



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

Autoeficacia personal y Control de impulsos en jóvenes adultos  
de Lima metropolitana

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en Psicología

**AUTOR:**

Rodriguez Ruiz, Maria Teresa (ORCID: 0000-0001-7458-3091)

**ASESOR:**

Dr. Concha Huarcaya, Manuel Alejandro (ORCID:0000-0002-8564-7537)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

**LIMA - PERÚ**

**2022**

### **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de investigación a Dios quien nunca me soltó la mano, a mis padres que a pesar que no están conmigo físicamente los tengo presente en cada momento de mi vida, a mi familia por el apoyo incondicional que me brindaron, a mis hijas por tener la paciencia a pesar de las dificultades y a todas aquellas personas que se cierta manera estuvieron conmigo apoyándome en esta meta para mi vida.

## **Agradecimiento**

Agradecida con mi casa de estudios Universidad Cesar Vallejos quien me permitió ingresar al proceso de titulación.

Al Dr. Manuel Concha, por ser mi guía en este proceso de investigación en la cual se desarrolló esta investigación con carácter científico.

Así mismo agradecer a todas las personas que contribuyeron para lograr realizar mi estudio, familiares y amistades.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de Tablas.....	v
Resumen.....	vi
Abstract.....	vii
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>4</b>
<b>III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>12</b>
3.1. Tipo y diseño investigación.....	12
3.2. Operacionalización de las variables.....	12
3.3. Población, muestra y muestreo .....	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	14
3.5. Procedimientos .....	17
3.6. Métodos de análisis de datos .....	17
3.7. Aspectos éticos.....	17
<b>IV. RESULTADOS.....</b>	<b>19</b>
<b>V. DISCUSIÓN.....</b>	<b>21</b>
<b>VI. CONCLUSIONES .....</b>	<b>25</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>26</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>27</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>34</b>

## Índice de Tablas

Tabla 1.	Distribución de Datos sociodemográficos (N=226)	14
Tabla 2.	Consistencia interna de las escalas utilizadas en la investigación	16
Tabla 3.	Correlación entre las variables Control de impulsos y Autoeficacia	19
Tabla 4.	Correlación entre las dimensiones de control de impulsos y autoeficacia	19
Tabla 5.	Niveles de Control de impulsos	20
Tabla 6.	Niveles de Autoeficacia personal	20
Tabla 7.	Prueba de normalidad	41

## Resumen

El objetivo del estudio buscó determinar la relación entre autoeficacia personal y el control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana. En tal sentido la muestra considerada fue de 226 personas entre los 18 a 65 años de edad. A quienes se les administró la Escala de Autoeficacia General y la Escala de Control de Impulsos. El enfoque fue cuantitativo, de diseño no experimental transversal y alcance correlacional. Hallándose como resultado que no hay relación entre la autoeficacia personal y control de impulsos ( $p=0,204$ ), entre autoeficacia personal y la dimensión impulsividad existe correlación negativa de nivel medio ( $r_s= -0,208$ ) y estadísticamente significativa ( $p< 0,05$ ), bajo un tamaño de efecto nulo por ser menor a 0.10. Se concluye que los problemas de autoeficacia no se relacionan con el problema de control de impulsos, aunque a mayores rasgos de impulsividad existe menor autoeficacia personal.

**Palabras clave:** control de impulsos, autoeficacia personal, jóvenes, adultos.

## **Abstract**

The objective of the study sought to determine the relationship between personal self-efficacy and impulse control in young adults in metropolitan Lima. In this sense, the sample considered was 226 people between 18 and 65 years of age. Who were administered the General Self-Efficacy Scale and the Impulse Control Scale. The approach was quantitative, non-experimental cross-sectional design and correlational scope. Finding as a result that there is no relationship between personal self-efficacy and impulse control ( $p=0.204$ ), between personal self-efficacy and the impulsivity dimension there is a negative correlation of medium level ( $r_s= -0.208$ ) and statistically significant ( $p<0.05$ ) , under a null effect size for being less than 0.10. It is concluded that self-efficacy problems are not related to the impulse control problem, although with greater impulsivity traits there is less personal self-efficacy.

**Keywords:** impulse control, personal self-efficacy, youth, adults.

## I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día muchas personas logran reconocer los objetivos que desean alcanzar, del mismo modo, aquellas cualidades que deben cambiar, y que en el proceso de la autoeficacia es una actitud que tiene un rol importante, motivo por el cual nos quedamos en el intento y otros lo intentan anticipando el fracaso, debido a que no evidencian la actitud para alcanzar un objetivo. Asociado a ello podemos también señalar que es importante entender cómo manejamos nuestras emociones o controlamos nuestros impulsos, cuando algo no sale de forma correcta y afecta nuestra autoeficacia.

La emergencia de salud por el coronavirus ha generado a nivel mundial cambios en la vida de los individuos, provocando afectación psicológica en específico en su autoeficacia, es decir, cómo han llegado a hacer frente a las adversidades y situaciones estresantes en sus actividades diarias (Urzúa, Vera, Caqueo y Polanco, 2020), además de haberse demostrado que la autoeficacia es un excelente predictor de multitud de conductas (Olivari & Urra, 2007).

Para Bandura (1997 citado en Olivari & Urra, 2007) en un individuo, la autoeficacia tiene un rol importante, que se relaciona en cómo afrontan los objetivos, tareas y retos, y por lado la ejecución exitosa de una tarea fortalece dicha percepción de autoeficacia. Sin embargo, el no abordar de forma eficiente una tarea o reto, ha de menoscavar y disminuir la autoeficacia, lo cual puede generar frustración o existir procesos emocionales que podrían afectar esta actitud, para complementar Roca (2006) define la autoeficacia como la fuerza de nuestras convicciones sobre nuestra efectividad personal.

Las condiciones sociales y laborales actuales producidas por la pandemia del COVID-19, generan en las personas una constante incertidumbre, que a decir por Calderón, Laca y Pando (2017) las obligaría a adaptarse a entornos más confusos, por lo que resulta importante estudiar a la autoeficacia y su papel que desempeñaría en la autorregulación y la presencia de estrés en las personas, ante circunstancias generadoras de inseguridad.

Por otro lado, para lograr un control de los impulsos, se requiere de un previo conocimiento de herramientas fundamentales, las cuales van a posibilitar resolver diversos problemas que en nuestro contexto solemos enfrentar, donde el objetivo de controlar la impulsividad es promover un ambiente de paz, tranquilidad y confianza y con ello mostrarse autoeficaces en toda labor que se realice (Rodríguez, 2017).

La impulsividad, se manifiesta en lo cotidiano de la persona como parte de adaptarse al medio y se constituye un propio estilo de pensamiento como un rasgo de personalidad (Ramos, Gutiérrez y Sáiz, 2002). Por otro lado, Brunas-Wagstaff, Bergquist & Wagstaff (1994) señalan que son impulsos disfuncionales que generan consecuencias negativas a través de las conductas que realiza el individuo. Desde una perspectiva biológica, dicha acción puede generar daños, tanto psicológico y físicos al sujeto víctima de agresión (Andreu, 2010). En este contexto social, en los últimos años, la violencia representa un creciente problema (INEI, 2019), y cuya manifestación va afectar el comportamiento del individuo en un contexto social.

De este modo, el equilibrio implica sostener el significado y estructura que tenemos del sentido de la vida (Ashforth, Kreiner & Fugate, 2000), asumiendo diversos roles sociales, sea a nivel familia, religión, trabajo y sociedad (Clark, 2001; Graham, Smith & Trendafilova, 2019), por lo que deben reforzarse positivamente cada una de estas áreas entre sí y a partir de ello dar origen a un sentido de equilibrio (Grzywacz & Bass, 2003; González-Arratia, et al., 2016).

Al revisar antecedentes, a nivel internacional y nacional, no hay evidencia de investigaciones que estudien la vinculación entre el control de impulsos y la autoeficacia, no hallándose datos que expliquen esta relación, por tanto el presente estudio busca ampliar las bases del conocimiento teórico y práctico a partir de variables escasamente exploradas en la población de jóvenes y adultos, de igual modo contribuirá en diversos sectores; siendo un referente para futuros estudios.

Por lo antes mencionado es que nos planteamos la siguiente pregunta ¿Cómo es la relación entre autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana?

Ante la falta de evidencia de investigaciones que asocian estas dos variables, cobra relevancia y de necesidad la ejecución de esta investigación, la que se justifica en lo teórico, porque se contará con un fundamento empírico y sólido de la asociación de ambos constructos en nuestra muestra de estudio; por otro lado, desde lo práctico, los resultados permitirán establecer criterios y estrategias de abordaje en los campos clínico u organizacional. En lo metodológico, se recurre a instrumentos adaptados y con adecuadas evidencias de validez y confiabilidad lo cual respaldarán la validación d las hipótesis propuestas.

