TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana"

Tesis para optar el Título profesional de:

Licenciado en Psicología

Presentado por:

Rosa Alicia Ormeño Apaza (0009-0008-5377-3177)

Haydee Yanira Torres Barahona (0009-0000-5981-5560)

Asesor:

Jesús José Rincón León (0000-0001-9959-7086)

Lima – Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 13 de octubre de 2026.

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente:	Dra. Jenny Adanaqué Velásquez
Miembro:	Mag. Enver Luis Terrazas Nuñez
Miembro:	Mag. John Omar Espinoza Quiroz

Se reúnen para evaluar la tesis titulada:

"CREENCIAS IRRACIONALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN ABOGADOS LITIGANTES EN LIMA METROPOLITANA", con el código de registro PRE-18-2025-00429.

Presentada por las bachilleres:

- Rosa Alicia Ormeño Apaza
- Haydee Yanira Torres Barahona

Para optar el Título Profesional de Licenciadas en Psicología

Asesorado por: Dr. Jesús José Rincón León

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño del estudiante de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime () por mayoría simple (x) calificar a:

Tesista: Rosa Alicia Ormeño Apaza			Nota: Dieciséis (16)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )
Tesista: Haydee Yanira Torres Barahona			Nota: Dieciséis (16)
Aprobado ( )	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ( )

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Dra. Jenny Raquel Adanaqué Velásquez
Presidente del Jurado

Dr. Jesús José Rincón León
Asesor

Mag. Enver Luis Terrazas Nuñez
Miembro 1

Mag. John Omar Espinoza Quiroz
Miembro 2

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DEL INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN (versión 2.0) [1]

Lima, 26 de octubre del 2026

Señor,
Dr. Percy Mayta Tristán
Vicerrector de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Los abajo firmantes, **Rosa Alicia Ormeño Apaza** y **Haydee Yanira Torres Barahona**, egresadas de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Científica del Sur, y el asesor de tesis el Dr. **Jesús José Rincón León**, declaramos que este informe final de tesis titulado "**CREENCIAS IRRACIONALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN ABOGADOS LITIGANTES EN LIMA METROPOLITANA**", que presentamos para optar el título profesional de Licenciadas en Psicología, es original.

En consecuencia, declaramos que el informe no contiene plagio ni total ni parcial; que, cuando se utilizó información de fuentes externas, se reconoció su autoría mediante la citación correspondiente; y que los resultados obtenidos son producto íntegro de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo ello en cumplimiento del Código de ética en la Investigación, Reglamento de Disciplina de Pregrado y Posgrado, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos [2], que afirmamos conocer en su totalidad.

Declaramos, además, que no se han utilizado herramientas de inteligencia artificial (IA), ni generativas ni de ningún otro tipo, en ninguna fase del desarrollo de la investigación ni en la redacción del informe final de tesis. Todo el material contenido en este informe fue elaborado íntegramente por las autoras, sin asistencia de herramienta alguna de IA.

Declaramos, además, que no se han utilizado herramientas de inteligencia artificial (IA) generativa, de forma parcial ni total, en ninguna fase del desarrollo de la investigación ni en la redacción del informe final de tesis. Todo el material ha sido revisado por las autoras, quienes asumen la responsabilidad de su contenido.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, uso indebido de IA generativa o uso no declarado de IA, nos sometemos al proceso de investigación que establezca la Universidad y aceptamos las sanciones que pudieran corresponder. También declaramos conocer las normativas institucionales que regulan las sanciones aplicables en estos casos, incluido el de la compra y venta de tesis.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Rosa Ormeño
Tesista
DNI: 42694105



Haydee Torres
Tesista
DNI:71656181



Dr. Jesús Rincón
Asesor de Tesis
DNI: 146181340

[1] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[2] Los documentos están en: https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/3652

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima metropolitana.

Autores. Rosa Alicia Ormeño Apaza; Haydee Yanira Torres Barahona.

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 3093345093).

Código de registro. PRE-18-2025-00429.

Resultado de la evaluación. 9%.

Revisado por. Jorge André Layza Diaz.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	8%	5%	4%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
2	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%
3	encuestasaludcerebral.ineco.org.ar Fuente de Internet	<1%
4	repositorio.ucp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
5	www.cauriensia.es Fuente de Internet	<1%
6	www.formacionasunivep.com Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Anahuac México Sur Trabajo del estudiante	<1%
8	repositorio.unamad.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
10	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1%
11	revistas.unilibre.edu.co Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DEDICATORIA

Haydee

"A mi hijo Gael, con todo mi amor, por ser mi mayor motivación en la vida para alcanzar todos mis sueños. A mis padres, por su ejemplo constante de esfuerzo y sacrificio por sus hijos. A mis hermanos y sobrinos amados, decirles que todo es posible y que nada es demasiado grande para lograrlo. A mi pareja, con amor. A mí, con mucho orgullo."

Rosa Alicia

"A mi hermano Toto, el héroe silencioso que cuidó de nuestro padre con amor y devoción. Con su ejemplo, me enseñó que no existe mejor ciencia que la humanidad para cuidar a un paciente. A ti, Papá, hombre de leyes, tu amor por la vida, tu búsqueda constante de conocimiento y tu fortaleza serán siempre, para los dos, nuestro más grande legado."

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

AGRADECIMIENTOS

Haydee

Agradezco a mi asesor de tesis, Jesús Rincón, por el constante apoyo y guía que recibimos en esta etapa. A mis padres y a mi tía Lucy por animarme siempre a seguir creciendo profesionalmente. A mis hermanos, aun en la distancia, por recordarme nuestro faro familiar. A mi pareja, gracias por ser mi apoyo en este camino.

Rosa Alicia

Mi más sincero agradecimiento a mi asesor, Jesús J. Rincón León, quien además fue mi profesor, por su constante orientación, paciencia y compromiso, dejándome valiosas enseñanzas que trascienden el ámbito académico. A mi madre, por ser el pilar inquebrantable de mi vida, por su amor y apoyo incondicional. Su fortaleza y sensibilidad por los demás han calado profundamente en mi manera de ver la vida. A Kike, por caminar a mi lado, por creer en mí incluso cuando yo dudaba, y por compartir mis sueños como si fueran propios. Gracias por ser un refugio y una fuerza en cada paso de este proceso

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE GENERAL

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 7

II. MARCO TEÓRICO 11

2.1 Antecedentes internacionales 11

2.2 Antecedentes nacionales 13

2.3. Bases teóricas 15

2.3.1. Creencias irracionales 15

2.3.2. Satisfacción con la vida 18

2.3.3. Creencias irracionales y la satisfacción con la vida 19

III. OBJETIVOS / HIPÓTESIS 22

3.1. Objetivo general 22

3.2. Objetivos específicos 22

3.3. Hipótesis de investigación 22

IV. METODOLOGÍA 23

4.1. Tipo y diseño de estudio 23

4.2. Participantes 23

4.3. Variables 25

4.4. Técnicas e instrumentos de medición 28

4.5. Procedimiento 30

4.6. Aspectos éticos 32

V. RESULTADOS 33

5.1. Análisis descriptivo 33

5.2. Análisis inferencial 35

VI. DISCUSIÓN 39

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

VII. CONCLUSIONES 45

VIII. RECOMENDACIONES 46

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 47

X. ANEXOS 57

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de las variables 25

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de la Satisfacción con la Vida 33

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de Creencias Irracionales 33

Tabla 4. Estadísticos descriptivos por dimensión de Creencias Irracionales. 34

Tabla 5. Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk de las variables y sus dimensiones….35

Tabla 6. Correlación de Spearman de Creencias Irracionales y Satisfacción con la vida…….....36

Tabla 7. Correlaciones de Spearman entre las dimensiones de Creencias Irracionales y la Satisfacción con la Vida 37

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Resolución de aprobación del proyecto de Tesis 57

Anexo 2. Constancia de Comité de Ética 58

Anexo 3. Carta de validación de asesor 59

Anexo 4. Consentimiento informado 60

Anexo 5. Matriz de consistencia 62

Anexo 6. Ficha sociodemográfica 63

Anexo 7. Datos sociodemográficos de la muestra 64

Anexo 8. Instrumentos 65

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

El ejercicio del litigio expone al abogado a demandas emocionales sostenidas cuyo efecto sobre el bienestar ha sido poco estudiado en el contexto peruano. El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes de Lima Metropolitana. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 255 abogados litigantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Para la medición se emplearon el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS).

Los resultados evidenciaron una correlación negativa, pequeña y estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida (Rho = −.230, $p < .001$). Cinco de las diez dimensiones de las creencias irracionales se relacionaron significativamente con la satisfacción con la vida: dependencia (Rho = −.331), necesidad de aceptación (Rho = −.257), culpabilización (Rho = −.250), evitación de problemas (Rho = −.172) e indefensión (Rho = −.168); las cinco restantes no mostraron asociación estadísticamente significativa.

Se concluyó que existe una relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes.

Palabras clave: creencias irracionales, satisfacción con la vida, bienestar subjetivo, abogados litigantes, salud mental.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Litigation practice exposes lawyers to sustained emotional demands whose effect on well-being has received little attention in the Peruvian context. The objective of this study was to determine the relationship between irrational beliefs and life satisfaction among trial lawyers in Metropolitan Lima. The research was conducted using a quantitative approach, with a correlational, cross-sectional design. The sample consisted of 255 trial lawyers, selected through non-probability sampling. The Ellis Irrational Beliefs Inventory and the Satisfaction with Life Scale (SWLS) were used for data collection.

The results showed a negative, small and statistically significant correlation between irrational beliefs and life satisfaction (Rho = −.230, $p < .001$). Five of the ten dimensions of irrational beliefs were significantly related to life satisfaction: dependence (Rho = −.331), need for acceptance (Rho = −.257), blame proneness (Rho = −.250), problem avoidance (Rho = −.172) and helplessness (Rho = −.168); the remaining five showed no statistically significant association.

It was concluded that a statistically significant relationship exists between irrational beliefs and life satisfaction among trial lawyers.

Keywords: irrational beliefs, life satisfaction, subjective well-being, trial lawyers, mental health.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La salud mental en la población trabajadora constituye una preocupación creciente. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) estimó que aproximadamente el 15% de los adultos presentan algún trastorno mental, siendo la depresión y la ansiedad algunas de las condiciones más frecuentes y con mayor impacto sobre el desempeño laboral y la calidad de vida. En el 2024, en el Perú se registraron más de 1,300,000 casos atendidos por trastornos de salud mental y problemas psicosociales a nivel nacional (Ministerio de Salud [MINSA], 2024). Además, el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi (INSM HD-HN, 2025) reportó que el 70% de los trabajadores peruanos experimenta estrés crónico, y que uno de cada seis presenta desgaste profesional, lo que evidencia la magnitud de esta problemática en nuestro país.

De manera específica, la abogacía se ha asociado consistentemente con elevados niveles de estrés, ansiedad y agotamiento emocional, en un contexto caracterizado por la sobrecarga de trabajo, la presión por los resultados, los plazos procesales y la constante toma de decisiones (Holt et al., 2024; Malhotra et al., 2025; Nickum & Desrumaux, 2022; Wiley et al., 2024). Krill et al. (2016) hallaron prevalencias elevadas de síntomas de depresión (28%), ansiedad (19%), estrés (23%) y consumo problemático de alcohol (20.6%) en abogados licenciados en Estados Unidos. En la misma línea, Herrero Fernández y Quesada (2024) reportaron que 6 de cada 10 abogados habían experimentado ansiedad relacionada con su trabajo en el último año, y que el 49.1% consideraba que su ejercicio profesional se relacionaba con un impacto negativo en su estado mental.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

De forma similar, Chlap y Brown (2022) y Chlap y Murray (2026) coinciden en que el estrés laboral percibido y las prácticas insuficientes de autocuidado se asocian con una mayor vulnerabilidad de los abogados a experimentar malestar psicológico y agotamiento profesional. En esa misma línea, Krieger y Sheldon (2015) hallaron que los factores internos y psicológicos fueron los principales contribuyentes a la satisfacción de los abogados, por encima de factores externos.

