

CREENCIAS IRRACIONALES EN MUJERES ESPAÑOLAS SOBRE EL ROL FEMENINO TRADICIONAL

Montse Rovira¹, Leonor Lega², Carlos Suso-Ribera³ e Izaskun Orue⁴
¹*Universidad de Deusto (España)*; ²*Saint Peter's University (Estados Unidos)*;
³*Universidad Jaume I*; ⁴*Universidad de Deusto (España)*

Resumen

Las creencias irracionales (CI) de las mujeres respecto al rol de género tradicional han recibido una atención académica considerable en diversos países. Sin embargo, no se han investigado en España con un instrumento específicamente diseñado desde las bases de la TREC como la "Escala de creencias de mujeres de O'Kelly" (OWBS). Este estudio evaluó las CI de género en mujeres españolas y la existencia de perfiles diferenciales según edad, nivel educativo y situación social (relación de pareja y convivencia con la familia). Participaron 1.075 mujeres de entre 18 y 83 años ($M= 34,18$; $DT= 14,72$). Los resultados mostraron mayor adhesión a los ítems racionales. La evaluación de la relación entre variables sociodemográficas y las CI demostró que éstas aumentaban con la edad, siendo menos frecuentes en mujeres con alto nivel educativo, en aquellas que convivían con su familia de origen y en las que no tenían pareja. Los análisis multivariados evidenciaron que la edad y el nivel educativo fueron las variables con mayor robustez predictiva en la intensidad de las CI.

PALABRAS CLAVE: *rol de género tradicional femenino, creencias irracionales, terapia racional emotivo conductual, OWBS.*

Abstract

Women's irrational beliefs (IBs) about traditional gender roles have received considerable scholarly attention in several countries. However, any research has been done in Spain using an instrument specifically designed within the REBT framework such as the O'Kelly Women's Beliefs Scale (OWBS). This study evaluated the presence of gender IBs in Spanish women and the existence of differential profiles according to age, educational level and social status (partner relationship and living with extended family). The participants were 1,075 women aged between 18 and 83 years ($M= 34.18$, $SD= 14.72$) completed the questionnaire. The results showed a greater adherence to rational items. After exploring the relationship between the participants' socio-demographic variables and IBs, we found that IBs increased with age. Conversely, IBs were less frequent in better educated women, as well as in those without a stable relationship and those living with their parents. The multivariate analyses revealed that age and educational level were the most robust predictors of IB intensity.

KEY WORDS: *traditional female gender role, irrational beliefs, rational emotive behavioral therapy, OWBS.*

Introducción

Uno de los conceptos nucleares de la terapia racional emotivo conductual (TREC) es el de creencia irracional. Ellis (1958) postuló la existencia de creencias irracionales en los procesos cognitivos de las personas cuando su respuesta emocional y conductual ante adversidades cotidianas conduce a estados emocionales perturbadores y/o a comportamientos desadaptativos. Desde entonces, el concepto de pensamiento irracional de Ellis, -también llamado disfuncional-, ha sido ampliamente estudiado, evaluado y utilizado por un gran número de enfoques psicológicos que han desembocado en la creación de distintas corrientes y aproximaciones metodológicas en el campo de la salud mental. Tras los primeros escritos de Ellis a mediados del siglo XX cuestionando la eficacia de los modelos psicoterapéuticos imperantes en la época, otros autores siguieron sus pasos tanto en la investigación de nuevos modelos teóricos como en la intención de dotarlos de validez científica. El más relevante de estos autores es Aaron Beck, conocido como el padre de la psicología cognitiva, quien en sus estudios acerca de la depresión se planteó comprobar empíricamente alguno de los postulados psicoanalíticos cardinales, como el que afirmaba que la depresión está causada por una hostilidad invertida procedente de mecanismos inconscientes. Según este principio, la ira experimentada por el paciente respecto a un familiar cercano, pero reprimida por ser considerada inaceptable, se pondría de manifiesto en forma de depresión, autocrítica y deseos suicidas. Los estudios de Beck tratando de demostrar que esas ideas supuestamente inconscientes eran, en realidad, conscientes, dio lugar a uno de los conceptos primordiales de la teoría de Beck (1963): el pensamiento automático. Beck identificó el pensamiento automático como un puente desde el estímulo situacional externo al paciente hasta su experiencia emocional y conductual. Este puente cognitivo es el embrión de la terapia cognitivo conductual, en la que Beck observa que los pensamientos automáticos son percepciones distorsionadas (distorsiones cognitivas) de la realidad y entrena a sus pacientes para reconocerlas. Este entrenamiento consiste en enseñar a los pacientes a identificar y debatir la distorsión de sus esquemas cognitivos, para lo que se vale de la teoría de Ellis sobre el pensamiento racional expuesto en su libro *Razón y emoción en psicoterapia* (1962). En esta obra Beck descubrió que lo que él llamaba pensamientos automáticos, Ellis lo había descrito previamente denominándolo autoverbalizaciones (*self-statements*), descubrimiento que le confirmó la existencia del fenómeno.

En esa época Ellis y Beck intercambiaron correspondencia respecto a sus respectivas impresiones acerca de la importancia de enfocar el abordaje psicoterapéutico en el pensamiento de los pacientes (Beck, 2019; Ellis y Joffe Ellis, 2011) y ambos estuvieron de acuerdo en considerar una distinción fundamental entre el pensamiento automático y el pensamiento reflexivo, que más tarde han mencionado autores como Kahneman (2011) en su obra *Thinking, fast and slow*.

La teoría cognitiva de Beck (1976) evolucionó hasta su afirmación de que los individuos tienen un sistema de creencias que constituye el origen del pensamiento automático, llevándole a preguntarse cómo denominar esas creencias. A pesar de la influencia que había ejercido en Beck la teoría de George Kelly sobre los

constructos personales (1955) que le tentó a usar el término “constructo” para designar las creencias, finalmente optó por usar la palabra esquema heredada de Piaget. Desde entonces se conocen los esquemas cognitivos de Beck como las creencias que dan lugar al pensamiento automático y que pueden ser medidas con instrumentos validados como el “Inventario de depresión de Beck” (*Beck Depression Inventory*, BDI; Beck, Steer y Carbin, 1988; Beck, Ward, Mendelson, Mock y Erbaugh, 1961). Más tarde Beck propuso una clasificación de los tipos de pensamiento disfuncional que ha servido de base clínica para el tratamiento de trastornos psicológicos bien identificados (Beck, 1976; Beck, Rush, Shaw y Emery, 1979).

Por otra parte, desde los primeros postulados teóricos de Ellis y Beck hasta la actualidad, el estudio de las creencias irracionales o disfuncionales ha evolucionado hasta el punto de que, recientemente, se han incorporado los avances tecnológicos al estudio de las creencias poniéndolos al servicio de la psicoterapia y llegándose a desarrollar programas informáticos como el COGNO (Wiemer-Hastings, Janit, Wiemer-Hastings, Cromer y Kinser, 2004), destinado a clasificar los tipos de pensamientos disfuncionales a partir de marcadores lingüísticos.

Las corrientes psicológicas surgidas en las últimas décadas a partir de las teorías de Ellis y Beck centradas en el cambio de creencias y en los automatismos cognitivos se engloban actualmente bajo la denominación genérica de terapia cognitivo conductual (TCC). La TCC se considera, hoy en día, un concepto “paraguas” bajo el que se agrupan metodologías terapéuticas científicamente validadas para el tratamiento de diversos trastornos psicológicos, metodologías que hacen hincapié en la importancia del pensamiento como modulador del estado emocional y del comportamiento (David, Cristea y Hofmann, 2018), considerando la TCC el tipo de psicoterapia internacionalmente predominante para este tipo de intervención. El auge de la TCC está respaldado por su claro apoyo en la investigación, su extensa difusión a través de programas académicos y una gran cantidad de publicaciones tanto científicas como divulgativas, todo lo cual le permite erigirse como el tipo de psicoterapia más utilizada actualmente en el campo de la psicología (Knapp, Kieling y Beck, 2015).

Desde las publicaciones tempranas de Beck (1976) describiendo el razonamiento emocional como la tendencia que tienen las personas a basarse en sus emociones para evaluar sus pensamientos, los conceptos cognitivos han progresado hasta postulados más recientes como el de Leahy (2007), que describe los esquemas emocionales como las creencias acerca del peligro de experimentar ciertas emociones. Aunque la evolución conceptual ha ampliado sus horizontes, la esencia de la psicoterapia basada en el modelo cognitivo sigue estando en situar el foco de la intervención en lo que los sujetos piensan y en las creencias que sustentan esos pensamientos. En una entrevista realizada por Bloch (2004), Beck continúa afirmando que las personas se estresan por la interpretación exagerada de los acontecimientos.

Las creencias sobre lo que las personas experimentan ante determinados sucesos (percepción), sienten (emoción), hacen (comportamiento) y piensan (metacognición) ha sido objeto de una actividad investigadora prolífica que pone de manifiesto la relevancia de las creencias en la salud mental y su implicación en

distintos trastornos. Hofmann (2013) cita, como ejemplo de la influencia de las creencias en la respuesta emocional, el caso de los pacientes aquejados de trastorno de ansiedad generalizada que, con frecuencia, están convencidos de que preocuparse por el futuro les servirá como mecanismo de prevención para la ocurrencia de las catástrofes que temen.

