ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% aduce que generalmente, el 16% casi siempre, por lo tanto las dos opciones restantes: casi nunca, raramente es un 0%.

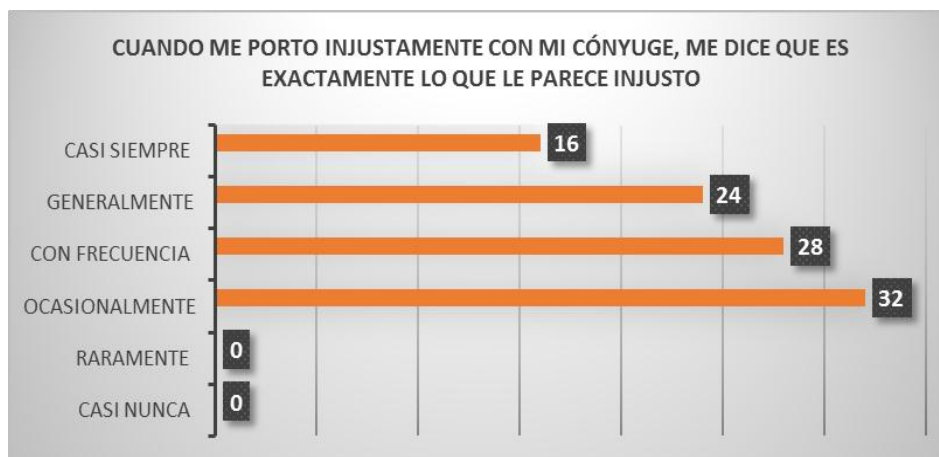


Gráfico N°123

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se observa que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando se portan injustamente con su cónyuge, le dice que es exactamente lo que le parece injusto.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	11	22
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°124

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 22% ocasionalmente, el 22% raramente y las opciones: casi siempre, casi nunca con 0%.

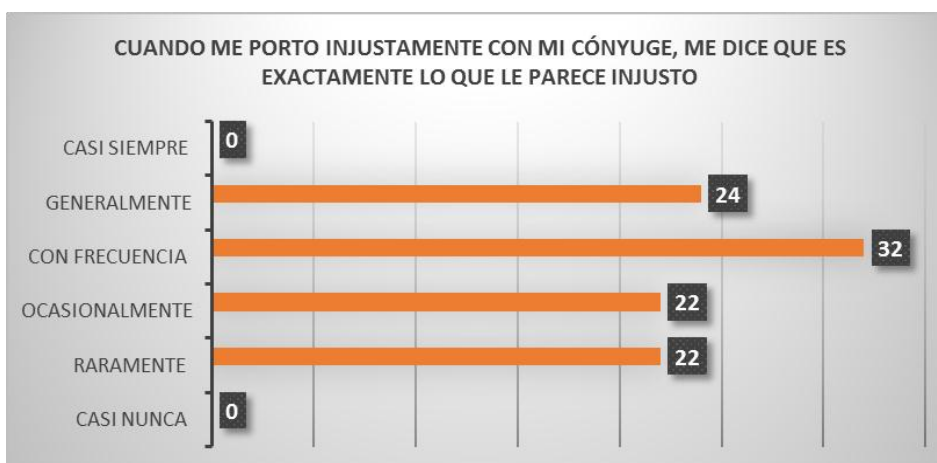


Gráfico N°124

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me dice que es exactamente lo que le parece injusto.

18.- CUANDO DIGO A MI CÓNYUGE ALGO QUE LE PARECE “HUMILLANTE” INTENTA NO HACER CASO Y OLVIDARLO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	17	34
OCASIONALMENTE	19	38
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	0	0
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°125

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 38% menciona que ocasionalmente, mientras que el 34% raramente, el 28% con frecuencia, mientras que las opciones: casi nunca, generalmente, casi siempre es un 0%.

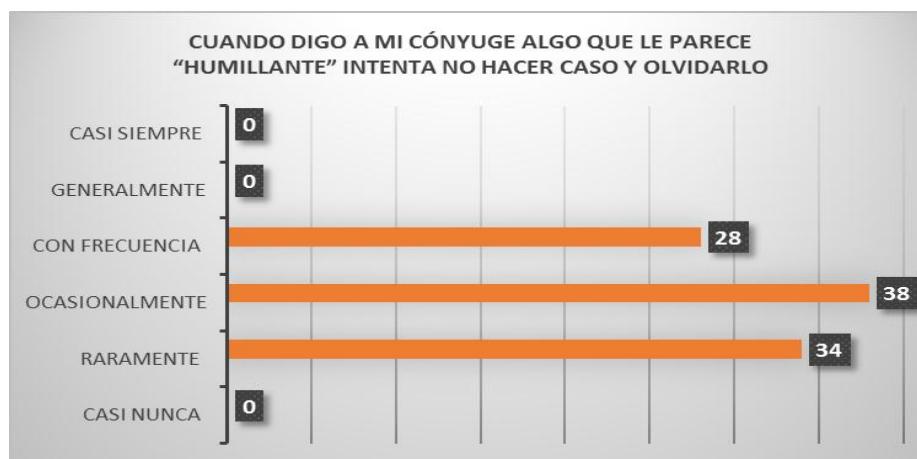


Gráfico N°125

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que más de la tercera parte de las personas evaluadas raramente cuando dicen algo a su cónyuge algo que le parece “humillante” intenta no hacer caso y olvidarlo

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	4	8
OCASIONALMENTE	18	36
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°126

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 36% menciona ocasionalmente, el 32% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 8% raramente, mientras que las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.



Gráfico N°126

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que más de la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando dicen algo a su cónyuge algo que le parece "humillante" intenta no hacer caso y olvidarlo.

19.- CUANDO MI CÓNYUGE ME PREGUNTA ALGO Y NO LE RESPONDO, SE SIENTE HERIDO/A, DEJA DE HABLARME Y PONE "CARA DE ENFADO".

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°127

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona que ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 16% raramente, y las opciones casi nunca, casi siempre con un 0%.



Gráfico N°127

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas ocasionalmente cuando su cónyuge les pregunta

algo y no les responde, se siente herido/a, deja de hablarle y pone “cara de enfado”.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	7	14
OCASIONALMENTE	15	30
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°138

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 30% ocasionalmente, mientras que el 20% generalmente, el 14% raramente, mientras que las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.



Gráfico N°128

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando su cónyuge les pregunta algo y no les responde, se siente herido/a, deja de hablarle y pone “cara de enfado”.

20.-CUANDO MI CÓNYUGE INTENTA HABLAR CLARAMENTE DE NUESTRAS PREFERENCIAS SEXUALES, PERO YO LE QUITO IMPORTANCIA A LA CUESTIÓN Y CAMBIO DE TEMA, LO DEJA PASAR PERO DECIDE NO TENER RELACIONES SEXUALES CUANDO YO DESEE.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	26	52
TOTAL	50	100

Cuadro N°129

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 52% menciona que casi siempre, el 28% generalmente, mientras que el 20% con frecuencia, por lo tanto la opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente con un 0%.

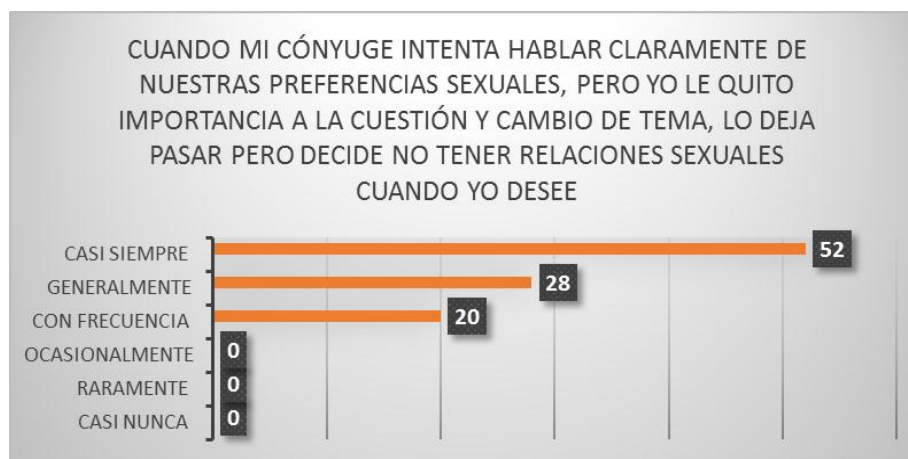


Gráfico N°129

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Gráfica estadística, se puede observar que la mitad de las personas evaluadas menciona que casi siempre cuando sus cónyuges intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero ellos le quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, lo deja pasar pero decide no tener relaciones sexuales cuando ellas deseen.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	25	50
TOTAL	50	100

Cuadro N°130

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 50% menciona que casi siempre, el 28% generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, por lo tanto la opciones casi nunca, raramente, ocasionalmente es de un 0%.

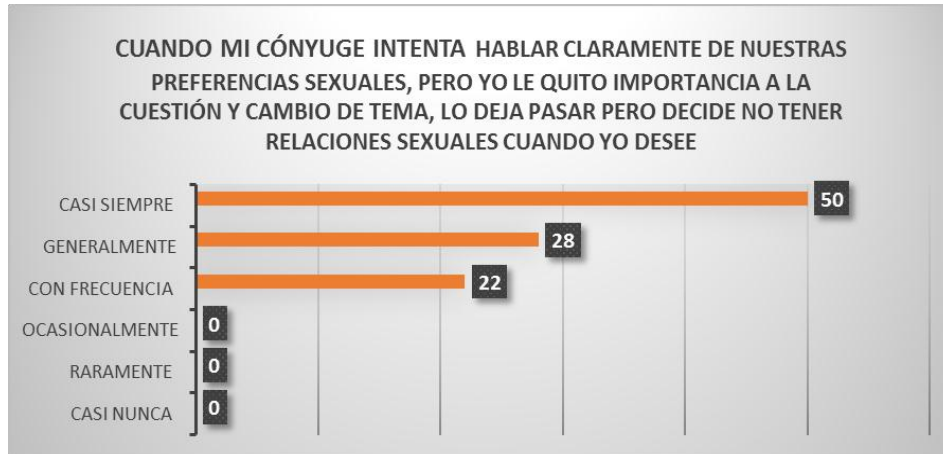


Gráfico N°130

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la Gráfica estadística, se observa que la mitad de las personas evaluadas siempre cuando sus cónyuges intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero ellos le quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, lo deja pasar pero decide no tener relaciones sexuales cuando ellas deseen.

21.-CUANDO MI CÓNYPUGE QUIERE QUE ME RESPONSABILICE MÁS DE AQUELLAS TAREAS DE LA CASA QUE A AMBOS NOS DESAGRADAN, ME DICE QUE COMPRENDA QUE A NINGUNO DE LOS DOS NOS GUSTA HACER ESTAS COSAS Y SUGIERE QUE DIVIDAMOS LAS TAREAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	4	8
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	18	36
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°131

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 36% menciona con frecuencia, el 32% ocasionalmente, mientras que el 24% generalmente, el 8% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.



Gráfico N°131

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando sus cónyuges quieren que se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagradan,

les dicen que comprenda que a ninguno de los dos les gusta hacer estas cosas y sugiere que dividan las tareas.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	14	28
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°132

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 28% ocasionalmente, mientras que el 28% menciona generalmente, el 12% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.

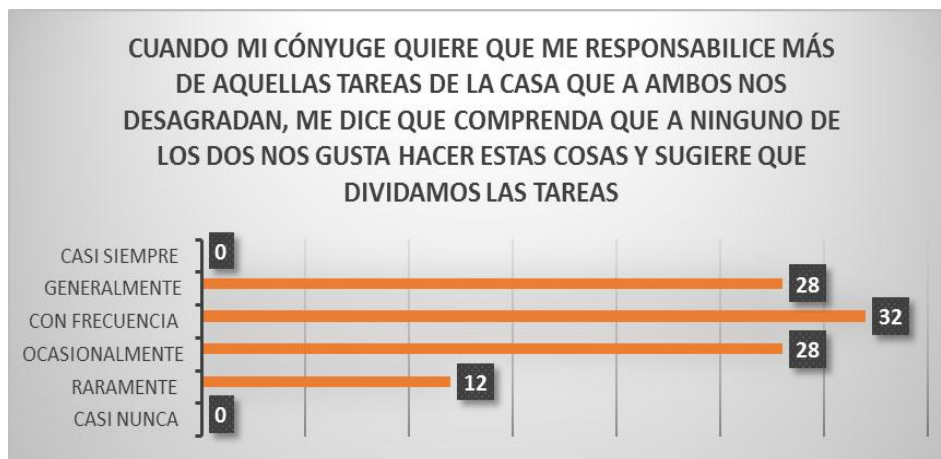


Gráfico N°132

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las personas evaluadas menciona que con frecuencia cuando sus cónyuges quieren que se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagradan, les dicen que comprenda que a ninguno de los dos les gusta hacer estas cosas y sugiere que dividan las tareas.