En el contexto peruano, Perales et al. (2011) reportaron que el estrés laboral alcanzó el 33.7%, el estrés general el 18.5%, la ansiedad el 12.5% y la depresión el 15%, presentando al menos una de estas condiciones el 25.9% en magistrados. Si bien estos hallazgos corresponden a operadores del sistema de justicia y no específicamente a abogados litigantes, permiten evidenciar la presencia de importantes demandas psicológicas dentro del ámbito jurídico peruano.

Estas demandas adquieren particular relevancia al considerar las características específicas del ejercicio litigante. Los abogados que desarrollan esta actividad conviven diariamente con situaciones de disputa y confrontación de intereses (Martínez Valera, 2024), en un entorno en el que, según plantea Moreno Rojas (2022), se observan dinámicas de poder y jerarquías verticales, presentes desde la propia formación jurídica. Estas características permiten contextualizar a la población de estudio y comprender el entorno en el que se desarrolla el ejercicio litigante.

En este sentido, desde una perspectiva psicológica, resulta pertinente considerar aquellos factores relacionados con la manera en que las personas interpretan sus experiencias y valoran su propia vida. Las creencias irracionales han recibido atención por su relación con la forma en que las personas interpretan las experiencias y evalúan la realidad, y se han vinculado a menores niveles de bienestar psicológico (Ellis, 1962;

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Santarpia et al., 2023). A su vez, la satisfacción con la vida constituye la evaluación global que las personas realizan sobre su propia existencia y uno de los principales componentes del bienestar subjetivo (Diener et al., 1985). Por ello, resulta pertinente examinar la relación entre ambas variables en abogados litigantes, considerando el ejercicio litigante como contexto de estudio.

En el Perú, existe una ausencia de estudios que hayan examinado la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en profesionales del derecho. A ello se suma que la evidencia internacional disponible sobre el bienestar de los abogados se ha concentrado mayormente en grandes firmas corporativas o de asistencia legal gratuita, y ha sido abordada predominantemente desde una perspectiva de malestar antes que de bienestar positivo, dejando un vacío relevante en otros entornos de ejercicio profesional, como el litigio (Soon et al., 2023).

Considerando esta limitada evidencia, la presente investigación examina la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes de Lima Metropolitana, ciudad que concentra la sede de los principales órganos jurisdiccionales del país y una alta proporción de profesionales del derecho en ejercicio. Al tratarse de una población poco estudiada en el contexto peruano, el estudio aportará conocimiento teórico sobre la relación existente entre las variables, cuyos resultados podrán servir de base para futuras investigaciones.

Asimismo, se espera visibilizar la relevancia de la salud mental en el gremio jurídico, en concordancia con los objetivos de bienestar planteados en la Agenda 2030 (ONU, 2015); un bienestar que, a su vez, se vincula con la calidad del servicio legal brindado a la ciudadanía. De manera complementaria, los hallazgos podrán servir de referencia para las instituciones vinculadas al ámbito jurídico, orientando futuras

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

acciones en favor del bienestar de los profesionales del derecho, además de aportar evidencia sobre el comportamiento psicométrico de los instrumentos empleados en esta población.

De acuerdo con lo descrito, se plantea la pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima metropolitana?

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

II. MARCO TEÓRICO

2.1. *Antecedentes internacionales*

Redondo Pacheco et al. (2024) investigaron la relación entre satisfacción con la vida y bienestar psicológico en trabajadores del sector agroindustrial de Colombia, encontrando correlaciones positivas y significativas con todas las dimensiones del bienestar psicológico, siendo la más fuerte con el dominio del entorno ($r = .213$, $p<.05$) y la más débil con el propósito en la vida ($r = .028$, $p<.05$), lo que indica que, a mayor satisfacción con la vida, mayor será el bienestar psicológico.

Ramírez y Calva (2023) estudiaron la relación entre el estrés laboral crónico y la satisfacción por la vida en profesionales de la salud de Ecuador, encontrando relaciones negativas y significativas entre la satisfacción con la vida y el agotamiento emocional ($r = -.246$, $p < .001$) y la despersonalización ($r = -.179$, $p = .001$), así como una relación positiva y significativa con la realización personal ($r = .295$, $p < .001$).

Turner, et al. (2022) investigaron las creencias irracionales y regulación de la motivación con trabajadores adultos en el Reino Unido, identificaron dos perfiles: trabajadores con bajas creencias irracionales y alta motivación autodeterminada, y trabajadores con altas creencias irracionales y baja motivación autodeterminada. Encontrando que los trabajadores con mayores creencias irracionales reportaron significativamente menor satisfacción con la vida, evidenciando que las creencias irracionales constituyen un factor de riesgo relevante para el bienestar psicológico en poblaciones ocupacionales.

Hilinger Montero (2022) analizó la relación entre satisfacción con la vida, satisfacción laboral y síndrome de burnout en docentes escolares en España,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

encontrando que la satisfacción con la vida se relaciona de forma directa y moderada con la satisfacción laboral (factor intrínseco, $r = 0.455$, $p < .001$; factor extrínseco, $r = 0.525$, $p < .001$), lo que indica que, a mayor satisfacción laboral, mayor será la satisfacción con la vida. También se encontró que la satisfacción con la vida se relaciona de manera inversa con el burnout (agotamiento emocional, $r = -0.356$, $p = .012$; cinismo, $r = -0.389$, $p = .006$), lo que indica que a mayor presencia de burnout, menor satisfacción con la vida.

Aldás-Villacís y Poveda-Ríos (2021) investigaron las creencias irracionales y síndrome de burnout en profesionales de salud de un hospital en Ecuador durante la pandemia. Encontrando correlaciones negativas bajas y significativas entre la realización personal y las creencias de altas auto expectativas ($r = -.191$, $p < .01$), culpabilización ($r = -.184$, $p < .01$) e influencia del pasado ($r = -.264$, $p < .01$), así como entre la despersonalización y las creencias de culpabilización ($r = -.131$, $p < .05$) y dependencia ($r = -.146$, $p < .05$), lo que indica que, a mayores creencias irracionales, menor realización personal y menor despersonalización.

Méndez Zavala y González Juárez (2021) estudiaron la relación entre los factores psicosociales laborales y la satisfacción con la vida en trabajadores del sector automotriz en México, encontrando que todas las dimensiones de riesgo psicosocial se asociaron de forma negativa con la satisfacción con la vida, siendo la interferencia en la relación trabajo-familia la de mayor fuerza ($r = -.298$, $p \leq .01$) y de reconocimiento del desempeño ($r = -.258$, $p \leq .01$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

2.2. *Antecedentes Nacionales*

Muniz Cabanillas (2025) investigó la relación entre las creencias irracionales y el bienestar psicológico en trabajadoras de organizaciones no gubernamentales en Iquitos, encontrando correlaciones negativas y pequeñas entre el bienestar psicológico y las dimensiones de necesidad de aprobación ($r = –.25$, $p < .001$), culpabilización ($r = –.25$, $p < .001$) e influencia del pasado ($r = –.23$, $p = .004$), lo que indica que, a mayores creencias irracionales, menor será el bienestar psicológico.

Los autores Santillan Chuchon et al. (2024) estudiaron la satisfacción con la vida y satisfacción laboral en enfermeras de un hospital del estado de Lima, encontrando correlación positiva y significativa entre las variables ($r = 0.27$, $p < .001$), lo que indica que, a mayor presencia de satisfacción laboral, mayor será la satisfacción con la vida.

Fernández Jhonston (2024) investigó las creencias irracionales en trabajadores de una empresa consultora de Lima Metropolitana, encontrando que la creencia miedo o ansiedad fue la más prevalente ($M = 6.63$), así como una correlación negativa baja entre el tiempo de trabajo y la creencia irracionales de causas externas ($rho = –.252$, $p = .005$), es decir que, a mayor tiempo trabajando, menor pensamiento irracional de causas externas.

Atoche Bonilla y Torres Marchena (2023), estudiaron la carga de trabajo y la satisfacción con la vida en trabajadores de Lima Metropolitana, encontrando correlación negativa, muy baja y significativa entre las variables ($rs = –.191$, $p = .002$), lo que indica que, mayor carga de trabajo influye en una menor satisfacción con la vida.

Macedo Álvarez et al. (2023) investigaron la satisfacción con la vida como predictor de la calidad de vida en el trabajo y el rendimiento laboral en trabajadores de salud en San Martín. Encontrando correlación positiva entre la satisfacción con la vida y

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

calidad de vida en el trabajo ($r = .611$, $p < .01$), así como entre satisfacción con la vida y rendimiento laboral ($r = .144$, $p < .05$), lo que indica que la satisfacción con la vida predice fuertemente la calidad de vida laboral y, en menor medida, el rendimiento laboral.

Alvarado Ricse y Rocha Poma (2023) estudiaron la relación entre la personalidad y las creencias irracionales en efectivos policiales de Huancayo, encontrando correlación positiva media entre ambas variables ($rho = .501$, $p < .01$), así como con sus dimensiones: neuroticismo ($rho = .458$, $p < .01$), extraversión ($rho = .247$, $p < .01$), psicoticismo ($rho = .276$, $p < .01$) y sinceridad ($rho = .329$, $p < .01$), lo que indica que, a mayores rasgos de personalidad, mayor será la tendencia a mantener creencias irracionales.

Meneses Mendoza (2022) investigó la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción laboral en docentes en colegios, encontrando correlación negativa y moderada entre las variables ($rho = -.472$, $p < .001$). Asimismo, se encontró correlaciones negativas con las dimensiones de condiciones de trabajo ($rho = -.417$, $p < .001$), reconocimiento personal y social ($rho = -.459$, $p < .001$), y beneficios económicos ($rho = -.318$, $p = .007$), lo que indica que, más creencias irracionales se asocian con menor satisfacción laboral, así como también en sus dimensiones.

Alvarado-García (2021) estudió el clima laboral y la satisfacción con la vida en trabajadores de una universidad pública en Trujillo, encontrando correlación positiva moderada entre las variables ($rho = .456$, $p < .001$), lo que indica que un buen clima laboral, se vincula con mayor satisfacción con la vida. También, encontró correlaciones positivas con las dimensiones de realización personal ($rho = .243$, $p = .009$), comunicación ($rho = .270$, $p = .003$) y condiciones laborales ($rho = .314$, $p = .001$).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Finalmente, correlaciones negativas con las dimensiones de involucramiento laboral (rho = −.240, p = .009), supervisión (rho = −.211, p = .023).

Celio Pillaca (2021) investigó la relación entre el síndrome de burnout y la satisfacción con la vida en docentes que impartían clases virtuales durante la pandemia por COVID-19, encontrando correlación positiva, baja y significativa solo con la dimensión de realización personal y la satisfacción con la vida ($r = .323$, $p < .05$), lo que indica que, mayor realización personal, mayor será la satisfacción con la vida.