Mencionado lo anterior es que nos planteamos el objetivo general, establecer el vínculo entre autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana. Para su alcance se plantearán los objetivos específicos: establecer la relación entre autoeficacia personal y las dimensiones de control de impulsos (impulsividad, inmediatez, imposición, riesgo), lo que nos conducirá a explicar el nivel de autoeficacia personal en jóvenes adultos de Lima metropolitana y explicar el nivel de control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana.

Por otro lado, se presentan de forma general la hipótesis, existe asociación significativa entre autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos, planteando la hipótesis específica: existe vínculo significativo entre autoeficacia personal y las dimensiones de control de impulsos (impulsividad, inmediatez, imposición, riesgo).

## II. MARCO TEÓRICO

La búsqueda de información se realizó a través de distintas plataformas científicas como Scopus, Scielo, Redalyc, Science Direct, Google académico, repositorios académicos y RENATi, bajo las denominaciones en español e inglés de autoeficacia personal, control de impulsos, personal self-efficacy, impulse control, respectivamente, no hallando estudios con ambas variables, en este sentido se mencionan algunos estudios que mencionan al menos una de las variables.

A nivel nacional, Litano (2019) realizó un estudio bajo un diseño transaccional transversal, para relacionar autocontrol y autoeficacia su relación en 303 adolescentes escolarizados de Piura, usando la Escala de Autoeficacia General y Cuestionario de Autocontrol infantil y adolescente. Su principal resultado hallazgo expresa la no existencia de relación entre Autocontrol y Autoeficacia en adolescentes. No obstante, se encontró asociación entre el indicador Autocontrol Procesual del autocontrol y Autoeficacia.

Román (2021) bajo un estudio predictivo transversal, tuvo dos propósitos, observar la asociación sobre las dimensiones de personalidad con la autoeficacia y establecer la predictibilidad de estas dimensiones respecto a la autoeficacia en una muestra de 241 universitarios de la ciudad de Huancayo. Para lo cual aplicó la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer y el Big Five (BFQ). Los resultados explican relación positiva y con significancia estadística entre la dimensión de personalidad y autoeficacia con intensidad moderada (energía,  $r=,438$ ) y débil (estabilidad emocional). Además, explican el 23% del comportamiento de la autoeficacia, siendo la energía y estabilidad emocional sus predictores. Por otro lado, el Indicador de Personalidad Control de emociones y la Autoeficacia presentaron relación con intensidad débil. Concluyendo que estas dimensiones e indicadores de la personalidad se relacionan con la Autoeficacia y pueden explicarla como predecirla.

A nivel internacional Silva & Miller (2021) en su estudio longitudinal con 127 jóvenes diabéticos, buscaron establecer la mediación de la autoeficacia sobre la relación que establece la diabetes tipo 1 con el control de impulsos. Los resultados obtenidos según la adherencia reportada por los jóvenes, la

autoeficacia medió parcialmente el efecto dentro de la persona del control de los impulsos sobre la adherencia. En ocasiones, cuando los jóvenes informaron aumentos en el control de los impulsos, tendieron a informar una mayor adherencia, y esto se debió, en parte, a los aumentos en la autoeficacia percibida de los jóvenes. La autoeficacia representó aproximadamente el 21% de la relación dentro de la persona entre el control de los impulsos y la adherencia informada por los jóvenes. No hubo asociación entre el control de impulsos y la adherencia entre individuos. El control de los impulsos y la autoeficacia no se relacionaron con la adherencia informada por los padres.

Es importante señalar que en esta investigación se han considerado estudios que relacionen a las dos variables, sin embargo, la búsqueda nos explica que no existen antecedentes en la muestra diana, descartando así otras investigaciones que no guarde la relación propuesta.

En este sentido se procedió a exponer el sustentó teórico asociado a nuestras variables de estudio.

Para acercarnos a la concepción del término control de los impulsos, es necesario definir el término impulsividad. En general, la forma de interactuar de las personas dentro de su ámbito social, es a base de conductas que se encuentran guiadas o registradas por el deseo o el impulso de obtener algo que anhelan y que demandan poseer.

Según Pérez (2015) la impulsividad es aquella dificultad para restringir el propio comportamiento, acto sin la reflexión adecuada, aceptando riesgos e intentando conseguir los objetivos rápidamente. De esta manera, la conducta está influenciada en gran medida por impulsos, que generan actos ante diferentes situaciones, a su vez intervienen sentimientos que brindan la intensidad del acto o conducta (Ramos, 2018)

Por su parte, Adan (2012) señala que la impulsividad es vista como uno de los principales rasgos de personalidad, orientado a actuar con ausencia de previsión, sin analizar las consecuencias que puedan originarse. De este modo la impulsividad hace referencia a conductas guiadas por sentimientos que no permiten reflexión alguna de las consecuencias de los actos y que en sí, bien

pueden traer consecuencias positivas como negativas en la vida de los sujetos impulsivos.

La impulsividad se presenta como una conducta anticipada de acción, con el propósito de atenuar la tensión que se origina ante la urgencia de satisfacer un instinto o algún otro tipo de necesidad, y está constituida por diversos componentes los cuales más allá de ser un estado accidental en la vida de los individuos, vienen a ser un rasgo de la personalidad (Ramos, Gutiérrez y Sáiz 2002, Plutchik y Van-Praag, 1995).

Asimismo, cuando nos referimos a conductas violentas, muchas veces las asociamos al control de impulsos pobre, la cual se llega a explicar como un pésimo control impulsivo cuando se comete una acción sin medir las consecuencias que puede traer al llevarse a cabo, no obstante, sucede también que la persona puede ser consciente acerca de las consecuencias y riesgos que genera tal acción y a pesar de ello, cometerlo (Eysenck, Eysenck & Barrett, 1985; Wood, 2017). Lo que representa la falta de capacidad para la reflexión y planificación de forma intrínseca (Mörkl, et al., 2016).

Para el CIE 10 (1996), el trastorno de control de impulsos; está caracterizado por un conjunto de sucesivos comportamientos que no tienen un origen racional claro y que por lo general afectan los intereses de la persona enferma y de los que lo rodean.

Con respecto al control de impulsos, Landinez (2019) nos dice que el concepto está basado en dos enfoques, uno referido a los procesos psíquicos-somáticos (interno) y el otro basado en factores ambientales (externo), donde la dificultad de autocontrol se debe a la poca voluntad. Esto quiere decir, que cuando un factor externo está presente en una persona, como elemento estresor, puede ocasionar que reaccione de manera violenta si tiene poco autocontrol.

Al referirnos sobre el **control de impulsos**, se puede mencionar que en muchas personas, la conducta está basada en el deseo, la emoción y otros impulsos, los cuales nos llevan a responder sin reflexionar, es decir, la efectividad se ve disminuida por la impulsividad, por lo que es necesario lograr una autoconciencia emocional, así como la identificación, evaluación y

reacciones adecuadas (Rodríguez, 2017), nuestra eficacia se ve afectada por estos impulsos, por tanto se requiere que la persona tenga autoconciencia emocional, logrando así, por ejemplo, reconocer, evaluar y modificar las conductas improductivas (Castillo Hernández E.J. (s,f,)

Para Espinoza (2019) el mayor inconveniente de la impulsividad viene a ser el control de impulsos, puesto que en algunas circunstancias pueden ocasionar que el sujeto ponga un alto hacia la acción que va a cometer, reflexionando sobre las consecuencias de su acción, y si actúa de manera impulsiva, luego se pueda arrepentir. Harden & Tucker-Drob (2011) sostienen que el control de impulsos es una habilidad que, desde la adolescencia hasta la adultez temprana, alcanza su desarrollo, por lo tanto, puede ser más fácil dejar de lado alguna diversión para ejecutar tareas importantes (Shulman, Harden, Chein y Steinberg, 2015; Silva & Miller, 2019).

Zuckermann et al (1993) definen a la impulsividad en su teoría de la Búsqueda de sensaciones impulsivas, como pérdida en la planificación y orientación, a no pensar y actuar de forma impulsiva. Es decir, buscar sensaciones, como lo son experiencias y tener la voluntad para alcanzar riesgos en la búsqueda de excitación o nuevas experiencias.