22.-SI NO HAGO ALGO QUE PROMETÍ, MI CÓNYUGE ME RECUERDA QUE QUIERE QUE LO HAGA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	20	40
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	6	12
TOTAL	50	100

Cuadro N°133

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 40% ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 12% casi siempre, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente con un 0%.



Gráfico N°133

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que la cuarta parte de las personas evaluadas con frecuencia si no hacen algo que prometieron, sus cónyuge les recuerda que quieren que lo haga.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	8	16
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	11	22
TOTAL	50	100

Cuadro N°134

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De cada 100% de personas evaluadas el 32% menciona con frecuencia, el 30% generalmente, mientras que 22% casi siempre, el 16% ocasionalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca y raramente con un 100%.



Gráfico N°134

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia si no hacen algo que prometieron, sus cónyuge les recuerda que quieren que lo haga.

23.-CUANDO MI CÓNYPUGE Y YO DISCUTIMOS SOBRE ALGO EN LO QUE NO NOS PONEMOS DE ACUERDO, SE CALLA Y PONE “CARA DE ENFADO”

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°135

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 48% menciona que casi siempre, el 28% aduce con frecuencia, el 24% generalmente, por lo tanto las opciones: ocasionalmente, raramente, casi nunca con un 0%.



Gráfico N°135

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que la cuarta parte de las personas evaluadas hacen referencia la opción de casi siempre cuando sus cónyuges y ellos discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, se callan y ponen “cara de enfado”

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	27	54
TOTAL	50	100

Cuadro N°136

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 54% respondió casi siempre, el 26% generalmente, mientras que el 20% con frecuencia, por lo tanto la opción casi nunca, raramente, ocasionalmente es con un 0%.



Gráfico N°136

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se observa que la mitad de las personas evaluadas hacen referencia la opción de casi siempre cuando sus cónyuges y ellas discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, se callan y ponen “cara de enfado”

24.-CUANDO MI CÓNYUGE INTENTA DARMÉ APOYO O AYUDA Y YO NO ME DOY CUENTA O NO LO APRECIO, ME DICE QUE ESTÁ INTENTANDO AYUDARME Y QUE SE SIENTE MAL CUANDO NO RECONOZCO SU ESFUERZO

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	8	16
TOTAL	50	100

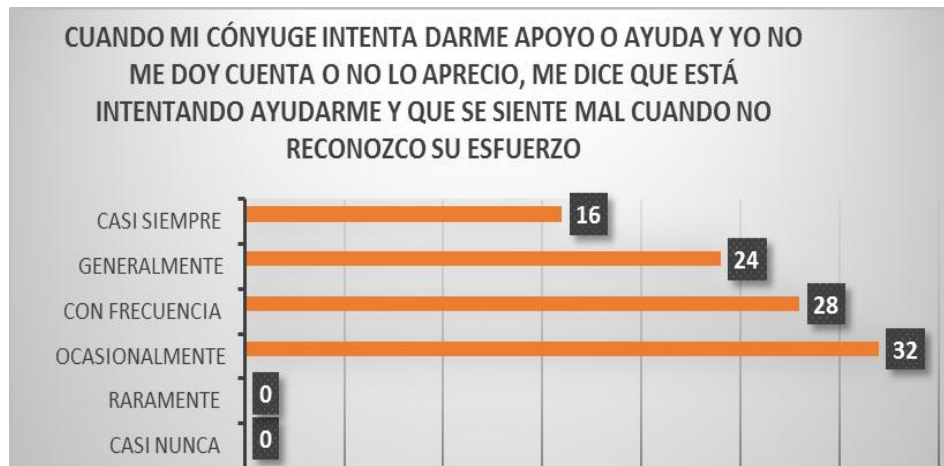
Cuadro N°137

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 16% casi siempre, por lo tanto las opciones casi nunca, raramente con un 0%.

Gráfico N°137



Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística que la tercera parte de las personas evaluadas menciona que ocasionalmente cuando sus cónyuges intentan darles apoyo o ayuda y ellas no se dan cuenta o no lo aprecian, le dice que está intentando ayudarle y que se siente mal cuando no reconocen su esfuerzo.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	11	22
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°138

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 24% aduce generalmente, mientras que el 22% raramente, el 22% ocasionalmente, mientras que las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.

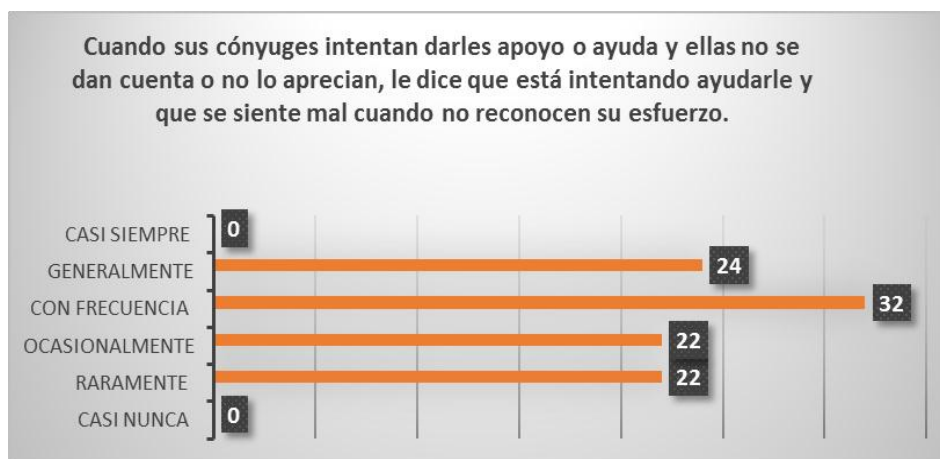


Gráfico N°138

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística que la tercera parte de las personas evaluadas con frecuencia cuando sus cónyuges intentan

darles apoyo o ayuda y ellas no se dan cuenta o no lo aprecian, le dice que está intentando ayudarlo y que se siente mal cuando no reconocen su esfuerzo.

25.- CUANDO DIGO ALGO QUE HIERE A MI CÓNYUGE, ME ATACA VERBALMENTE Y “DESAHOGA” ASÍ SUS SENTIMIENTOS HACIA MI

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	9	18
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	26	52
TOTAL	50	100

Cuadro N°139

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 52% menciona que casi siempre, el 30% generalmente, mientras que el 18% con frecuencia, por lo tanto las opciones: ocasionalmente, raramente, casi nunca con un 0%.



Gráfico N°139

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar que la mitad de las personas evaluadas menciona que casi siempre cuando dicen algo que hiera a sus cónyuges, les ataca verbalmente y “desahoga” así sus sentimientos hacia ellas.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°140

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 48% menciona casi siempre, el 30% generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente con un 0%.



Gráfico N°140

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística que la cuarta parte de las personas evaluadas casi siempre cuando dicen algo que hiera a su cónyuge, le ataca verbalmente y “desahoga” así sus sentimientos hacia ellas.

26.-CUANDO QUIERO PASAR LAS VACACIONES DE UNA MANERA Y MI CÓN-YUGE DE OTRA, ME SUGIERE QUE LO HABLEMOS Y BUSQUEMOS UN ACUERDO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°141

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32 menciona ocasionalmente, el 28% duce con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 16% raramente, por lo tanto las opciones: casi siempre, casi nunca con un 0%.

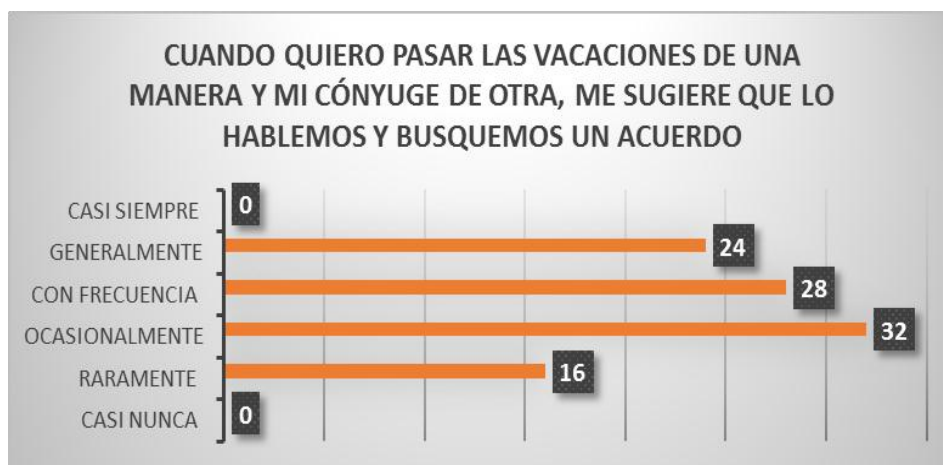


Gráfico N°141

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que la tercera parte de las personas evaluadas menciona que ocasionalmente cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y su cónyuge de otra, le sugieren que hablen y busquemos un acuerdo.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	15	30
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	7	14
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°142

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 30% aduce ocasionalmente, mientras que el 24% raramente, por lo tanto las opciones casi nunca, casi siempre.

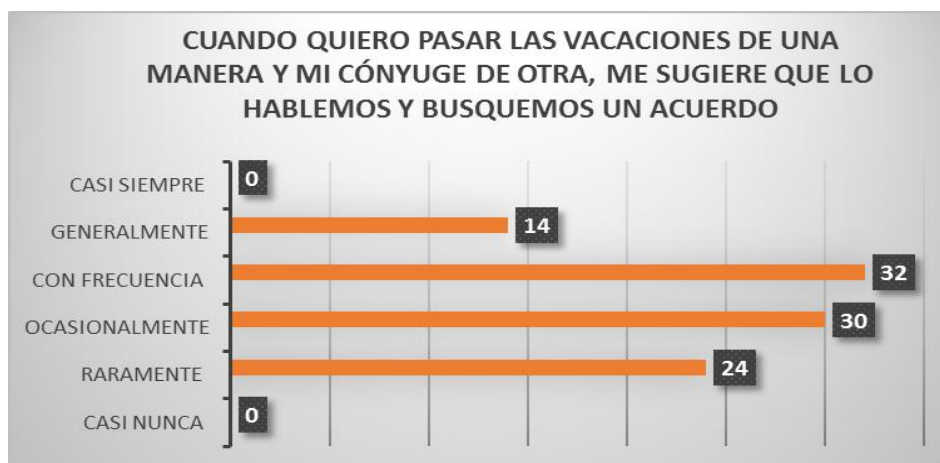


Gráfico N°142

Fuente: Andrea Reyes (<>2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se observa que la tercera parte de las personas evaluadas menciona que con frecuencia cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y su cónyuge de otra, le sugieren que hablen y buscan un acuerdo.

27.-CUANDO ME PORTO INJUSTAMENTE CON MI CÓNYPUGE, SE SIENTE HERIDO/A PERO INTENTA QUE NO ME DE CUENTA.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	8	16
CASI SIEMPRE	6	12
TOTAL	50	100

Cuadro N°143

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% respondió ocasionalmente, 28% menciona con frecuencia, el 16% generalmente, mientras que el 12% casi siempre, el 12% raramente y la opción casi nunca con 0% casi nunca.



Gráfico N°143

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística se puede observar que la tercera parte de las personas evaluadas mencionan que ocasionalmente cuando se portan injustamente con sus cónyuges, se sienten herido/a pero intenta que no se den cuenta.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	15	30
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	8	16
CASI SIEMPRE	11	22
TOTAL	50	100

Cuadro N°144

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 30% ocasionalmente, el 16% generalmente, por lo tanto las opciones: raramente, casi nunca con un 0%.



Gráfico N°144

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las parejas evaluadas con frecuencia cuando se portan injustamente con su cónyuge, se sienten herido/a pero intenta que no se den cuenta.