2.3. Bases Teóricas

2.3.1. *Creencias irracionales*

Las creencias irracionales se enmarcan en el enfoque cognitivo conductual, cuyo objeto de estudio es la relación entre los pensamientos, las emociones y los comportamientos (Beck, 1976; Ellis, 1962).

a. *Definición de Creencias Irracionales*

Ellis (1962) definió las creencias irracionales como cogniciones disfuncionales, absolutistas y rígidas que el individuo mantiene sobre sí mismo, los demás y el mundo, las cuales se caracterizan por ser lógicamente incoherentes, no sustentarse en evidencia empírica y generar consecuencias emocionales y conductuales desadaptativas que obstaculizan el logro de metas personales. A diferencia de las creencias racionales, que, aunque pueden ser negativas en su contenido son flexibles y empíricamente sustentables, las creencias irracionales se expresan en forma de exigencias absolutas mediante verbalizaciones como debo, tengo que, es obligatorio, que el individuo aplica tanto a sí mismo como a los demás y al mundo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Beck (1976) conceptualizó fenómenos análogos bajo el término de esquemas cognitivos disfuncionales, estructuras mentales profundas y relativamente estables que condicionan la percepción, interpretación y recuerdo de la información, generando pensamientos automáticos negativos y distorsiones cognitivas sistémicas ante los eventos cotidianos. Aunque Ellis y Beck desarrollaron modelos con diferencias terminológicas, ambos convergen en señalar que son las cogniciones evaluativas del individuo, cuando son rígidas e inflexibles, las que generan y mantienen el malestar emocional.

b. ***Modelo Explicativo***

Modelo A-B-C de Ellis: Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC)

El modelo más influyente y ampliamente validado en el estudio de las creencias irracionales es el propuesto por Albert Ellis (1962) en el marco de la Terapia Racional Emotivo Conductual (TREC). Este modelo postula que la perturbación emocional no es causada directamente por los eventos externos (A: acontecimiento activador), sino por las creencias que el individuo sostiene sobre dichos eventos (B: creencias o beliefs), las cuales determinan las consecuencias emocionales y conductuales (C: consecuencias).

Cuando estas creencias son irracionales, las consecuencias (C) resultantes se diferencian, según el contenido de la creencia que las origina, en alteración del yo y alteración por incomodidad (Ellis & Dryden, 1997). La primera surge cuando la creencia irracional cuestiona el propio valor personal, generando una autoevaluación negativa; la segunda surge cuando la creencia exige que una tarea o circunstancia sea cómoda o previsible, generando malestar cuando esto no ocurre, pero sin afectar el juicio sobre uno mismo.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

c. *Dimensiones de las creencias irracionales*

Ellis (2006) agrupa las creencias irracionales en las siguientes dimensiones:

1. Necesidad de aceptación: La aceptación y el afecto por parte de personas significativas constituyen necesidades fundamentales en la vida del adulto.
2. Altas autoexpectativas: La percepción de valía personal depende exclusivamente de alcanzar altos niveles de competencia y éxito en cada ámbito de la vida.
3. Culpabilización: Algunas personas son vistas como malvadas y deben ser castigadas por sus acciones.
4. Intolerancia a la frustración: Se percibe como devastador cuando las cosas no salen como se desean.
5. Causas externas: Las dificultades se atribuyen a factores fuera de control, dejando poca capacidad para gestionarlas.
6. Miedo o ansiedad: Se vive con la sensación de estar siempre expuesto a peligros o adversidades.
7. Evitación de problemas: Evitar enfrentar problemas resulta más fácil que aceptar compromisos y obligaciones.
8. Dependencia: Se necesita confiar en alguien más fuerte para apoyo emocional.
9. Indefensión: El pasado de una persona influye negativamente en su comportamiento actual, afectándola indefinidamente.
10. Pasividad: Se cree que la felicidad debe alcanzarse sin esfuerzo, de manera pasiva.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

2.3.2 *Satisfacción con la vida*

La satisfacción con la vida se enmarca teóricamente dentro del enfoque de la psicología positiva, cuyo objeto de estudio es el bienestar, las emociones positivas y el funcionamiento óptimo del ser humano (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

a. *Definición de satisfacción con la vida*

Según Diener et al. (1985), la satisfacción con la vida corresponde al componente cognitivo del bienestar subjetivo y hace referencia a la evaluación global que una persona realiza sobre su vida, a partir de la comparación entre sus circunstancias actuales y las metas, expectativas y estándares que considera relevantes.

En concordancia con esta perspectiva, Veenhoven (1994) define la satisfacción con la vida como el grado en que una persona evalúa favorablemente su vida en su conjunto. Esta valoración se fundamenta en criterios subjetivos relacionados con sus expectativas, experiencias y percepciones personales, por lo que representa un juicio global sobre la propia existencia y no una respuesta a estados emocionales transitorios.

b. *Modelo explicativo*

Bienestar Subjetivo de Diener

La teoría del Bienestar Subjetivo, desarrollada por Diener (1984), ampliamente reconocida en la psicología positiva, conceptualiza el bienestar subjetivo como la evaluación cognitiva y afectiva que cada persona realiza sobre su propia vida, constituyendo una construcción psicológica de carácter personal, determinada por la perspectiva del propio individuo y no por criterios externos.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Diener et al. (1999) proponen que dicho bienestar subjetivo se compone de tres elementos fundamentales. El primero corresponde al componente cognitivo, representado por la satisfacción con la vida, la cual se define como la evaluación global que una persona realiza de su propia existencia de acuerdo con sus criterios, metas y valores personales. Los otros dos componentes son de naturaleza afectiva: el afecto positivo y el afecto negativo, que se refieren, respectivamente, a la frecuencia e intensidad con que el individuo experimenta emociones agradables y desagradables en su vida cotidiana. Desde esta perspectiva, el bienestar subjetivo es mayor cuando las personas reportan altos niveles de satisfacción con la vida, una mayor presencia de afectos positivos y una menor presencia de afectos negativos.

2.3.3. *Creencias irracionales y la satisfacción con la vida*

La relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida se fundamenta en la teoría de Ellis y el modelo de bienestar subjetivo de Diener, ya que ambos involucran procesos cognitivos evaluativos. Desde la teoría de Ellis, las creencias forman parte del sistema B (creencias) del modelo A-B-C y se relacionan con la manera en que la persona interpreta y evalúa los acontecimientos, mientras que la satisfacción con la vida constituye la evaluación cognitiva global que la persona realiza sobre su propia existencia (Ellis & Dryden, 1997; Diener et al., 1985). Desde este planteamiento teórico, las creencias irracionales, caracterizadas por formas de pensamiento absolutistas e inflexibles, pueden ser consideradas un componente cognitivo relevante para comprender las diferencias individuales en la evaluación que las personas realizan sobre su vida.

En línea con este planteamiento, Gómez-González et al. (2023) encontraron que las creencias irracionales se asociaron negativamente con la satisfacción con la vida,

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

mientras que las creencias racionales lo hicieron positivamente. Complementariamente, Gómez-González et al. (2024) evidenciaron que la intolerancia a la frustración ($\rho = -.30$, $p < .01$) y la aprobación ($\rho = -.18$, $p < .01$) presentaron las asociaciones negativas más consistentes con la satisfacción con la vida. Estos hallazgos respaldan la existencia de una relación entre las creencias y la valoración que las personas realizan sobre su propia vida.

Esta relación resulta pertinente de examinar en abogados litigantes, debido a las características particulares del ejercicio profesional. El artículo 288 de la Ley Orgánica del Poder Judicial (D.S. N.° 017-93-JUS) establece que el abogado patrocinante tiene el deber de defender los intereses de su cliente con sujeción a la ley y al Código de Ética Profesional, actuar diligentemente y respetar las disposiciones de los magistrados; a ello se suma que los plazos procesales son perentorios e improrrogables (arts. 146 y 147 del Código Procesal Civil). Estas disposiciones permiten caracterizar el entorno normativo y temporal en el que se desarrolla el ejercicio profesional del abogado litigante.

Asimismo, la labor litigante se desarrolla en un contexto caracterizado por la confrontación permanente, el conflicto y la presión constante por el rendimiento profesional, que tanto la International Bar Association (IBA, 2021) como Martínez Valera (2024) identifican como fuentes de elevadas exigencias psicológicas para los profesionales del Derecho. Estas características permiten contextualizar la población en la que resulta pertinente estudiar, desde la TREC, las creencias relacionadas con la interpretación de las experiencias y su posible relación con la satisfacción con la vida. En este sentido, el interés del presente estudio se centra en examinar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en esta población.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

En conjunto, lo expuesto permite sostener que los abogados litigantes constituyen una población de especial interés teórico, en la medida en que las condiciones propias de su ejercicio profesional se han identificado en la literatura como un contexto de elevada exigencia psicológica, en el cual el estudio de las creencias irracionales y su relación con la satisfacción con la vida resulta particularmente pertinente.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

III. OBJETIVOS / HIPÓTESIS

3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.

3.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles de satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.
- Describir los niveles de creencias irracionales en abogados litigantes en Lima Metropolitana.
- Analizar la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.

3.3. Hipótesis de investigación

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y diseño de estudio

La investigación siguió un enfoque cuantitativo, utilizando instrumentos psicométricos para recolectar datos numéricos que fueron analizados con técnicas estadísticas, con el propósito de contrastar las hipótesis planteadas (Hernández Sampieri et al., 2014). Se clasifica como investigación de tipo básica, ya que busca generar conocimiento teórico sobre la relación entre las variables de estudio en abogados litigantes, sin perseguir una aplicación práctica inmediata. Asimismo, la investigación, es de nivel correlacional simple, dado que tiene como propósito identificar y medir el grado de relación entre las variables de investigación, sin establecer vínculos de causalidad (Hernández Sampieri et al., 2014). El diseño metodológico es no experimental, ya que las variables se observan tal como se presentan en su contexto natural, sin manipulación por parte del investigador. Además, corresponde a un diseño de corte transversal, en el que la recolección de datos se realizó en un único momento, lo que permite describir las variables y analizar sus relaciones en una situación específica y actual (Hernández Sampieri et al., 2014).

4.2. Participantes

La población estuvo conformada por abogados litigantes de diversos géneros que ejercían activamente su profesión en Lima Metropolitana durante el periodo en el que se desarrolló la investigación. Para la selección de los participantes, se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, que consiste en seleccionar a los participantes en función de su accesibilidad y disponibilidad para el investigador (Hernández Sampieri et al., 2014), se contactó con abogados litigantes accesibles para las investigadoras que cumplían los criterios de inclusión. Asimismo, la aplicación de

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

los instrumentos se realizó de manera virtual, mediante redes de contacto personales y profesionales vinculadas al ámbito legal, y sin intervención directa en sus centros de trabajo.

El tamaño de la muestra se estableció según el criterio de estabilidad de coeficiente de correlación propuesto por Schönbrodt y Perugini (2013; corrección 2018), quienes demostraron que una muestra cercana a 250 permite obtener coeficientes de correlación estables. En ese sentido, la muestra del presente estudio estuvo conformada por 255 abogados litigantes, cifra que cumple con el umbral recomendado por dichos autores.

En cuanto a sus características sociodemográficas de la muestra, predominaron los hombres (61.2%) sobre las mujeres (38.8%). La especialidad con mayor prevalencia fue la de Derecho Civil (37.6%), y el nivel académico predominante fue el de posgrado (89.4%). Respecto a la edad, los participantes presentaron un rango entre 25 y 76 años (M = 40.87, DE = 7.88, Md = 40) (véase anexo 7).

Asimismo, se consideraron los criterios de selección, incluyendo tanto los de inclusión como los de exclusión.

a. *Criterios de inclusión*

- Abogados litigantes en Lima metropolitana
- Con colegiatura habilitada.
- Que ejerzan activamente la profesión en litigios por lo menos 2 años.
- Que firmen el consentimiento informado.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

b. *Criterios de exclusión*

- Abogados dedicados a otras actividades no judiciales de otras provincias del Perú.
- Con colegiatura inhabilitada.
- Que hayan ejercido la profesión en litigio por un periodo inferior a 2 años.
- Negativa a firmar el consentimiento informado.