Desde el paradigma de la TREC, emociones y conductas no vienen determinados por los sucesos sino por lo que pensamos acerca de ellos, es decir, las personas no se perturban simplemente porque ocurra un acontecimiento desafortunado en sus vidas, sino que son sus creencias, su forma de pensar sobre ese acontecimiento, lo que determina su respuesta emocional y conductual (Ellis y Joffe Ellis, 2011). Según la TREC, si las creencias son racionales (CR) la respuesta emocional será funcional y adaptativa; en cambio, si las creencias son irracionales (CI), el individuo mostrará una emocionalidad insana y conductas ineficientes (Ellis, 1994). Las CI están caracterizadas por la rigidez, el dogmatismo y la falta de lógica y empirismo. Son exigencias absolutistas o necesidades perturbadoras que se expresan en forma de "debería", de manera rotunda e inflexible. Por otro lado, las CR se expresan en forma de preferencias ("me gustaría"), son empíricas y relativas, admitiendo posturas intermedias adaptativas.

Ellis siempre sostuvo que el pensamiento irracional es una variable universal, en el sentido de que la irracionalidad está en todos, aunque cambia en función del contexto y, especialmente, del contexto sociocultural (Lega y Ellis, 2001). De hecho, la influencia del entorno cultural en la formación de las creencias que los individuos adquieren desde la infancia ha sido también objeto de investigación por parte de muchos autores. Diener (2000), por ejemplo, sostiene que las características socioculturales condicionan el hecho de que las personas puedan permanecer en trabajos que consideran desagradables o en matrimonios percibidos como infelices, con tal de no confrontar determinadas normas sociales. Es decir, las creencias sobre el cumplimiento o incumplimiento de lo que se considera socialmente aceptable y, por lo tanto, individualmente admisible, condicionan, nutren y fortalecen determinadas creencias o esquemas de pensamiento que el individuo percibe como normales, aun cuando atenten contra sus derechos intrínsecos como ser humano. Un ejemplo paradigmático de este condicionamiento es el de las mujeres sometidas a maltrato físico o psicológico que, según diversos autores, soportan esa condición debido en gran medida, al sostenimiento de creencias tempranamente adquiridas en el proceso de socialización (Wolfe y Naimark, 1991). En el marco de esta problemática, autores como Expósito, Herrera, Moya y Glick (2010) hablan del sexismo benevolente, argumentando que uno de los factores que resulta clave para soportar el maltrato es la propia conceptualización que las mujeres tienen acerca del maltrato. Según estos autores, la actitud victimista se debe a los factores culturales que durante décadas han inducido a la aceptación mental de patrones de relación abusivos y denigrantes, sin que las mujeres tan siquiera tengan consciencia de esta circunstancia mental. En este mismo sentido, Moya, Glick, Expósito, De Lemus y Hart (2007) analizaron la benevolencia de las mujeres maltratadas justificando su reacción en términos de proteccionismo. Igualmente, Valor-Segura, Expósito y Moya (2011) investigaron el papel de las creencias en las mujeres maltratadas

encontrando correspondencias significativas entre las creencias y el maltrato soportado.

Otros autores han estudiado el papel que juegan las características idiosincrásicas de las sociedades en el sistema de creencias de sus integrantes. Lucas, Diener y Grob (2000) han observado que, en las culturas o sociedades individualistas, los pensamientos y las emociones influyen más directamente en la conducta que las culturas con una tendencia marcadamente colectiva, en las que los individuos priorizan la armonía del grupo. La influencia del contacto social en la construcción del sistema de creencias del individuo parece incuestionable y cada vez son más los investigadores que abordan la temática de las creencias como factores decisivos en la psicología humana, lo que ha dado lugar a la creación de instrumentos de medida de creencias acordes con esta perspectiva (Bem, 1974, 1981; Bernard, 1998; Burgess, 1986; Robin, DiGiuseppe y Naimark, 1990).

Un ejemplo de cuestionario sensible al posible impacto de la cultura sobre las creencias irracionales es la "Escala O'Kelly de creencias de las mujeres" (*O'Kelly Women's Beliefs Scale, OWBS*; O'Kelly, 2011). Coherentemente con la TREC, la OWBS fue diseñada bajo la premisa de que las creencias de las mujeres sobre el estereotipo de rol femenino tradicional condicionan tanto su estado psicológico como su desempeño en la sociedad. Bajo esta premisa y teniendo en cuenta los postulados básicos de la TREC acerca de las exigencias que las mujeres se autoimponen sobre el rol que creen que deben asumir, O'Kelly desarrolló esta escala para detectar las formas de pensamiento disfuncional de las mujeres. La escala incluye ítems representativos de los cuatro tipos de procesos cognitivos o inferencias irracionales (exigencia, tremendismo, baja tolerancia a la frustración y autoevaluación global negativa). Para ello O'Kelly formuló las afirmaciones del cuestionario de manera que reflejasen los tipos de inferencias, como, por ejemplo, debo tener un hijo para sentirme realizada (exigencia), no tener a alguien en quien confiar es una de las peores cosas del mundo (tremendismo), no podría soportar no tener hijos (baja tolerancia a la frustración) o no soy nada sin un hijo (autoevaluación global negativa). Algunos de los ítems (1 de cada 3) fueron escritos de forma racional (p. ej., podría ser decepcionante estar sin hijos, pero no sería terrible ni la peor cosa del mundo).

Por otra parte, para la formulación de los ítems O'Kelly contempló cuatro áreas previamente identificadas por Wolfe y Naimark (1991) en su trabajo terapéutico con mujeres: 1) relaciones amor-sexo, 2) imagen de uno mismo, 3) trabajo y profesión y 4) victimización y autosacrificio, así como las 23 demandas formuladas por las autoras: 1) debo tener un marido/compañero masculino, 2) necesito tener un hijo para sentirme realizada; 3) no debo actuar de tal manera que moleste a los demás, 4) necesito a alguien más fuerte en quien pueda confiar, 5) no debería actuar asertivamente frente a los hombres, 6) no debería poner mis anhelos o deseos primero, 7) no debería tomarme mi trabajo demasiado en serio, 8) debo poner a mi familia/pareja antes que nada, especialmente mi trabajo, 9) mis hijos no deberían tener ningún problema ya que sería mi culpa si lo tuvieran, 10) las cosas no deberían salir mal en mi familia/matrimonio, ya que yo sería la responsable, 11) soy la única responsable del cuidado de mis hijos, 12) es mi responsabilidad mantener la casa limpia y ordenada, lavar la ropa y preparar las

comidas, 13) debería hacer todo lo que pueda para parecer atractiva, 14) mi apariencia y comportamiento no deben ser tales que otros se sientan inapropiados a mi alrededor, 15) como mujer, no debería tratar de ocupar cargos superiores en el trabajo, 16) algunas cosas (por ejemplo, las matemáticas) son demasiado difíciles de entender para mí como mujer, por lo que ni siquiera debo intentarlo, 17) debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo, 18) no debo crear problemas o ser agresiva, 19) no debería tratar de obtener mejores condiciones de pago/trabajo, 20) no debo molestar/avergonzar a los demás mostrándoles cuánto sé, 21) debería cuidarme sólo cuando todos los demás están atendidos, 22) debo satisfacer los deseos de los demás, particularmente de mi compañero/jefe, y 23) debo aceptar las decisiones y los consejos de los hombres en mi vida y no desafiarlos.

O'Kelly desarrolló el cuestionario escribiendo los ítems relacionados con cada área de manera que reflejaran las 23 demandas detectadas por Wolfe y Naimark (1991) y de acuerdo con los tipos de procesos de la TREC (exigencia, tremendismo, baja tolerancia a la frustración y autoevaluación global negativa). Así, los cuatro procesos aparecen en las afirmaciones del cuestionario, de manera que las respuestas de las participantes pueden revelar el grado en que estos conceptos están presentes en las creencias de las mujeres.

La OWBS se ha utilizado en el presente estudio con el objetivo de analizar la hipotética presencia de creencias irracionales sobre el rol femenino en una muestra de mujeres españolas y la importancia de ciertos factores sociodemográficos sobre la frecuencia de estas creencias. En estudios anteriores la OWBS se ha utilizado para investigar las creencias de las mujeres sobre el estereotipo de rol femenino tradicional en distintos países como Australia (O'Kelly, 2011), Colombia (Lega, Heman y Paredes, 2011), Estados Unidos (Heman *et al.*, 2012), India (Kumar, Lega, Contreras, O'Kelly y Ramaswami, 2010) o México (Heman, Lega, Villaseñor, Alva y García, 2011), así como en estudios transculturales (Lega *et al.*, 2014; 2018). Los resultados de todas estas investigaciones evidenciaron la necesidad de explorar las creencias irracionales en culturas distintas.

El objetivo de este estudio ha sido analizar las creencias de las mujeres españolas y la hipotética presencia de pensamientos irracionales sobre el estereotipo de rol femenino tradicional en sus esquemas cognitivos. Para detectar tales creencias se ha utilizado un instrumento específicamente diseñado desde el paradigma de la TREC. Así mismo, se han tenido en cuenta variables como la edad y algunos factores socioculturales (el nivel de estudios, la existencia de pareja sentimental estable y la convivencia con o sin la familia de origen) para inspeccionar su posible influencia en la existencia de creencias irracionales en las mujeres españolas.