28.-CUANDO DIGO A MI CÓNYPUGE ALGO QUE LE PARECE “HUMILLANTE” ME HACE SABER SUS SENTIMIENTOS Y QUE ESO QUE LE HE DICHO LE “DUELE”.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°145

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De los 100% el 32% mencionó ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 24% generalmente, el 16% raramente, por lo tanto las opciones casi nunca, casi siempre con un 0%.

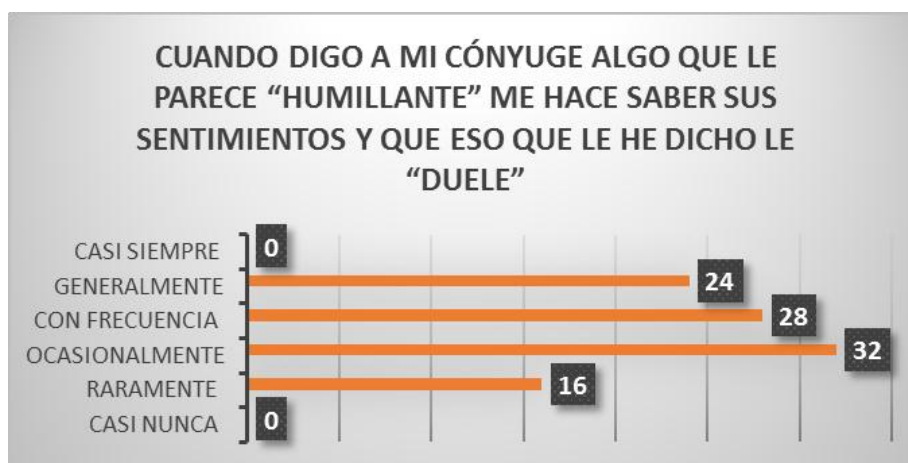


Gráfico N°145

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que menos de la tercera parte de las parejas ocasionalmente cuando dicen a sus cónyuges algo

que le parece “humillante” le hace saber sus sentimientos y que eso que le ha dicho le “duele”

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	15	30
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	8	16
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°146

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 30% aduce raramente, 22% ocasionalmente, mientras que el 16% generalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre en un 0%.



Gráfico N°146

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la tercera parte de las parejas con frecuencia cuando dicen a sus cónyuges algo que le parece “humillante” le hace saber sus sentimientos y que eso que le ha dicho le “duele”.

29.- CUANDO MI CÓNYPUGE ME PREGUNTA ALGO Y YO NO LE RESPONDO, ME GRITA POR NO PRESTARLE ATENCIÓN.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	23	46
TOTAL	50	100

Cuadro N°147

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 46% respondió casi siempre, 30% aduce generalmente, mientras que el 24% con frecuencia, por lo tanto las opciones: ocasionalmente, raramente, casi nunca con un porcentaje del 0%.



Gráfico N°147

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	13	26
GENERALMENTE	16	32
CASI SIEMPRE	21	42
TOTAL	50	100

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede en la gráfica estadística, la cuarta parte de las parejas evaluada menciona que casi siempre cuando sus cónyuges les preguntan algo y no les respondo, le gritan por no prestarles atención.

Cuadro N°148

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 42% mención que casi siempre, 32% generalmente, mientras que el 26% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente con un 0%.



Gráfico N°148

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la cuarta parte de las parejas evaluadas casi siempre cuando sus cónyuges les preguntan algo y no les respondo, le gritan por no prestarles atención.

30.- CUANDO MI CÓNYUGE INTENTA HABLAR CLARAMENTE DE NUESTRAS PREFERENCIAS SEXUALES, PERO YO LE QUITO IMPORTANCIA A LA CUESTIÓN Y CAMBIO DE TEMA, SE ENFADA Y COMIENZA A ATACARME POR SER UN REPRIMIDO/A O NO IMPORTANTE EL TEMA

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	12	24
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°149

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 28% menciona con frecuencia, el 24% ocasionalmente, mientras que el 24% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.

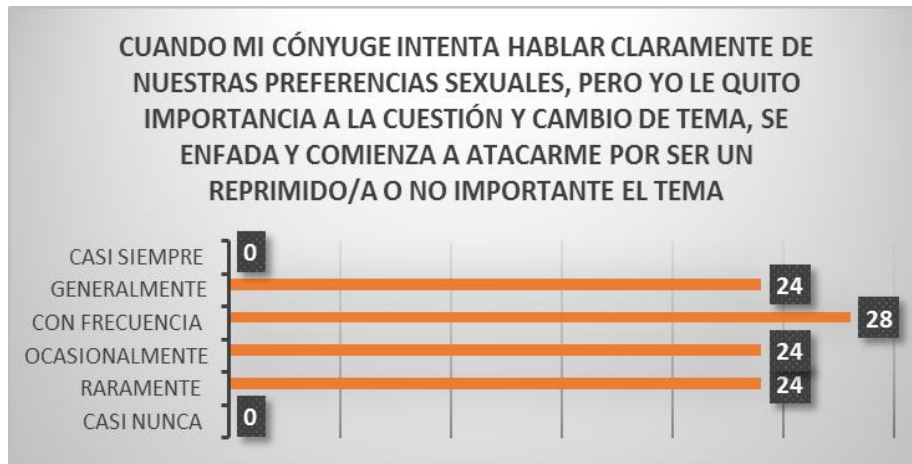


Gráfico N°149

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que menos de la tercera parte de las parejas ocasionalmente cuando sus cónyuges intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero ellas le quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, se enfadan y comienzan a atacares por ser unas reprimido/a o no importante el tema.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	8	16
CASI SIEMPRE	2	4
TOTAL	50	100

Cuadro N°150

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 22% ocasionalmente, mientras que el 16% raramente, el 16% generalmente, el 4% aduce casi siempre y el 0 casi nunca.

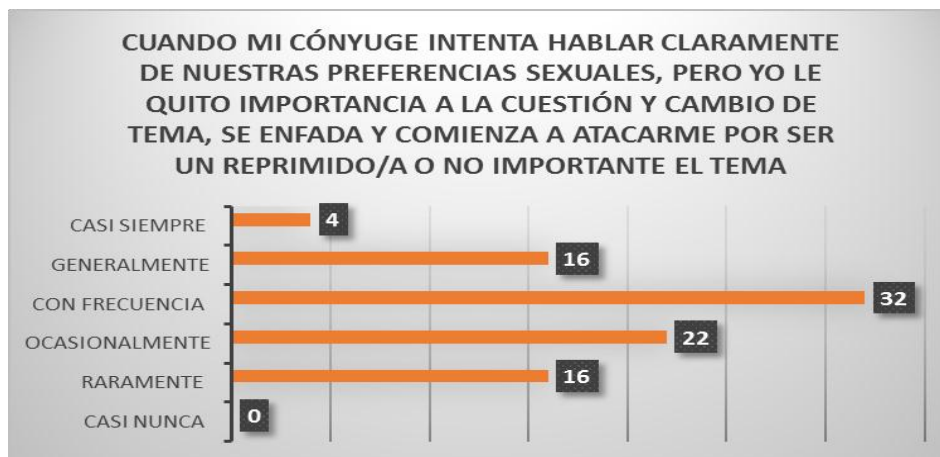


Gráfico N°150

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se observa que la tercera parte de las parejas evaluadas con frecuencia cuando sus cónyuges intentan hablar claramente de sus preferencias

sexuales, pero ellas le quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, se enfadan y comienzan a atacares por ser unas reprimido/a o no importante el tema.

31.-CUANDO MI CÓNYUGE QUIERE QUE ME RESPONSABILICE MÁS DE AQUELLAS TAREAS DE LA CASA QUE A AMBOS NOS DESAGRADAN, ACABA GRITÁNDOME Y ME LLAMA TODO TIPO DE COSAS DE LAS QUE LUEGO SE ARREPIENTE.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	8	16
CON FRECUENCIA	4	8
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	26	52
TOTAL	50	100

Cuadro N°151

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 52% casi siempre, el 24% generalmente, el 16% ocasionalmente, mientras que el 8% con frecuencia por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente con un 0%.



Gráfico N°151

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la mitad de las personas evaluadas menciona que casi siempre cuando sus cónyuges quieren que les responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagradan, acaba gritándose y le llaman todo tipo de cosas de las que luego se arrepiente.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	15	30
CASI SIEMPRE	23	56
TOTAL	50	100

Cuadro N°152

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 56% menciona que casi siempre, el 30% generalmente, mientras que el 24% con frecuencia por lo tanto las opciones casi nunca, raramente, ocasionalmente con un 0%.



Gráfico N°152

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la mitad de las personas evaluadas casi siempre cuando sus cónyuges quieren que les responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos les desagradan, acaba gritándose y le llaman todo tipo de cosas de las que luego se arrepiente.

32.-SI NO HAGO ALGO QUE PROMETÍ, MI CÓNYUGE LO DEJA PASAR ANTES QUE ARMAR LIO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	28	56
TOTAL	50	100

Cuadro N°153

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 56% menciona casi siempre, el 24% generalmente, mientras que el 20% con frecuencia, por lo tanto las opciones: ocasionalmente, raramente, casi nunca con un 0%.



Gráfico N°153

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que más de la mitad de las parejas evaluadas casi siempre si no hacen algo que prometió, su cónyuge lo deja pasar antes que armar lío.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	11	22
GENERALMENTE	17	34
CASI SIEMPRE	21	42
TOTAL	50	100

Cuadro N°154

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 42% menciona casi siempre, el 34% aduce que generalmente, mientras que el 22% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente son con un 100%.



Gráfico N°154

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos se puede observar en la gráfica estadística, que la cuarta parte de las parejas evaluadas casi siempre si no hacen algo que prometió, su cónyuge lo deja pasar antes que armar lio.

33.- CUANDO MI CÓN-YUGE Y YO DISCUTIMOS SOBRE ALGO EN LO QUE NO NOS PONEMOS DE ACUERDO, CON CALMA, ME REPITE, LAS VECES QUE SEA NECESARIO, CUÁLES SON SUS IDEAS.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°155

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un total de 100% evaluados el 32% respondieron ocasionalmente, el 24% aduce raramente, el 24% generalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre es con un 0%.

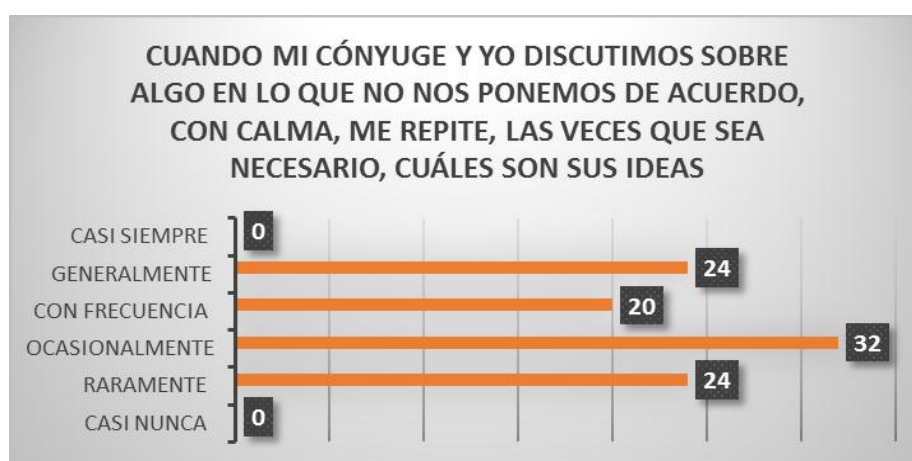


Gráfico N°155

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas ocasionalmente cuando sus cónyuges y ellos discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, con calma, le repite, las veces que sea necesario, cuáles son sus ideas.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	11	22
OCASIONALMENTE	11	22
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°156

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De 100% el 32% menciona con frecuencia, el 24% aduce generalmente, mientras que el 22% raramente, el 22% ocasionalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre con un 0%.