4.3. Variables

4.3.1. *Definición conceptual*

a. *Satisfacción con la vida*

Es la valoración personal que un individuo hace sobre su propia vida en función de sus propios criterios y expectativas. Se considera un componente clave del bienestar subjetivo y refleja el grado de contento o descontento con la existencia (Diener et al., 1985).

b. *Creencias irracionales*

Las creencias irracionales son pensamientos disfuncionales, absolutistas y rígidas que el individuo mantiene sobre sí mismo, los demás y el mundo, las cuales se caracterizan por ser lógicamente incoherentes, no sustentarse en evidencia empírica y generar consecuencias emocionales y conductuales desadaptativas que obstaculizan el logro de metas personales (Ellis 1962)

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

4.3.2. *Operacionalización de las variables*

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala
Satisfacción con la vida	La satisfacción con la vida es la valoración personal que un individuo hace sobre su propia vida en función de sus propios criterios y expectativas. Se considera un componente clave del bienestar subjetivo y refleja el grado de contento o descontento con la existencia (Diener et al., 1985).	La satisfacción con la vida se evaluó mediante la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener et al. (1985), el cual presenta una puntuación mínima de 5 y una máxima de 35 puntos, donde los puntajes más altos indican un mayor nivel de satisfacción con la vida.	Unidimensional	Satisfacción global con la vida	5	Tipo Likert: Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Ligeramente en desacuerdo Ni de acuerdo, ni en desacuerdo Ligeramente de acuerdo De acuerdo Totalmente de acuerdo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Creencias Irracionales	Las creencias irracionales son pensamientos disfuncionales, absolutistas y rígidas que el individuo mantiene sobre sí mismo, los demás y el mundo, las cuales se caracterizan por ser lógicamente incoherentes, no sustentarse en evidencia empírica y generar consecuencias emocionales y conductuales desadaptativas que obstaculizan el logro de metas personales (Ellis 1962)	Las creencias irracionales se evaluaron mediante el inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis, el cual presenta una puntuación mínima de 0 y una máxima de 100 puntos, donde los puntajes más altos indican un mayor nivel de creencias irracionales.	Necesidad de aceptación Altas autoexpectativas Culpabilización Intolerancia a la frustración Causas externas	La aceptación y el afecto por parte de personas significativas constituyen necesidades fundamentales en la vida del adulto. La percepción de valía personal depende exclusivamente de alcanzar altos niveles de competencia y éxito en cada ámbito de la vida. Algunas personas son vistas como malvadas y deben ser castigadas por sus acciones. Se percibe como devastador cuando las cosas no salen como se desean. Las dificultades se atribuyen a factores fuera de control, dejando poca capacidad para gestionarlas.	100	Dicotómica: Sí No

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

			Miedo o ansiedad Evitación de problemas Dependencia Indefensión Pasividad	Se vive con la sensación de estar siempre expuesto a peligros o adversidades. Evitar enfrentar problemas resulta más fácil que aceptar compromisos y obligaciones. Se necesita confiar en alguien más fuerte para apoyo emocional. El pasado de una persona influye negativamente en su comportamiento actual, afectándola indefinidamente. Se cree que la felicidad debe alcanzarse sin esfuerzo, de manera pasiva.		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

4.4. Técnicas e instrumentos de medición

4.4.1. *Técnicas*

Para el proceso de recopilación de la información se empleó la técnica de encuesta, la cual permite obtener datos de manera directa y sistemática a partir de las respuestas brindadas por los propios participantes (Hernández Sampieri et al., 2014). Se solicitó a los participantes completar un cuestionario sociodemográfico que incluyó información sobre género, grado de instrucción, edad, puesto de trabajo y antigüedad en el cargo, entre otros aspectos.

En relación con las variables del estudio, se emplearon dos instrumentos psicométricos adaptados al contexto peruano, reconocidos por su validez y amplia aceptación en investigaciones psicométricas.

4.4.2. *Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS)*

Instrumento psicométrico desarrollado por Diener et al. (1985) en Estados Unidos, es una escala breve que evalúa la satisfacción global con la vida desde la perspectiva del propio individuo. Pudiendo ser aplicada en el ámbito clínico, educativo, social y organizacional, es unidimensional, consta de cinco ítems con formato Likert de 7 puntos y puede aplicarse individual o colectivamente en adolescentes y adultos. Su aplicación toma aproximadamente 5 minutos, y los puntajes totales varían entre 5 y 35 (una puntuación entre 5 y 9 refleja una extrema insatisfacción; entre 10 y 14 indica insatisfacción; de 15 a 19 sugiere una leve insatisfacción; 20 es ni satisfecho, ni insatisfecho, de 21 a 25 señala una ligera satisfacción con la vida; entre 26 y 30 representa satisfacción, y finalmente, un puntaje de 31 a 35 indica una extrema satisfacción con la vida).

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Acerca del grado de confiabilidad obtenido se alcanzó como resultado un coeficiente de Alfa de Cronbach α= .87 y en el retest se obtuvo una correlación de r = .82, lo cual muestra que posee un adecuado coeficiente de confiabilidad, asimismo para la validez del instrumento según el estudio del análisis factorial se identificó un único factor que logró explicar el 66 % de la varianza en una muestra compuesta por 176 estudiantes universitarios de Psicología (Diener et al., 1985).

En el Perú, diversas investigaciones han evidenciado que la escala presenta adecuadas propiedades psicométricas (Oliver et al., 2018; Ponce-Díaz et al., 2019). En ese sentido, Rueda (2020) adaptó la escala en 473 adultos de un centro de salud en Lima, obteniendo una varianza del 47.8% y coeficientes de confiabilidad de .71 (Alfa) y .82 (Omega). Martínez (2004) validó la escala en 570 personas entre 16 a 65 años, mostrando un solo factor que explicó el 57.63% de la varianza y una confiabilidad de .81 (Alfa de Cronbach). Además, Chiroque et al. (2020) en Lima Metropolitana, con 314 adultos, reportaron una varianza del 70% y coeficientes de confiabilidad de .79 (Alfa) y .80 (Omega).

En la presente muestra (N = 255), se obtuvo una consistencia interna de α = .901 (Alfa de Cronbach) y ω = .902 (Omega de McDonald), calculados mediante el módulo de fiabilidad del software Jamovi versión 2.3 (The Jamovi Project, 2023), valores que se ubican en el rango excelente.

4.4.3. *Inventario de Creencias Irracionales de Ellis*

El instrumento de Creencias Irracionales evalúa el nivel de pensamiento irracional de una persona. Fue elaborado originalmente por Jones (1968) en Estados Unidos, a partir de la teoría de creencias irracionales propuesta por Ellis (1962). Cuenta con 100 preguntas dicotómicas agrupadas en diez dimensiones. Su ámbito de aplicación

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

es individual o colectivo y corresponde a la población adolescente o adulta. El tiempo de aplicación aproximado es de 30 minutos. La evaluación se clasifica en tres niveles: Bajo (0 -39), en el que la persona tiende a interpretar las situaciones de manera más racional y adaptativa; Moderado (40 - 69), en el que la persona manifiesta algunas creencias irracionales que pueden influir ocasionalmente en sus emociones y conductas, aunque no de forma predominante; y Alto (70 - 100), en el que la persona presenta una mayor presencia de pensamientos rígidos, absolutistas e irracionales, los cuales pueden favorecer respuestas emocionales y conductuales desadaptativas.

En el contexto peruano, las investigaciones han evidenciado que el inventario posee adecuadas propiedades psicométricas. De la Cruz Ramos y Laurente Montero (2020), obtuvieron una confiabilidad de 0.643 en una fase de prueba preliminar con 30 estudiantes. Con una muestra de 1258 universitarios de una universidad pública de Huancayo, la validez fue aprobada por jueces expertos, y la confiabilidad también fue de 0.643 usando la escala de Kuder Richardson. Velásquez Santiago (2002) reportó un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.74 en su estudio con 652 universitarios, respaldando la validez y confiabilidad del instrumento.

En la presente muestra (N = 255), se obtuvo una consistencia interna de $\alpha = .976$ (Alfa de Cronbach) y $\omega = .975$ (Omega de McDonald), calculados mediante el módulo de fiabilidad del software Jamovi versión 2.3 (The Jamovi Project, 2023), valores que se ubican en el rango excelente.

4.5. Procedimiento

La investigación se llevó a cabo una vez obtenida la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Científica del Sur. El procedimiento constó de tres etapas:

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

En la planificación, se definió la fecha de inicio para la aplicación del instrumento de manera virtual, procurando no interferir con la jornada laboral de los participantes. Además, se prepararon los instrumentos de evaluación y el formato de consentimiento informado.

En la recolección de datos, se realizó mediante una encuesta virtual autoadministrada en Google Forms. La encuesta fue enviada únicamente a abogados litigantes en Lima Metropolitana, antes de acceder al cuestionario, cada participante leyó y aceptó de forma expresa un consentimiento informado digital, donde se detalló el objetivo, la voluntariedad de participación, la confidencialidad de las respuestas y el derecho a retirarse en cualquier momento. No se solicitaron datos que permitan la identificación directa de las personas. La información se almacenó en una base protegida con una contraseña y será utilizada exclusivamente con fines académicos.

En los análisis, datos recolectados se registraron inicialmente en una hoja de cálculo de Excel para su organización y revisión. Posteriormente, se procesaron en el programa estadístico Jamovi, versión 2.3 (The Jamovi Project, 2023), sobre R (R Core Team, 2021), con el paquete psych (Revelle, 2019). En este programa se realizaron los estadísticos descriptivos, para calcular frecuencias, porcentajes, medias, mediana y desviaciones estándar de las variables; el análisis de confiabilidad mediante el Alfa de Cronbach y el Omega de McDonald; y el análisis inferencial, con el fin de contrastar las hipótesis planteadas.

Previa verificación del supuesto de normalidad mediante la prueba de Shapiro-Wilk, se determinó que los datos no seguían una distribución normal ($p < .05$); en consecuencia, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman para el análisis de asociación entre variables y entre las dimensiones de las creencias irracionales y la

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

satisfacción con la vida, de acuerdo con los criterios para el análisis de datos no paramétricos descritos según Hernández Sampieri et al. (2014).

4.6. Aspectos éticos

La investigación contó con la autorización del Comité Institucional de Ética en Investigación de la universidad con lo cual se procedió al desarrollo del estudio. Se respetaron los derechos de autoría de cada fuente utilizada, citando adecuadamente a los autores. Se garantizó que los participantes no sufran daños (no maleficencia), respetando su autonomía mediante el consentimiento informado, así como la confidencialidad y protección de su identidad. Antes de aplicar los instrumentos, se informó a los participantes sobre el estudio, sus beneficios y su derecho a retirarse, siguiendo el Código de Ética en la Investigación de la UCSUR (2017). Asimismo, se garantizó la fidelidad de la información obtenida, la cual se utilizará exclusivamente con fines académicos.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

V. RESULTADOS

5.1. Análisis descriptivo

5.1.1. *Satisfacción con la vida*

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de satisfacción con la vida

Variable	*N*	*Media*	*Mediana*	*DE*	*Mín*	*Máx*
Satisfacción con la vida	255	17.81	18	6.53	5	35

Nota. DE = desviación estándar.

La Tabla 2 muestra que los puntajes de la escala de satisfacción con la vida (SWLS) oscilaron entre 5 y 35, cubriendo la totalidad del rango teórico del instrumento. La mediana de los puntajes fue de 18, lo que ubica a la muestra en un nivel de leve insatisfacción con la vida (rango 15–19) según los baremos del instrumento. La media fue de 17.81, mientras que la desviación estándar (6.53) evidenció una dispersión moderada en los puntajes reportados por los participantes. Asimismo, el coeficiente de asimetría de 0.120 (EE= 0.153) indicó una distribución prácticamente simétrica.