Método

Participantes

Fueron invitadas a participar en el estudio 2.704 mujeres españolas o inmigrantes residentes en España durante al menos 10 años. Solo el 2,98% de las

mujeres que completaron la escala eran inmigrantes residentes en España, por lo que no se consideró el país de nacimiento como variable susceptible de ser utilizada en los análisis. Todas las mujeres eran mayores de edad y se escogieron de forma aleatoria en distintas localizaciones de España. Alrededor de un 40% de las participantes fueron estudiantes universitarias que participaron en el estudio en horario no lectivo. Para tratar de obtener la participación de mujeres de distintas franjas de edad, se repartieron también cuestionarios entre trabajadoras de empresas privadas y públicas y con diferentes grados de responsabilidad profesional. El grupo de mujeres jubiladas fue reclutado en entidades de apoyo a la tercera edad, como centros cívicos en los que se organizaban actividades grupales para mujeres. De las 2.704 mujeres a las que se repartieron cuestionarios 1.075 lo cumplimentaron en su totalidad. Los demás cuestionarios fueron descartados por contener respuestas múltiples o ítems en blanco. Cabe señalar que una amplia mayoría de los cuestionarios descartados correspondían a mujeres mayores de 70 años.

El rango de edad de las 1.075 mujeres que cumplimentaron la escala iba desde los 18 hasta los 83 años ($M= 34,18$; $DT= 14,72$). En la tabla 1 se presenta la distribución de las mujeres según la edad y el nivel de estudios.

Tabla 1
Variables sociodemográficas de la muestra ($n= 1075$)

Variable	<i>n</i>	%
Nacionalidad		
Española	1043	97,02
Latinoamericana	17	1,58
Otros países europeos	12	1,12
Africana	3	0,28
Nivel de estudios		
≤ 12 años	734	68,28
Primarios (ESO)	50	4,65
Secundarios (Bachillerato)	684	63,63
> 12 años	341	31,72
Grados	265	24,65
Master y/o Doctorado	76	7,07
Tiene pareja estable	413	38,49
Convive con la familia de origen	524	48,79

Instrumento

El instrumento utilizado fue la “Escala O’Kelly de creencias de las mujeres” (*O’Kelly Women’s Beliefs Scale*, OWBS; O’Kelly, 2011), que mide las creencias irracionales de las mujeres respecto al estereotipo de rol femenino tradicional adquiridas por la influencia del contexto social en el que viven. La OWBS está formada por 92 ítems. Un tercio de ellos está formulado de forma racional y el resto están distribuidos equitativamente en cada uno de los cuatro tipos de procesos cognitivos o inferencias irracionales (exigencia, tremendismo, baja

tolerancia a la frustración y autoevaluación global negativa) que pretende evaluar (anexo). Los ítems se contestan en una escala tipo Likert (1=*completamente en desacuerdo*, 2= *en desacuerdo*, 3= *neutral*, 4= *de acuerdo* y 5=*completamente de acuerdo*). La escala se evalúa de acuerdo con el grado de adherencia a los ítems y se puntúan de forma directa, de tal modo que a mayor puntuación mayor tendencia a presentar inferencias irracionales, así, por ejemplo, se puede establecer si hay una mayor tendencia al tremendismo o a la baja tolerancia a la frustración. La versión española de la OWBS validada por Rovira, Lega, Suso-Ribera y Orue (2020) reveló una estructura de ocho factores consistente con las cuatro inferencias o procesos irracionales de la TREC y sus correspondencias racionales.

Procedimiento

Las participantes fueron contactadas de forma aleatoria en distintas localizaciones tales como: entidades cívicas, asociaciones recreativas, empresas, instituciones y universidades. El cuestionario no incluía el nombre ni ningún otro dato identificativo de las mujeres, garantizando así el anonimato y la confidencialidad. Las mujeres completaron el cuestionario de forma voluntaria, pudiendo abandonar su participación en cualquier momento. Se informó del objetivo del estudio, proporcionando un protocolo de consentimiento informado, así como de la identificación y forma de contacto de los investigadores. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad de Deusto.

Análisis de datos

En primer lugar y, para asegurar la adecuación de la escala a las cuatro inferencias de la TREC anteriormente señaladas, se realizó un análisis factorial confirmatorio para evaluar si estaba justificado, en esta muestra, corregir el cuestionario con base en las cuatro inferencias irracionales: exigencia, baja tolerancia a la frustración, tremendismo y autoevaluación global negativa. Se exploró la adhesión de las encuestadas tanto a las creencias racionales como irracionales y se procedió finalmente a explorar la relación entre las variables sociodemográficas de estudio (edad, nivel de estudios, existencia de pareja sentimental estable y convivencia con o sin la familia de origen) y las inferencias anteriormente citadas mediante correlaciones bivariadas (edad) y pruebas *t* de Student (nivel de estudios, existencia de pareja sentimental estable y convivencia con o sin la familia de origen) según si las variables de comparación eran cuantitativas o dicotómicas. Para finalizar, se incluyeron todas estas variables (edad, nivel de estudios, pareja estable y convivencia con familia de origen) en un modelo de ecuaciones estructurales para explorar la contribución única de cada una de ellas sobre las puntuaciones de las creencias racionales e irracionales siguiendo con el uso de variables latentes como con en el análisis factorial confirmatorio previo. Hu y Bentler (1999) recomiendan utilizar índices de ajuste como el error cuadrático medio de aproximación (*root mean square error of approximation*, RMSEA), el índice de ajuste comparativo (*comparative fit index*, CFI) o el residuo estandarizado cuadrático medio (*standardized root mean square*

residual, SRMR), para los que se han sugerido puntos de corte de 0,06, 0,95 y 0,08 respectivamente.

El análisis factorial se realizó con el programa estadístico Mplus, versión 6.12 (Muthén y Muthén, 2011). Los demás análisis se realizaron con el programa IBM SPSS Statistics 22.0 (IBM Corp., 2013).

Resultados

Estructura factorial de la escala OWBS en la muestra

A pesar de que el análisis factorial predominante en la OWBS ha sido el análisis exploratorio, este ha dado como resultado diversidad de modelos que, como es habitual en este tipo de análisis, no se ajustan a los supuestos teóricos. Por este motivo, en nuestro caso pusimos a prueba el ajuste de un modelo consistente con la TREC, concretamente un modelo de ocho factores basados en las cuatro inferencias (exigencia, baja tolerancia a la frustración, tremendismo y autoevaluación global negativa) y las dos direcciones de las preguntas (racional o irracional).

Los resultados evidenciaron un buen ajuste del modelo: RMSEA= 0,049 (IC 90%= 0,049 y 0,050) y SRMR= 0,067. El CFI fue bajo (0,667), pero este apenas mejoró (CFI= 0,737) cuando se incluyeron hasta 15 correlaciones residuales entre ítems sugeridas por los índices de modificación. Además, un análisis factorial confirmatorio separando los ítems en función de su polaridad semántica resultó en un CFI aún más bajo (CFI= 0,596), lo que no sugiere un problema de especificación como consecuencia de la polaridad de los ítems.

Para valorar la adecuación de este modelo, se comparó también con modelos alternativos obtenidos con un análisis factorial exploratorio. Estos modelos exploratorios, si bien tienen el problema de que no se basan en un modelo teórico, pueden servir como punto de comparación de la calidad del ajuste del modelo teórico. Se probaron soluciones factoriales exploratorias de hasta 12 factores y en ningún caso se obtuvo un CFI aceptable que justificara la preferencia de estos modelos sobre el modelo de 8 factores evaluado de forma confirmatoria. Estas soluciones factoriales exploratorias evidenciaron además muchas saturaciones cruzadas entre factores, lo que también explicaría, junto con la inherente dificultad para ajustar un modelo de 8 factores con tantos ítems, el hecho de que el CFI fuera bajo en el modelo analizado de forma confirmatoria. Por lo tanto, como lo anterior no sugería un problema de especificación en el modelo y ya que el RMSEA del modelo basal (0,084) fue claramente menor al recomendado por Kenny (2015) para justificar el uso del índice CFI (0,158), este último se desestimó como índice de ajuste.

El análisis de las correlaciones entre factores y, sobre todo, las saturaciones factoriales estandarizadas (tabla 2), también apuntó a aceptar el modelo teórico de ocho factores (solo la saturación factorial del ítem 5 fue claramente baja). Sin embargo, el contenido del ítem se ajustaba teóricamente a la escala asignada y su eliminación no resultó en un mejor ajuste del modelo. Por este motivo y porque es imposible garantizar que este ítem también presente una baja saturación factorial

en otras muestras, se decidió no eliminar el mismo y se procedió a realizar los análisis posteriores con la solución factorial de ocho factores con los 92 ítems de la escala.