Ramos, Gutiérrez y Sáiz (2002) desarrollaron un instrumento para analizar la impulsividad, considerando la persistencia de los problemas del control de los impulsos, y sostienen que hay dos formas para explicar la impulsividad. Primero, considerada un rasgo de personalidad, bajo un propio estilo de pensamiento que se expresa en la vida cotidiana del individuo, permitiendo la adaptación a su medio. Y la otra, es considerando a la impulsividad como la función desadaptativa que se manifiesta de una forma de autolesión (Van-Pragg, 1988, citado en Ramos, Gutierrez y Saiz, 2002), como se explican en las alteraciones manifiestas bajo la etiqueta de Trastornos del Control de los Impulsos de la CIE-10. De esta forma explican el control de impulsos en base a cuatro dimensiones: Impulsividad, Inmediatez, Imposición y Riesgo.

*Impulsividad:* Es impaciente, “saltar” a la mínima provocación o cuando le dan la contra, llega a perder el control de si mismo, es imprevisible en sus

reacciones, dice y realiza cosas sin pensar en las consecuencias, se siente impulsivo y expresa su carácter como “fuerte”, “temperamental”

*Inmediatez:* Se siente mejor cuando realiza las cosas sin meditarlas previamente, se muestra nervioso y no tolera esperar a hacer algo en cuanto se le ocurre, requiere hallar satisfacción inmediata a sus necesidades sexuales o de cualquier otro tipo y le agrada conseguirlas de forma inmediata, no le agrada ser reconocido o ser premiado posteriormente, busca de resultados prontamente.

*Imposición:* Acostumbra gustarle quedar por sobre las demás personas, se considera de carácter “fuerte” y exigente, “temperamental” que requiere ver sus logros reconocidos de forma inmediata y donde el resultado de sus acciones se vean pronto.

*Riesgo:* Hace cosas que le son imposibles resistir, ubicándose en situaciones de riesgo que tienden a acelerarle el corazón al límite.

Al referirnos a la **Autoeficacia**, se relaciona con el manejo propio de sí mismo que presenta una persona por sobre sus actividades, y no necesariamente con las destrezas que tenga. Es decir, la autosuficiencia tiene la función de ejercer como un componente entre la competencia personal y la motivación, acciones, esmero y persistencia ante cualquier adversidad, así como los modelos de pensamiento y las reacciones emocionales asociativas (Terry, 2008).

En ese mismo sentido, Lown, Kim y Gutter (2015) sostienen que la autoeficacia actúa como característica psicológica protectora y productiva, es decir, las personas que presentan mayor autoeficacia logran alcanzar objetivos, aspiraciones y presentan mayor resistencia a consecuencias psicológicas negativas relacionadas con desafíos y fracasos como los factores económicos, por otro lado cuando muestran mayor autoeficacia, logran superar mayores obstáculos y cuando se enfrentan a situaciones estresantes proyectan menos síntomas de tensión.

La autoeficacia ha sido explicada como los juicios de los individuos en relación a sus actitudes para alcanzar niveles diversos de rendimiento (Bandura, 1986).

La autoeficacia se sustenta en la predictibilidad del comportamiento humano, nos referimos a que la conducta, puede predecirse por presencia de ideas que

las personas muestran sobre sus aptitudes personales antes de lo que en realidad se puede realizar, debido a que estas percepciones marcan lo que los individuos realizan con sus conocimientos y destrezas (Ruiz, 2005).

La variable autoeficacia, introducido por Bandura (1977) y se refiere como la creencia que tiene el sujeto acerca de su capacidad para lograr ejecutar y organizar las conductas requeridas para llegar a los logros deseados, es percibirse como eficientes y competentes para enfrentar una situación determinada.

La Teoría social cognitiva propuesta por Bandura, sostiene que la motivación y conductas humana, son regulados mediante el pensamiento y estarían vinculados por tres tipos de expectativas: *Las expectativas de situación*, donde las consecuencias se producen por eventos ambientales independientes de la acción personal; *las expectativas de resultado*, referidas a la creencia que una acción producirá resultados determinados y *las expectativas de autoeficacia*, que aluden a la creencia que ostenta la persona de tener las capacidades para desempeñar las conductas necesarias que le posibiliten alcanzar los resultados deseados (Bandura,1997).

Bandura (1997 citado en Amaro, 2018) agrega en su teoría, que el comportamiento se ve afectado por las creencias de autoeficacia bajo cuatro formas. Primero, la autoeficacia que influye en la selección de conductas y actividades, es decir las personas eligen y se comprometen en actividades en las cuales se consideran altamente eficaces y tienden a evitar aquellas en las cuales se consideran ineficaces. Segundo, la autoeficacia representa el esfuerzo invertido por los individuos en una acción, y de su persistencia ante las adversidades que se les presenten. Es decir, cuanto mayor se ala autoeficacia, mayor ha de ser el esfuerzo que invierte y la persistencia en el desarrollo de la actividad. Tercera, las creencias influyen sobre los prototipos de pensamiento y respuestas emocionales. Así los individuos con baja autoeficacia, consideran a las tareas que han de ejecutar, como más complejas de lo que en realidad pueden ser, ello les genera altos niveles de estrés y ansiedad y pensamientos negativos acerca de su capacidad. Por otro lado, una autoeficacia con altos niveles, les posibilita mayor autoconfianza y calma ante el afronte de las actividades complejas. Podemos afirmar que la autoeficacia

influye sobre las capacidades causales que el individuo tiene ante el fracaso o éxito en sus tareas. En su cuarta forma, le posibilita al individuo no solo ser predictor de su futuro, sino su ejecutor. Las personas que se sienten autoeficaces se proponen retos, aumentan sus capacidades cuando perciben que no es suficiente su rendimiento según los objetivos propuestos, sintiendo así bajo niveles de estrés ante tareas complejas e intensifican su interés por nuevas tareas.

Bandura afirma en el rol de las creencias de autoeficacia, considerándola uno de los factores más influyentes en el comportamiento humano (Valiante, 2000). Las creencias en relación a su autoeficacia tienen un papel importante y mediacional, actuando como filtro entre los anteriores logros o habilidades y la conducta (Zeldin, 2000). De este modo, las creencias que las personas tienen sobre sus capacidades, pueden ser un mejor predictor de la conducta posterior antes que el nivel de habilidad real (Valiante, 2000).

Por otro lado, según Bandura (1997), los individuos pueden lograr un alto o bajo sentido de autoeficacia, logrando presentar un conjunto de características, al percibirse capaces de enfrentar con éxito cualquier situación, comprometerse con las metas que se plantean, manejándose con seguridad ante situaciones amenazantes, disminuyendo así sus temores anticipados. Mientras que, las personas que muestran bajo sentido de autoeficacia se perciben ineficaces para hacer frente a situaciones diversas presentes en su quehacer diario, evidenciando además bajas aspiraciones, exagerando en sus deficiencias, siendo frágiles víctimas para el estrés o depresión y prefieren evitar como sea a situaciones o tareas difíciles a las cuales se puedan enfrentar (Bandura (1997, citado en Ochoa y Reinoso, 2021).

Silva & Miller (2019) sostienen que los entornos que enriquecen a los jóvenes con confianza en sus propias habilidades pueden beneficiar los comportamientos de autocuidado ante diversas adversidades, pero tales aumentos en la competencia percibida, no explican por completo ni anulan los beneficios conductuales del control de los impulsos. Por lo tanto, es posible que la autoeficacia es un mecanismo a través del cual el control de impulsos se relaciona con las diferencias individuales (Silva & Miller, 2020).

En la Escala de Autoeficacia General creada por Schwarzer, Baessler & Fuchs (1996) la autoeficacia es descrita como aquella fuerte sensación de eficacia personal, es decir, una percepción de competencia estable para enfrentar de modo eficiente a factores estresantes, considerando los juicios acerca de la propia capacidad de hacer frente al contexto social. Es decir, la autoeficacia representaría la creencia y sentimiento de autoconfianza que presenta la persona acerca de su capacidad para orientar la dirección de su vida de manera activa y autónoma, es decir, es aquella percepción del control que tiene la persona sobre la acción (Baessler y Schwarzer, 1997). Agregan que, la autoeficacia puede ser aplicada a diversas situaciones que la persona hace frente en su diario actuar y que no se centra en un solo contexto.

Según Bandura (1997) si no tenemos influencia sobre las acciones que suceden, puede ocasionar que las personas se dejen llevar por la desesperación, por otro lado, al tener control sobre algunas situaciones, las personas se muestran capaces de prevenir las situaciones que no le agradan, por ende, aseguran de este modo resultados deseados y así enfrentar retos o situaciones que se presenten. Anicama et al (2012) señalan que los niveles de autoeficacia influyen en la confianza por manejar los estímulos estresores que se le presentan.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

Por su finalidad, es una investigación tipo básica (Ñaupas et. al, 2018) la cual se desarrolló con el propósito de incrementar el conocimiento de una realidad.