5.1.2. Creencias Irracionales

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de creencias irracionales

Variable	*N*	*Media*	*Mediana*	*DE*	*Mín*	*Máx*
Creencias irracionales	255	66.13	62	11.99	0	100

Nota. DE = desviación estándar.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

La tabla 3 muestra que los puntajes del inventario de creencias irracionales oscilaron entre un mínimo de 0 y un máximo de 100 puntos, cubriendo la totalidad del rango teórico posible del instrumento. La mediana fue de 62, lo que ubica a la muestra en un nivel moderado de creencias irracionales (rango 40–69) según los baremos del instrumento. La media alcanzó un valor de 66.13 y la desviación estándar de 11.99, lo que refleja una dispersión moderada entre los participantes. Asimismo, el coeficiente de asimetría de 0.028 (EE= 0.153) indicó una distribución prácticamente simétrica.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos por dimensión de creencias irracionales

Dimensión	*Media*	*DE*	*Mediana*	*Mín*	*Máx*
Necesidad de aceptación	6.21	2.01	7	0	10
Altas autoexpectativas	6.45	1.44	6	0	10
Culpabilización	6.96	1.59	7	0	10
Intolerancia a la frustración	6.32	2.18	6	0	10
Causas externas	7.24	1.75	7	0	10
Miedo o ansiedad	6.37	2.28	6	0	10
Evitación de problemas	6.93	1.60	6	0	10
Dependencia	7.22	2.19	8	0	10
Indefensión	6.45	1.50	6	0	10
Pasividad	5.97	2.05	6	0	10
CIAE total	66.13	11.99	62	0	100

Nota. DE = desviación estándar, Mín = puntaje mínimo observado, Máx = puntaje máximo observado.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

En la tabla 4 se observa que las dimensiones con medianas más elevadas fueron dependencia (Md = 8), seguida de causas externas (Md = 7), culpabilización (Md = 7) y necesidad de aceptación (Md = 7), mientras que pasividad presentó la media más baja (M = 5.97). En conjunto, todas las dimensiones registraron medianas iguales o superiores a 6, lo que indica valores relativamente elevados en todas las áreas evaluadas.

5.2. Análisis inferencial

5.2.1. *Prueba de normalidad*

Se evaluó el supuesto de normalidad en la distribución de las variables mediante la prueba de Shapiro-Wilk, seleccionada por mostrar mayor potencia estadística que la prueba de Kolmogorov-Smirnov para la detección de desviaciones de la normalidad en distintos tamaños muestrales (Razali & Wah, 2011).

Tabla 5

Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk de las variables y sus dimensiones

	Shapiro-Wilk	
Variable	*W*	*p*
Satisfacción con la vida	.968	< .001
Creencias irracionales	.908	< .001
Dimensiones de creencias irracionales		
Necesidad de aceptación	.914	< .001
Altas autoexpectativas	.901	< .001
Culpabilización	.914	< .001
Intolerancia a la frustración	.903	< .001
Causas externas	.882	< .001

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Miedo o ansiedad	.894	< .001
Evitación de problemas	.910	< .001
Dependencia	.883	< .001
Indefensión	.894	< .001
Pasividad	.906	< .001

Nota. N = 255. W = estadístico de Shapiro-Wilk. La hipótesis nula asume distribución normal

En la Tabla 5, los resultados de la prueba de normalidad evidenciaron que tanto las variables de estudio como las diez dimensiones de las creencias irracionales presentaron desviaciones estadísticamente significativas respecto de la distribución normal ($p < .001$). En consecuencia, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman para analizar la asociación entre las variables y entre las dimensiones de las creencias irracionales y la satisfacción con la vida.

5.2.2. *Relación entre creencias irracionales y satisfacción con la vida*

Tabla 6

Correlación de Spearman de Creencias Irracionales y Satisfacción con la Vida

		Satisfacción con la vida
Creencias irracionales	Rho	−.230
	Sig.	< .001

La tabla 6 muestra el análisis de correlación de Spearman entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida el cual arrojó un coeficiente de Rho = −.230 ($p < .001$), confirmando la existencia de una relación negativa y estadísticamente significativa, por lo que se rechaza la hipótesis nula (Ho). La magnitud del coeficiente

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

obtenido (Rho = −.230) se clasifica como efecto pequeño conforme a los criterios convencionales propuestos por Cohen (1988). Pese a su magnitud pequeña, la asociación resultó estadísticamente significativa en una muestra de 255 participantes.

El análisis por dimensiones tuvo carácter exploratorio y se realizó sin hipótesis previas, en respuesta al tercer objetivo específico. Con el propósito de identificar las dimensiones de las creencias irracionales, se calcularon correlaciones de Spearman individuales entre cada una de las diez dimensiones y el puntaje total de la SWLS.

Tabla 7

Correlaciones de Spearman entre las dimensiones de las Creencias irracionales y la satisfacción con la vida

Dimensión CIAE	*Rho*	*p*
Necesidad de aceptación	−.257	< .001
Altas autoexpectativas	−.081	.200
Culpabilización	−.250	< .001
Intolerancia a la frustración	−.039	.532
Causas externas	−.055	.383
Miedo o ansiedad	.008	.897
Evitación de problemas	−.172	.006
Dependencia	−.331	< .001
Indefensión	−.168	.007
Pasividad	.024	.708
CIAE total	−.230	< .001

Nota. Rho = coeficiente de correlación de Spearman.

El análisis por dimensiones muestra que cinco de las diez dimensiones de las creencias irracionales presentaron correlaciones negativas y estadísticamente significativas con la satisfacción con la vida. La dimensión que mostró la correlación

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

más fuerte fue dependencia (Rho = −.331, p < .001), con una magnitud que alcanza el umbral de efecto moderado (Cohen, 1988), seguida de necesidad de aceptación (Rho = −.257, p < .001) y la culpabilización (Rho = −.250, p < .001). Así mismo, las dimensiones evitación de problemas (Rho = −.172, p = .006) e indefensión (Rho = −.168, p = .007) también presentaron correlaciones negativas y significativas, aunque de menor magnitud.

En cuanto a las cinco dimensiones que no mostraron correlaciones significativas (altas autoexpectativas, intolerancia a la frustración, causas externas, miedo o ansiedad y pasividad), sus coeficientes se situaron en valores próximos a cero, con dos de ellos incluso de signo positivo, aunque sin alcanzar significancia estadística. Este resultado no implica que dichas dimensiones sean clínicamente irrelevantes, como se mostró en el análisis descriptivo, sus puntajes son elevados en la muestra.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

VI. DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como propósito analizar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes de Lima Metropolitana. Los resultados se discuten considerando las investigaciones previas y los fundamentos teóricos de cada variable.

Respecto al objetivo general, se confirmó la existencia de una relación negativa, pequeña y estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida (Rho = −.230, p < .001), por lo que se rechaza la hipótesis nula (Ho), lo que aporta evidencia a favor de la hipótesis de investigación (Hi). Este resultado indica que, a mayores niveles de creencias irracionales, menor satisfacción con la vida en los abogados litigantes evaluados. El signo negativo del coeficiente es coherente con el planteamiento teórico de Ellis (2006), según el cual las creencias irracionales operan como filtros cognitivos que distorsionan la evaluación de la propia vida y generan estados emocionales perturbadores que, sostenidos en el tiempo, deterioran el bienestar percibido. Aunque el tamaño del efecto fue pequeño, esto no resta importancia al hallazgo, pues la asociación resultó estadísticamente significativa y difícilmente atribuible al azar, dado el tamaño de la muestra (n = 255).

Este resultado es similar a antecedentes donde se comparte una de las variables: Ramírez y Calva (2023) encontraron relaciones significativas, negativas y pequeñas entre la satisfacción con la vida y el agotamiento emocional (r = -.246) y la despersonalización (r = -.179), lo que indica que distintos factores psicológicos negativos se asocian con una disminución de la satisfacción con la vida. Asimismo, Meneses Mendoza (2022) encontró una correlación negativa, moderada y significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción laboral (rho = −.472). Este hallazgo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

resulta relevante, pues muestra que las creencias irracionales tienden a asociarse negativamente con distintos indicadores de bienestar y satisfacción.

Respecto a los dos primeros objetivos específicos, los abogados litigantes evaluados presentaron un nivel leve de insatisfacción con la vida (Md = 18) y un nivel moderado de creencias irracionales (Md = 62), destacando dependencia (Md = 8), causas externas, culpabilización y necesidad de aceptación (Md = 7). El primer hallazgo resulta relevante considerando que la abogacía es una profesión asociada al prestigio y la estabilidad económica, condiciones que suelen vincularse con mayor bienestar; sin embargo, sugiere que estas no bastan por sí solas para sostener una valoración positiva de la propia vida, lo cual es consistente con el contexto de elevadas exigencias psicológicas que caracteriza al ejercicio litigante (Martínez Valera, 2024). El segundo perfil, por su parte, resulta consistente con las exigencias del ejercicio litigante, en el que las dinámicas de poder y jerarquías verticales propias de esta profesión (Moreno Rojas, 2022), expresadas en la evaluación constante por parte de jueces, clientes y colegas, sumada a la exposición reiterada a resultados adversos, constituyen un contexto propicio para el sostenimiento de creencias rígidas sobre el propio valor y sobre la aprobación ajena.

Respecto al objetivo específico del análisis por dimensiones, solo cinco dimensiones mostraron correlaciones estadísticamente significativas con la satisfacción con la vida, lo que indica que existen dimensiones con mayor peso relativo en su relación con la satisfacción con la vida. La dimensión dependencia tuvo la correlación más relevante (Rho = −.331), esta dimensión expresa la creencia de que la persona necesita de alguien más fuerte para poder funcionar adecuadamente y tomar decisiones. En el marco del ejercicio litigante, la dependencia puede expresarse de múltiples formas que erosionan progresivamente la satisfacción personal: la incapacidad para sostener

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

criterios técnicos propios bajo la presión del cliente o del juez contrario, la búsqueda compulsiva de respaldo en figuras de autoridad antes de cada actuación procesal relevante, o la experiencia de vacío y desamparo cuando no se dispone de un mentor o referente que oriente las decisiones. Este patrón de funcionamiento cognitivo resulta especialmente disfuncional en el litigio, donde la autonomía técnica y la capacidad de decisión bajo incertidumbre son competencias centrales del desempeño profesional.

La necesidad de aceptación (Rho = −.257) y la culpabilización (Rho = −.250) ocuparon el segundo y tercer lugar en intensidad de correlación con la satisfacción vital. Ambas dimensiones comparten una orientación hacia la validación externa del propio valor que, en contextos de alta competencia y visibilidad profesional como el litigio, puede resultar especialmente perturbadora: la primera a través de la búsqueda de aprobación de figuras significativas, y la segunda a través de la aplicación de juicios morales severos ante los errores propios y ajenos. Un abogado que sostiene la creencia de que necesita ser aprobado por prácticamente toda persona significativa de su entorno experimenta una vulnerabilidad crónica ante las evaluaciones negativas de jueces, colegas y clientes, difícil de evitar en el ejercicio cotidiano de la profesión. Del mismo modo, aquel que aplica estándares de culpa rígidos ante los errores procesa cada caso perdido, cada recurso desestimado o cada error procesal como evidencia de insuficiencia moral, acumulación que deteriora gradualmente la valoración global de la propia vida.