Tabla 2

Saturaciones factoriales estandarizadas de los ítems de Escala de creencias de mujeres de O'Kelly

Irracional		Racional		Irracional		Racional	
Factor /ítem	Saturación factorial	Ítem	Saturación factorial	Factor /ítem	Saturación factorial	Ítem	Saturación factorial
Exigencia				Baja tolerancia a la frustración			
3	0,25	47	0,50	1	0,45	8	0,37
11	0,49	58	0,42	7	0,41	14	0,29
13	0,29	84	0,47	12	0,66	30	0,43
15	0,46	89	0,39	16	0,64	36	0,56
22	0,69	90	0,58	17	0,53	80	0,49
25	0,62	91	0,56	21	0,70	83	0,54
27	0,28	92	0,58	24	0,45	87	0,44
33	0,64			32	0,62		
43	0,33			34	0,64		
46	0,27			50	0,51		
49	0,43			57	0,36		
51	0,62			61	0,43		
53	0,56			70	0,60		
69	0,58			79	0,51		
71	0,63			86	0,42		
85	0,36			88	0,68		
Tremendismo				Evaluación global negativa			
4	0,56	2	0,31	19	0,54	35	0,56
10	0,31	5	0,16	20	0,51	37	0,48
18	0,39	6	0,33	29	0,52	45	0,49
23	0,36	9	0,45	40	0,55	48	0,52
26	0,35	39	0,48	42	0,68	59	0,46
28	0,56	56	0,50	52	0,50	60	0,40
31	0,59	67	0,52	54	0,55	62	0,54
38	0,42	74	0,51	63	0,47	77	0,65
41	0,66			65	0,45		
44	0,47			66	0,56		
55	0,60			68	0,61		
64	0,32			72	0,48		
73	0,49			75	0,52		
76	0,58			81	0,49		
78	0,47			82	0,56		

Nota: Todas las saturaciones factoriales son significativas ($p < 0,001$) y están estandarizadas.

Respuestas racionales vs irracionales

Se ha considerado la formulación racional o irracional de los ítems, -atendiendo a los criterios de la TREC-, y las respuestas de las participantes según su grado de acuerdo con las afirmaciones (siendo 1= *completamente en desacuerdo* y 5= *completamente de acuerdo*). Las mujeres encuestadas tienden a estar mucho más de acuerdo con los ítems formulados de manera racional que de manera irracional. Concretamente, la moda en los ítems irracionales se encontraba entre 1= *completamente en desacuerdo* y 2= *en desacuerdo* en 54 de los 62 ítems irracionales (87.1%), mientras que la moda de los ítems racionales se encontraba entre 4= *de acuerdo* y 5= *completamente de acuerdo* en 29 de los 30 ítems racionales (96.7%). La frecuencia de la adherencia a los ítems irracionales (opciones de respuesta 4= *de acuerdo* y 5= *completamente de acuerdo*) osciló entre ítems y variaba entre el 3,0% y el 76,4%. En ningún ítem apareció un rechazo total a las respuestas favorables a la irracionalidad.

En la tabla 3 se presentan las puntuaciones medias, desviación típica y correlaciones entre las variables cuantitativas del estudio. Encontramos que las creencias irracionales estaban fuertemente relacionadas entre ellas ($r > 0,76$; $p < 0,001$ en todos los casos), de forma que aquellas mujeres que tendían a adherirse a una inferencia irracional (p. ej., tremendismo) también mostraban puntuaciones altas en las demás inferencias (p.ej. autoevaluación global negativa). Este resultado no fue tan evidente en el caso de las creencias racionales. Concretamente, mientras que las puntuaciones racionales en autoevaluación global negativa sí se relacionaban de forma moderadamente fuerte con las demás inferencias racionales ($0,47 \leq r \leq 0,55$; $p < 0,001$ en todos los casos), la inferencia de exigencia mostró una correlación modesta con la baja tolerancia a la frustración y el tremendismo ($0,33 \leq r \leq 0,36$, $p < 0,001$ en ambos casos). Es interesante destacar también que la correlación entre creencias racionales e irracionales fue entre baja y moderada ($-0,10 \leq r \leq -0,41$; $p < 0,001$ en todos los casos). Las mayores correlaciones se encontraron entre las exigencias racionales y el resto de las inferencias irracionales ($-0,44 \leq r \leq -0,54$; $p < 0,001$ en todos los casos).

Respuestas según los tipos de proceso de la TREC

Como ya se destacó anteriormente, las encuestadas se muestran claramente de acuerdo con el conjunto de ítems formulados de manera racional. En cuanto a los ítems irracionales, existe una homogeneidad en el rechazo de las afirmaciones que representan tres de los cuatro procesos de la TREC: la exigencia, la baja tolerancia a la frustración y el tremendismo; encontrándose que un 60-65% de las encuestadas tienden a rechazar las afirmaciones y un 23-24%, a aceptarlas. Sin embargo, las mujeres muestran un rechazo superior a los ítems que representan el cuarto proceso de la TREC llamado evaluación global negativa (76%).

Tabla 3
Media, desviación típica y correlaciones bivariadas de Pearson entre edad, creencias irracionales y creencias racionales

Variables	M (DT)	Irracional			Racional				
		Exigencia	BTF	Tremendismo	EGN	Exigencia	BTF	Tremendismo	EGN
Edad	34,18 (14,72)	0,19***	0,09**	0,16***	0,23***	-0,23***	0,22***	0,14***	-0,10***
Irracional									
Exigencia	38,58 (8,49)	--	0,83***	0,77***	0,76***	-0,44***	-0,10***	-0,21***	-0,28***
BTF	34,83 (9,47)		--	0,84***	0,80***	-0,47***	-0,20***	-0,29***	-0,34***
Tremendismo	32,19 (8,00)			--	0,80***	-0,47***	-0,16***	-0,23***	-0,35***
EGN	26,69 (8,44)				--	-0,54***	-0,14***	-0,23***	-0,41***
Racional									
Exigencia	27,10 (4,23)					--	0,33***	0,36***	0,55***
BTF	23,76 (4,27)						--	0,54***	0,47***
Tremendismo	27,02 (4,55)							--	0,49***
EGN	31,82 (4,99)								--

Notas: BTF= Baja tolerancia a la frustración; EGN= Evaluación global negativa. *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$.

Respuestas según la edad de las participantes

Evaluando la respuesta media en el cuestionario para cada mujer y relacionando este valor con su edad, se ha observado que existe una relación significativa entre la edad y las respuestas (tabla 3). Concretamente, a mayor edad se encontró una mayor tendencia a pensar de forma irracional: exigencia ($r= 0,19$; $p< 0,001$), baja tolerancia a la frustración ($r= 0,09$; $p= 0,003$), tremendismo ($r= 0,16$; $p< 0,001$) y evaluación global negativa ($r= 0,23$; $p< 0,001$). También encontramos una relación entre la edad y las inferencias racionales. Sin embargo, en este caso se evidenciaron tanto relaciones positivas (con la baja tolerancia a la frustración: $r= 0,22$; $p< 0,001$; y el tremendismo; $r= 0,14$; $p< 0,001$) como negativas (con la exigencia: $r= -0,23$; $p< 0,001$; y la evaluación global negativa: $r= -0,10$; $p< 0,001$). En todos los casos las correlaciones fueron de tamaño pequeño.

Creencias según el grado de escolarización, la existencia de pareja sentimental estable y la convivencia con la familia de origen

Analizando las posibles relaciones entre factores socioculturales y las creencias, se evidenciaron diferencias en las puntuaciones medias en varias creencias en función del nivel de escolarización, la existencia de pareja estable y la convivencia o no con la familia de origen (tabla 4). Concretamente, a mayor educación encontramos menores creencias irracionales y mayores creencias racionales (en ambos casos, en baja tolerancia a la frustración y tremendismo). En cuanto a los otros dos factores socioculturales, aquellas mujeres sin pareja y las que convivían con su familia de origen presentaban menores creencias irracionales (exigencia, tremendismo y evaluación global negativa). Sin embargo, con relación a las creencias racionales, encontramos tanto diferencias a favor de las mujeres sin pareja y que convivían con la familia de origen (exigencia), como a favor de aquellas con pareja y que no convivían con la familia de origen (baja tolerancia a la frustración y tremendismo).

Predicción de las creencias en función de la edad, el grado de escolarización, la existencia de pareja sentimental estable y la convivencia con la familia de origen

Los resultados del modelo de ecuaciones estructurales se muestran en la tabla 5. En general, se observa que las variables más repetidamente relacionadas con la existencia de creencias fueron la edad y el nivel de escolarización. En todos los casos en los que se encontraron contribuciones significativas de estas variables, la dirección de la relación indicaba que a mayor edad y a menor nivel educativo las personas presentaban mayores creencias irracionales ($p< 0,001$ en todas las inferencias).

En cuanto a las creencias racionales, una mayor escolarización se relacionó con una tendencia a pensar de forma más racional ($p< 0,001$ en baja tolerancia a la frustración y tremendismo y $p< 0,05$ en exigencia y evaluación global negativa). Al igual que en los análisis bivariados, la edad se relacionó tanto con una tendencia a pensar de forma más racional (baja tolerancia a la frustración) como menos racional (exigencia y evaluación global negativa).