De diseño no experimental, donde las variables no han sido sometidas a estímulos o condiciones experimentales, siendo los sujetos del estudio evaluados en su contexto natural sin alterar condición alguna y sin manipulación de las variables (Arias, 2020), de tipo transversal, porque se desarrolló y se recogieron los datos en un solo momento y por única vez (Manterola ét. al, 2019).

Para Sánchez, Reyes y Mejía (2018) su enfoque es cuantitativo, basado en la obtención y evaluación de datos para responder las preguntas de investigación y validar las hipótesis y conocer las características de comportamientos en la población. Por último, su alcance es correlacional, pues se encargó de determinar la asociación entre dos variables, que no generan causas y efectos, pero puede ser un antecedente para futuros estudios de investigación (Ríos, 2017).

#### 3.2 Variables y operacionalización

##### Variable 1: Control de los impulsos

**Definición conceptual:** Es la orientación a actuar sin pensar, con el propósito de obtener sensaciones impulsivas, de preferencia por amigos impredecibles y agrado por las sensaciones excitantes (Zuckerman, et al., 1993).

**Definición operacional:** Los datos fueron obtenidos mediante la Escala de Control de Impulsos "Ramos y Cajal" creado por Ramos, Gutierrez-Zotes y Sáiz (2002) adaptado al contexto peruano por Flores (2017). Contiene 20 ítems.

**Indicadores:** Está representado por cuatro dimensiones y respuestas de tipo likert

**Nivel de medición:** Ordinal

## **Variable 2: Autoeficacia**

**Definición conceptual:** La autoeficacia son las creencias percibidas que el individuo posee sobre sus propias capacidades para organizar y ejecutar las acciones y conductas necesarios para manejar situaciones y lograr los resultados deseados (Bandura, 1997).

**Definición operacional:** Los datos serán obtenidos mediante el Cuestionario de Autoeficacia General en su versión de 10 ítems (Schwarzer, 2014).

**Indicadores:** Está representado por 2 dimensiones y respuestas de tipo likert

**Nivel de medición:** Ordinal

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

Para Hernandez-Sampieri y Mendoza (2018) la población es el conjunto de todos los casos que coinciden con un conjunto de características. Para el presente estudio estará conformada por la representación de jóvenes y adultos en Lima metropolitana al 2020.

Criterios de inclusión: jóvenes y adultos que vivan en Lima metropolitana, de ambos sexos y que respondan participar del estudio.

Criterios de exclusión: adolescentes, personas que vivan en otras regiones y que hayan respondido no participar del estudio.

Para Ñaupas ét. al (2018) la muestra es una porción de la población y cuenta con determinados rasgos necesarios para la investigación. En este sentido fue conformada por 226 participantes.

El muestreo se realizó mediante el método no probabilístico por conveniencia, ya que considera los criterios señalados para el estudio, agregando que no se conoce la cantidad de participantes que se requieren para dicho estudio (Otzen y Manterola, 2017).

Tabla 1

*Características sociodemográficas de la muestra*

Variables sociodemográficas	N= 226	
	f	%
<b>Sexo</b>		
Femenino	118	52.2
Masculino	108	47.8
Total	226	100.0
<b>Edad</b>		
18 a 20 años	5	2.2
21 a 30 años	48	21.2
31 a 40 años	89	39.4
41 a 50 años	55	24.3
51 a 60 años	24	10.6
61 a 65 años	5	2.2
<b>Nivel académico</b>		
Secundaria completa	54	23.9
Superior técnica	54	23.9
Superior universitaria	118	52.2

Nota: N= Tamaño de la muestra; f= frecuencia; %= porcentaje

En la tabla 1, se puede apreciar que se obtuvo 226 participantes, donde 118 (52.2%) son mujeres y 108 hombres (47.8%), cuyas edades han sido comprendidas entre 18 y 65 años, siendo el rango de edad más frecuente, entre 31 a 40 años con 89 (39.4%) y menos frecuente, las edades 18 a 20 y 61 a 65 años con 5 participantes (2.2%). De similar forma, también se obtuvo el nivel académico, siendo el más frecuente superior universitaria con 118 participantes (52.2%) seguido de los niveles secundaria completa y superior técnica con 54 participantes que representan el 23.9% respectivamente.

### 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica a la cual se recurrió es la encuesta, según Sánchez, Reyes y Mejía (2018), es un proceso muestral a través del cual se administra un instrumento para obtener datos que brindan una información real de la muestra elegida.

Para recoger los datos de la primera variable se hará uso de la **Escala de Control de Impulsos de Ramón y Cajal**, elaborado por Ramos, et al. (2002). El instrumento contiene 20 ítems, las cuales se encuentran distribuidos en cuatro dimensiones y consta de 4 niveles de respuesta Likert, que van desde "siempre" a "nunca".

### **Validez:**

El análisis factorial de ECIRyC se observó 5 elementos, lo que explica el 53% de la varianza total obtenida, cuya estructura factorial está explicada de forma multidimensional. Por lo que el ECIRyC es muy fiable.

Presentó validez de estructura interna, mediante AFC: CFI = .93; TLI = .92; RMSEA = .08; SRMR =.05 (Garcia y Ricra, 2021).

### **Confiabilidad**

Mediante el coeficiente de intra correlación alfa de Cronbach y las dos mitades más el proceso de corrección de Spearman-Brown, se obtuvo un valor de 0,85. ECIRyC ha declarado una buena validez convergente con otras medidas de impulso externo.

Como segundo instrumentó se empleó el **Cuestionario de Autoeficacia General desarrollado por Schwarzer y Baessler** (1996), El instrumento original contaba con 20 ítems, para 1981 fue reducido a 10 y adaptado a otros idiomas (Luszczynska, Gutierrez-Doña & Schwarzer, 2005; Schwarzer & Jerusalem, 1995). Este instrumento tiene un esquema unidimensional, evalúa el sentimiento de autocompetencia dirigida a controlar de forma eficaz diversas situaciones estresantes. Sus opciones de respuestas tipo Likert de 4 rangos. Las puntuaciones oscilan entre 10 y 40 puntos.

### **Validez**

Se calculó el KMO para alcanzar los resultados de la adaptación del cuestionario y obtuvo un valor de 0.8 cuyo índice KMO es próximo a la unidad, por lo tanto, es aceptable.

### **Confiabilidad**

Su consistencia interna en su versión original fue de 0.87 y una correlación entre dos mitades de 0.88. En los resultados de la adaptación del cuestionario, presentó un alfa de Cronbach de .79. se observa que el índice de consistencia interna mediante el Alfa de Cronbach es aceptable.

### Estudio Piloto

Se realizó el análisis de confiabilidad de los dos instrumentos mediante prueba piloto con 30 sujetos que cumplieron los criterios de inclusión, obteniendo valores aceptables para los índices de fiabilidad de Alfa y Omega con valores de ,89 y ,92 para el Cuestionario de Autoconcepto y de ,83 y ,84 para la Escala de Control de impulsos, denotando que son aceptables, por tanto, ambos instrumentos son confiables (Campos-Arias & Oviedo, 2008). **Ver Anexo 5**

Tabla 2

*Consistencia interna de los dos instrumentos utilizados en la investigación*

Dimensiones	Ítems	$\alpha$	$\omega$
<i>Variable 1: Control de Impulsos</i>	20	0.81	0.83
Impulsividad	7	0.80	0.82
Inmediatez	7	0.72	0.76
Imposición	5	0.71	0.75
Riesgo	3	0.79	0.81
<i>Variable 2: Autoeficacia General</i>	10	0.89	0.91

Nota:  $\alpha$ = Alfa de Cronbach;  $\omega$ = Omega de McDonald

En la tabla 2, se puede apreciar la confiabilidad por el método de consistencia interna de los dos instrumentos, donde se registran índices alfa de Cronbach de 0.81 para la variable Control de impulsos y 0,89 para la variable Autoeficacia general. De igual modo se detalla el coeficiente de confiabilidad de cada una de las dimensiones de la variable Control de impulsos que van de 0.71 a 0.80. Asimismo, se determinó la confiabilidad por el coeficiente de Omega, donde se encuentran valores de 0,83 para Control de impulsos y de 0.91 para Autoeficacia general y con referencia a las dimensiones de Control de impulsos se observan valores desde 0.75 a 0.82. Se observó que para los índices alfa y

omega los resultados obtenidos son de aceptables, al estar por encima de 0,70 (Campos-Arias & Oviedo, 2008), concluyendo que los instrumentos son confiables.

### **3.5 Procedimiento**

Se inició el estudio con la introducción, teniendo como contenido la problematización, planteamiento del problema, sus objetivos, la justificación y las hipótesis. Tras tener planteado la necesidad de estudio, se seleccionarán los instrumentos que nos ayudarán a obtener la información de las variables las cuales son la Escala de Control de Impulsos “Ramos Cajal” y el Cuestionario de Autoeficacia General.