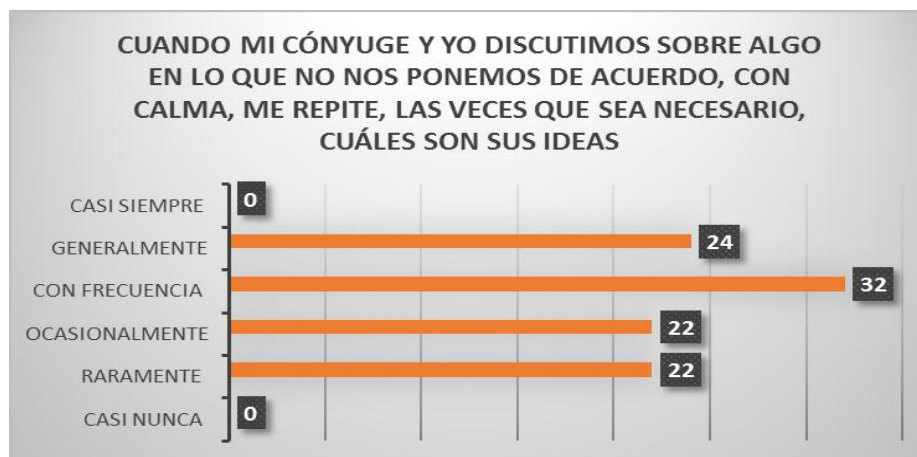


Gráfico N°156

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se observa que la tercera parte de las parejas con frecuencia cuando sus cónyuges y ellos discuten sobre algo en lo que no se ponen de acuerdo, con calma, le repite, las veces que sea necesario, cuáles son sus ideas.

34.- CUANDO MI CÓNYUGE INTENTA DARMÉ APOYO O AYUDA Y YO NO ME DOY CUENTA O NO LO APRECIO, ME DICE QUE ESTOY TAN PENDIENTE DE MÍ MISMO QUE NI SIQUIERA ME DOY CUENTA DE LO QUE LOS DEMÁS HACEN POR MÍ.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°157

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% ocasionalmente, el 24% raramente, el 24% con frecuencia, el 20% generalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre están con un 0%.

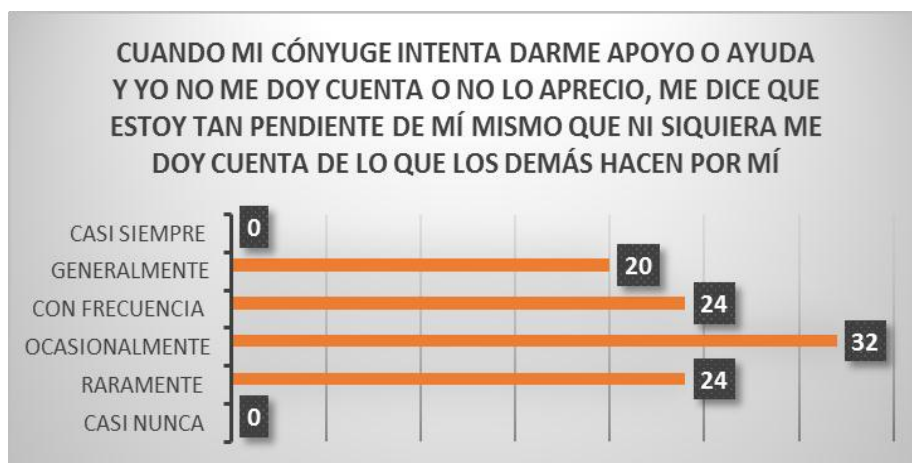


Gráfico N°157

Fuente: Andrea Reyes (2005)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la tercera parte de las parejas evaluadas mencionan que ocasionalmente cuando sus cónyuges intentan darles apoyo o ayuda y no se dan cuenta o no lo aprecian, les dicen que están tan pendiente de sí mismas que ni siquiera se doy cuenta de lo que los demás hacen por mí.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	5	10
OCASIONALMENTE	19	38
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°158

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 38% menciona ocasionalmente, el 32% con frecuencia, mientras que el 20% generalmente, el 10% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre están con un 0%.

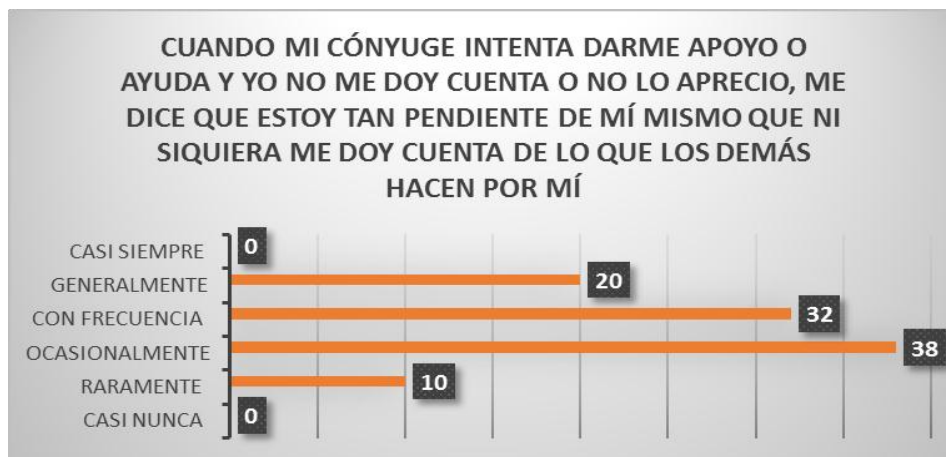


Gráfico N°158

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la tercera parte de las parejas evaluadas menciona que ocasionalmente cuando sus cónyuges intentan darles apoyo o ayuda y no se dan cuenta o no lo aprecian, les dicen que están tan pendientes de sí mismas que ni siquiera se dan cuenta de lo que los demás hacen por ellas.

35.- CUANDO DIGO ALGO QUE HIERE A MI CÓNYUGE, ME EXPONE SUS SENTIMIENTOS Y QUE NO LE GUSTA LO QUE HE DICHO

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	4	8
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°159

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona ocasionalmente, el 28% aduce generalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 8% raramente, por lo tanto la opciones casi nunca, casi siempre están con un 0%.



Gráfico N°159

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la tercera parte de las parejas evaluadas ocasionalmente cuando dicen algo que le hiera a su cónyuge, le exponen sus sentimientos y que no le gusta lo que les han dicho.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	9	18
OCASIONALMENTE	13	26
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°160

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De los 100% el 32% menciona con frecuencia, el 26% ocasionalmente, el 24% generalmente, mientras que el 18% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre están con un 0%.



Gráfico N°160

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas que con frecuencia cuando dicen algo que le hiera a su cónyuge, le exponen sus sentimientos y que no le gusta lo que les han dicho.

36.- CUANDO QUIERO PASAR LAS VACACIONES DE UNA MANERA Y MI CÓNYPUGE DE OTRA, CEDE Y MUESTRA SU DISGUSTO QUEJÁNDOSE.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	14	28
CASI SIEMPRE	24	48
TOTAL	50	100

Cuadro N°161

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 48% menciona casi siempre, el 28% aducen generalmente, mientras que el 24% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente están con un 0%.



Gráfico N°161

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la cuarta parte de las parejas evaluadas casi siempre cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y sus cónyuges de otra, ceden y muestran su disgusto quejándose.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	28	56
TOTAL	50	100

Cuadro N°162

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 56% menciona casi siempre, el 24% generalmente, mientras que el 20% ocasionalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente están con un 0%.



Gráfico N°162

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la mitad de las parejas evaluadas casi siempre cuando quieren pasar las vacaciones de una manera y sus cónyuges de otra, ceden y muestran su disgusto quejándose

37.- CUANDO ME PORTO INJUSTAMENTE CON MI CÓNYPGE, ME ATACA VERBALMENTE Y LUEGO SE ARREPIENTE DE LAS COSAS QUE ME HA DICHO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	16	32
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	2	4
TOTAL	50	100

Cuadro N°163

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona ocasionalmente, el 28% aduce con frecuencia, el 24% generalmente, mientras que el 12% raramente, el 4% casi siempre y el 0% casi nunca.

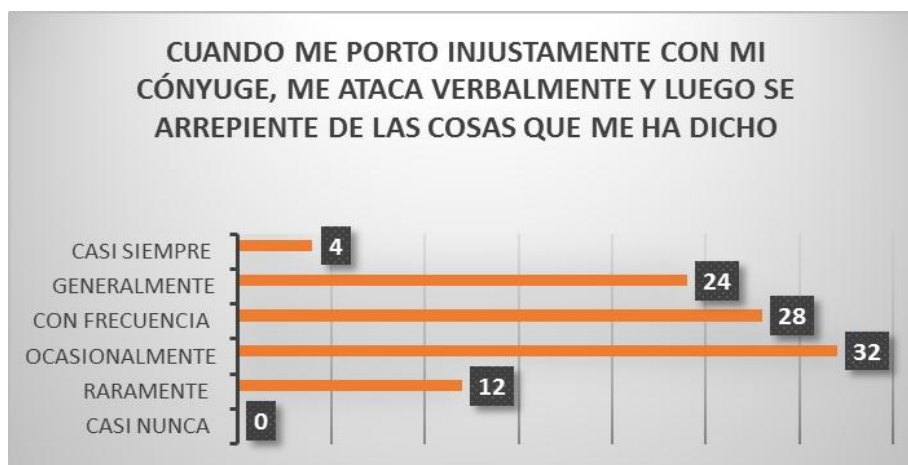


Gráfico N°163

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas evaluadas mencionan que ocasionalmente cuando se portan injustamente con su cónyuge, le atacan verbalmente y luego se arrepiente de las cosas que le ha dicho.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	6	12
OCASIONALMENTE	14	28
CON FRECUENCIA	15	30
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	3	6
TOTAL	50	100

Cuadro N°164

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 30% menciona con frecuencia, el 28% aducen ocasionalmente, el 24% generalmente, mientras que el 12% raramente, el 6% casi siempre por lo tanto el 0% casi nunca.



Gráfico N°164

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas evaluadas mencionan que con frecuencia cuando se portan injustamente con su cónyuge, le atacan verbalmente y luego se arrepiente de las cosas que le ha dicho.

38.- CUANDO DIGO A MI CÓN-YUGE ALGO QUE LE PARECE “HUMILLANTE” INTENTA HUMILLARME TAMBIÉN PARA RECUPERAR EL RESPETO POR SI MISMO/A.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	10	20
GENERALMENTE	11	22
CASI SIEMPRE	29	58
TOTAL	50	100

Cuadro N°165

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 58% mencionó casi siempre, el 22% generalmente, mientras que el 20% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente, están todas las opciones con un 0%.



Gráfico N°165

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la mitad de las parejas casi siempre cuando les dicen a su cónyuge algo que les

parece “humillante” intentan humillarles también para recuperar el respeto por sí mismo/a.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	0	0
OCASIONALMENTE	0	0
CON FRECUENCIA	12	24
GENERALMENTE	13	26
CASI SIEMPRE	25	50
TOTAL	50	100

Cuadro N°166

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De los 100% de personas evaluadas el 50% menciona casi siempre, el 26% generalmente, el 24% con frecuencia, por lo tanto las opciones: casi nunca, raramente, ocasionalmente están con 0%.



Gráfico N°166

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la mitad de las parejas evaluadas casi siempre cuando les dicen a su cónyuge algo que les parece “humillante” intentan humillarles también para recuperar el respeto por sí mismo/a.

39.-CUANDO MI CÓNYUGE ME PREGUNTA ALGO Y YO NO LE RESPONDO, ME LO PREGUNTA DE NUEVO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	8	16
OCASIONALMENTE	17	34
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	11	22
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°167

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 34% menciona ocasionalmente, el 28% con frecuencia, mientras que el 22% aduce generalmente, el 16% raramente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre están con un 0%.



Gráfico N°167

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas evaluadas mencionan que ocasionalmente cuando sus cónyuges les preguntan algo y yo no les responden, le lo pregunta de nuevo.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	9	18
OCASIONALMENTE	13	26
CON FRECUENCIA	14	28
GENERALMENTE	12	24
CASI SIEMPRE	2	4
TOTAL	50	100

Cuadro N°168

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 28% menciona con frecuencia, 26% aduce ocasionalmente, el 24% comenta generalmente, mientras que el 18% raramente, el 4% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°168

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que menos de la tercera parte las parejas evaluadas mencionan que con frecuencia cuando sus cónyuges les preguntan algo y yo no les responden, le lo pregunta de nuevo.

40.- CUANDO MI CÓNYUGE INTENTA HABLAR CLARAMENTE DE NUESTRAS PREFERENCIAS SEXUALES, PERO YO LE QUITO IMPORTANCIA A LA CUESTIÓN Y CAMBIO DE TEMA, ME DICE QUE LE PARECE MAL QUE ME NIEGUE A HABLAR DE ELLO.

	MUJERES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	12	24
OCASIONALMENTE	10	20
CON FRECUENCIA	17	34
GENERALMENTE	8	16
CASI SIEMPRE	3	6
TOTAL	50	100

Cuadro N°169

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 34% menciona con frecuencia, el 24% aduce raramente, el 20% ocasionalmente, mientras que el 16% generalmente, el 6% casi siempre y el 0% casi nunca.