Tabla 4
Media, desviación típica y diferencia de medias en creencias en función de factores psicosociales (grado de escolarización, existencia de pareja sentimental estable y convivencia con la familia de origen)

Variables	Escolarización			Pareja			Convivencia con la familia de origen		
	≤ 12 años M (DT)	> 12 años M (DT)	t	Sí M (DT)	No M (DT)	t	Sí M (DT)	No M (DT)	t
Irracional									
Exigencia	39,11 (9,40)	38,09 (7,60)	1,92	39,91 (8,22)	37,73 (8,57)	4,12***	37,74 (8,58)	39,38 (8,34)	-3,16**
BTF	36,29 (10,49)	33,52 (8,31)	4,73***	35,36 (9,22)	34,50 (9,62)	1,46	34,51 (9,37)	35,14 (9,62)	-1,10
Tremendismo	33,15 (8,94)	31,31 (7,00)	3,70***	33,09 (7,79)	31,61 (8,09)	2,97**	31,63 (7,93)	32,72 (8,05)	-2,23*
EGN	27,08 (9,55)	26,29 (7,33)	1,50	27,98 (8,19)	25,86 (8,51)	4,03***	25,61 (8,09)	27,72 (8,66)	-4,13***
Racional									
Exigencia	27,16 (4,69)	27,07 (3,79)	0,35	26,42 (3,78)	27,52 (4,44)	-4,34***	27,63 (4,31)	26,59 (4,11)	4,07***
BTF	22,90 (4,31)	24,52 (4,10)	-6,28***	24,66 (4,06)	23,20 (4,30)	5,51***	22,84 (4,22)	24,66 (4,12)	-7,12***
Tremendismo	26,20 (4,55)	27,77 (4,42)	-5,71***	27,64 (4,21)	26,64 (4,72)	3,59***	26,38 (4,66)	27,64 (4,37)	-4,60***
EGN	31,66 (5,16)	31,99 (4,82)	-1,07	31,47 (4,98)	32,04 (4,98)	-1,83	32,07 (4,92)	31,56 (5,04)	1,67

Notas: BTF= Baja tolerancia a la frustración; EGN= Evaluación global negativa. ***p< 0,001, **p< 0,01, *p< 0,05.

Tabla 5
Modelo de ecuaciones estructurales prediciendo creencias en función de la edad, el grado de escolarización, la existencia de pareja sentimental estable y convivencia con la familia de origen

Predictores	Racional						Irracional					
	Exigencia	BTF	β	SE	β	SE	Exigencia	BTF	β	SE	β	SE
Edad	-0,02***	<0,01	0,01*	<0,01	<0,01	-0,01**	<0,01	0,02***	<0,01	0,01***	<0,01	0,02***
Escolarización	0,18*	0,07	0,31***	0,08	0,39***	0,09	0,19*	0,08	-0,35***	0,07	-0,44***	0,07
Pareja	0,09	0,10	<0,01	0,10	0,03	0,11	0,05	0,10	-0,13	0,09	-0,05	0,09
Convivencia familia origen	0,08	0,10	0,27*	0,11	0,14	0,12	0,02	0,11	-0,02	0,09	0,03	0,09

Notas: BTF= Baja tolerancia a la frustración; EGN= Evaluación global negativa; β= betas estandarizadas; SE= error estándar. ***p< 0,001, **p< 0,01, *p< 0,05.

Discusión

El objetivo de este estudio ha sido analizar la existencia de creencias tradicionales de género sobre el rol femenino en población española y comprobar si su presencia está relacionada con variables como la edad y factores socioculturales como el nivel de estudios, la existencia de pareja estable y la convivencia con la familia de origen. En primer lugar, comprobamos que el modelo de cuatro inferencias (exigencia, tremendismo, baja tolerancia a la frustración y autoevaluación global negativa) propuesto por Ellis (1962) se ajusta adecuadamente en la escala de O'Kelly. Posteriormente, con relación a los dos objetivos principales del estudio, evidenciamos que i) las mujeres encuestadas presentaban una mayor tendencia a la racionalidad en su forma de pensar, a pesar de que ii) encontramos diferencias de edad y nivel educativo, siendo las mujeres mayores y aquellas con un menor nivel educativo quienes tendían a pensar de forma más irracional. A continuación, se discuten con más detalle los principales hallazgos del estudio, así como sus posibles implicaciones clínicas.

Con respecto al primer objetivo del estudio, los resultados evidenciaron que las encuestadas rechazaban moderadamente las creencias irracionales respecto al rol tradicional femenino de la mujer (en 87.1% de los ítems irracionales, la moda de las respuestas indicó que las mujeres estaban en desacuerdo o muy en desacuerdo con las afirmaciones). Por lo contrario, mostraron más adhesión a las creencias formuladas de manera racional (en un 96.7% de los ítems racionales, la moda de las respuestas correspondía a las categorías de acuerdo y completamente de acuerdo), lo que, en conjunto, indica una tendencia manifiesta hacia el pensamiento racional. No obstante, resulta significativo que ninguna mujer mostró un rechazo total a cualquier ítem del cuestionario que indicara la presencia de creencias tradicionales de género o creencias irracionales y, además, en algunos ítems la adherencia a las respuestas favorables a la irracionalidad llegó hasta el 76,4% de los casos. Esto es relevante ya que sugiere que existe un importante grado de acuerdo con algunas creencias irracionales sobre el rol tradicional de la mujer en un amplio número de mujeres encuestadas, por lo que la administración de este tipo de escalas debería plantearse a lo largo de toda la vida de las mujeres y en diferentes contextos (en las escuelas, en las familias, en los medios de comunicación, etc.) con la finalidad de obtener una detección precoz del pensamiento irracional.

Respecto a esto último y con el segundo objetivo del estudio, el segundo hallazgo relevante es la observación de diferencias demográficas y socioculturales en las creencias, de entre las que destaca una mayor adherencia a los pensamientos irracionales en mujeres de mayor edad y en aquellas con menor nivel educativo, lo que nos llevaría a pensar en estas poblaciones como poblaciones diana para disminuir esa tendencia al pensamiento irracional que se ha visto relacionada en estudios anteriores con peor calidad de vida y ajuste a factores estresantes como por ejemplo la aparición de dolor (Suso-Ribera *et al.*, 2016). En este punto se ha de considerar como posible explicación de las diferencias demográficas y socioculturales en las creencias de género que éstas no tienen un valor abstracto. Las creencias sobre los estereotipos de género son plenamente identificables y

variables en tanto que se encuentran ancladas a un momento vital del individuo, quien está fuertemente arraigado al contexto social, cultural, educativo y experiencial en el que vive. Las creencias que cada persona exhiba a lo largo de su vida serán coherentes con dicho contexto. En este sentido Ramírez y López (2013) señalan que las creencias se modifican a lo largo del ciclo vital de los individuos de acuerdo al contexto sociocultural e histórico de cada etapa de su existencia como seres sociales. Por lo tanto, la influencia de la edad como variable podría estar explicada en concordancia con los factores descritos (el paso del tiempo y el momento sociocultural vivido).

Además de la edad, el nivel educativo también ha demostrado estar relacionado con el grado de racionalidad/irracionalidad de las creencias, lo que podría estar explicado también por determinados factores. Podría ser, por ejemplo, que las escuelas e instituciones de educación superior estén promoviendo formas de pensar menos irracionales. Por otro lado, también es posible que aquellas mujeres con creencias menos tradicionales respecto al rol tradicional femenino persigan completar una mayor educación formal justamente por esa forma de pensar menos tradicional respecto al rol de género. Dada la naturaleza de este estudio, tanto en este punto como con relación a la edad, no es posible confirmar o descartar ninguna de las hipótesis propuestas, por lo que deben interpretarse simplemente como posibles explicaciones a los resultados obtenidos.

Más allá de los dos objetivos principales de la presente investigación, un resultado interesante de este trabajo ha sido la modesta relación encontrada entre las creencias racionales e irracionales. Esto sugiere que ambas representan constructos cognitivos distintos que deben ser analizados teniendo como referentes las dimensiones que los explican (Walen, DiGiuseppe y Dryden, 1992). Lo mismo sucede, por ejemplo, con el optimismo y el pesimismo: tener creencias optimistas no significa necesariamente no tener creencias pesimistas, o al menos, en la misma proporción y de forma globalizada (Susó-Ribera, Camacho-Guerrero, McCracken, Maydeu-Olivares y Gallardo-Pujol, 2016). Además, aunque optimismo y pesimismo no se comportan como constructos separados (Kam y Meyer, 2012), deben abordarse atendiendo a las dimensiones que provocan su emergencia. En este mismo sentido, las inferencias derivadas del pensamiento racional/irracional tendrían una condición similar a las dimensiones propias del optimismo/pesimismo, comportándose como condiciones que pueden invertirse según el tipo de evento activador y la evaluación que hace el sujeto, tal como señalan Londoño, Hernández, Alejo y Pulido (2013) respecto a los constructos optimismo-pesimismo. Al igual que para explicar el optimismo Seligman (2003) subraya que las creencias optimistas deben analizarse considerando las dimensiones: interiorizado-exteriorizado, estabilidad-inestabilidad y globalidad-especificidad, para explicar la racionalidad e irracionalidad hay que considerar las dimensiones propuestas por Ellis (1962): exigencia, tremendismo, baja tolerancia a la frustración y autoevaluación global negativa. Identificar, por lo tanto, el tipo de inferencia que sustenta el pensamiento perturbador del individuo permite una intervención psicológica dirigida a implementar las creencias racionales específicas que ese sujeto necesita. Esta consideración tiene implicaciones importantes para la práctica clínica (al igual que se hace con el afecto, tiene sentido no solo reducir los

pensamientos irracionales, sino fomentar de forma explícita pensamientos racionales alternativos). Además, también sugiere que los cuestionarios para medir creencias deben incluir tanto inferencias racionales como irracionales, como sucede con el cuestionario utilizado en este estudio y como se sugiere en la literatura acerca de las medidas de creencias (David, Lynn y Ellis, 2010).