Posteriormente, se comenzará a destacar el marco teórico, buscando antecedentes nacionales e internacionales en los diferentes repositorios, seguido de la fundamentación teórica de ambas variables.

Continuando estos procedimientos, se remarcó en los criterios metodológicos para el presente estudio.

A continuación, se crearon los cuestionarios virtuales (Arias, 2020) los cuales se pueden crear de forma virtual mediante el formulario google, dada la coyuntura de la pandemia y emergencia sanitaria.

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

Los datos obtenidos se procederán a descargar mediante el Microsoft Excel 2016, posteriormente se convertirá la información a datos numéricos para facilitar en manejo de la información, luego se realizará el vaciado de la información al programa SPSS versión 26, para utilizar la estadística descriptiva e inferencial, con la finalidad de obtener la normalidad y la correlación de las variables. Por lo cual siendo una muestra mayor de 50 se utilizará el Kolmogórov-Smirnov, si obtiene una normalidad se utilizará la correlación de Pearson, pero si los datos no tienen una distribución normal, se utilizará la correlación de Spearman. (Ato y Vallejo, 2015).

Para proceder a responder las hipótesis se apoyará con el programa Jamovi.

### **3.7. Aspectos éticos**

La presente investigación respetó los principios éticos de la confidencialidad, ya que no se reveló la identidad de los participantes (International Union of Psychological Science, 2008), además se conservó la información sin ejercer manipulación alguna, ya sea durante el recojo de información o durante la presentación de resultados de la investigación, restando intereses personales de los investigadores (Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica, 2019).

El accionar de los psicólogos está en relación con el Código de Ética y Deontología, del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), haciendo mención en su Cap. IV, art. 36, cuando se trata de un estudio de investigación, la identidad de los colaboradores debe permanecer en el anonimato, además los nombres de no serán expuestos.

Por otro lado, se consideró el principio de la autonomía, pues se respetaron las ideas y valores de cada evaluado. Asimismo, se consideró el principio de no maleficencia, pues se respetó la integridad de todo colaborador que accedió a participar. Por último, el principio de beneficencia, se buscó brindar en esta investigación un beneficio a los participantes.

#### IV. RESULTADOS

Tabla 3

*Correlación entre las variables Control de impulsos y autoeficacia general*

		Autoeficacia General
Control de Impulsos	$r_s$	-,085
	$p$	,204
	N	226

Nota:  $r_s$ = Test de rango de Spearman de correlación de orden;  $p$ = nivel de significancia, N= tamaño de la muestra

En la tabla 3, se observa que entre las variables Autoeficacia general y Control de impulsos no existe correlación, para Molina (2017) el dato obtenido identifica un rechazo de la hipótesis general, pues el  $p$  hallado en dicha correlación se encuentra fuera del parámetro de aceptación ( $p > ,05$ ).

Tabla 4

*Correlación entre la variable Autoeficacia general y las dimensiones de la variable Control de impulsos*

		Impulsividad	Inmediatez	Imposición	Riesgo
Autoeficacia General	$r_s$	-,208	-,005	,127	,006
	$p$	,002	,938	,057	,930
	$r^2$	,043	--	--	--
	N	226	226	226	226

Nota:  $r_s$ = Test de rango de Spearman de correlación de orden;  $p$ = nivel de significancia;  $r^2$ = coeficiente de determinación

En la tabla 4, se puede apreciar que entre Autoeficacia general con la dimensión Impulsividad, existe correlación negativa de nivel medio ( $r_s = -,208$ ) y estadísticamente significativa ( $p < ,05$ ) (Mondragón, 2014), por otro lado, considerándose los criterios de Cohen (1992), se consideró el tamaño de efecto como nulo, al ser menor a ,10. Molina (2017) indica que los datos presentados permiten una aceptación de la hipótesis específica formulada, en parte, pues el valor  $p$  hallado en dicha correlación se encuentran dentro del parámetro esperado ( $p < ,05$ ). A excepción de las dimensiones inmediatez, imposición y riesgo, las cuales no presentaron correlación significativa ( $p > ,05$ ) con la variable Autoeficacia general.

Tabla 5

***Niveles de la variable Autoeficacia personal***

	f	%
Bajo	53	23.5
Promedio	109	48.2
Alto	64	28.3
Total	226	100

Nota: f= frecuencia; %= porcentaje

En relación a los niveles de la variable Autoeficacia personal, se observó en la tabla 5, en una muestra de 226 jóvenes adultos, 109 evidenciaron nivel promedio, representando el 48,2%, asimismo 64 participantes se encuentran en el nivel alto con un 28.3% y en 53 participantes se observó nivel bajo con un porcentaje de 23,5%.

Tabla 6

***Niveles de la variable Control de Impulsos***

	f	%
Bajo	49	21.7
Moderado	142	62.8
Alto	35	15.5
Total	226	100

Nota: f= frecuencia; %= porcentaje

En cuanto a los niveles de la variable Control de impulsos, que se presentan en la tabla 6, se halló que 142 jóvenes adultos que representan el 62.8% presentan un nivel moderado, seguido del nivel bajo presente en 49 participantes que representan el 37,8% y por último en el nivel alto se encuentran 35 colaboradores que representa el 15.5%.

## V. DISCUSIÓN

El propósito general del estudio, fue determinar la relación entre autoeficacia personal y control de impulsos en una muestra de jóvenes adultos de Lima metropolitana, tomando como premisa los cambios socioemocionales que se han presentado en la población durante la emergencia sanitaria por el COVID-19, ante lo cual se elaboró el análisis estadístico pertinente y luego de haber obtenido los resultados, se continuó con el desarrollo del debate sobre el tema mediante la discusión.

Para dar respuesta al primer objetivo, se analizó la presencia de relación entre la autoeficacia personal y Control de impulsos. Declarando de forma general que no existe correlación estadística entre ambas variables, en la población de estudio. Lo cual nos explica que el desarrollo de la autoeficacia personal o dificultades en su ejecución, no guardan relación con problemas de control de impulsos que pueden desarrollar las personas y viceversa. Este resultado se asemeja a los resultados encontrados por Litano (2019) en adolescentes de la región Piura, donde no encontró relación entre autoeficacia y autocontrol. Asimismo Silva y Miller (2021) en su estudio con jóvenes diabéticos, reportaron que el control de los impulsos y la autoeficacia no se relacionaron con la adherencia al tratamiento informada por los padres. No obstante Román (2021) en un estudio para conocer la relación sobre las dimensiones de la personalidad con la autoeficacia en universitarios de la ciudad de Huancayo, halló que el indicador de personalidad Control de emociones y la Autoeficacia presentaron relación con intensidad débil.

El observar la ausencia de relación entre las variables en estudio, se sustenta por lo planteado por Rodríguez (2017), al expresar que **control de impulsos**, es la conducta está basada en el deseo, la emoción y otros impulsos, y que llevan a las personas a responder sin reflexionar, ante lo cual, la efectividad se puede ver disminuida por la impulsividad. Sin embargo,

Castillo Hernández (s.f) agrega que cuando las personas tienen autoconciencia emocional, para reconocer, evaluar y modificar las conductas improductivas, logran así que la eficacia no se vea afectada por estos impulsos. Por otro lado, Harden & Tucker-Drob (2011) señalan que el control de impulsos es una habilidad que, desde la adolescencia hasta la adultez temprana, alcanza su desarrollo; por lo tanto, puede ser más fácil dejar de lado alguna diversión para ejecutar tareas importantes (Shulman, Harden, Chein y Steinberg, 2015; Silva & Miller, 2019). Tal como lo argumenta Bandura (1986) la autoeficacia ha sido explicada como los juicios de los individuos en relación a sus actitudes para alcanzar niveles diversos de rendimiento. Esto quiere decir, si las personas han desarrollado la habilidad de controlar sus impulsos, pueden mostrarse eficaces al ejecutar tareas relevantes para su desarrollo personal.

En cuanto a los objetivos específicos, para establecer el primero se presentó la relación entre la variable autoeficacia general y las dimensiones de la variable control de impulsos. Detallando de forma específica que entre Autoeficacia general con la dimensión Impulsividad, se alcanzó una correlación negativa de nivel medio (Mondragón, 2014) y estadísticamente significativa con un valor de  $-.208$  y un tamaño del efecto como nulo, al ser menor a  $.10$  con una estimación de  $.043$  demostrando una presencia pobre del fenómeno del 4% en la población de estudio (Cohen, 1992). Mientras que en la observación del análisis con las dimensiones inmediatez, imposición y riesgo no se encontró correlación significativa ( $p > .05$ ) (Molina, 2017).