Gráfico N°169

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que más de la tercera parte de las parejas evaluadas con frecuencia cuando sus cónyuges intentan

hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero ellas les quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, les dicen que le parece mal que se nieguen a hablar de ello.

	HOMBRES	PORCENTAJE al 100%
CASI NUNCA	0	0
RARAMENTE	14	28
OCASIONALMENTE	10	20
CON FRECUENCIA	16	32
GENERALMENTE	10	20
CASI SIEMPRE	0	0
TOTAL	50	100

Cuadro N°170

Fuente: Cuestionario de Aserción en la Pareja (ASPA)

Análisis

De un 100% el 32% menciona con frecuencia, el 28% aduce raramente, el 20% generalmente, por lo tanto las opciones: casi nunca, casi siempre son de un 0%.

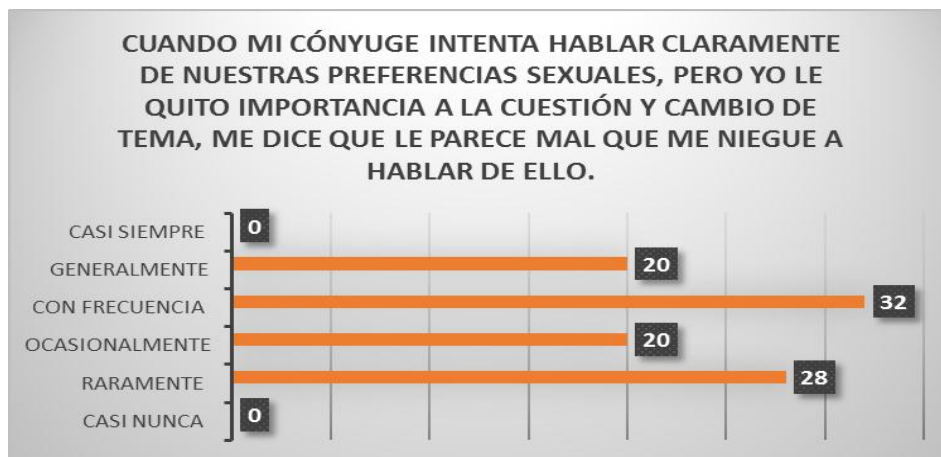


Gráfico N°170

Fuente: Andrea Reyes (2015)

Interpretación

De los datos obtenidos en la gráfica estadística, se puede observar que la tercera parte de las parejas evaluadas mencionan que con frecuencia cuando sus cónyuges intentan hablar claramente de sus preferencias sexuales, pero ellas les quitan importancia a la cuestión y cambian de tema, les dicen que le parece mal que se nieguen a hablar de ello.

4.2 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS

COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS

HIPÓTESIS GENERAL

Hipótesis Alterna

Pensamientos Automáticos SI influyen en los Problemas Conyugales de las parejas de 18-35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social” en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

Hipótesis Nula

Pensamientos Automáticos NO influyen en los Problemas Conyugales de las parejas de 18-35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social” en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

Resultado

“Para la comprobación de la hipótesis general se empleó el método chi cuadrado.” (Pearson, 1900).

4.3 Selección del Nivel de significación

Para la verificación de la hipótesis se utilizara el nivel de $\alpha=0.05$

4.3.1 Descripción de la Población

Se ha tomado de referencia para la investigación de campo a una muestra de 50 parejas entre 18 a 35 años de edad que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

4.3.2 Especificación de lo Estadístico

Los datos sobre las frecuencias observadas y esperadas se muestran a continuación:

Se menciona que para la verificación de la hipótesis se expresa un cuadro de contingencia de 4 filas con 6 columnas con las cuales se determinara las frecuencias esperadas.

Tabla N°1**Elaborado por:** Andrea Reyes (2015)

Tabla de contingencia Pensamientos Automáticos * Niveles de Comunicación						
Recuento						
		Niveles de Comunicación				Total
		asertiva	sumisa	agresiva	Pasiva-agresiva	
Pensamientos Automáticos	Interpretación del pensamiento	1	2	11	13	27
	Pensamiento polarizado	6	1	5	5	17
	Falacia e justicia	2	0	3	1	6
	Falacia de cambio	7	14	5	2	28
	Visión catastrófica	1	5	6	5	17
	culpabilidad	0	3	1	1	5
Total		17	25	31	27	100

Análisis.- De las personas evaluadas de las 27 quienes presentan interpretación del pensamiento 13 de ellas manejan una comunicación pasiva-agresiva, 11 una comunicación agresiva, mientras que 2 manifiestan tener una comunicación sumisa y una persona presenta una comunicación asertiva.

De las 17 personas evaluadas que presentan pensamientos polarizado 5 de ellas manejan una comunicación pasiva-agresiva, 5 de ellas llevan una comunicación agresiva, mientras que 1 de ella maneja una comunicación sumisa y 6 de ellas presentan una comunicación asertiva.

De las personas evaluadas que presentan falacia de justicia que son 6 en total una de ellas maneja una comunicación pasiva-agresiva, 3 de ellas presentan una comunicación agresiva, mientras que 2 de ellas manejan una comunicación asertiva.

De las personas que presentan el pensamiento automático de falacia de cambio que son 28 se puede observar que 2 de ellas presentan una comunicación pasiva-

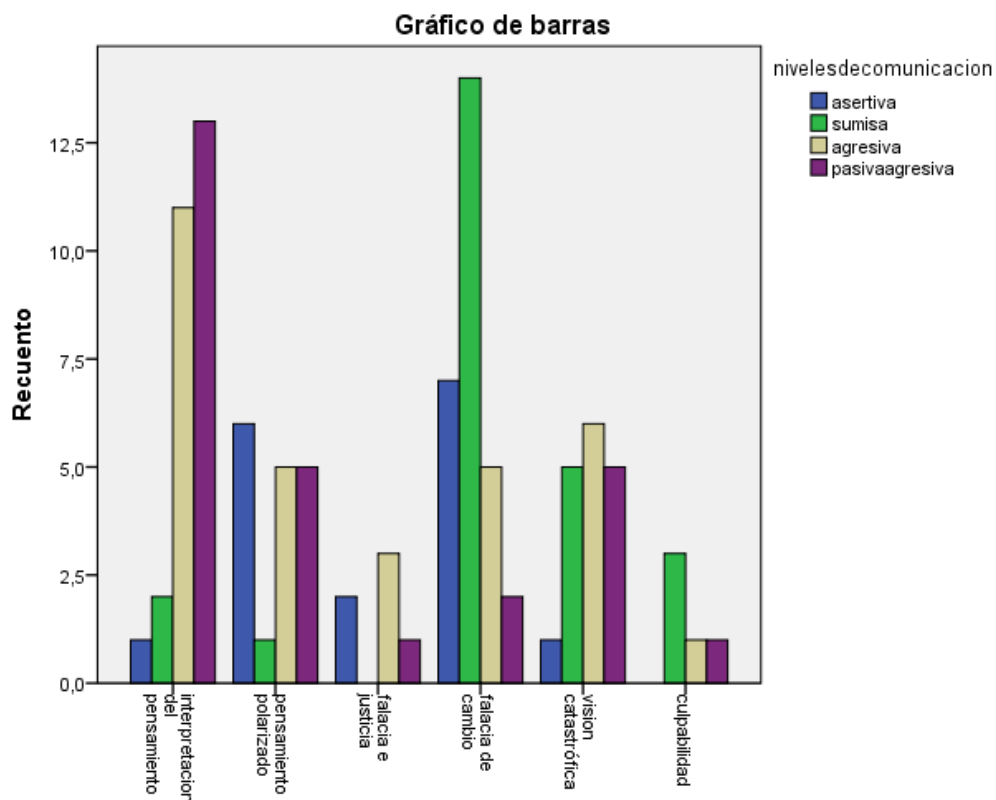
agresiva, 5 de ellas manejan una comunicación agresiva, mientras que 14 de ellas una comunicación asertiva y las 7 restantes una comunicación asertiva.

Del pensamiento automático de visión catastrófica el total son 17 de ellos 5 presentan una comunicación pasiva-agresiva, 6 de ellas una comunicación agresiva, mientras que 5 manejan una comunicación sumisa y 1 de ella presenta una comunicación sumisa.

Del pensamiento automático de culpa 5 de ellas manejan una comunicación pasiva-agresiva, 1 de ellas manejan una comunicación agresiva, 1 presentan una comunicación sumisa, mientras que 3 manejan una comunicación sumisa.

Gráfico del Chi Cuadrado

Gráfico N° 181



Interpretación.-

De acuerdo al Gráfico estadístico se puede evidenciar que el 27% presentan una interpretación del pensamiento las cuales 13 presentan una comunicación pasiva-agresiva, 11 de ellos una comunicación agresiva, 2 de los siguientes presentan una comunicación sumisa y 1 de ellos una comunicación asertiva, por lo que se puede observar que existe una comunicación pasiva-agresiva cuando existe la presencia del pensamiento automático de Interpretación del Pensamiento.

De las personas evaluadas el 17% de ellas presentan Pensamiento Polarizado, donde 5 mencionan que tienen una comunicación pasiva-agresiva, 5 de las siguientes tienen una comunicación agresiva, mientras que 1 de ellas una comunicación sumisa y 6 una comunicación asertiva.

Se puede observar en la gráfica estadística que el 6% de las personas evaluadas presentan Pensamiento Automático de Falacia de Justicia, 1 de ellas manejan una comunicación pasiva-agresiva, 3 una comunicación agresiva y 2 manejan una comunicación sumisa, por lo que se puede observar que cuando existe la presencia del pensamiento de falacia de justicia la comunicación es agresiva.

De las personas evaluadas en la gráfica estadística se puede observar que el 28% presentan pensamiento automático de falacia de cambio, 2 de ellas manejan una comunicación pasiva-agresiva, 5 una comunicación agresiva, 14 una comunicación sumisa y 7 de ellas una comunicación asertiva, demostrando que existe una comunicación sumisa cuando se encuentra presente un pensamiento automático de cambio.

En el Gráfico estadístico se observa que el 17% de personas evaluadas presentan pensamientos automático de Visión Catastrófica, 5 de ellos tienen una comunicación pasiva-agresiva, 6 de ellos una comunicación agresiva, 5 una comunicación sumisa y 1 maneja una comunicación asertiva, por lo que es evidente que en la presencia de un pensamiento de visión catastrófico existe una comunicación agresiva.

De las personas evaluadas se puede observar en el Gráfico estadístico que el 5% presenta un pensamiento automático de culpabilidad, 1 de ellos menciona que tiene una comunicación pasiva-agresiva, 1 una comunicación agresiva, 3 de ellos una comunicación sumisa, dando a conocer que prevalece una comunicación de tipo sumisa

VERIFICACION HPOTESIS

Tabla N°2

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)	Sig. exacta (bilateral)	Sig. exacta (unilateral)	Probabilidad en el punto
Chi-cuadrado de Pearson	39,505	15	,001	.000		
Razón de verosimilitudes	43,600	15	,000	.000		
Estadístico exacto de Fisher	39,400			.000		
Asociación lineal por lineal	6,598 ^c	1	,010	,010	,005	,001
N de casos válidos	100					

a. 16 casillas (66,7%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,85.

b. El estadístico tipificado es -2,569.

Se aplicó la prueba chi cuadrado obteniendo los siguientes resultados si existe relación entre pensamientos automáticos y problemas conyugales ($X^2(15) = 39,400$, $p < 0,05$, $N = 100$) por lo que se acepta la hipótesis alterna.

Se puede observar que los pensamientos automáticos SI influyen en la presencia de los conflictos conyugales en las parejas que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

4. 5 Interpretación General de los niveles de comunicación

General Niveles de Comunicación

Tabla N°3

	Hombres	PORCENTAJE al 100%
Asertiva	0	0
Sumisa	6	12
Agresiva	12	24
Pasiva-Agresiva	32	64
TOTAL	50	100

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

Tabla N°4

	Mujeres	PORCENTAJE al 100%
Asertiva	1	2
Sumisa	31	62
Agresiva	6	12
Pasiva-Agresiva	12	24
TOTAL	50	100

Interpretación: Se puede observar en el cuadro estadístico que 24% mantiene una comunicación agresiva y el 64% una comunicación pasiva-agresiva dando como un total de un 80% que hace referencia en cuanto a la dificultad que existe al relacionarse con su pareja sentimental.