Otro hallazgo a destacar en este trabajo es que los ítems de la versión española de la escala de O'Kelly se pueden agrupar siguiendo el modelo de cuatro inferencias tradicionales de la TREC originalmente propuesto por Ellis (1962) y que utilizó O'Kelly (2011) para el desarrollo de su escala. Hasta el momento, han sido varias las soluciones factoriales que se han propuesto para la OWBS. Este hecho es comprensible dado que los estudios realizados hasta el momento en distintos países han analizado la estructura factorial de la escala de forma exploratoria. Por lo tanto, una fortaleza de este trabajo es la utilización de un AFC cuyo resultado refrenda la coherencia de la escala con la base teórica que la originó respecto a los tipos de creencias irracionales que mide. Más allá del fundamento teórico inicial en el que se cimienta este estudio, la iniciativa de considerar tanto la racionalidad como la irracionalidad como susceptibles de ser interpretadas respecto a las cuatro inferencias de la TREC, propicia claramente la interpretación de los resultados y los convierte en más relevantes para la práctica clínica. Por lo tanto, con respecto a las fortalezas de este estudio cabe señalar la consonancia de los resultados con la propuesta de la TREC y el contexto teórico bajo el que fue diseñado el instrumento a partir del trabajo de Ellis, Lega y Wolfe con mujeres (Ellis y Wolfe, 1979; Lega y Ellis, 2001; Wolfe, Shaughnessy y Nystul, 1996; Wolfe, 2000).

En cuanto a las limitaciones de la investigación, cabe destacar la forma en la que se obtuvo la muestra, puesto que las características sociodemográficas de la muestra no resultaron homogéneas. A este respecto, cabe mencionar que los datos podrían padecer un sesgo debido a la sobre-representación de estudiantes que presentan un perfil demográfico muy particular y constituyen un 40% de la muestra. Futuros estudios podrían abordar investigaciones con muestras más homogéneas. Otra limitación relacionada con la obtención de la muestra hace referencia a la hipotética condición clínica de las encuestadas. El hecho de ser esta desconocida puede suponer un sesgo a la hora de valorar las respuestas que indican pensamiento irracional intenso en la población (con un grado de adhesión polarizado a la irracionalidad). Sería interesante llevar a cabo investigaciones que abordaran la posible relación entre la existencia de las creencias irracionales detectables con la OWBS y la presencia de trastornos psicológicos. Más allá de lo anterior, también podrían realizarse estudios longitudinales en los que se evaluaran las creencias de las mujeres tras un programa psicoterapéutico dirigido a las participantes que presentarían índices elevados de irracionalidad.

A pesar de las limitaciones anteriormente mencionadas, es importante destacar que los resultados de este estudio suponen la primera contribución española a la investigación iniciada por O'Kelly en Australia acerca de las creencias irracionales de las mujeres y posteriormente realizada en otros países como Colombia (Lega, Heman y Paredes, 2011), Estados Unidos (Heman *et al.*, 2012), India (Kumar, Lega, Contreras, O'Kelly y Ramaswami, 2010), México (Heman,

Lega, Villaseñor, Alva y García, 2011), así como un estudio con una muestra transcultural (Lega *et al.*, 2018).

En resumen, lo que los resultados de este trabajo indican es que el uso de esta escala en nuestro contexto es viable por seguir ésta la estructura factorial coherente con la TREC. Además, este estudio aporta datos relevantes acerca de las creencias de las mujeres sobre el rol tradicional de género, como, por ejemplo, que la irracionalidad y la racionalidad son constructos relativamente independientes, que las mujeres españolas encuestadas tienden a pensar de forma más racional que irracional y que factores demográficos y socioculturales como la edad y el nivel educativo podrían jugar un papel importante en la adhesión a las creencias tradicionales de género. Dado que, como se ha mencionado anteriormente, estas creencias se relacionan con variables tan importantes como la calidad de vida y la percepción de la salud, tener esta información en cuenta y disponer de un cuestionario que la mida puede ser relevante en contextos tanto clínicos como de investigación.

Referencias

- Beck, A. T. (1963). *There is more on the surface than meets the eye*. Conferencia presentada en The Academy of Psychoanalysis, Nueva York, NY.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Nueva York, NY: Meridian.
- Beck, A. (2019). A 60-Year evolution of cognitive theory and therapy. *Perspectives on Psychological Science*, 14, 16-20.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. y Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Nueva York, NY: Guilford.
- Beck, A. T., Steer, R. A. y Carbin, M. G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77-100.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. y Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 155-162.
- Bem, S. L. (1981). *Bem Sex Role Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Bernard, M. (1998). Validation of the General Attitude and Belief Scale. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 16, 183-196.
- Bloch, S. (2004). A pioneer in psychotherapy research: Aaron Beck. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 38, 855-867.
- Burgess, P. M. (1986). *Belief systems and emotional disturbance: an evaluation of the rational-emotive model* (Tesis doctoral no publicada). Universidad de Melbourne, Victoria, Australia.
- David, D., Cristea, I. y Hofmann, S. G. (2018). Why cognitive behavioral therapy is the current gold standard of psychotherapy. *Frontiers in Psychiatry*, 9.
- David, D., Lynn, S. y Ellis, A. (2010). *Rational and irrational beliefs. Research, theory, and clinical practice*. Nueva York, NY: Oxford University Press.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Ellis, A. (1958). Rational psychotherapy. *Journal of General Psychology*, 59, 35-49.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Oxford: Lyle Stuart.

- Ellis, A. (1994). *Reason and emotion in psychotherapy: revised and updated*. Nueva York, NY: Birch Lane.
- Ellis, A. y Joffe Ellis, D. (2011). *Rational emotive behavior therapy*. Washington, DC.: Magination Press, American Psychological Association.
- Ellis, A. y Wolfe, J. (1979). *The intelligent woman's guide to dating and mating*. Secaucus: Lyle Stuart.
- Expósito, F., Herrera, M. C., Moya, M. y Glick, P. (2010). Don't rock the boat: women's benevolent sexism predicts fears of marital violence. *Psychology of Women Quarterly, 34*, 36-42.
- Heman Contreras, A., Lega, L., Feinberg, J., Quedding, E., O'Kelly, M. y Friedman, M. J. (2012). Preliminary factor analysis of the O'Kelly Women Beliefs Scale in a US sample. *Universitas Psychologica, 11*, 611-617.
- Heman Contreras, A., Lega, L., Villaseñor Ponce, M., Alva Jiménez, A. P. y García Guerrero, L. (2011). Estructura factorial preliminar de la Escala de creencias de mujeres de O'Kelly en población mexicana. *Avances en Psicología Latinoamericana, 29*, 129-135.
- Hofmann, S. G. (2013). The pursuit of happiness and its relationship to the meta experience of emotions and culture. *Australian Psychologist, 48*, 94-97.
- Hu, L.-T. y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*, 1-55
- IBM Corp. (2013). IBM SPSS Statistics for Windows (versión 22.0) [programa de ordenador]. Armonk, NY: Autor.
- Kahneman, D. (2011). *Thinking, fast and slow*. Nueva York, NY: Farrar, Straus and Giroux.
- Kam, C. y Meyer, J. (2012). Do optimism and pessimism have different relationships with personality dimensions? A re-examination. *Personality and Individual Differences, 52*, 123-127.
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs. Vol. 1. A theory of personality*. Nueva York, NY: W.W. Norton.
- Kenny, D.A. (2015). *Measuring model fit*. Recuperado de: <http://davidakenny.net/cm/fit.htm>
- Knapp, P., Kieling, C. y Beck, A. T. (2015). What do psychotherapists do? A systematic review and meta-regression of surveys. *Psychotherapy and Psychosomatics, 84*, 377-378.
- Kumar, S., Lega, L., Contreras, A., O'Kelly, M. y Ramaswami, A. (2010). Preliminary factor analysis of the O'Kelly Women's Belief Scale in an Indian sample. *Synergy, 8*, 1-7.
- Leahy, R. L. (2007). Emotion and psychotherapy. *Clinical Psychology. Science and Practice, 14*, 353-357.
- Lega, L. y Ellis, A. (2001). Rational emotive behavior therapy (REBT) in the new millenium: a cross-cultural approach. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 19*, 201-222.
- Lega, L. Heman, H. y Paredes, M. T. (2011). Adaptación a Colombia del O'Kelly Women's Belief Scale. *Acta Colombiana de Psicología, 14*, 11-17.
- Lega, L. Heman, H., O'Kelly, M., Kumar, S., Alcid, L. y Rodríguez, K. (2014). Multicultural adaptations of the O'Kelly Women's Belief Scales to US, India, Colombia and Mexico. *Business Perspectives and Research, 2*, 1-8.
- Lega, L., Wisneski, D., Contreras, A., O'Kelly, M., Kumar, S., Lindenbaum, A. y Basaldua, D. (2018). Women's irrational beliefs about traditional feminine sex role stereotypes with the multi-cultural version of the O'Kelly Women Beliefs Scale. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual, 26*, 407-420.
- Londoño, C., Hernández, L. M., Alejo, I. E. y Pulido, D. (2013). Diseño y validación de la Escala de optimismo disposicional/pesimismo-EOP. *Universitas Psychologica, 12*, 139-155.