Para los resultados observados, no se encontraron antecedentes, lo cual confirma la innovación y el aporte cuantitativo de las variables estudiadas. Sin embargo, para poder explicar la relación observada entre autoeficacia general con la dimensión Impulsividad, es importante señalar el rol de predictibilidad que cumple el factor personalidad. Adan (2012) sostiene que la impulsividad es vista como uno de los principales rasgos de personalidad, orientado a actuar con ausencia de previsión, sin analizar las consecuencias que puedan originarse. De este modo la impulsividad hace referencia a conductas guiadas por sentimientos que no permiten reflexión alguna de las consecuencias de los actos y que, bien pueden traer consecuencias positivas como negativas en la vida de los sujetos impulsivos. Al respecto Román (2021) al estudiar las

dimensiones de personalidad con la autoeficacia, halló una relación positiva significativa con intensidad moderada en cuanto a la dimensión energía, pero débil en estabilidad emocional. Esto es, que la impulsividad está constituida por diversos componentes los cuales más allá de ser un estado accidental en la vida de los individuos, vienen a ser un rasgo de la personalidad (Ramos, Gutiérrez y Sáiz 2002, Plutchik y Van-Praag, 1995). Por otro lado, Ramos, Gutiérrez y Sáiz (2002) explican la impulsividad como un rasgo de personalidad, sin embargo, Bandura (1997) sostiene que el comportamiento se ve afectado por las creencias de autoeficacia y estarían regulados por el pensamiento.

Como segundo objetivo específico, se describió los niveles de Autoeficacia general donde se identificó que, de 226 jóvenes adultos, 109 presentan un nivel promedio<sup>113</sup> representado por el 48,2%, seguido del nivel alto en 64 participantes con el 28.3% y seguido del nivel bajo en 53 participantes representado por el 23,5%.

Bandura (1997) sostiene que cuanto mayor sea la autoeficacia, mayor será el esfuerzo que invierte y la persistencia en el desarrollo de la actividad. Agrega que las creencias influyen sobre los prototipos de pensamiento y respuestas emocionales. Asimismo, señala que los individuos con baja autoeficacia, consideran a las tareas que deben desarrollar, como más complejas de lo que en realidad pueden ser, lo que les genera altos niveles de estrés y ansiedad y pensamientos negativos acerca de su capacidad. Por otro lado, una autoeficacia con altos niveles, les posibilita mayor autoconfianza y calma ante el afronte de las actividades complejas. Podemos afirmar que la autoeficacia influye sobre las capacidades causales que el individuo tiene ante el fracaso o éxito en sus tareas. Esto quiere decir que cuando las personas se sienten autoeficaces se proponen retos, aumentan sus capacidades cuando perciben que no es suficiente su rendimiento según los objetivos propuestos, y cuando incrementan su interés por nuevas tareas, sienten niveles bajos de estrés si éstas tareas son complejas.

Finalmente, para el tercer objetivo específico, se describen los niveles de Control de impulsos, donde se encontró en 226 jóvenes participantes, que 142

jóvenes adultos presentan un nivel moderado, representando el 62.8%, el nivel bajo está presente en 49 participantes que representan el 37,8% y por último en el nivel alto se hallan 35 colaboradores que representa el 15.5%. Para sustentar estos resultados, Harden & Tucker-Drob (2011) señalan que el control de impulsos es una habilidad que se desarrolla desde la adolescencia hasta la adultez temprana. Donde el control de impulsos es el mayor inconveniente de la impulsividad, puesto que en algunas circunstancias pueden ocasionar que el sujeto ponga un alto hacia la acción que va a cometer, reflexionando sobre las consecuencias de su acción, y si actúa de manera impulsiva, luego se pueda arrepentir (Espinoza, 2019). Mientras que Zuckermann et al (1993) en su Teoría de la Búsqueda de sensaciones impulsivas, señala que la impulsividad es la pérdida en la planificación y orientación, a no pensar y actuar de forma impulsiva.

Ante los resultados y discusión expuestos, se debe mencionar que el presente trabajo de investigación cobra importancia al haber observado que existen pocos estudios que han relacionado las variables autoeficacia y control de impulsos, con lo cual se busca contribuir al campo del conocimiento con estos aportes hallados, tomando en cuenta la población estudiada, y considerando el contexto de emergencia sanitaria que a nivel mundial las personas han experimentado en estos dos últimos años.

## **VI. CONCLUSIONES**

A continuación, se presentan las conclusiones a partir de los resultados obtenidos:

**PRIMERA:** Se obtuvo que no hay relación entre autoeficacia personal y control de impulsos, lo cual señala que la autoeficacia personal no se ve afectada por presencia de problemas de control de impulsos en los jóvenes y adultos de Lima metropolitana.

**SEGUNDA:** La autoeficacia personal y la dimensión de control de impulsos expresada en impulsividad se encuentra relacionada de manera negativa significativa, con un nivel medio y tamaño de efecto nulo, en jóvenes adultos de Lima metropolitana.

**TERCERA:** Respecto a los niveles de Autoeficacia personal, se alcanzó un nivel moderado-alto en los jóvenes adultos de Lima metropolitana.

**CUARTA:** En relación a los niveles de Control de impulsos, se obtuvo un nivel moderado-bajo en los jóvenes adultos de Lima metropolitana.

## **VII. RECOMENDACIONES**

A partir de los resultados encontrados se recomienda lo siguiente:

PRIMERA: Se sugiere a posteriores estudios, realizar un análisis con otras variables para conocer el comportamiento de las variables estudiadas.

SEGUNDA: Se recomienda a las instituciones locales, educativas y de salud, desarrollar programas preventivo promocionales en manejo y regulación de emociones, con jóvenes adultos y que beneficien a su salud mental.

TERCERA: Se recomienda realizar futuros estudios con poblaciones específicas como universitarios, profesionales de la salud, u otras que quienes tengan un contacto directo con personas, para conocer la autoeficacia personal.

CUARTA: Se recomienda a futuros estudios realizar análisis diferenciales con otras variables sociodemográficas (edad, sexo, estado civil, ocupación laboral, etc.).

## REFERENCIAS

- Amaro, J. (2018) *Afrontamiento y autoeficacia en internos de un establecimiento penitenciario de San Juan de Lurigancho*. Lima, 2017. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11177>
- Anicama, J., Caballero, G., Cirilo, I., Aguirre, M., Briceño, R. y Ambrosio, T. (2012). Autoeficacia y salud mental positiva en estudiantes de psicología en Lima. *Revista de Psicología*, 14(2), 144-164. [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev\\_psicologia\\_cv/v14\\_2012\\_2/pdf/a02v14n2.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/rev_psicologia_cv/v14_2012_2/pdf/a02v14n2.pdf)
- Arias, J. (2020). Proyecto de tesis. Guía para la elaboración. [http://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2236/1/AriasGonzales\\_ProyectoDeTesis\\_libro.pdf](http://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2236/1/AriasGonzales_ProyectoDeTesis_libro.pdf)
- Ashforth, B., Kreiner, G. & Fugate, M. (2000). All in A Day's Work: Boundaries and Micro Role Transitions, *The Academy of Management Review*, 25(3), 472-491. DOI:[10.5465/AMR.2000.3363315](https://doi.org/10.5465/AMR.2000.3363315)
- Ato, M y Vallejo, G. (2015). *Diseños de investigación en Psicología*. Editorial Pirámide.
- Baessler, J., y Schwarzer, R. (1997). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y Estrés*, 2 (1), 1-8. [http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU\\_19\\_1\\_propiedades-psicométricas-de-la-escala-de-autoeficacia-general-de-baesslerschwarzer.pdf](http://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_19_1_propiedades-psicométricas-de-la-escala-de-autoeficacia-general-de-baesslerschwarzer.pdf)
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <http://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1977PR.pdf>
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy Mechanism in Human Agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-47. doi:10.1037//0003-066x.37.2.122.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.

- Brunas-Wagstaff, J., Bergquist, A., & Wagstaff, G. F. (1994). Cognitive correlates of functional and dysfunctional impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 17(2), 289–292. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90033-7](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90033-7)
- Calderon, J., Laca, F. y Pando, M. (2017). Self-efficacy as mediator between work stress and well-being. *Psicología y Salud*, 27(1), 71-78. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2438>
- Campo-Arias, A. y Oviedo, H. (2008). Propiedades psicométricas de una Escala: la consistencia interna. *Revista de Salud Pública*, 10(5), 831-839. <https://www.redalyc.org/pdf/422/42210515.pdf>
- Castillo, E.J. (s.f.) Control de impulsos. <http://repositoriodigital.academica.mx/jspui/bitstream/987654321/183900/1/5.%20CONTROL%20DE%20IMPULSOS.pdf>
- Clark, S. (2001). Work Cultures and work/family balance. *Journal of Vocational Behavior*, 58(3), 348-365. <https://www.doi.org/10/bqvh77>
- Cohen J. (1992). A power primer. *Psychological bulletin*, 112(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.112.1.155>
- Colegio de Psicólogos del Perú [CPsP].(2017). *Código de ética y deontología*. [http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica (2019). Código nacional de la integridad científica. [https://portal.concytec.gob.pe/media/k2/items/cache/258ee2700b8562b5d51ebf2117179b3d\\_XL.jpg](https://portal.concytec.gob.pe/media/k2/items/cache/258ee2700b8562b5d51ebf2117179b3d_XL.jpg)
- Espinoza, C.M. (2019). La Impulsividad en los Estudiantes del 1° al 3° de Secundaria de la I.E “Isaac Newton School” Barranca – Provincia de Lima, durante el periodo 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio UIGV. [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4492/TRAB%20SUFICIENCIA\\_ESPINOZA\\_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4492/TRAB%20SUFICIENCIA_ESPINOZA_CAMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Eysenck, S. B. G. y Eysenck, H. J. (1977). The place of impulsiveness in a dimensional system of personality description. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 16(1), 57-68. <https://www.doi.org/10/fnfc4>
- 
- García, A. y Ricra, K. (2021). Paz o Equilibrio, Conducta Agresiva, Desinhibición Online, Desconexión Moral y Control de Impulsos en Universitarios Peruanos. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/60509>
- González-Arratia, N. I., González, S., Aguilar, Y., Torres, M. y Alvarado, J. (2016). José Luis Valdez Medina. Current contributions to Psychology. *PSICUMEX*, 6(1), 4-9. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v6i1.254>
- Graham, J., Smith, A. & Trendafilova, S. (2019). Finding a Healthy Balance: Managerial considerations regarding the work-life interface of interns and graduate assistants working in collegiate sport. *Case Studies in Sport Management*, 8(S1), S33-S38. <https://www.doi.org/10/dv7z>
- Grzywacz, J. & Bass, B. (2003). Work, Family, and Mental Health: Testing Different Models of Work-Family Fit. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 248-268. <https://www.doi.org/10/cqti8f>
- Harden, K. P., & Tucker-Drob, E. M. (2011). Individual differences in the development of sensation seeking and impulsivity during adolescence: Further evidence for a dual systems model. *Developmental Psychology*, 47(3), 739–746. <https://doi.org/10.1037/a0023279>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Interamericana editores.
- International Union of Psychological Science (2008). Universal Declaration of Ethical Principles for Psychologists. Assembly in Berlin. Editado por International Union of Psychological Science. <https://proyectoeticablog.files.wordpress.com/2016/03/declaracion-universal-principios-c3a9ticos1.pdf>
- Juárez, F. y Contreras, F. (2009) Psychometric Properties of the General Self-Efficacy Scale in a Colombian Sample. *International Journal of*

Psuchological Research, 1(2), 6-12.  
[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=1311363](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1311363)

Litano, M. (2019). Autocontrol y Autoeficacia en adolescentes víctimas de violencia psicológica de una institución educativa de la ciudad de Piura – 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio UCV.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/35960>

López, P. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto Cero*, 9(8), 69 – 74.  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-02762004000100012](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012)

Lown, J., Kim, J. & Gutter, M. (2015). Self-efficacy and Savings among middle and low income households. *Journal of Family and Economic*, 36(4), 491-502. doi: 10.1007/s10834-014-9419-y

Manterola, C., Quiróz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36 - 49.

Molina, M. (2017). ¿Qué significa realmente el valor de p?. *Revista Pediátrica de Atención Primaria*, 19(76).  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S113976322017000500014](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113976322017000500014)

Mondragón, M. (2014). Uso de la correlación de Spearman en un estudio de intervención en fisioterapia. *Movimiento Científico*, 8(1), 98–104.  
<https://doi.org/10.33881/2011-7191.mct.08111>

Mörkl, S., Müller, N., Blesl, C., Wilkinson, L., Tmava, A., Wurm, W., Holl, A. & Painold, A. (2016). Problem solving, impulse control and planning in patients with early- and late-stage Huntington's disease. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 266(7), 663-671. <http://doi.org/d3hs>

Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. y Romero, H. (2018). Metodología de la investigación. Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de Tesis. (5ta ed). Ediciones de la U.

- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227 – 232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Ochoa, J. y Reinoso, A. (2021). Niveles de autoeficacia en estudiantes de la Carrera de psicología clínica de la Universidad de Cuenca durante la crisis por coronavirus, en el periodo 2020-2021. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca]. Repositorio UCuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/36105>
- Olivari, C. y Urra, E. (2007). Self-efficacy and health behaviors. *Ciencia y enfermería*, 13(1), 9-15. <https://www.scielo.cl/pdf/cienf/v13n1/art02.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. CIE-10. Décima revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. Trastornos Mentales y del Comportamiento. 1992
- Pérez, B. (2015). Trastornos del Control de los Impulsos. Hospital Universitario de San Juan, 1-26.
- Plutchik, R., & Van Praag, H. M. (1995). The nature of impulsivity: Definitions, ontology, genetics, and relations to aggression. In E. Hollander & D. J. Stein (Eds.), *Impulsivity and aggression* (pp. 7–24). John Wiley & Sons.
- Ramos, V (2018). El craving por alcohol y el control de impulsos al consumo en miembros que forman parte de grupos de apoyo de alcohólicos anónimos (AA) Ambato. [Tesis doctoral, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio UCE. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2249/1/76621.pdf>
- Ramos, J., Gutiérrez, J. y Saiz, J. (2002). Escala de Control de los Impulsos “Ramón y Cajal” (ECIRyC). Desarrollo, validación y baremación. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 30(3), 160-174. <https://medes.com/publication/4952>
- Rios, R. (2017). Metodología para la investigación y redacción (1ra ed.). Servicios Académicos inter-continentales S.L.
- Roca, M. (2006). *Psicología Clínica. Una visión general*. Ed. Félix Varela.

- Rodríguez, M. (2017) Autoestima y control de impulsos en personas acusadas por delito de violación contra la libertad sexual en el Establecimiento Penitenciario de Tarapoto 2017. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/27120>
- Román, M. (2021). Dimensiones de personalidad y autoeficacia en estudiantes del primer ciclo de una universidad privada de la ciudad de Huancayo, 2019. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Martín de Porres] Repositorio USMP. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/9207>
- 
- Sanchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018) Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1480/libro-manual-de-terminosen-investigacion.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Silva, K y Miller, V. (2020). Does Self-Efficacy Mediate the Link Between Impulse Control and Diabetes Adherence?. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(4), 445–453, <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsaa007>
- Silva, K., & Miller, V. A. (2019). The role of cognitive and psychosocial maturity in type 1 diabetes management. *Journal of Adolescent Health*, 64, 622–630. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.jadohealth.2018.10.294>
- Shulman, E. P., Harden, K. P., Chein, J. M., & Steinberg, L. (2015). Sex differences in the developmental trajectories of impulse control and sensation-seeking from early adolescence to early adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 44(1), 1–17. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0116-9>
- Shwarzer, R., Baessler, J. & Fuchs, R. (1996). Psychometric properties of the general self-efficacy scale in a colombian sample. *International Journal of Psychological Research*, 1(2), 6-12.
- Urzúa, A., Vera, P., Caqueo, A., y Polanco, R. (2020). La psicología en la prevención y manejo del Covid-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*, 38(1), 103-118. doi:10.4067/S0718-48082020000100103.

- Valiante, G. (2000) Writing Self-efficacy and Gender Orientation. A developmental Perspective. A Dissertation Proposal. Emory University. ProQuest Dissertations Publishing, 2001. 3009481.
- Van Praag, H. M. (1988). Serotonin disturbances in psychiatric disorders: Functional versus nosological interpretation. *Advances in Biological Psychiatry*, 17, 52–57. <https://doi.org/10.1159/000416217>
- Wood, R. L. (2017). *Disorders of impulse control after TBI*. McMillan, T. M. & Wood, R. L. (Eds.), *Neurobehavioral Disability and Social Handicap Following Traumatic Brain Injury*. (2<sup>nd</sup> Ed., pp. 43-56). Routledge.
- Zeldin, A. (2000). Review of Career Self-efficacy Literature. Disertación Doctoral. Universidad de Emory.

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN/ MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>Problema General:</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre Autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Establecer la relación entre autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer la relación entre la variable autoeficacia personal y las dimensiones de control de impulsos (impulsividad, inmediatez, imposición, riesgo)</li> <li>• Explicar el nivel de Autoeficacia personal</li> <li>• Explicar el nivel de Control de impulsos</li> </ul>	<p><b>Hipótesis General:</b> Existe relación significativa entre autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana</p> <p><b>Hipótesis Específicas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación significativa entre la variable autoeficacia personal y las dimensiones de control de impulsos (impulsividad, inmediatez, imposición, riesgo)</li> </ul>	<p><b>Variable 1</b> Autoeficacia personal</p> <p><b>Variable 2</b> Control de Impulsos</p>	<p><b>Método General:</b> Método científico</p> <p><b>Tipo de Investigación:</b> Tipo Básica</p> <p><b>Diseño:</b> Diseño no experimental transversal</p> <p><b>Alcance de Investigación:</b> Correlacional</p>	<p><b>Población:</b> Jóvenes adultos de Lima metropolitana.</p> <p><b>Muestra:</b> 226 Jóvenes adultos de Lima metropolitana.</p> <p><b>Muestreo:</b> No probabilístico Intencional</p>	<p><b>Técnicas:</b> La encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Escala de Autoeficacia General</li> <li>- Escala de Control de Impulsos “Ramos y Cajal”</li> </ul>

## Anexo 2: Matriz de operacionalización de variable

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
<b>Autoeficacia general</b>	La autoeficacia son las creencias percibidas que el individuo posee sobre sus propias capacidades para organizar y ejecutar las acciones y conductas necesarios para manejar situaciones y lograr los resultados deseados (Bandura, 1997).	Cuestionario de Autoeficacia General desarrollado por Schwarzer y Baessler	<b>Unidimensional</b>	<b>Autoeficacia percibida</b>	<b>10 ítems</b>	Ordinal Las alternativas de respuestas van desde el Nunca al Siempre
<b>Control de impulsos</b>	Representa la búsqueda de sensaciones impulsivas, es decir una tendencia a actuar sin pensar, con preferencia por amigos impredecibles y gusto por las sensaciones excitantes (Zuckerman, et al., 1993).	Escala de Control de Impulsos de Ramón y Cajal, elaborado por Ramos, et al. (2002)	<b>Impulsividad</b>  <b>Inmediatez</b>  <b>Imposición</b>  <b>Riesgo</b>	“Me exalto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.  Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.  Me gusta quedar por encima de los demás  He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.	7 ítems (1,3,4,7,9,11,14)  7 ítems (2,5,12,13,15,17,18)  5 ítems (8,14,15,18,19)  3 ítems (10,16,20)	Ordinal Las alternativas de respuesta van desde el Nunca a Siempre

### Anexo 3: Instrumentos

#### Escala de Autoeficacia General

Baessler & Schwarzer (1996)

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo \_\_\_\_\_

Grado de instrucción \_\_\_\_\_ Ocupación \_\_\_\_\_

#### INSTRUCCIONES:

Por favor sírvase leer cada uno de los enunciados que se plantean a continuación y marque la respuesta con la que usted más se identifica. Criterios: 0= 'Nunca', 1= 'Casi Nunca', 2= 'Casi siempre', 4= 'Siempre'

		Nunca	Casi Nunca	Casi siempre	Siempre
1.	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero, aunque alguien se me oponga.				
2.	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.				
3.	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.				
4.	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.				
5.	Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas.				
6.	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo/a por que cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.				
7.	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.				
8.	Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.				
9.	Si me encuentro en una situación difícil generalmente se me ocurre qué debo hacer.				
10.	Al tener que hacer frente a un problema generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.				

## Escala de Control de Impulsos “Ramos y Cajal” (ECIRyC)

Sexo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Grado de Instrucción: \_\_\_\_\_ Ocupación: \_\_\_\_\_

Marque con una “X” la preferencia con la que habitualmente siente cada una de las siguientes declaraciones. Según los criterios siguientes: Nunca=0; Rara vez=1; A menudo= 2; Siempre= 4

		Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre
1	“Me exalto” a la menor provocación o cuando me llevan la contraria.				
2	Me siento mejor cuando hago algo sin necesidad de meditarlo.				
3	Soy una persona con mucha paciencia.				
4	Tiendo a perder el control de mí mismo.				
5	Las cosas que hacen los demás suelen dejarme satisfecho.				
6	No puedo resistir el impulso de hacer algo inmediatamente después de que se me haya ocurrido; me pongo nervioso.				
7	Mis reacciones son imprevisibles.				
8	Me gusta quedar por encima de los demás.				
9	Hago y digo cosas sin pensar en sus consecuencias.				
10	He hecho cosas que me resultaban imposibles de resistir.				
11	Creo que soy bastante impulsivo.				
12	Si me excito sexualmente, necesito encontrar pronto la satisfacción.				
13	Me alivia mucho conseguir con rapidez algo que necesite hacer irresistiblemente.				
14	Mi carácter es “fuerte” reacciono con mucha energía y vitalidad.				
15	Mis méritos deben reconocerse inmediatamente, no con el paso del tiempo.				
16	Me he colocado en situaciones de riesgo.				
17	Puedo esperar largo tiempo para recibir cualquier cosa que me haya merecido.				
18	Cuando hago o digo algo, espero que los resultados se vean pronto.				
19	En líneas generales soy una persona bastante exigente.				
20	Me coloco en algunas situaciones que suelen acelerarme el corazón al límite.				

#### Anexo 4: Consentimiento informado o asentimiento

##### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr:

.....

Con el debido respeto, me presento a usted, soy MARÍA TERESA RODRÍGUEZ RUIZ, Bachiller de la carrera de Psicología de la Universidad César Vallejo – Lima Este. En la actualidad nos encontramos realizando una investigación sobre **“Autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana”** y para ello quisiera contar con su importante colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas: **Escala de Autoeficacia General y la Escala de Control de Impulsos “Ramos y Cajal”**. De aceptar participar en la investigación, se informará todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas, se explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Atentamente,

MARÍA TERESA RODRÍGUEZ RUIZ

De haber sido informado y estar de acuerdo, por favor rellene la siguiente parte.

Yo, acepto aportar en la investigación sobre **“Autoeficacia personal y control de impulsos en jóvenes adultos de Lima metropolitana”** de la bachiller MARÍA TERESA RODRÍGUEZ RUIZ, habiendo informado mi participación de forma voluntaria.

Día: ..... /...../.....

---

Firma

## Anexo 5: Prueba piloto

### *Confiabilidad de los instrumentos utilizados (N=30)*

Dimensiones	Ítems	$\alpha$	$\omega$
<i>Variable 1: Control de Impulsos</i>	20	0.83	0.84
Impulsividad	7	0.86	0.87
Inmediatez	7	0.59	0.65
Imposición	5	0.60	0.62
Riesgo	3	0.70	0.70
<i>Variable 2: Autoeficacia General</i>	10	0.89	0.92

Nota:  $\alpha$ = Alfa de Cronbach;  $\omega$ = Omega de McDonald

## Anexo 5: Prueba de normalidad

Tabla 7

*Prueba de normalidad de Kolgomorov-Srminov para las variables de estudio*

	Estadístico	gl	p
Variable 1: Control de impulsos	0.047	226	,200*
Impulsividad	0.124	226	0.000
Inmediatez	0.071	226	0.007
Imposición	0.099	226	0.000
Riesgo	0.160	226	0.000
Variable 2: Autoeficacia General	0.089	226	0.000

Nota: N = tamaño de la muestra, gl = grados de libertad, p = significancia estadística

En la tabla 3, se indica el análisis de normalidad de los dos instrumentos empleados en esta investigación, donde se obtuvo niveles de significancia < 0.05; indicando que el conjunto de datos obtenidos no se ajustan a una distribución normal, por lo que se procedió a utilizar el coeficiente de correlación por rangos de Spearman, para determinar las relaciones y contrastar las hipótesis planteadas en la investigación (Mondragón, 2014).

## Anexo 6: Formulario google



Sección 1 de 4

### Control de impulsos y autoeficacia en jóvenes adultos de Lima metropolitana

Estimado participante:  
Este formulario está relacionada con la investigación que estoy desarrollando y tiene por objetivo conocer la relación entre control de impulsos y autoeficacia en jóvenes y adultos de Lima metropolitana.  
Mi nombre es María Teresa Rodríguez Ruiz, bachiller en Psicología de la Universidad César Vallejo.  
Por ello solicito me apoyes respondiendo la encuesta, donde tu participación es voluntaria, tiene un carácter anónimo y confidencial, cuya información brindada será utilizada solo para los objetivos del estudio.  
Esta encuesta no le tomará más de 15 minutos y puede dejar de responder en el momento que lo prefiera, Si tuviera alguna duda sobre su participación no dude en escribir a éste correo: mariaterr@ucvvirtual.edu.pe

Muchas gracias por su atención y colaboración.

<https://forms.gle/f7jXe3RWiP6bc8d3A>