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

Interpretación: En la Tabla estadística se observa que el 12% mantiene una comunicación agresiva mientras que el 24% presenta una comunicación pasiva-agresiva dando un total del 36% que da a conocer que es más de la tercera parte de las mujeres evaluadas que presentan dificultad en cuanto a la comunicación con sus pareja sentimental.

Se puede observar en los niveles de comunicación que existe mayor dificultad en la comunicación por parte del sexo masculino ya que un 88% presenta una comunicación con agresividad hacia sus parejas.

Pensamientos Automáticos

Tabla N°5

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

<i>Pensamientos</i>	Hombres	PORCENTAJE al 100%
Interpretación del Pensamiento	27	54
Pensamiento Polarizado	17	34
Falacia de Justicia	6	12
TOTAL	50	100%

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

Interpretación En la tabla estadística se observa que existe la presencia de pensamientos automáticos que como sabemos traen dificultades, teniendo en cuenta que la interpretación del pensamiento tiene un 54% lo cual hace referencia

a dar atributos aciertos eventos de los cuales no tienen conocimiento simplemente se sigan de sus “interpretaciones”.

Tabla N°6

Pensamientos	Mujeres	PORCENTAJE al 100%
Falacia de Cambio	28	56
Visión Catastrófica	17	34
Culpabilidad	5	10
TOTAL	50	100%

Elaborado por: Andrea Reyes (2015)

Interpretación: En la tabla estadística se puede observar que existe un 56% en el pensamiento automático de Falacia de Cambio haciendo referencia a situaciones en las que las personas de sexo femenino cambiaran o mejoraran lo cual es algo erróneo.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Entre las principales conclusiones están las siguientes:

1. Se concluye con el Test de Ruiz y Lujan que existe la presencia de pensamientos automáticos relacionado a la actitud que tiene la pareja ante situaciones conflictivas con la pareja, se puede verificar los datos en el cuadro de contingencia según el chi cuadrado aplicado, donde se puede observar los pensamientos automáticos más frecuentes que son: polarizado, visión catastrófica, falacia de cambio, interpretación del pensamiento, visión catastrófica.
2. Los pensamientos Automáticos ya antes enunciados influyen en la presencia de problemas conyugales en las parejas evaluadas según el Gráfico que se observa en el cruce de las dos variables aplicando la fórmula del chi cuadrado, de las parejas que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato
3. Se comprueba que los niveles de comunicación son inadecuados en la relación de pareja ya que de un 100% el 88% de hombres manejan una comunicación pasiva-agresiva, mientras que en las mujeres de un 100% el 36% de comunicación agresiva, se puede observar en el cuadro general de datos, determinando que en más de la mitad de la población existe la

presencia de una comunicación pasiva-agresiva, por lo que existe una comunicación inadecuada.

4. Se puede verificar los conflictos conyugales aparecen por la presencia de los pensamientos en situaciones aprendidas o ya vividas en el pasado y que no han sido elaboradas de una manera adecuada, manifestación en la relación con su pareja afectiva.
5. El nivel social puede ser uno de los factores que impulse la presencia de pensamientos automáticos que se relacionen a la dinámica de pareja ya que nos encontramos en una sociedad que sigue existiendo el patriarcado que de alguna u otra manera afecta al sexo femenino.

5.2 RECOMENDACIONES

1. Al reconocer que existe la presencia de pensamientos automáticos se realiza un registro con el mismo para verificar de qué manera incide en el comportamiento de las personas afectadas tratarlos, realizando un seguimiento de las mismas.
2. En el área Penal incentivar y realizar un seguimiento a las parejas que presentan este tipo de dificultades ya que el mayor parte de los casos los tramites son detenidos por algún miembro de la pareja ya sea por amenazas o por solucionarlo por su propia cuenta.
3. Para mejorar el nivel de comunicación se tendría que realizar actividades individuales y con la pareja en base a la circunstancia actual del conflicto a través de los insight que se encuentran presentes en la propuesta de solución.

2. Es recomendable realizar una racionalización de las experiencias vividas y crear pro y contras acerca de las mismas, llevando un registro para verificar su avance.

3. Es recomendable un asesoramiento en cuanto a la relación de pareja para que se pueda manejar los pensamientos automáticos y por ende crear fuentes de una comunicación asertiva para que exista una buena dinámica de pareja.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA DE SOLUCIÓN

6.1 Tema:

Intervención terapéutica en parejas de 18 a 35 años de edad para mejorar la comunicación que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

6.2 Datos Informativos

6.2.1 Institución Ejecutora

Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato

❖ Directos

Parejas que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

❖ Indirectos

Familiares de los pacientes, entorno social y laboral.

6.2.3 Ubicación

Instalaciones del Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato.

6.2.4 Tiempo Esperado para la Ejecución

El tiempo estimado es de 6 meses.

6.2.5 Equipo Técnico Responsable

- Autor de la Investigación: Andrea Reyes

6.3 Antecedentes de la Propuesta

Mediante el proyecto con el tema Pensamientos Automáticos y su influencia en los Problemas Conyugales en las parejas de 18 -35 años que asisten al Departamento de Servicio Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato. Se pudo determinar de acuerdo a las conclusiones mencionadas en el capítulo V a:

1. Se concluye con el Test de Ruiz y Lujan que existe la presencia de pensamientos automáticos relacionado con la manera de comportarse la pareja ante la presencia de situaciones conflictivas por medio de la comunicación con la pareja, datos que se puede observar en la tabla de contingencia donde se aplicó el chi cuadrado.
2. Los pensamientos Automáticos ya antes enunciados hacen referencia en la presencia de problemas conyugales en las parejas evaluadas, se puede observar la relación en el gráfico de barras donde se aplicó el chi cuadrado, en las parejas que asisten al Departamento de Servicio

Especializado de Protección Especial del Ministerio de Inclusión Económica y Social Ubicada en la Provincia de Tungurahua de la ciudad de Ambato. Por lo que se recomienda realizar un seguimiento.

3. Se comprueba que los niveles de comunicación son inadecuados ya que de un 100% en la relación de pareja el 88% de hombres manejan una comunicación pasiva-agresiva y de un 100% en las mujeres un 36% de comunicación agresiva, según el cuadro general de datos.
4. Se puede verificar que los conflictos conyugales aparecen por la presencia de los pensamientos por situaciones aprendidas o ya vividas en el pasado y que no han sido elaboradas de una manera adecuada, manifestación en la relación con su pareja afectiva.
5. El nivel social es puede ser uno de los factores que impulse la presencia de pensamientos automáticos que se relacionen a la dinámica de pareja ya que nos encontramos en una sociedad que sigue existiendo el patriarcado que de alguna u otra manera afecta al sexo femenino.

6.4 Objetivos

Propiciar la intervención psicoterapéutica en las parejas que presentan conflictos conyugales por la presencia de pensamientos automáticos para consolidar una mejor comunicación entre ellos.

Objetivos Específicos

- Utilizar Técnicas estrategias de comunicación asertiva con la pareja.
- Restructurar los pensamientos automáticos que existen y modificar la conducta.

6.5. Justificación

Es factible realizar la terapia conductual bajo los lineamientos del modelo Albert Ellis ya que maneja una corriente similar a la de Aron Beck donde se utiliza la triada cognitiva que es el modelo A-B-C, lo que significa que A es un suceso activador, la B es un método de creencias de las cuales el sujeto desarrolla emociones, pensamientos y acciones, la C son consecuencias, Los malestares que presentan las personas son emocionales originadas por creencias y equivocadas valoraciones, dando como resultado emociones y conductas disfuncionales. Causando una dificultad en el área social de las personas, como es el área afectiva, por lo que es importante aplicar una solución a este conflicto a través de la terapia de Albert Ellis lo que nos ayudara a eliminar los mismos para lograr una mejor dinámica con su pareja.

6.6 Fundamentación Técnica

Esta propuesta de solución esta basada en la combinación de fundamentos teóricos y técnicos de los modelos psicoterapéuticos de la corriente cognitivo-conductual.

(Sánchez, 2009).La intervención en terapia cognitivo-conductual se estructura en tres fases:

1. Evaluación: se realiza una evaluación exhaustiva del caso, por medio de la entrevista y los cuestionarios. Al terminar la evaluación se plantea hipótesis explicativas a los problemas de la persona y con ellos se definen los objetivos del tratamiento.
2. Intervención: Se utiliza técnicas terapéuticas dirigidas al paciente a conseguir objetivos planteados.
3. Seguimiento: se realizaran sesiones para evaluar los resultados de los avances, cambios y realizar ajustes si lo fuese necesario.

Entrenamiento en habilidades de comunicación y de resolución de problemas.

Se plantea un tratamiento y se le adapta a cada pareja, se inicia con el entrenamiento en las habilidades para lograr mantener un dialogo, se continua con palabras precisas para dar a conocer deseos y sentimientos y finalmente se entra en las específicas para poder dar solución a los problemas originados por la inadecuada comunicación.

Es recomendable realizar preguntas precisas, dar información extra, saber escuchar, tratar de llevar un dialogo lo que implica: cambiar de tema, tomar la palabra, pasar la palabra y cerrar el dialogo; se basa en un lenguaje específico y asertivo en el cual se emplearan palabras oportunas y convenientes, centrándose en una información positiva, tanto verbal como no verbal (Costa y Serrat, 1982). Es de mucha importancia la escucha activa, en la que hay que tener en cuenta la postura y contacto visual, el tono de voz adecuado, se tiene que incentivar al otro a hablar utilizando ademanes y tono de voz adecuado, es de suma importancia ser empáticos, se debe tratar de evitar juicios de valor.(Cáceres, 1996).

Con esas habilidades como base es importante la expresión de deseos y sentimientos, ya sean positivas o negativas se las debe aceptar de buena manera, para realizarlo de tal manera que no se haga daño al otro y se sea constructivo. Se enseña a manejar la ira de forma positiva, eliminando las etapas en la que la mujer da respuestas hostiles mientras que el hombre se retira, Es conveniente evitar la crítica si no fuese constructiva. Es importante retirarse si existe un dialogo hostil y es difícil solucionarlo e ese momento, ya que no todas las personas tienen la capacidad responder asertivamente lo que conlleva a tener una discusión más fuerte.

La escucha activa es cuando el mensaje ha sido receptado de una manera correcta donde es necesario la empatía, para saber si el mensaje receptado es el correcto se realiza un resumen de lo que se ha entendido con un tono adecuado y se debe utilizar las palabras precisas, hay opinar desde nuestro punto de vista.

Es recomendable no interrumpir, ni dar solucionando el problema solo se tiene que escuchar y dar tu opinión respetando la valoración de las diferentes opiniones que se tenga.

Cambios cognitivos

En la terapia cognitivo conductual; cuando intervienen componentes cognitivos distorsionados, se trata de detectar y reestructurar las atribuciones, expectativas, creencias irracionales.; se trata de modificarlas, eliminando las atribuciones a motivos ocultos, cambiando las expectativas, los patrones aprendidos en las familias de origen o por ideas preconcebidas, para adaptarlos a las posibilidades de la pareja, atacando las ideas irracionales, las propias explicaciones y atribuciones que se dan a los conflictos pueden ser también una fuente de ajuste o desajuste matrimonial.

Las técnicas que se emplean son la reestructuración cognitiva, el diálogo socrático, la contrastación científica de hipótesis. El análisis lógico se utiliza para poner las expectativas en su sitio. Para modificar las suposiciones y los estándares se utiliza el diálogo socrático, en el que se pregunta y se evalúan las consecuencias de vivir con esos patrones. Se enseña la habilidad de utilizar de forma constructiva la meta comunicación para modificarlos de la forma en que se está hablando y evitar seguir por los caminos de la emoción lo que conlleva a la violencia.

Terapia Racional Emotiva

Elaborado por Elia Roca

La información se obtuvo por varios escritos de A. Ellis.

1º ETAPA: PSICODIAGNOSTICO

OBJETIVOS

Identificar las creencias “irracionales” que son los causantes de emociones o conductas contraproducentes.

Comprender como atribuyen a los problemas del paciente.

Señalar e indicar metas en las que el paciente y terapeuta estén de acuerdo.

Tareas:

I. Seleccionar y clasificar los problemas del paciente en:

Externos (conflictos en las A)

II: Detectar, por medio del relato del paciente, las creencias irracionales.

Las más importantes son: catastrofismo, de condena o autocondena, de y la no soportantis.