- Lucas, R. E., Diener, E. y Grob, A. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 452-468.
- Morin, A. J., Arens, A. K. y Marsh, H. W. (2016). A bifactor exploratory structural equation modeling framework for the identification of distinct sources of construct-relevant psychometric multidimensionality. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 23, 116-139.
- Moya, M., Glick, P., Expósito, F., de Lemus, S. y Hart, J. (2007). It's for your own good: benevolent sexism and women's reactions to protectively justified restrictions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33, 1421-1434.
- Muthén, L. K. y Muthén, B. O. (2011). MPLus for windows, Version 6.12 [programa de ordenador]. Los Ángeles, CA: Muthén & Muthén.
- O'Kelly, M. (2011). Psychometric properties of the O'Kelly Women's Belief Scale. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 29, 145-157.
- Ramírez, J. C. y López G. C. (2013). Hombres y mujeres jóvenes ante las creencias de género: ¿flexibilidad y/o resistencia? *Culturales*, 1, 143-176.
- Robin, M., DiGiuseppe, R. y Naimark, H. (1990, agosto). *Irrational beliefs and MCMI-2 personality disorder scores*. Póster presentado en la 98 convención anual de la American Psychological Association, Boston, MA.
- Rovira, M., Lega, L., Suso-Ribera, C. y Orue, I. (2020). Psychometric properties of the Spanish version of the O'Kelly Women's Beliefs Scale. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*. <https://doi.org/10.1007/s10942-020-00356-1>
- Saris, W. E., Satorra, A. y Van der Veld, W. M. (2009). Testing structural equation models or detection of misspecifications? *Structural Equation Modeling*, 16, 561-582.
- Seligman, M. E. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Suso-Ribera, C., Jornet-Gibert, M., Ribera Canudas, M., McCracken, V., Maydeu-Olivares, L. y Gallardo-Pujol, M. (2016). There's more than catastrophizing in chronic pain: low frustration tolerance and self-downing also predict mental health in chronic pain patients. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 23, 192-206.
- Suso-Ribera, C., Camacho-Guerrero, L., McCracken, L., Maydeu-Olivares, A. y Gallardo-Pujol, D. (2016). Social problem solving in chronic pain: an integrative model of coping predicts mental health in chronic pain patients. *Journal of Health Psychology*, 21, 1015-1025.
- Valor-Segura, I., Expósito, F. y Moya, M. (2011). Victim blaming and exoneration of the perpetrator in domestic violence: the role of beliefs in a just world and ambivalent sexism. *Spanish Journal of Psychology*, 14, 195-206.
- Walen, S. R., DiGiuseppe, R. y Dryden, W. (1992). *A practitioner's guide to rational-emotive therapy* (2ª ed.). Nueva York, NY: Oxford University Press.
- Wiemer-Hastings, K., Janit, A., Wiemer-Hastings, P., Cromer, S. y Kinser, J. (2004). Automatic classification of dysfunctional thoughts: a feasibility test. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36, 203-212.
- Wolfe, J. L. y Naimark, H. (1991). Psychological messages and social context. En M. E. Bernard (dir.), *Using rational-emotive therapy effectively* (pp. 265-301). Nueva York, NY: Plenum.
- Wolfe, J., Shaughnessy, M. y Nystul. (1996). An interview with Janet Wolfe. *Individual Psychology*, 52, 441-457.
- Wolfe, J. (2000). A vacation from masturbation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 31, 581-583.

RECIBIDO: 16 de octubre de 2019

ACEPTADO: 1 de abril de 2020

Anexo

Ítems de la "Escala de creencias de mujeres de O'Kelly" y su clasificación

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
1	No podría soportar no tener hijos.	I	2	Necesito tener un hijo para sentirme realizada.	BTF
2	No sería terrible si antepusiera otras cosas tales como el trabajo, antes que mi familia o pareja.	R	8	Debo poner a mi familia/pareja antes que nada, especialmente mi trabajo.	T
3	Debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo.	I	17	Debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo.	E
4	Es realmente terrible si actúo de tal forma que disguste a otros.	I	3	No debo actuar de tal manera que moleste a los demás.	T
5	Sería desagradable pero no terrible si no ayudo a otros a llevarse bien en el trabajo.	R	17	Debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo.	T
6	Podría ser decepcionante estar sin hijos, pero no sería terrible ni la peor cosa del mundo.	R	2	Necesito tener un hijo para sentirme realizada.	T
7	Sería muy incómodo actuar asertivamente frente a los hombres.	I	5	No debería actuar asertivamente frente a los hombres.	BTF
8	Podría tolerar cuidar de mí en vez de que otros lo hicieran.	R	21	Debería cuidarme sólo cuando todos los demás están atendidos.	BTF
9	No es terrible no ser capaz de tener la responsabilidad del cuidado de mis hijos siempre.	R	11	Soy la única responsable del cuidado de mis hijos.	T
10	Sería terrible si las cosas fueran mal en mi familia.	I	10	Las cosas no deberían salir mal en mi familia/matrimonio, ya que yo sería la responsable.	T
11	Mi apariencia y conducta no debe ser de tal forma que los que están a mi alrededor se sientan mal.	I	14	Mi apariencia y comportamiento no deben ser tales que otros se sientan inapropiados a mi alrededor.	E
12	Si yo no satisfago los deseos de otros, particularmente los de mi pareja, sería insoportable.	I	22	Debo satisfacer los deseos de los demás, particularmente de mi compañero/jefe.	BTF
13	Yo no debería tratar de conseguir mejor sueldo o condiciones de trabajo.	I	19	No debería tratar de obtener mejores condiciones de pago/trabajo.	E

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
14	Puede ser incómodo poner primero mis deseos, pero si lo hago lo puedo tolerar.	R	6	No debería poner mis anhelos o deseos primero.	BTF
15	Yo debería actuar pasivamente frente a los hombres.	I	5	No debería actuar asertivamente frente a los hombres.	E
16	Podría ser insoportable si no tengo alguien fuerte en quien pueda confiar o apoyarme.	I	4	Necesito a alguien más fuerte en quien pueda confiar.	BTF
17	Podría ser insoportable si en el trabajo estuvieran disgustados o avergonzados porque sé mucho.	I	20	No debo molestar/avergonzar a los demás mostrándoles cuánto sé.	BTF
18	Podría ser un desastre si yo tomo mi trabajo muy en serio.	I	7	No debería tomarme mi trabajo demasiado en serio.	T
19	No soy nada sin un hijo.	I	2	Necesito tener un hijo para sentirme realizada.	EGN
20	Actuar de tal forma que haga disgustar a otros, muestra que soy una persona inútil.	I	3	No debo actuar de tal manera que moleste a los demás.	EGN
21	Si no tomo la total responsabilidad por mis hijos, podría ser insoportable.	I	11	Soy la única responsable del cuidado de mis hijos.	BTF
22	Tengo que satisfacer los deseos de otros, particularmente los de mi pareja.	I	22	Debo satisfacer los deseos de los demás, particularmente de mi compañero/jefe.	E
23	No tener a alguien en quien confiar es una de las peores cosas del mundo.	I	4	Necesito a alguien más fuerte en quien pueda confiar.	T
24	Es insoportable si no ayudo a otros a estar bien en el trabajo.	I	17	Debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo.	BTF
25	Debería hacer todas las cosas que pueda para verme más atractiva.	I	13	Debería hacer todo lo que pueda para parecer atractiva.	E
26	Como mujer podría ser terrible tener una posición superior en el trabajo.	I	15	Como mujer, no debería tratar de ocupar cargos superiores en el trabajo.	T
27	Las cosas deberían ir bien en mi familia.	I	10	Las cosas no deberían salir mal en mi familia/matrimonio, ya que yo sería la responsable.	E
28	Si yo estoy mal o agresiva, podría ser lo peor del mundo.	I	18	No debo crear problemas o ser agresiva	T

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
29	Si mis hijos tienen problemas eso muestra que yo estoy fallando.	I	9	Mis hijos no deberían tener ningún problema ya que sería mi culpa si lo tuvieran.	EGN
30	Podría sobrellevar estar mal o agresiva.	R	18	No debo crear problemas o ser agresiva	BTF
31	Sería terrible no tener marido o pareja.	I	1	Debo tener un marido/compañero masculino.	T
32	Sería insoportable si no hago todo lo posible para verme atractiva.	I	13	Debería hacer todo lo que pueda para parecer atractiva.	BTF
33	Yo debería cuidar de mis hijos todo el tiempo.	I	11	Soy la única responsable del cuidado de mis hijos.	E
34	Sería insoportable no tener marido o pareja.	I	1	Debo tener un marido/compañero masculino.	BTF
35	Aunque no satisfaga los deseos de otros, particularmente mi marido/pareja, yo aún valgo la pena.	R	22	Debo satisfacer los deseos de los demás, particularmente de mi compañero/jefe.	EGN
36	Actuar de forma que disguste a otros quizás es incómodo, pero puedo lidiar con eso.	R	3	No debo actuar de tal manera que moleste a los demás.	BTF
37	Yo debería ser una persona valiosa aún sin tener alguien con quien pueda contar.	R	4	Necesito a alguien más fuerte en quien pueda confiar.	EGN
38	Es terrible tener que hacer cosas que son muy difíciles de entender para mí como mujer.	I	16	Algunas cosas (por ejemplo, las matemáticas) son demasiado difíciles de entender para mí como mujer, por lo que ni siquiera debo intentarlo.	T
39	Podría ser desafortunado, pero no un desastre si los que están a mi alrededor se sienten incómodos por mi apariencia o conducta.	R	14	Mi apariencia y comportamiento no deben ser tales que otros se sientan inapropiados a mi alrededor.	T
40	Siento que no valgo si no ayudo a otros del trabajo a llevarse bien.	I	17	Debo tratar de ayudar a otros a llevarse bien en el trabajo.	EGN
41	Sería terrible si no hago todo lo posible para verme más atractiva.	I	13	Debería hacer todo lo que pueda para parecer atractiva.	T
42	No está bien si me muestro agresiva o demuestro que estoy mal.	I	18	No debo crear problemas o ser agresiva	EGN

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
43	No debo hacer sentir vergüenza o incomodidad a otros en el trabajo al demostrar lo mucho que sé.	I	20	No debo molestar/avergonzar a los demás mostrándoles cuánto sé.	E
44	Si no corro a casa a lavar, limpiar o cocinar, podría ser una catástrofe.	I	12	Es mi responsabilidad mantener la casa limpia y ordenada, lavar la ropa y preparar las comidas.	T
45	No significa que soy inadecuada si intento aquellas tareas que son difíciles para mí como mujer.	R	16	Algunas cosas (por ejemplo, las matemáticas) son demasiado difíciles de entender para mí como mujer, por lo que ni siquiera debo intentarlo.	EGN
46	No debería tomar mi trabajo muy seriamente.	I	7	No debería tomarme mi trabajo demasiado en serio.	E
47	Es aceptable sentirme mal o agresiva si es necesario.	R	18	No debo crear problemas o ser agresiva	E
48	Es decepcionante si alguna cosa va mal en mi familia, pero no indica que no estoy bien o no valgo.	R	10	Las cosas no deberían salir mal en mi familia/matrimonio, ya que yo sería la responsable.	EGN
49	Debo aceptar las decisiones y consejos de mi marido/pareja.	I	23	Debo aceptar las decisiones y los consejos de los hombres en mi vida y no desafiarlos.	E
50	No podría soportar la incomodidad si cambio las decisiones y consejos de mi marido/pareja.	I	23	Debo aceptar las decisiones y los consejos de los hombres en mi vida y no desafiarlos.	BTF
51	Yo debo tener un hijo para sentirme realizada.	I	2	Necesito tener un hijo para sentirme realizada.	E
52	Soy una persona desagradable si cambio y no acepto las decisiones y consejos de mi marido/pareja.	I	23	Debo aceptar las decisiones y los consejos de los hombres en mi vida y no desafiarlos.	EGN
53	Debo poner a mi familia antes de todo, especialmente de mi trabajo.	I	8	Debo poner a mi familia/pareja antes que nada, especialmente mi trabajo.	E
54	Si pongo mis deseos primero, soy una persona antipática.	I	6	No debería poner mis anhelos o deseos primero.	EGN
55	Sería terrible si no satisfago los deseos de mi marido/pareja.	I	22	Debo satisfacer los deseos de los demás, particularmente de mi compañero/jefe.	T

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
56	Si los compañeros de trabajo estuvieran enojados o avergonzados por que yo sabía mucho, no sería un desastre.	R	20	No debo molestar/avergonzar a los demás mostrándoles cuánto sé.	T
57	No podría tolerar tener que presionar por tener mejor sueldo o condiciones de trabajo.	I	19	No debería tratar de obtener mejores condiciones de pago/trabajo.	BTF
58	Si mis hijos tienen problemas podría ser desafortunado pero acepto que eso tal vez ocurra.	R	9	Mis hijos no deberían tener ningún problema ya que sería mi culpa si lo tuvieran.	E
59	Yo valgo la pena si presiono para tener mejor sueldo o condiciones de trabajo.	R	19	No debería tratar de obtener mejores condiciones de pago/trabajo.	EGN
60	Podría no ser bueno para mí tomar mi trabajo seriamente, pero si lo hago, mi valor como persona no disminuye.	R	7	No debería tomarme mi trabajo demasiado en serio.	EGN
61	No puedo soportar hacer cosas -por ejemplo. estudiar matemáticas-, que son muy difíciles de entender para mí como mujer.	I	16	Algunas cosas (por ejemplo, las matemáticas) son demasiado difíciles de entender para mí como mujer, por lo que ni siquiera debo intentarlo.	BTF
62	Si no tengo un marido/pareja, podría aún tener igual valor que quien lo tiene.	R	1	Debo tener un marido/compañero masculino.	EGN
63	Si los compañeros de trabajo están avergonzados o disgustados porque yo sé mucho, eso demuestra que soy una persona antipática.	I	20	No debo molestar/avergonzar a los demás mostrándoles cuánto sé.	EGN
64	Tratar de tener mejor sueldo o condiciones de trabajo, podría ser terrible.	I	19	No debería tratar de obtener mejores condiciones de pago/trabajo.	T
65	Soy una persona antipática si me esfuerzo por una posición de alta dirección en mi trabajo.	I	15	Como mujer, no debería tratar de ocupar cargos superiores en el trabajo.	EGN
66	Si no cuido todo el tiempo de mis hijos, soy una persona despreciable.	I	11	Soy la única responsable del cuidado de mis hijos.	EGN
67	Cambiar las decisiones y consejos de mi marido, es incómodo, pero no sería una catástrofe.	R	23	Debo aceptar las decisiones y los consejos de los hombres en mi vida y no desafiarlos.	T

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
68	Reduzco mi valor como persona si antepongo mi trabajo a mi familia.	I	8	Debo poner a mi familia/pareja antes que nada, especialmente mi trabajo.	EGN
69	Debo tener un marido o pareja.	I	1	Debo tener un marido/compañero masculino.	E
70	No soportaría poner mi trabajo primero antes que mi familia.	I	8	Debo poner a mi familia/pareja antes que nada, especialmente mi trabajo.	BTF
71	Debo tener alguien fuerte en quien pueda confiar.	I	4	Necesito a alguien más fuerte en quien pueda confiar.	E
72	No podría ser una persona valiosa si actúo asertivamente con los hombres.	I	5	No debería actuar asertivamente frente a los hombres.	EGN
73	Sería catastrófico si mis hijos tienen problemas.	I	9	Mis hijos no deberían tener ningún problema ya que sería mi culpa si lo tuvieran.	T
74	No es terrible ser asertiva frente a los hombres.	R	5	No debería actuar asertivamente frente a los hombres.	T
75	Soy un fracaso si no antepongo los demás antes que mí.	I	6	No debería poner mis anhelos o deseos primero.	EGN
76	Sería terrible si antepongo primero mis deseos.	I	6	No debería poner mis anhelos o deseos primero.	T
77	Mi valía no depende de hacer todo lo que pueda para verme atractiva.	R	13	Debería hacer todo lo que pueda para parecer atractiva.	EGN
78	Sería terrible si cuido de mí misma antes de que todos cuiden de mí.	I	21	Debería cuidarme sólo cuando todos los demás están atendidos.	T
79	No puedo soportar que algo vaya mal en mi familia.	I	10	Las cosas no deberían salir mal en mi familia/matrimonio, ya que yo sería la responsable.	BTF
80	Tratar de tener una posición de alto rango en mi trabajo, quizás es frustrante y demandante, pero puedo lidiar con eso.	R	15	Como mujer, no debería tratar de ocupar cargos superiores en el trabajo.	BTF
81	Se reduce mi valor si no me ocupo del cuidado de la casa: limpiar, lavar, cocinar, etc.	I	12	Es mi responsabilidad mantener la casa limpia y ordenada, lavar la ropa y preparar las comidas.	EGN

Nº	Ítem	R/I	Demanda según Wolfe y Naimark		Proceso TREC
82	Si mi apariencia y conducta es tal que otros se sienten incómodos, yo soy una persona despreciable.	I	14	Mi apariencia y comportamiento no deben ser tales que otros se sientan inapropiados a mi alrededor.	EGN
83	Sería desafortunado y desagradable si mis hijos tienen problemas, pero puedo soportarlo.	R	9	Mis hijos no deberían tener ningún problema ya que sería mi culpa si lo tuvieran.	BTF
84	Como mujer, está bien si me esfuerzo por tener una posición de alto rango en el trabajo.	R	15	Como mujer, no debería tratar de ocupar cargos superiores en el trabajo.	E
85	No debo tratar de hacer cosas que son muy difíciles de entender para mí como mujer - por ej. Estudiar matemáticas-.	I	16	Algunas cosas (por ejemplo, las matemáticas) son demasiado difíciles de entender para mí como mujer, por lo que ni siquiera debo intentarlo.	E
86	Es tan desagradable tomar mi trabajo muy seriamente que no lo soportaría.	I	7	No debería tomarme mi trabajo demasiado en serio.	BTF
87	Si no hago las labores de la casa, podría ser desagradable pero no insoportable.	R	12	Es mi responsabilidad mantener la casa limpia y ordenada, lavar la ropa y preparar las comidas.	BTF
88	Si mi apariencia y conducta hace que otros se sientan mal, no podría soportarlo.	I	14	Mi apariencia y comportamiento no deben ser tales que otros se sientan inapropiados a mi alrededor.	BTF
89	Está bien cuidar de mi misma antes de que otros lo hagan.	R	21	Debería cuidarme sólo cuando todos los demás están atendidos.	E
90	Yo no tengo que tomar la responsabilidad por las tareas de la casa: limpiar, lavar, cocinar.	R	12	Es mi responsabilidad mantener la casa limpia y ordenada, lavar la ropa y preparar las comidas.	E
91	No siempre me preocupo porque otros se disgusten por lo que yo digo o hago.	R	3	No debo actuar de tal manera que moleste a los demás.	E
92	Está bien poner mis deseos primero.	R	6	No debería poner mis anhelos o deseos primero.	E

Nota: R= racional; I= irracional; BTF= baja tolerancia a la frustración; E= exigencia; T= tremendismo; EGN= evaluación global negativa.