Las dimensiones evitación de problemas (Rho = −.172) e indefensión (Rho = −.168) también mostraron correlaciones negativas y significativas con la satisfacción con la vida, aunque de menor magnitud que las tres anteriores. La evitación de problemas refleja la tendencia a rehuir la confrontación de responsabilidades y dificultades en lugar de afrontarlas directamente, lo que, en el ejercicio del litigio, cuyo

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

núcleo funcional es precisamente la confrontación de problemas complejos, podría generar una disonancia entre los requerimientos del rol profesional y el funcionamiento cognitivo-motivacional del individuo. La indefensión, por su parte, expresa la creencia de que el pasado determina el presente y que las experiencias adversas previas seguirán afectando al individuo de manera indefinida. En la abogacía litigante, esta creencia cobra especial relevancia, pues la exposición reiterada a derrotas judiciales podría reforzar la percepción de que el desempeño futuro está condicionado por el pasado, debilitando la confianza del profesional en su capacidad de influir sobre sus casos.

Las cinco dimensiones que se asociaron con la satisfacción con la vida comparten un rasgo en común: son creencias que condicionan el valor de la propia persona. Las cinco que no se asociaron, en cambio, se orientan hacia tareas o situaciones externas. Esta distinción es consistente con lo planteado por Ellis, quien diferencia dos formas de perturbación según el contenido de la creencia que las origina: la alteración del yo, cuando la creencia recae sobre el propio valor personal, y la alteración por incomodidad, cuando recae sobre la comodidad o previsibilidad de una tarea o circunstancia, sin afectar el juicio sobre uno mismo (Ellis & Dryden, 1997). Este patrón coincide parcialmente con el de Muniz Cabanillas (2025), quien encontró correlaciones negativas y significativas en las dimensiones de necesidad de aprobación ($r = –.25$), culpabilización ($r = –.25$) además de la influencia del pasado ($r = –.23$), al estudiar su relación con el bienestar psicológico. No obstante, esta lectura debe tomarse con cautela, ya que la dimensión altas autoexpectativas, la más directamente vinculada a la valía personal, no mostró asociación significativa.

Esta distinción, permite proponer una explicación adicional: dado que la satisfacción con la vida mide únicamente el componente cognitivo del bienestar, es decir el juicio que la persona hace de su vida según sus propios criterios (Diener et al., 1985),

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

y no su componente afectivo, sería esperable que las creencias centradas en la autoevaluación, se asociaran con ese juicio global, mientras que las creencias situacionales, vinculadas teóricamente al componente afectivo del bienestar, no lo hicieran, interpretación que no puede contrastarse directamente en este estudio.

Los hallazgos del presente estudio brindan una implicancia teórica, dado que aportan evidencia sobre la relación entre creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes de Lima Metropolitana, una población poco estudiada en el contexto peruano. Esto contribuye a llenar el vacío de conocimiento existente sobre el tema. Asimismo, en lo práctico, los resultados evidencian la relevancia de atender el bienestar psicológico de los abogados litigantes como un aspecto tan importante como la competencia técnica dentro del ejercicio del litigio. En el plano social, estos hallazgos contribuyen a visibilizar la salud mental como un aspecto relevante también en profesiones de alta exigencia y prestigio social, como la abogacía.

Los hallazgos deben interpretarse considerando algunas limitaciones, en primer lugar, el diseño correlacional y transversal no permite establecer relaciones de causalidad entre las variables; no obstante, esto no compromete la validez de los resultados, dado que el estudio buscó identificar la asociación entre las variables y no su causalidad, y las relaciones analizadas se sustentaron en el marco teórico y en la evidencia empírica previa. En segundo lugar, al tratarse de un formulario autoadministrado en línea, la deseabilidad social pudo haber influido en las respuestas; el anonimato y la confidencialidad garantizados reducen esa tendencia. En tercer lugar, el muestreo no probabilístico por conveniencia limita la generalización de los resultados, si bien el estudio no buscó generalizar a todos los abogados litigantes de Lima sino examinar la relación entre las variables en un grupo específico, para lo cual se establecieron criterios de inclusión y exclusión. Finalmente, el estudio midió

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

únicamente el componente cognitivo del bienestar subjetivo mediante la SWLS, sin evaluar su componente afectivo. Esta delimitación impide contrastar de manera directa la interpretación propuesta sobre las dimensiones que no mostraron asociación significativa, y constituye una línea de trabajo para investigaciones futuras.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

VII. CONCLUSIONES

Se presentan a continuación las conclusiones, organizadas según el objetivo general y los objetivos específicos del estudio.

1. Se rechazó la hipótesis nula (Ho): existe una relación negativa y estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes de Lima Metropolitana (Rho = −.230, p < .001), lo que indica que, a mayores niveles de creencias irracionales, menor satisfacción con la vida.
2. Los abogados litigantes evaluados presentaron un nivel leve de insatisfacción con la vida (Md = 18).
3. Los abogados litigantes evaluados presentaron un nivel moderado de creencias irracionales (Md = 62), siendo la dependencia la dimensión más marcada (Md = 8) y la pasividad la de menor presencia (M = 5.97).
4. Las dimensiones de creencias irracionales que mostraron correlación estadísticamente significativa con la satisfacción con la vida fueron dependencia (Rho = −.331), necesidad de aceptación (Rho = −.257), culpabilización (Rho = −.250), evitación de problemas (Rho = −.172) e indefensión (Rho = −.168). Las cinco dimensiones restantes no presentaron asociación estadísticamente significativa.

Estos hallazgos aportan a la psicología evidencia útil para comprender el bienestar psicológico de los abogados litigantes, población poco estudiada en el contexto peruano.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

VIII. RECOMENDACIONES

A partir de los hallazgos del presente estudio, se formulan las siguientes recomendaciones:

En primer lugar, se recomienda a las futuras investigaciones realizar estudios de comparaciones de grupos con abogados y profesionales de otros sectores ocupacionales, para determinar si la condición social de ejercer el derecho influye realmente en la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida, o si dicha relación es extensiva a otros grupos profesionales, algo que el diseño del presente estudio no permite demostrar por sí solo.

En segundo lugar, se sugiere a futuras investigaciones incorporar variables de control y emplear técnicas estadísticas más robustas, tales como el análisis de regresión o los modelos de ecuaciones estructurales (SEM), con el fin de profundizar en la comprensión de la relación entre las variables estudiadas.

En tercer lugar, se recomienda a los Colegios de Abogados de Lima y las asociaciones gremiales del sector jurídico promover la evaluación de las creencias irracionales en el abogado litigante, en especial de las dimensiones que mostraron asociación significativa con la satisfacción con la vida en el presente estudio, a fin de orientar futuras acciones dirigidas al bienestar de sus agremiados.

En cuarto lugar, se recomienda a las facultades de derecho incorporar contenidos de salud mental, manejo del estrés y habilidades de afrontamiento en sus planes de estudio, considerando los niveles moderados de creencias irracionales observados en una muestra con alta formación académica; por tanto, resulta pertinente integrar la dimensión psicológica en la formación profesional.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aldás-Villacís, A., & Poveda-Ríos, M. (2021). Creencias irracionales y síndrome de burnout en el personal de salud del Hospital José María Velasco Ibarra de la ciudad del Tena en tiempo de COVID-19. *Psicología UNEMI*, *5*(9), 108-117. https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp108-117p

Alvarado-García, P. A. A. (2021). Clima laboral y satisfacción con la vida en trabajadores de una universidad pública. *UCV Scientia Biomédica*, *4*(2), 17-26. https://doi.org/10.18050/ucvscientiabiomedica.v4i2.02

Alvarado Ricse, E. L., & Rocha Poma, K. (2023). *Relación entre personalidad y creencias irracionales en los miembros de la unidad de servicios especiales-PNP-Huancayo 2021* [Tesis para optar el grado académico de Licenciado en Psicología, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de los Andes. https://repositorio.upla.edu.pe/item/a29649a2-c3d0-41ed-bb3e-028a8c6cb306

Atoche Bonilla, C. D. P., & Torres Marchena, M. T. (2023). *Carga de trabajo y satisfacción con la vida en trabajadores de Lima Metropolitana en el año 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. https://repositorio.upn.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/be99ab5e-5289-463b-8032-0ffac79c3c69/content

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.

Celio Pillaca, J. (2021). Burnout y satisfacción con la vida en docentes que realizan clases virtuales en un contexto de pandemia por covid-19. *Puriq*, *3*(1), 87–99. https://doi.org/10.37073/puriq.3.1.142

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Chiroque, J., Gonzales, S., Maldonado, C., & Vilchez, A. (2020). Evidencias psicométricas de la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS) en población adulta de Lima Metropolitana, 2020. *Psique Mag: Revista Científica Digital de Psicología*, *10*(1), 65-75. https://doi.org/10.18050/psiquemag.v10i1.2645

Chlap, N., & Brown, R. (2022). Relationships between workplace characteristics, psychological stress, affective distress, burnout and empathy in lawyers. *International Journal of the Legal Profession*, *29*(2), 159–180. https://doi.org/10.1080/09695958.2022.2032082

Chlap, N., & Murray, K. (2026). Work demands, self-care, and mental health in lawyers. *Psychiatry, Psychology and Law*, *33*(4), 1079–1099. https://doi.org/10.1080/13218719.2025.2497784

Código Procesal Civil [CPC]. Texto Único Ordenado aprobado por Resolución Ministerial N.° 010-93-JUS, 22 de abril de 1993.

Cohen, J. (1988). Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (2nd ed.). *Routledge.* https://doi.org/10.4324/9780203771587

De la Cruz Ramos, L., & Laurente Montero, D. (2020). *Creencias irracionales en estudiantes del Programa de Estudios Generales de la Universidad Nacional del Centro del Perú Huancayo, 2020* [Tesis para optar el título profesional de Psicólogo, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana de los Andes. https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1953

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *95*(3), 542–575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276-302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276

Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.

Ellis, A. (2006). *Razón y emoción en psicoterapia* (A. Ibáñez, trad.; 7.ª ed.). Desclée de Brouwer.

Ellis, A., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). Springer Publishing Company.

Fernández Jhonston, N. (2024). *Creencias irracionales en trabajadores de una empresa consultora de recursos humanos en Lima Metropolitana durante la crisis social del primer semestre del año 2023* [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Psicología, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP. https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/8458

Gómez-González, O., Santoyo-Telles, F., & Urzúa, A. (2024). Efecto de las creencias irracionales en el proceso cognitivo de la satisfacción con la vida en adultos. *Revista CES Psicología*, *17*(1), 102–116. https://doi.org/10.21615/cesp.7150

Gómez-González, O., Zazueta, N. P. C., Santoyo-Telles, F., & Betanzos, F. G. (2023). Asociación entre creencias racionales e irracionales y la satisfacción con la vida: una revisión sistemática con meta-análisis. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, *14*(2), 123-140. https://doi.org/10.29059/rpcc.20231201-166

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Herrero Fernández, E., & Quesada, M. H. (2024). *Estudio ICAM sobre la salud mental de la abogacía madrileña*. Ilustre Colegio de la Abogacía de Madrid; Fundación ICAM Cortina. https://web.icam.es/wp-content/uploads/2024/07/I-Estudio-Salud-Mental-de-la-Abogacia-Madrilena-2024.pdf

Hilinger Montero, E. M. (2022). *Satisfacción con la Vida, Satisfacción Laboral y síndrome de Burnout: un estudio en docentes* [Trabajo Fin de Grado, Universidad Europea de Madrid]. Repositorio de la Universidad Europea. https://titula.universidadeuropea.com/handle/20.500.12880/1352

Holt, L., McDonald, H. M., Phelan, S., Walker, C., & Parkinson, D. (2024). Mental health effects of working as a legal professional in contexts involving exposure to trauma: A systematic review. *BMJ Public Health*, *2*(1), e000729. https://doi.org/10.1136/bmjph-2023-000729

Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi. (2025). INSM "HD-HN": 70% de trabajadores en Perú sufre estrés crónico y 1 de cada 6 padece burnout, revela conferencia sobre salud mental laboral. Plataforma del Estado Peruano. https://www.gob.pe/institucion/insm/noticias/1265373-insm-hd-hn-70-de-trabajadores-en-peru-sufre-estres-cronico-y-1-de-cada-6-padece-burnout-revela-conferencia-sobre-salud-mental-laboral

International Bar Association (IBA). (2021). *Bienestar mental en la profesión jurídica: Un estudio global*. https://www.ibanet.org/document?id=IBA-report-Mental-Wellbeing-in-the-Legal-Profession-Spanish

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Jones, R. G. (1968). *A factorial measure of Ellis' irrational belief system, with personality and maladjustment correlates. Dissertation Abstracts International*, 29, 4379B-4380B

Krieger, L. S., & Sheldon, K. M. (2015). What makes lawyers happy? A data-driven prescription to redefine professional success. *George Washington Law Review*, *83*(2), 554–627. https://ir.law.fsu.edu/articles/94

Krill, P. R., Johnson, R., & Albert, L. (2016). The prevalence of substance use and other mental health concerns among American attorneys. *Journal of Addiction Medicine*, *10*(1), 46–52. https://doi.org/10.1097/ADM.0000000000000182

Ley Orgánica del Poder Judicial [LOPJ]. Texto Único Ordenado aprobado por Decreto Supremo N.° 017-93-JUS, 02 de junio de 1993. https://www.gob.pe/institucion/pj/normas-legales/

Macedo Alvarez, J., Coral Lazo, N., Vilchez Julon, J., Palomino Ccasa, J., & Malca-Peralta, S. (2023). Satisfacción con la vida como predictor de la calidad de vida en el trabajo y el rendimiento laboral en trabajadores de salud. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, *16*(1), 95–101. https://doi.org/10.17162/rccs.v16i1.1991

Malhotra, N., Tyagi, S., Goyal, E., Kaur, G., Singh, J., & Chaudhury, S. (2025). Perceived stress, mental health, and job satisfaction among lawyers working in public versus private sector. *Industrial Psychiatry Journal*, *34*(2), 179–183. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_496_24

Martínez, P. (2004). Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología de la PUCP*, *22*(2), 215-252. https://doi.org/10.18800/psico.200402.003

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Martínez Valera, P. E. (2024). Psicoanálisis del abogado: alto riesgo para su salud mental. *Ius Inkarri*, *13*(16), 229-247. https://doi.org/10.59885/iusinkarri.2024.v13n16.09

Méndez Zavala, J., & González Juárez, M. (2021). Satisfacción de vida y riesgos psicosociales en el trabajo: La NOM-035 frente al bienestar. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, *10*(20), 80–102. https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v10i20.16717

Meneses Mendoza, N. A. (2022). *Creencias irracionales y satisfacción laboral en docentes de dos instituciones educativas de Puente Piedra, 2021* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85810

Ministerio de Salud del Perú. (2024). Más de 1 300 000 casos atendidos por trastornos de salud mental y problemas psicosociales. Gobierno del Perú. https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1037025-mas-de-1-300-000-casos-atendidos-por-trastornos-de-salud-mental-y-problemas-psicosociales

Moreno Rojas, C. J. (2022). ¿Por qué los abogados somos como somos? Un análisis del comportamiento social de los abogados desde el derecho, la sociología y la educación jurídica. *Revista de Pedagogía Universitaria y Didáctica del Derecho*, *9*(2), 153–167. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10124517

Muniz Cabanillas, A. P. (2025). C*reencias irracionales y bienestar psicológico en mujeres que trabajan en Organizaciones No Gubernamentales en Iquitos* [Tesis de licenciado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio UPC. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/entities/publication/e5b17aa2-90fb-5b6b-8262-a303fdfc241a

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Nickum, M., & Desrumaux, P. (2022). Burnout among lawyers: Effects of workload, latitude and mediation via engagement and over-engagement. *Psychiatry, Psychology and Law*. https://doi.org/10.1080/13218719.2022.2050023

Oliver, A., Galiana, L., & Bustos, V. (2018). Validación de la Escala de Satisfacción con la Vida y su relación con las dimensiones del Autoconcepto en universitarios peruanos. *Persona*, *21*(2), 29-44. https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.3018

Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Transformar nuestro mundo: La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible* (A/RES/70/1). https://documents.un.org/doc/undoc/gen/n15/291/93/pdf/n1529193.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2022). *WHO guidelines on mental health at work*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052

Perales, A., Chue, H., Padilla, A., & Barahona, L. (2011). Estrés, ansiedad y depresión en magistrados de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, *28*(4), 581-588. https://doi.org/10.17843/rpmesp.2011.284.419

Ponce-Díaz, C., Aiquipa, J., & Arboccó, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Propósitos y Representaciones*, *7*(SPE), e351. https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7nSPE.351

Ramírez, M. R., & Calva, E. A. (2023). Correlatos entre el estrés laboral crónico y la satisfacción por la vida según la percepción de una muestra de profesionales de la salud. *AXIOMA - Revista Científica de Investigación, Docencia y Proyección Social*, (28), 5-9. https://doi.org/10.26621/ra.v1i28.733

Razali, N. M., & Wah, Y. B. (2011). Power comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling tests. *Journal of*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Statistical Modeling and Analytics, *2*(1), 21-33. https://www.researchgate.net/publication/267205556_Power_Comparisons_of_Shapiro-Wilk_Kolmogorov-Smirnov_Lilliefors_and_Anderson-Darling_Tests

R Core Team. (2021). *R: A language and environment for statistical computing* (Versión 4.1) [Software]. R Foundation for Statistical Computing. https://www.R-project.org/

Redondo Pacheco, J., Estévez Lizarazo, J., & Rueda Pimiento, O. E. (2024). La vida en la molienda: satisfacción con la vida y bienestar psicológico entre productores de panela del suroccidente colombiano. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (71), 4-24. https://doi.org/10.35575/rvucn.n71a2

Revelle, W. (2019). *psych*: Procedures for psychological, psychometric, and personality research (Versión 1.9) [Paquete de R]. Northwestern University. https://CRAN.R-project.org/package=psych

Rueda, M. (2020). *Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción con la vida en pacientes de un centro de salud CLAS de Lurín* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1305/Rueda%20Fernandez%2c%20Michael%20Joel.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Santarpia, F. P., Bodoasca, T., Cantonetti, L., Ferri, G., & Borgogni, L. (2023). Linking irrational beliefs with well-being at work: The role of fulfilling performance expectations. *Sustainability*, *15*(23), 16463. https://doi.org/10.3390/su152316463

Santillan Chuchon, M. F., Cava Peña, T., & Quispe Reyes, M. (2024). *Satisfacción con la vida y satisfacción laboral en el personal de enfermería en un hospital del*

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

estado, Lima, 2023 [Tesis de licenciado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPeU. https://repositorio.upeu.edu.pe/items/f10eedfc-500d-4ce3-9d71-67c554667cc3

Schönbrodt, F. D., & Perugini, M. (2013). At what sample size do correlations stabilize? *Journal of Research in Personality*, *47*(5), 609–612. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.05.009

Schönbrodt, F. D., & Perugini, M. (2018). Corrigendum to "At what sample size do correlations stabilize?" [J. Res. Pers. 47 (2013) 609–612]. *Journal of Research in Personality*, *74*, 194. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.02.010

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, *55*(1), 5–14. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5

Soon, L., McDowall, A., & Teoh, K. R. H. (2023). Towards a context-specific approach to understanding lawyers' well-being: A synthesis review and future research agenda. *Psychiatry, Psychology and Law*, *31*(3), 550–573. https://doi.org/10.1080/13218719.2023.2206879

The Jamovi Project. (2023). jamovi (Versión 2.3) [Software]. https://www.jamovi.org

Turner, M., Miller, A., & Youngs, H. (2022). The role of irrational beliefs and motivation regulation in worker mental health and work engagement: A latent profile analysis. *PLoS ONE*, *17*(8), e0272987. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272987

Universidad Científica del Sur. (2017). *Código de ética en la investigación*. https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/3685/codigo_de_etica_en_la_investigacion_compressed%5b1%5d.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, *3*(9), 87–116. https://repub.eur.nl/pub/16195

Velásquez Santiago, J. M. (2002). *Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería* [Tesis para optar el título profesional de licenciado en psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/5f198e3c-69f3-4e66-9d11-60bd87e65ae6

Wiley, L., Jennings Black, K., & Ross, D. (2024). Too stressed to de-stress? The experience of work stress and recovery among attorneys during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry, Psychology and Law*, *31*(3), 440–465. https://doi.org/10.1080/13218719.2022.2155722

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

X. ANEXOS

Anexo 1. Resolución de aprobación del proyecto de Tesis

RESOLUCION DIRECTORIAL DE CARRERA: Nº 261-DACPSI-DAFCS-U.CIENTÍFICA-2025

Lima 07 de octubre del 2025

VISTO:

El informe de resolución independiente académico y la aprobación de un comité de ética del proyecto de tesis titulado: **Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana** presentado por:

- HAYDEE YANIRA TORRES BARAHONA

- ROSA ALICIA ORMEÑO APAZA

CONSIDERADO:

Que, de acuerdo al reglamento general de la universidad Científica del sur y los reglamentos de para obtener el en la Carrera de Psicología se debe desarrollar un trabajo de investigación

Que, de acuerdo normativa vigente de la universidad científica del sur, en uso de las atribuciones conferidas al director académico de carrera

SE RESUELVE:

1. Aprobar e inscribir el proyecto de tesis titulado: **Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana** con Número de registro: PRE-18-2025-00429, y establecer el inicio del periodo de ejecución del mencionado proyecto.

2. Nombrar al docente **Jesús José Rincón León** como asesor para el desarrollo de tesis en cuestión.

Regístrese, Comuníquese y archívese



Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Anexo 2. Constancia de Comité de Ética

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

CONSTANCIA N°1186-CIEI-CIENTÍFICA-2025

El presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA) da constancia que el proyecto de investigación, cuyos datos se registran a continuación, **ha sido aprobado** por el CIEI-CIENTÍFICA.

Código de Registro:	**PRE-18-2025-00429**
Título:	**Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana**
Investigador(a):	**Rosa Alicia Ormeño Apaza; Haydee Yanira Torres Barahona.**

La aprobación del proyecto de investigación implica que el documento presentado a evaluación cumple con los lineamientos de Universidad en materia de investigación y ética, los cuales se sustentan en la normativa internacional vigente.

La aprobación del proyecto de investigación corresponde a los siguientes documentos:

1. Protocolo de investigación, versión 3.0 de fecha 29 de agosto del 2025
2. Consentimiento Informado, versión 3.0 de fecha 29 de agosto del 2025

La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **02 de marzo del 2027.**
Todo trámite para la renovación de la aprobación tendrá que ser por lo menos 30 días antes de su vencimiento.
Tome atención del comunicado **1186 - CIEI-CIENTÍFICA-2025** que se adjunta a su constancia de aprobación.

Villa El Salvador, 03 de setiembre del 2025

Mg. Cinthya Ruth Chipana Herquinio
Presidente
Comité Institucional de Ética en Investigación

Comité Institucional de Ética en Investigación
Campus Villa 2 - Panamericana Sur km 19
ciei_ucsur@cientifica.edu.pe
T // (+51) 934164292

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Anexo 3. Carta de validación de asesor

7.2 ANEXO N° 2: CARTA DE VALIDACIÓN DE ENVÍO (ASESOR) *

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

VALIDACIÓN DEL ENVÍO DE PROYECTO DE TESIS

Yo, **Dr. Jesús José Rincón León**, docente a tiempo parcial de la Carrera de Psicología, asesor de las egresadas Haydee Yanira Torres Barahona y Rosa Alicia Ormeño Apaza de la Carrera de Psicología en la elaboración del proyecto de tesis titulado:

"CREENCIAS IRRACIONALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN ABOGADOS LITIGANTES EN LIMA METROPOLITANA"

Confirmo que he revisado dicho proyecto y considero que la versión presentada puede ser sometida a evaluación por la Dirección General de Investigación, Desarrollo e Integridad Científica.