III. Posteriormente seleccionar los “problemas sobre los problemas” hacemos referencia a los problemas secundarios siendo estas las ideas irracionales sobre sus problemas de mayor importancia en este caso los problemas primarios.

IV. Es importante establecer metas maleables, conceptualizar el cuadro sintomático en términos ABC e informar al paciente de las posibles soluciones y brindar recomendaciones.

V. Explicarle las bases de la RET, poniendo como ej; sus propios problemas.

VI. Empezar a hacer autoregistros

2º ETAPA: INSIGHT INTELECTUAL

Se trabaja con la etapa anterior:

Es importante en tener claros los conceptos que continuación se presentan:

-Las creencias irracionales actuales es el factor predisponente para la aparición de sus emociones y conductas.

-Tener el conocimiento de que las creencias irracionales son las causantes de su malestar se tiene que utilizar el registro.

-Tener claro que no existe existen pruebas que afirmen las ideas irracionales y explicar que si existe la actitud errónea ante ciertos eventos provocando malestar hacia los demás.

-Entender que quieren liberarse de sus creencias irracionales, por las que hay que trabajar un largo periodo para afianzar y mantener firme las nuevas actitudes racionales.

Se puede utilizar casetes y de lecturas explicativas. Zonas erróneas y libros de autoayuda.

El objetivo es lograr 5 insights anteriores para pasar a la siguiente fase cambio de creencias-actitudes.

3° ETAPA: INSIGHT EMOCIONAL: CAMBIO DE ACTITUDES

Queremos mejorar las actitudes del sujeto ante las creencias, emociones y conductas, según Ellis es importante contar con una creencia muy fuerte y contar con una creencia alternativa sana.

Es la etapa extensa

El terapeuta en esta etapa actúa como un profesor “aniquilador” del paciente y fortalece las racionales. El terapeuta a su paciente enseña a razonar. Utiliza la persuasión, los diálogos socráticos para enseñar al paciente a:

-Reflexionar sus ideas a hipótesis a comprobar.

-Valorar las nuevas ideas beneficiosas racionales.

-Trabajar duro para abandonar las viejas creencias irracionales y adherirse a las nuevas creencias racionales.

Objetivo: Crear ideas o filosofías racionales y actuar en contra de las creencias irracionales y a favor de las nuevas filosofías racionales hasta automatizarlas.

-En esta etapa se utiliza el autoregistro más competente que incluye pensamientos racionales alternativos (casilla D) y las consecuencias deseables de las mismas (casilla E).

6.7. Cronograma de actividades

ETAPA	OBJETIVO	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
Preparación y Logística.	Identificar el espacio físico y los recursos humanos donde se aplicará el método.	Preparación del material teórico práctico.	Sala de Sesiones	Investigadora.	Del 9 al 14 de Abril del 2015.
Encuadre.	Establecer de normas y objetivos.	Reunión con las parejas con las que se va a trabajar	Sala de sesiones. Material de oficina. Material bibliográfico. Humano.	Investigadora.	Del 15 al 24 de Abril del 2015
Selección de las parejas	Captar a los miembros que serán elegidos como objeto	Remisión a los miembros designados a la actividad de salud	Historia Clínica Psicológica Material de oficina.	Investigadora.	Del 25 al 30 de Abril del 2015.

	de investigación	mental que se realizará.	Humanos (Pacientes) Ministerio de Inclusión Económica y Social		
	Indicar a las parejas con las que va a realizar el trabajo terapéutico.	Explicación verbal a todos los pacientes sobre el proceso de Intervención	Ministerio de Inclusión Social Material de oficina Material bibliográfico.	Investigadora.	Del 09 al 23 de Mayo del 2015.
Instrucciones	Guiar al sujeto en cada sesión en el empleo de respuestas específicas o patrones	Informar sobre respuestas y las conductas adecuadas	Ministerio de Inclusión Humano(Pacientes)	Investigadora.	Del 27 al 30 de Mayo del 2015.

	de respuestas, y a lo largo de toda la sesión, sobre las conductas que tiene que identificar al observar a los modelos que tiene que ejecutar en el ensayo.	<p>Explicar claramente y con ejemplos concretos de las conductas</p> <p>Justificar la importancia de conductas y la necesidad de ejecutarlas</p>			
Detección del Pensamiento Automático	Exhibir un modelo de las conductas que son objeto de entrenamiento, debe haber determinada similitud entre la propuesta y el modelo.	<p>Preparar y predisponer favorablemente al sujeto para la observación.</p> <p>Realizar un autoregistro con las A-B-C</p> <p>Percepción por parte del observador.</p>	<p>Humano</p> <p>Participantes y pacientes</p> <p>Modelo</p> <p>Ayudante del modelo</p>	Investigadora.	Del 13 de Junio al 07 de Julio del 2015

<p>Refutar esas creencias e identificar las creencias alternativas racionales</p>	<p>Es la etapa de identificar las creencias irracionales existentes e indicarlás racionales alternativas, para llegar a descubrir la falsedad de sus creencias irracionales y hallar la creencia racional alternativa</p>	<p>Enseñarles a seleccionar: ciertas palabras como: debo, deseo, tengo que. Indicar las consecuencias indeseables de las terribles antes de tiempo. Las conclusiones lógicas de las ilógicas.</p>	<p>Ministerio de Inclusión Humano(Pacientes) Objetos para elaborar un escenario</p>	<p>Investigadora.</p>	<p>Del 14 de Julio al 04 de Agosto del 2015</p>
<p>Afianzar Alternativas Racionales</p>	<p>Incrementar las opciones necesarias para la expresión de deseos y sentimientos, tanto de agrado como de</p>	<p>Realizar un estudio de las creencias que existen, buscar las ventajas y desventajas y buscar métodos de cómo solucionarlas.</p>	<p>Humano(Pacientes) Videos Proyector</p>	<p>Investigadora</p>	<p>Del 05 al 26 de Agosto del 2015</p>

	desagrado, para realizarlo de tal manera que no se haga daño al otro y se sea constructivo.	Realizar ensayos escritos sobre alguna creencia básica. Es recomendable manejar un lenguaje asertivo ya que en la parte del lenguaje determina el pensamiento.			
Fortalecer los Hábitos Racionales	Prepara al paciente a mecanizar los cambios que se hayan obtenido para tiempo	El autorrefuerzo es importante se aplica en el momento en el que el paciente piensa de una	Ministerio de Inclusión Económica y Social	Investigadora	Del 28 de Agosto al 09 de Septiembre del 2015

	posterior por si solo logre manejarlos el propio sujeto.	manera objetiva y sancionarse por actuar de una manera irracional. Actuar en la vida diaria, de manera consistente con su nueva manera de pensar racionalmente evitando tener ideas irracionales.	Humano(Pacientes) Hojas de papel bond Esferos Videos Proyector Memory Parlantes		
Entrenamiento en habilidades de comunicación y de resolución de problemas.	Para mantener una conversación, se sigue con las precisas para expresar deseos	Aprender cómo hacer preguntas, dar información gratuita adicional, escuchar, llevar una conversación	Humano(Pacientes) Familiares	Investigadora	10 al 26 de Septiembre del 2015

	<p>y sentimientos y finalmente se entra en las específicas de resolución de problemas.</p>	<p>lo que implica: cambiar de tema, tomar la palabra, pasar la palabra y cerrar la conversación; todo basado en un lenguaje específico en el que los términos que se emplean se tienen que referir a elementos observables y cuantificables, oportunos y convenientes, centrándose en una información positiva, tanto verbal como no verbal.</p> <p>La escucha activa, para la que hay que tener en cuenta la postura y</p>			
--	--	---	--	--	--

		contacto visual, el tono adecuado, se tiene que animar al otro a hablar utilizando gestos y tono adecuado, evitar juicios de valor y utilizar de forma exhaustiva la empatía			
Reconocimiento del avance terapéutico	Reconocer en el grupo los avances que se dieron durante el transcurso del proceso terapéutico.	Análisis continuo de todos los avances objetivos y subjetivos	Ministerio de Inclusión Económica y Social Humano(Pacientes)	Investigadora	Del 01 al 06 de Octubre del 2015
Finalización y evaluación	Medir los logros de manera cualitativa y cuantitativa de todo	Cierre de la terapia y convivencia	Ministerio de Inclusión Económica y Social	Investigadora	13 de Octubre del 2015

	el proceso.		(Pacientes) Familiares		
--	-------------	--	---------------------------	--	--

6. Recursos Administrativos

Recursos Físicos:

- Instalaciones del Departamento
- Salones de terapia
- Recursos Humanos
- Personal de la Institución

Recursos Materiales:

- Material del Departamento Psicológico
- Papeles de Oficina
- Sillas

Presupuesto:

<i>RUBRO DE GASTOS</i>	<i>VALOR</i>
1.- Personal Técnico	\$ 900
2.-Material de Oficina	\$ 100
3.Enceres de oficina	\$ 250
4.Gastos extras	\$100
Total:	\$1.350

6.1 CRONOGRAMA

ACTIVIDADES- MES	OCTUBRE		NOVIEMBRE		DICIEMBRE		ENERO		FEBRERO		MARZO	
Planteamiento del Problema	X	X										
Objetivos Y Justificación			X									
Marco teórico				X								
Realización del Capítulo I-II					X							
Revisión de capítulos					X							
Realización del capítulo III y IV					X							
Revisión de capítulos						X						
Realización del capítulo V y VI Bibliografía							X	X				
Bibliografía y Anexos									X			
Revisión general										X		
Transcripción anillados											X	
Presentación												X

6.8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIBLIOGRAFÍA

- Beck, A. T. (2000). Con el Amor no basta. España: Oceano
- Caballo, V. E. (1997). Manual para el tratamiento Cognitivo-Conductual. España: Piramide.
- COIP, G. J. (2015). Gestion Judicial de Violencia Contra a Mujer y la Familia COIP. Gestion Judicial de Violencia Contra a Mujer y la Familia COIP. Ambato, Tungurahua, Ecuador.
- Erazo, L. R. (2005). Psicología clínica de la salud: un enfoque conductual. En L. R. Erazo, Psicología clínica de la salud: un enfoque conductual . Mexico: El Manual Moderno.
- Gottman, J. (2000). Los Siete Principios para hacer que el matrimonio funcione. Madrid: Grijalvo.
- Gray, J. (1993). Los Hombres son de Marte las mujeres de venus. Argentina: Atlántida.
- Kershaw, C. J. (1994). La danza hipnótica de la pareja. Creación de estrategias ericksonianas en terapia marital. España: Amorrortu.
- Maureira, F. (2011). Los cuatro componentes de la pareja. Mexico: Grijalvo.
- Mensch, D. (1997). El Hombre su cuerpo y espiritu. Barcelona-España: Grijalbo.
- Risso, W. (2000). Amores Altamente Peligrosos. Norma.
- S.Beck, J. (2000). Terapia Cognitiva Conceptos Basicos y Profundización. Barcelona -España: Gedisa.

LINKOGRAFÍA

Sánchez, J. J. (miercoles de diciembre de 2014). *Spicologia Online*. Obtenido de Spicologia Online: <http://www.psicologia-online.com/ESMUbada/Libros/ProfSanitarios/profesionales3e.htm>

Sánchez, J. J. (s.f.). *Psicologi Online*. Obtenido de Psicologi Online: <http://www.psicologia-online.com/ESMUbada/Libros/Manual/manual2b.htm>

SIISE., C. N. (viernes de diciembre de 2014). *Información - SIMUJERES*. Obtenido de Información - SIMUJERES: http://www.siise.gob.ec/siiseweb/PageWebs/Marco%20Conceptual/macsim_conamu.htm

Sofía, M. A. (s.f.). *slideshared*. Obtenido de Ruiz, J.J. y Cano, J.J. : Manual de psicoterapia cognitiva.

Spivacow, M. A. (2001). *Pareja en Conflicto*. Argentina: Norma.

CITAS BIBLIOGRÁFICAS – BASES DE DATOS UTA

- EBRARY: Lindheimer, M., De Roberts, J., & Gary. (julio de 2011). Obtenido de <http://site.ebrary.com/lib/utasp/docDetail.action?docID=10486038&p00=embarazo>
- INFORMAWORLD: Maat, S., Dekler, J. S., & De Jonghe, F. (2007). Obtenido de <http://dx.doi.org/10.1080/10503300600756402>
- PROQUEST: Molina, A. (25 de mayo de 2004). Obtenido de <http://search.proquest.com/docview/315731298?accountid=36765>
- EBRARY: Requena, E. (2003). Obtenido de <http://site.ebrary.com/lib/utasp/docDetail.action?docID=100406038&p00=depresion%20embarazo>
- PROQUEST: Vitela, N. (2007). Obtenido de <http://search.proquest.com/docview/307849504?accountid=36765>

ANEXOS

ANEXOS 1

INVENTARIO DE PENSAMIENTOS AUTOMÁTICOS

(Ruiz y Lujan, 1991)

A continuación tienes una lista de pensamientos que suelen presentar las personas ante diversas situaciones. Se trata de que valores la frecuencia con que sueles pensarlos (pensando en general, no en situaciones concretas para cada una de ellas), siguiendo la escala:

0 = Nunca pienso eso;

1 = Algunas veces lo pienso;

2 = Bastante veces lo pienso;

3 = Con mucha frecuencia lo pienso.

1. No puedo soportar ciertas cosas que me pasan	0	1	2	3
2. Solamente me pasan cosas malas	0	1	2	3
3. Todo lo que hago me sale mal	0	1	2	3
4. Sé que piensan mal de mi	0	1	2	3
5. ¿Y si tengo alguna enfermedad grave?	0	1	2	3
6. Soy inferior a la gente en casi todo	0	1	2	3
7. Si otros cambiaran su actitud yo me sentiria mejor	0	1	2	3
8. ¡No hay derecho a que me traten así!	0	1	2	3
9. Si me siento triste es porque soy un enfermo mental	0	1	2	3
10. Mis problemas dependen de los que me rodean	0	1	2	3
11. Soy un desastre como persona	0	1	2	3
12. Yo tengo la culpa de todo lo que me pasa	0	1	2	3
13. Debería de estar bien y no tener estos problemas	0	1	2	3
14. Sé que tengo la razón y no me entienden	0	1	2	3
15. Aunque ahora sufra, algún día tendré mi recompensa	0	1	2	3
16. Es horrible que me pase esto	0	1	2	3
17. Mi vida es un continuo fracaso	0	1	2	3
18. Siempre tendré este problema	0	1	2	3
19. Sé que me están mintiendo y engañando	0	1	2	3
20. ¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza?	0	1	2	3
21. Soy superior a la gente en casi todo	0	1	2	3
22. Yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean	0	1	2	3
23. Si me quisieran de verdad no me tratarían así	0	1	2	3
24. Me siento culpable, y es porque he hecho algo malo	0	1	2	3
25. Si tuviera más apoyo no tendría estos problemas	0	1	2	3
26. Alguien que conozco es un imbécil.	0	1	2	3

27. Otros tiene la culpa de lo que me pasa	0	1	2	3
28. No debería cometer estos errores	0	1	2	3
29. No quiere reconocer que estoy en lo cierto	0	1	2	3
30. Ya vendrán mejores tiempos	0	1	2	3
31. Es insoportable, no puedo aguantar más.	0	1	2	3
32. Soy incompetente e inútil.	0	1	2	3
33. Nunca podré salir de esta situación	0	1	2	3
34. Quieren hacerme daño	0	1	2	3
35. ¿Y si les pasa algo malo a las personas a quienes quiero?	0	1	2	3
36. La gente hace las cosas mejor que yo	0	1	2	3
37. Soy una víctima de mis circunstancias	0	1	2	3
38. No me tratan como deberían hacerlo y me merezco	0	1	2	3
39. Si tengo estos síntomas es porque soy un enfermo	0	1	2	3
40. Si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas	0	1	2	3
41. Soy un neurótico	0	1	2	3
42. Lo que me pasa es un castigo que merezco	0	1	2	3
43. Debería recibir más atención y cariño de otros	0	1	2	3
44. Tengo razón, y voy a hacer lo que me da la gana	0	1	2	3
45. Tarde o temprano me irán las cosas mejor	0	1	2	3

Anexo II

FORMA A

ASPA

CUESTIONARIO DE ASERCIÓN EN LA PAREJA

A continuación se describen una serie de situaciones que pueden plantearse en la convivencia de una pareja. Indique, por favor, con qué frecuencia tiende a comportarse de manera similar a la que se describe. Aunque puede que no se comporte de forma exacta a la descrita, imagínese comportándose de forma parecida y señale con qué frecuencia tiende a comportarse de esa manera. Por favor, conteste a todas las situaciones planteadas.

Las respuestas deben anotarse en la hoja de respuestas preparada al efecto, marcando con una aspa el círculo que contiene el número adecuado. No debe hacer ninguna anotación en este cuadernillo.

Indique la frecuencia con que tiende a comportarse de la forma descrita según la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
CASI NUNCA	RARAMENTE	OCASIONALMENTE	CON FRECUENCIA	GENERALMENTE	CASI SIEMPRE

Si, por ejemplo, cree que se comporta de esa manera OCASIONALMENTE, debe marcarlo así:

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

- 1.-cuando quiero que mi conyugé se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan espero que se dé cuenta de la situación mostrándome frío/a y distante.
- 2.- si mi cónyuge no hace algo que me prometió, le amenazó con hacerle la vida imposible hasta que lo haga.
- 3.- cuando mi conyugé y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, cambio de tema o le doy la razón para evitar una pelea .
- 4.- cuando intento dar apoyo o ayuda a mi conyugue y no parece darse cuenta o apreciarlo, no digo nada, pongo “mala cara” y decido no volver a interesarme por sus cosas.
- 5.-cuando mi conyugue dice algo que me hiere, intento que no se dé cuenta del daño que me ha hecho.

- 6.- cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi conyugue de otra, me meto con él/ella por su mal gusto y discuto para conseguir lo que quiero
- 7.- cuando mi conyugue se porta injustamente conmigo, no digo nada pero me muestro frio/a y distante.
- 8.-cuando mi conyugue me dice algo que me parece <humillante>, me muestro distante y frio/a para darle una lección.
- 10.- cuando intento hablar claramente de nuestras preferencias sexuales. Pero mi conyugue le quita importancia a la cuestión y cambia de tema. Lo dejo pasar y sigo con su tema.
- 11.- cuando quiero que mi cónyuge se responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagrada, no digo nada pero espero que se dé cuenta de la situación.
- 12.- si mi cónyuge no hace algo que me prometió, lo dejo pasar pero busco la ocasión para, sutilmente, echarle en cara que no cumple sus promesas.
- 13.- cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, acabo dando gritos y “poniéndolo verde”.
- 14.- cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo acepto, se rinde e intenta esconder sus sentimientos por mi rechazo
- 15.- cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, no me dice nada pero durante un tiempo está “en silencio” enfadada.
- 16.-cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede para evitar una pelea.
- 17.- cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me dice que es exactamente lo que le parece injusto.
- 18.- cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante” intenta no hacer caso y olvidarlo.

- 19.- cuando mi cónyuge me pregunta algo y no le respondo, se siente herido/a, deja de hablarme y pone “cara de enfado”.
- 20.-cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quitó importancia a la cuestión y cambio de tema, lo deja pasar pero decide no tener relaciones sexuales cuando yo desee.
- 21.-cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, me dice que comprenda que a ninguno de los dos nos gusta hacer estas cosas y sugiere que dividamos las tareas.
- 22.-si no hago algo que prometí, mi cónyuge me recuerda que quiere que lo haga.
- 23.-cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, se calla y pone “cara de enfado”
- 24.-cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que está intentando ayudarme y que se siente mal cuando no reconozco su esfuerzo
- 25.- cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me ataca verbalmente y “desahoga” así sus sentimientos hacia mi
- 26.-cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, me sugiere que lo hablemos y busquemos un acuerdo.
- 27.-cuando me porto injustamente con mi cónyuge, se siente herido/a pero intenta que no me dé cuenta.
- 28.-cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante” me hace saber sus sentimientos y que eso que le he dicho le “duele”.
- 29.- cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me grita por no prestarle atención.

30.- cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quitó importancia a la cuestión y cambio de tema, se enfada y comienza a atacarme por ser un reprimido/a o no importante el tema

31.-cuando mi cónyuge quiere que me responsabilice más de aquellas tareas de la casa que a ambos nos desagradan, acaba gritándome y me llama todo tipo de cosas de las que luego se arrepiente.

32.-si no hago algo que prometí, mi cónyuge lo deja pasar antes que armar lío.

33.- cuando mi cónyuge y yo discutimos sobre algo en lo que no nos ponemos de acuerdo, con calma, me repite, las veces que sea necesario, cuáles son sus ideas.

34.- cuando mi cónyuge intenta darme apoyo o ayuda y yo no me doy cuenta o no lo aprecio, me dice que estoy tan pendiente de mí mismo que ni siquiera me doy cuenta de lo que los demás hacen por mí.

35.- cuando digo algo que hiera a mi cónyuge, me expone sus sentimientos y que no le gusta lo que he dicho

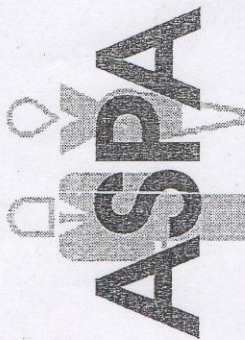
36.- cuando quiero pasar las vacaciones de una manera y mi cónyuge de otra, cede y muestra su disgusto quejándose.

37.- cuando me porto injustamente con mi cónyuge, me ataca verbalmente y luego se arrepiente de las cosas que me ha dicho.

38.- cuando digo a mi cónyuge algo que le parece “humillante” intenta humillarme también para recuperar el respeto por sí mismo/a.

39.-cuando mi cónyuge me pregunta algo y yo no le respondo, me lo pregunta de nuevo.

40.- cuando mi cónyuge intenta hablar claramente de nuestras preferencias sexuales, pero yo le quitó importancia a la cuestión y cambio de tema, me dice que le parece mal que me niegue a hablar de ello.



**CUESTIONARIO DE ASERCIÓN
EN LA PAREJA**

HOJA DE RESPUESTAS

Forma A B

1.	1	2	3	4	5	6		
2.	1	2	3	4	5	6		
3.	1	2	3	4	5	6		
4.	1	2	3	4	5	6		
5.	1	2	3	4	5	6		
6.	1	2	3	4	5	6		
7.	1	2	3	4	5	6		
8.	1	2	3	4	5	6		
9.	1	2	3	4	5	6		
10.	1	2	3	4	5	6		
11.	1	2	3	4	5	6		
12.	1	2	3	4	5	6		
13.	1	2	3	4	5	6		
14.	1	2	3	4	5	6		
15.	1	2	3	4	5	6		
16.	1	2	3	4	5	6		
17.	1	2	3	4	5	6		
18.	1	2	3	4	5	6		
19.	1	2	3	4	5	6		
20.	1	2	3	4	5	6		
SUBTOTAL 1								

21.	1	2	3	4	5	6		
22.	1	2	3	4	5	6		
23.	1	2	3	4	5	6		
24.	1	2	3	4	5	6		
25.	1	2	3	4	5	6		
26.	1	2	3	4	5	6		
27.	1	2	3	4	5	6		
28.	1	2	3	4	5	6		
29.	1	2	3	4	5	6		
30.	1	2	3	4	5	6		
31.	1	2	3	4	5	6		
32.	1	2	3	4	5	6		
33.	1	2	3	4	5	6		
34.	1	2	3	4	5	6		
35.	1	2	3	4	5	6		
36.	1	2	3	4	5	6		
37.	1	2	3	4	5	6		
38.	1	2	3	4	5	6		
39.	1	2	3	4	5	6		
40.	1	2	3	4	5	6		
SUBTOTAL 2								

APELLIDOS:
 NOMBRE:
 EDAD: SEXO: V M
 EXAMINADOR:
 FECHA:

PD = TOTAL 1 + 2
 PR = PD X 100/TG
 AS AG SU AP

Autor: M. J. Casasco.
 Copyright © 1996 by TEA Ediciones, S.A. - Todos los derechos reservados - Prohibida la reproducción total o parcial. Este ejemplo está sujeto
 a un libro así y no a un libro así. Si la publicación obra en la impresión, es una reproducción ilegal. En la publicación de la publicación y en el su propio, NO LA ULTIMA. - Cádiz.
 TEA Ediciones, S.A. - Tray (Benalmádena de San Sebastián), 24. 29038 MAJADO - Teléfono: 952 01 11 11. Impreso en España en el Imp. Castillas, Agustín Cano.
 47. 20043 MAJADO - D. Legat. M. - 16.015 - 1996.