Fecha de entrega: 09 / 05 /2025
Fecha de recepción: 09 / 05 /2025

_____

Dr. Jesús José Rincón León
DNI: 146181340

* Este documento puede ser reemplazado por un correo electrónico.
**** La fecha debe estar actualizada.**
*** Esta carta debe estar como anexo en el proyecto de tesis/Bachiller
La versión vigente de este documento es la que se encuentra el repositorio de Office 365. Cualquier copia impresa se considera copia NO CONTROLADA y se debe verificar su vigencia.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 4. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN (ADULTOS)	
Título del estudio	"Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en lima metropolitana"
Investigador (a)	**Rosa Alicia Ormeño Apaza** **Haydee Yanira Torres Barahona**
Institución	**Universidad Científica del Sur**

Información Clave

El siguiente es un breve resumen de este estudio para ayudarte a decidir si deseas participar en esta investigación. Más adelante en este formulario, se muestra información más detallada.

Introducción

Reciba usted nuestro cordial saludo, somos Rosa Alicia Ormeño Apaza y Haydee Yanira Torres Barahona, estudiantes de la facultad de Psicología de la Universidad Científica del Sur. Lo estamos invitando a participar de la investigación titulada: "Creencias irracionales y satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana".

A continuación, vamos a brindar información e invitarte a ser parte de este estudio. Antes de que decidas participar, puedes hablar con nosotros o cualquier otra persona con quien te sientas cómodo sobre esta investigación. Si tienes alguna pregunta o duda relacionada con el estudio no dudes en consultarnos. Estaremos atentas para resolver cualquier inquietud y duda que puedas tener antes durante y después del estudio.

Propósito del Estudio:

Estamos realizando esta investigación para identificar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en los abogados litigantes en Lima Metropolitana, con la finalidad de poder utilizarlo como referencia para futuras prevenciones o tratamientos y con miras a mejorar la salud integral, no solo en el ámbito profesional sino también en el ambiente familiar de los abogados.

Procedimientos:

Si acepta participar en este estudio, usted realizará lo siguiente: Firmará un consentimiento informado virtual, responderá dos cuestionarios y el tiempo que le tomará resolver los cuestionarios es de 15 minutos aproximadamente.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Riesgos e incomodidades:
No se prevén riesgos por participar en esta fase del estudio. Desarrollar las encuestas no generará riesgos o incomodidad, ya que solicitan conocer solo su opinión sobre algunas situaciones diarias que percibe.

Beneficios:
Al culminar la investigación, será invitado a conocer los resultados generales obtenidos y recibirá de 10 a 15 minutos de devolución psicoeducativa virtual sobre los puntajes globales, se le remitirá una ruta de apoyo en folleto digital con pautas breves de manejo cognitivo-emocional y, de ser necesario, sugerencias de servicios de salud mental.

Asimismo, su participación contribuirá al desarrollo de futuras acciones preventivas o programas orientados al bienestar psicológico del gremio de abogados.

Costos y compensación
Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio, es decir, no le ocasionarán gasto alguno. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad
Nosotros guardaremos su información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en este estudio. Solo los investigadores tendrán acceso a la base de datos del estudio.

Derechos del participante:
Su participación en esta investigación es voluntaria. Si usted ha decidido participar en el estudio, usted puede retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio si así usted lo decide. Ello no le debe causar ningún tipo de represalia o sanción. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o escriba a las investigadoras Rosa Alicia Ormeño Apaza y Haydee Yanira Torres Barahona, a los correos electrónicos 100079598@cientifica.edu.pe , 100085274@cientifica.edu.pe

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar:

Comité Institucional de Ética en Investigación Universidad Científica del Sur (CIEI-CIENTÍFICA)	Panamericana Sur Km 19, Villa El Salvador Portal: https://investigacion.cientifica.edu.pe/ciei-cientifica/ Correo: ciei_ucsur@cientifica.edu.pe

Una copia de este consentimiento informado le será entregada firmada y fechada.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que cosas pueden pasar si participo en el presente estudio de investigación, también entiendo que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. El personal del estudio me explicó y respondió todas mis preguntas.

<table>
<tr><td colspan="3">Al firmar, declaro haber leído y estar de acuerdo en autorizar lo que se indica en este documento:</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Participante</td><td>_____ _____
Apellidos y Nombres Firma</td><td>Fecha:
XX/XX/XX</td></tr>
<tr><td></td><td>Huella Digital:</td></tr>
<tr><td></td><td>Hora:</td></tr>
<tr><td>Investigador</td><td>_____ _____
Apellidos y Nombres Firma</td><td>Fecha:
XX/XX/XX</td></tr>
</table>

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Anexo 5. Matriz de Consistencia

Título: "CREENCIAS IRRACIONALES Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN ABOGADOS LITIGANTES EN LIMA METROPOLITANA"

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	MÉTODO
Problema General ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima metropolitana?	**Objetivo General** Determinar la relación entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana. **Objetivos específicos** 1. Describir los niveles de satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana. 2. Describir los niveles de creencias irracionales en abogados litigantes en Lima Metropolitana. 3. Analizar la relación entre las dimensiones de las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.	**Hipótesis de investigación** Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana. Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre las creencias irracionales y la satisfacción con la vida en abogados litigantes en Lima Metropolitana.	**V1: Creencias Irracionales** **Dimensiones:** Necesidad de aceptación Altas auto expectativas Culpabilización Intolerancia a la frustración Causas externas Miedo o ansiedad Evitación de problemas Dependencia Indefensión Pasividad **V2: Satisfacción con la vida** **Dimensión:** Unidimensional	**Tipo y Diseño:** Cuantitativo Correlacional No experimental Transversal **Población** Abogados Litigantes en Lima Metropolitana. **Muestra** 255 abogados Litigantes en Lima metropolitana, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. **Instrumentos:** Inventario de Creencias Irracionales de Ellis Escala de satisfacción con la vida (SWLS)

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Anexo 6. Ficha Sociodemográfica

Lee cuidadosamente, marque con una (x) o rellene los espacios en blanco según sus datos personales. Esta información brindada aportará en la riqueza de la investigación y se manejará con absolutamente confiabilidad:

Sexo:
H___
M___

Género:
Masculino___
Femenino___
Otros_____

Edad: _____

Estado civil:
Soltero(a): ___
Casado(a): ___
Divorciado(a): ___
Viudo(a): ___
Conviviente: ___

Distrito de residencia:
_____

Área de especialidad:
_____

Nivel académico:
Posgrado: ____
Doctorado: ___

Antigüedad en el puesto:
Menos de 2 años: __
Más de 2 años: ____

Religión: _____
Practicante___
No practicante___
Ateo/agnóstico___

Tipo de prestación de servicios:
Independiente: ___
Dependiente: ____

Estado de Colegiatura
Activo ____
Inactivo ___

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Anexo 7. Datos sociodemográficos de la muestra

Datos sociodemográficos de la muestra

	F	%
Hombre	156	61.2
Mujer	99	38.8
Total	255	100
Especialidad		
Derecho civil	96	37.6
Derecho familiar	60	23.5
Derecho penal	59	23.1
Derecho laboral	31	12.2
No reportado	9	3.5
Total	255	100
Estado civil		
Soltero	66	25.9
Conviviente	65	25.5
Casado	61	23.9
Divorciado	60	23.5
Viudo	3	1.2
Total	255	100
Nivel académico		
Posgrado	228	89.4
Pregrado	16	6.3
Doctorado	10	3.9
No reportado	1	0.4
Total	255	100

Nota. F = Frecuencia absoluta; % = Porcentaje.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Anexo 8. Instrumentos

Escala de satisfacción con la vida - SWLS
(Diener, Emmons, Larsen y Griffin)

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan cinco afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Para ello, utilice esta escala e indique qué tan de acuerdo está con cada elemento. Elija la alternativa que usted considere es la más apropiada para responder cada pregunta.

Nº	Preguntas	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	En la mayoría de los sentidos, mi vida se acerca a mi ideal							
2	Las condiciones de mi vida son excelentes							
3	Estoy satisfecho (a) con mi vida							
4	Hasta ahora he conseguido las cosas importantes que quiero en la vida							
5	Si tuviera que vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada							

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

Inventario de creencias irracionales de Albert Ellis

INSTRUCCIONES

No es necesario que piense mucho rato en cada ítem. Marque la respuesta SÍ o NO. Asegúrese de que conteste lo que Ud. realmente piensa, no lo que cree que debería pensar.

N°	ITEMS	SÍ	NO
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben		
2	Yo odio el fallar en cualquier cosa		
3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede		
4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente		
5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia		
6	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan		
7	Usualmente hago a un lado decisiones importantes		
8	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo		
9	“una cebra no puede cambiar sus rayas”		
10	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas		
11	Me gusta tener el respeto de los demás, pero no tengo que tenerlo		
12	Yo evito las cosas que no hago bien		
13	Muchas personas malvadas escapan al castigo que ellas merecen		
14	Las frustraciones no me perturban		
15	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas		
16	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros		
17	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen		
18	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes		
19	Es casi imposible vencer la influencia del pasado		
20	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez		
21	Yo quiero agradarle a todo el mundo		
22	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo		
23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.		
24	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son		
25	Yo produzco mis propias emociones		
26	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones		
27	Yo evito el enfrentar mis problemas		
28	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.		
29	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tiene que hacerlo en el futuro		
30	Yo estoy más realizado(a) cuando tengo muchas cosas que hacer		
31	Yo puedo gustar de mí mismo(a) aun cuando otras personas no lo hagan		
32	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo		
33	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada		
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan		
35	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera		
36	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso		
37	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo		
38	Hay personas de la cuales dependo grandemente		
39	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

40	Yo disfruto mucho más el envolverse en un proyecto creativo		
41	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío		
42	Es grandemente importante para mí el ser exitoso(a) en todo lo que hago		
43	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones		
44	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan		
45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que mantenga a sí misma de esa manera		
46	No puedo tolerar el tomar riesgos		
47	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables		
48	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a)		
49	Si hubiera tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser		
50	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo		
51	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás		
52	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno(a) yo sea en ellas		
53	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas		
54	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro		
55	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será		
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro		
57	Casi nunca dejo las cosas sin hacer		
58	Yo soy el único(a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas		
59	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente		
60	Demasiado tiempo libre es aburrido		
61	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí		
62	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa		
63	Todo el mundo es básicamente bueno		
64	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso		
65	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos		
66	Yo me preocupo respecto de ciertas cosas en el futuro		
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras		
68	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí		
69	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales		
70	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre		
71	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan		
72	Me perturba cometer errores		
73	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”		
74	Yo “tomo las cosas como vienen”		
75	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida		
76	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente		
77	Una vida de comodidades es raras veces es muy recomendable		
78	Yo encuentro fácil el buscar consejo		
79	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera		
80	Me agrada estar sin hacer nada		
81	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí		
82	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas		
83	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad		
84	Las personas son más fáciles cuando tienen desafíos y problemas que superar		
85	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo		
86	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica		
87	Me desagrada la responsabilidad		
88	Me desagrada tener que depender de los demás		
89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces		
90	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente		

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

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

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis