



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los
adolescentes de la Selección Peruana de Karate, 2017”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

SARABIA PERALES, Rosaluz Marina

ASESOR:

Mg. MONTERO ORDINOLA, Juan Carlos

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
VIOLENCIA

LIMA – PERÚ

2017

Página del jurado

Mg. Manrique Tapia, César Raúl
Presidente

Mg. Pomahuacre Carhuayal, Juan Walter
Secretario

Mg. Pereyra Quiñones, José Luis
Vocal

DEDICATORIA

Mi perspectiva de la vida, las ideas y las historias de artes marciales que me contabas de niña me enseñaron que con trabajo duro, perseverancia, inteligencia y deporte se logran los objetivos, que siempre apunte a lo más alto fue lo que dijiste, hoy después de 11 años la promesa está cumplida, esta investigación está inspirada en ti abuelo.

A mi madre, por su doble labor conmigo en lo académico y en el deporte, fuiste eres y serás el centro de mi vida siempre, detrás de mis estudios o en una tribuna gritando mi nombre jamás perdiste la fe en mí, gracias madre tu misión está cumplida.

AGRADECIMIENTO

Mi sincero agradecimiento a las personas e instituciones que permitieron el desarrollo de la presente investigación cumpliendo así el inicio de mis objetivos de vida:

A la Federación Peruana de Karate

Quien me brindó la oportunidad y accesibilidad a la muestra.

Al Instituto Peruano del Deporte

Por la oportunidad de realizar prácticas pre profesionales, las cuales me dotaron de conocimientos acerca de la situación deportiva actual en el Perú, así como la experiencia en intervención psicológica con deportistas de alto nivel.

A Rudy Montero Quispe

Ingeniero y jefe de la unidad técnica de la Federación Peruana de Karate.

A Richard Valdivieso Camacho

Instructor de karate, quien me brindo las orientaciones necesarias para el trabajo con deportistas.

A Palmer Sánchez Tan

Licenciado en educación física y actual entrenador de la selección peruana de karate por su apoyo en el proceso de investigación.

A Jorge Moreno Peña

Licenciado en psicología y magister en psicología del deporte y la actividad física; quien me oriento, brindó con los conocimientos teóricos, prácticos y de intervención con atletas de alto rendimiento.

A mis alumnos deportistas quienes fueron el motor, la razón y el impulso del planteamiento de esta investigación

Y en general a todos los amigos, familiares y personas que estuvieron conmigo en el proceso de investigación.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Rosaluz Marina SARABIA PERALES, con DNI N°: 72559401, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad Humanidades, Escuela de Psicología, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Lima, 26 de julio del 2017

Rosaluz Marina Sarabia
Perales

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado, presento ante ustedes la Tesis titulada: “Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate ”, con la finalidad de conocer la relación que existe entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología.

El documento consta de siete capítulos: el primer capítulo denominado introducción, en el cual se describen los antecedentes, el marco teórico de las variables, la justificación, la realidad problemática, la formulación del problema, la determinación de objetivos y la hipótesis. El segundo capítulo denominado método, el cual está compuesto por la operacionalización de las variables, el diseño de investigación, el método empleado, el tipo de estudio, población muestra, muestreo, técnicas e instrumentos de recolección de datos y el método de análisis. En el tercer capítulo se encuentran los resultados, en el cuarto capítulo la discusión, en el quinto capítulo las conclusiones, en el sexto capítulo las recomendaciones, en el séptimo capítulo las referencias bibliográficas y por último se ubican los anexos.

Espero señores miembros del jurado que la investigación se ajuste a las exigencias establecidas por la Universidad y merezca la aprobación.

La autora

Índice

PÁGINA DEL JURADO	II
DEDICATORIA	III
AGRADECIMIENTO	IV
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD	V
PRESENTACIÓN	VI
RESUMEN	XI
ABSTRACT	XII
I. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Realidad problemática	2
1.2. Trabajos previos	5
1.3. Teorías relacionadas al tema	13
1.4. Justificación de estudio	70
1.5. Formulación de problema	72
1.6. Hipótesis	72
1.7. Objetivos	73
II. MÉTODO	75
2.1. Diseño de Investigación	76
2.2. Variables y operacionalización	78
2.3. Población y muestra	81
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	82
2.5. Método de análisis de datos	87
2.6. Aspectos éticos	88
III. RESULTADOS	89

IV. DISCUSIÓN	102
V. CONCLUSIONES	109
VI. RECOMENDACIONES	112
VII. REFERENCIAS	115

Índice de tablas

Tabla 1: Prueba de Kolmogorov- Smirnov para características psicológicas en el rendimiento deportivo	90
Tabla 2: Prueba de Kolmogorov- Smirnov para agresión	90
Tabla 3: Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión	91
Tabla 4: Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica	92
Tabla 5: Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión	93
Tabla 6: Correlación entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica	94
Tabla 7: Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo	95
Tabla 8: Relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión según periodo evolutivo	96
Tabla 9: Frecuencias y porcentajes de la dimensión control de estrés	97
Tabla 10: Frecuencias y porcentajes de influencia de la dimensión evaluación del rendimiento	97
Tabla 11: Frecuencias y porcentajes de la dimensión motivación	98
Tabla 12: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidad mental	98
Tabla 13: Frecuencias y porcentajes de la dimensión cohesión de equipo	99
Tabla 14: Frecuencias y porcentajes de la dimensión agresión física	99
Tabla 15: Frecuencias y porcentajes de la dimensión agresión verbal	100
Tabla 16: Frecuencias y porcentajes de la dimensión hostilidad	100
Tabla 17: Frecuencias y porcentajes de la dimensión ira	101

Tabla 18: Frecuencias y porcentajes de la agresión total	101
Tabla 19: V. Aiken del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo	134
Tabla 20: Prueba binomial del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo	135
Tabla 21: Confiabilidad α de Cronbach	136
Tabla 22: Baremos del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo	136
Tabla 23: Baremos resumido del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo	137
Tabla 24: V.aiken del cuestionario de agresión	138
Tabla 25: Prueba binomial del cuestionario de agresión	139
Tabla 26: Confiabilidad α de Cronbach	140
Tabla 27: Baremos del cuestionario de agresión	140
Tabla 28: Baremos resumido del cuestionario de agresión	141
Tabla 29: Estadísticos descriptivos de las características psicológicas en el rendimiento deportivo	141
Tabla 30: Estadísticos descriptivos de la agresión	143

RESUMEN

El motivo de estudio de la presente investigación fue encontrar la relación que existía entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate, el periodo de estudio fue entre 2016 II- 2017 I. Así mismo, la metodología aplicada fue cuantitativa, no experimental, de corte transversal; el tipo de estudio utilizado fue Descriptivo-Correlacional. Para fines de esta investigación se validó los instrumentos utilizados: Cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo y el cuestionario de agresión. La muestra utilizada estuvo compuesta por 60 adolescentes de la Selección Peruana de Karate. Entre las conclusiones encontradas tenemos: Existe un nivel promedio de características psicológicas en el rendimiento deportivo y un nivel promedio de agresión; además se justifica la existencia de una correlación entre las características: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y la variable agresión. En síntesis, la investigación revela que los deportistas que presenten control de factores externos e internos demandantes, manejo de la ansiedad pre competitiva, pensamiento estratégico, gestión óptimo de los objetivos deportivos presentan una disminución de la conducta agresiva.

PALABRAS CLAVE: características psicológicas, agresión

ABSTRACT

The reason for the present study was to find the relationship that existed between the psychological characteristics in sports performance and aggression in the adolescents of the Peruvian karate team, the period of study was between 2016 II-2017 I. Likewise, The applied methodology was quantitative, non-experimental, cross-sectional; The type of study used was Descriptive-Correlational. For the purposes of this research, the instruments used were validated: Questionnaire psychological characteristics in sports performance and aggression questionnaire. The sample used was composed of 60 adolescents from the Peruvian karate team. Among the conclusions we have: There is an average level of psychological characteristics in sports performance and an average level of aggression; In addition, the existence of a correlation between the characteristics: stress control, influence of the performance evaluation, mental ability and the variable aggression is justified. In summary, the research reveals that athletes who present control of external and internal factors demanding, management of pre-competitive anxiety, strategic thinking, and optimal management of sports goals present a decrease in aggressive behavior.

KEY WORDS: Psychological characteristics, aggression

I. INTRODUCCIÓN

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La intervención e investigación con atletas de alto rendimiento se encuentra determinado por múltiples variables; por tal razón existen diferentes enfoques y opciones de abordaje que en la actualidad es poco trabajada por la psicología peruana. Es una situación complicada, conocer que en nuestro territorio nacional no existen centros de formación en psicología del deporte teniendo nosotros aproximadamente 609 deportistas de alto rendimiento que nos representan internacionalmente, por tal razón nosotros somos uno de los países más atrasados en investigación tanto a nivel sudamericano como a nivel mundial en psicología del deporte. Es por ello que, la presente investigación buscó explorar este contexto e incrementar los conocimientos que se tengan de las habilidades y deficiencias psicológicas en los atletas de alto nivel.

Desde el mundo, la psicología en dicho ámbito ha cobrado relevancia, el éxito de un deportista no sólo está influenciado por situaciones externas sino también por características intrínsecas o de índole psicológico que influyen directamente el rendimiento deportivo y el desarrollo personal del atleta.

Las características o habilidades psicológicas que intervienen en el rendimiento deportivo son muy variables dependiendo de la postura del autor, al respecto Gimeno y Buceta (2001) nos refieren 5 principales cualidades que se dan exactamente en el rendimiento deportivo entre las que destacan: Control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental, cohesión de equipo y motivación.

Los profesionales involucrados en el alto rendimiento deportivo y los mismos deportistas buscan optimizar el desempeño por lo que es de relevancia que el trabajo deportivo sea integral; es decir no sólo centrar el entrenamiento en el perfeccionamiento de la técnica y la eficacia de esta sino también el mejoramiento paulatino de las habilidades psicológicas que acompañan el éxito de los deportistas con grandes logros.

Y es por ello que con el transcurso del tiempo, se dieron diferentes investigaciones relacionadas al perfil psicológico, características psicológicas entre otros temas un ejemplo claro de lo mencionado es la investigación realizada por García y Ruiz (2013) con un estudio acerca de la personalidad en el ámbito deportivo y nos revelan que los rasgos de personalidad más frecuentes en los deportistas de alto rendimiento son los de extraversión, responsabilidad y estabilidad emocional los cuales están íntimamente vinculados a las características psicológicas que se investigará.

En su estudio manifestó diferencias entre las dos muestras con las que trabajó: “Los deportistas y los no deportistas” encontrándose que los deportistas son una población con cualidades psicológicas más homogéneas, ya que por su estilo de vida necesitan una estructura psicológica determinada para afrontar grandes niveles de estrés y frustración que en muchas ocasiones se ven sometidos por su misma práctica y su vida competitiva.

Desde un análisis más profundo, el ser humano presenta una necesidad social, afectiva y física es por ello que el hombre a través de los años buscó y sigue buscando formas de satisfacerlas; ya sea en reuniones sociales, la convivencia, el deporte entre otras actividades. Sin embargo en la actualidad, nos encontramos en una crisis social donde el nivel de agresividad ha incrementado y así lo sostuvo Quijano y Ríos (2015). En su trabajo de investigación realizado en una población de adolescentes concluyen que en lo que respecta al nivel de agresividad por sección escolar, el segundo grado del nivel secundario presenta un nivel alto de agresión a comparación de los demás niveles de secundaria que se encuentran en un nivel medio de agresividad. A través de la indagación mencionada se evidencia que la conducta agresiva en la población adolescente es un tema latente que requiere medidas de solución inmediata, ya que estas conductas disruptivas a temprana edad pronostican conductas desadaptativas o asociales en el futuro.

Otro dato interesante a tomar en cuenta se dio por el instituto nacional de estadística e informática a través de su boletín informativo, evidencia el panorama en el cual nos encontramos inmersos todos los peruanos. INEI (2016) menciona que el 32,5% de la población comprendida entre los 15 años a más

pertenecientes al área urbana revelan haber sufrido algún acto delictivo que lo perjudico, en la revisión de datos estadísticos, se halló información relevante encontrando una variación porcentual de 3,6 puntos porcentuales, habiendo una diferencia porcentual de 22,8% a 26,4%”. A través de lo mencionado se percibe un incremento en los puntos porcentuales lo cual indica un incremento en la conducta delictiva en nuestra realidad nacional.

Respecto a la agresión y su significado Carrasco y Gonzáles (2006) mencionan que “Procede del latín “agredi”, una de cuyas acepciones, similar a la empleada en la actualidad, connota “ir contra alguien con la intención de producirle daño, lo que hace referencia a un acto efectivo”.

Balarcue (s.f) cita a Buss la agresión es “Conducta por la cual se inflige daño a otro organismo, la víctima [...] son factores coadyuvantes: el presenciar el daño o dolor que sufre la víctima y las recompensas extrínsecas conseguidas por la agresión”. Sin embargo, la diferencia entre agresión, conducta hostil y agresión instrumental, puede ser mal interpretada ya que dentro del ámbito deportivo específicamente en el del karate es muy común utilizar estrategias que simulan un acto de agresión sin embargo al estar dentro de las reglas de la competición no se considera específicamente como una conducta violenta y así lo explica Cervelló (2003) “La Agresión Hostil se refiere a la conducta cuyo objetivo primario es dañar a otro, independientemente de que a través de esta agresión se obtenga beneficio deportivo”. Por otra parte, la Agresión Instrumental, se refiere a la agresión que tiene un objetivo específico relacionado con el rendimiento. El daño o lesión al oponente son secundarios y son consecuencia de la agresión pero no la causa.

Al respecto Russell (1993) explica que “Esta agresión es impersonal y dirigida a limitar la efectividad del oponente. Por último cuando la conducta dirigida al oponente no busca dañar al rival, sino sólo limitar su efectividad, implicando para ello gran cantidad de energía, hablamos de Conducta asertiva”.

Paz y Rivera (2004) manifiestan respecto a la conducta agresiva, que el hombre contrarresta su instinto agresivo a través de actividades socializadoras como medio canalizador Lorenz menciona también la importancia del deporte

para ritualizar este instinto ya que “es un combate ritualizado” en el que el hombre puede aprender a contener sus impulsos más nocivos para la sociedad”.

Balacué (s.f) manifiesta que “El deporte puede ser un medio de catarsis de la conducta agresiva ya que se considera que el hombre civilizado no tiene suficientes salidas para sus necesidades de expresión de la agresividad”. Así, las actividades deportivas se consideran como una experiencia en la cual el individuo se “ventila”. Existen diferentes posturas a favor y en contra, sin embargo, es de gran relevancia conocer la historia del deporte a practicar en el caso de esta investigación relacionada al arte marcial como antecesor del karate deportivo, ya que presenta una filosofía muy distinta a la de otros deportes siendo este de carácter formativo y disciplinario.

Rivera (2009) En su investigación “Influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes” fortalece lo expuesto mencionando que los adolescentes que practican deportes de combate presentan una disminución en los niveles de agresividad y que la práctica de estos tipos de deporte produce una mejoría en los niveles de autocontrol.

En lo que refiere a nuestra realidad nacional enfocada en el ámbito deportivo encontramos que el instituto peruano del deporte (2015) en su boletín informativo nos mencionan que a nivel de Lima metropolitana en todos los deportes tenemos 317 176 deportistas, así mismo en el comparativo trimestral del número de participantes en eventos deportivos 2014-2016 encontramos que el deporte de karate en el 2014 tuvo 87 deportistas y en el año 2015 tuvo 24 deportistas, mientras que en el cuadro comparativo trimestral del número de medallas obtenidas del 2014-2016 se obtuvo un incremento porcentual de medallas obtenidas, sin embargo el deporte de karate obtuvo 5 medallas en el año 2015.

1.2. Trabajos previos

1.2.1. Trabajos previos nacionales

Loza (2010) En su tesis Creencias docentes sobre conductas agresivas de los niños en la institución educativa de educación inicial. Su investigación tiene como objetivo explorar las creencias de las

participantes, docentes y auxiliares de educación, acerca de las conductas agresivas que presentan los niños, una de las preocupaciones del autor referente al objetivo es que a través de los resultados se pueda intervenir en la orientación a las docentes para el manejo de estas conductas en el aula. El diseño de investigación del presente estudio es de tipo cualitativa. Finalmente, entre los resultados obtenidos de la investigación se encuentra que la muestra presenta grandes deficiencias para conceptualizar la agresividad, y en general expresan que este tipo de conductas tienen origen en el seno familiar, siendo los mismo progenitores quienes deben ser partícipes del cambio conductual de sus menores y buscar a un profesional que les brinde las pautas necesarias para realizar los cambios conductuales. Las conclusiones del presente estudio están enfocadas en recomendar un trabajo con los docentes, orientado a un conversatorio donde estos puedan manifestarse y reflexionar acerca del tema, intercambiando ideas o experiencias que puedan aportar como alternativa de solución todo ello para sensibilizar a los participantes sobre la responsabilidad que tienen ellos en la formación de los niños de la institución educativa y que el cambio de estos no escapa de sus manos.

Quispe (2010) en su tesis “Violencia Familiar y Agresividad en Niños del 2º Grado de Educación Primaria en la I.E. Abraham Valdelomar Ugel 06 del Distrito Santa Anita Durante el 2010”. Tiene como objetivo general analizar la influencia de la violencia familiar en la agresividad en niños del 2º grado de Educación Primaria de la I.E. N°106 “Abraham Valdelomar” de la UGEL n°06 del Distrito de Santa Anita durante el 2010. Para ello utilizó una muestra de 291 niños, que durante el 2010 están cursando el 2º grado de Primaria. En los resultados obtenidos del presente estudio se evidenció que a mayor cohesión familiar se evidenciará menores conductas agresivas. Según la tabla 4 se confirma que la población presenta un nivel de hostilidad muy alto. Finalmente, en la tabla 3 se manifiesta que la agresión física se encuentra en un nivel de moderado a fuerte.

Quijano y Ríos (2015) en su tesis “Agresividad en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa nacional, la victoria – Chiclayo. Presenta un objetivo general centrado en determinar cuál es el nivel de agresividad en adolescentes de educación secundaria en una institución educativa nacional. La investigación que estos realizaron, fue en estudiantes de 1º a 5º grado del nivel secundaria, y sus edades estaban comprendidas entre los 12 a 17 años de ambos géneros. Finalmente, entre los hallazgos más relevantes de la investigación se encuentra que existe un nivel promedio de agresividad en la población. En lo relacionado al género, no se encontraron ningún tipo de evidencia que pueda comprobar la diferencia por género. En lo que refiere a las dimensiones según los grados, el nivel de agresividad es medio, en todos los grados.

1.2.2. Trabajos previos internacionales

Gimeno, Buceta y Pérez-Llanta (2007) en su investigación “Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo tiene como objetivo principal analizar la influencia de variables psicológicas en la consecución de éxito, la continuidad a largo plazo y la ocurrencia de lesiones, en el contexto del deporte de competición.

El estudio se realizó con el cuestionario de características psicológicas en el rendimiento deportivo y con tres deportes: Judo, Fútbol y natación. Entre los resultados obtenidos se encontró que el instrumento en su totalidad manejaba una alta consistencia interna con un alfa de cronbach de 0,85, además se halló por factores los siguientes alfas: control del estrés ($\alpha=0.88$), influencia de la evaluación del rendimiento ($\alpha=0.72$), motivación ($\alpha=0.67$), habilidad mental ($\alpha=0.34$) y

cohesión de equipo ($\alpha = .78$). En conclusión el presente estudio psicométrico cumple con sus objetivos planteados ya que demuestra la validez y fiabilidad del cuestionario CPRD el cual detecta las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo.

León (2008) en su tesis doctoral Motivación de conductas prosociales a través del deporte realiza su estudio experimental conformado originalmente por 42 sujetos, los dos grupos de 6º primaria de un colegio público de la localidad de Torrent (Valencia), con edades comprendidas entre los 10-12 años en la medición previa a la intervención y entre 11 y 13 años en la evaluación post intervención. Entre los resultados encontrados por la investigación la información más destacable gira entorno a las diferencias encontrada entre géneros, por ejemplo en el género femenino las puntuaciones de conducta prosocial incrementan en el momento posterior, en cambio en el género masculino las puntuaciones de conducta prosocial disminuyen. En la conclusión final, aclaran que se logra incrementar los niveles de auto concepto y conductas prosociales a través del deporte.

La tesis de Rivera en el 2009 para obtener el grado de licenciado titulada “Influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes”, tiene como objetivo general determinar la influencia de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol de los adolescentes. Su investigación se encuentra íntimamente relacionada a la mitigación de los problemas de violencia existente entre los adolescentes de Puerto Rico. La población de este estudio fueron 50 adolescentes con problemas de conducta ya existente, de los cuales 32 son del género masculino y 18 son del género femenino, las edades estaban comprendidas entre los 15 y 18 años de edad.

Finalmente, el investigador concluye que los adolescentes que practican deportes de combate muestran una disminución en los niveles

de agresividad y que el practicar deportes de combate produce una mejoría en la capacidad de autocontrol de los adolescentes.

López (2011) en su tesis doctoral titulada “La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento de fútbol: Habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente”. Tiene como objetivo principal evaluar las habilidades psicológicas para competir que podrían determinar el rendimiento de los futbolistas comparando las diferencias entre profesionales y no-profesionales, y determinar la posible influencia de la edad, demarcación y experiencia profesional acumulada en dichas habilidades. La muestra estaba compuesta por 308 futbolistas de los cuales 158 eran jugadores profesionales y 150 jugadores amateurs y 45 entrenadores de futbol procedentes de 12 equipos españoles distintos la edad de los jugadores estaba comprendida entre los 17 y 49 años. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario “Características psicológicas en el rendimiento deportivo” (CPRD) y la escala “Personalidad resistente para maratonianos” (EPRM). Los resultados obtenidos por el investigador evidencia que los jugadores profesionales presentan mayores niveles de autoconfianza que los no profesionales y que a su vez se ve influida por la edad de los participantes. Así mismo, de evidencia una clara diferencia entre el control del estrés y ansiedad entre los futbolistas profesionales y los no profesionales siendo estos últimos los que tienen más dificultades para controlarla aunque la edad también jugaría un papel relevante en la relación mencionada. En general, los jugadores profesionales poseen niveles significativamente superiores de las habilidades psicológicas que los no profesionales y que la edad parece afectar más.

Benítez (2013) en su tesis titulada “Conducta agresiva en adolescentes del nivel medio del colegio nacional nueva Londres de la ciudad de nueva Londres” para obtener el grado de licenciatura en psicología clínica, el objetivo de su investigación era determinar la

existencia de Conductas Agresivas entre los adolescentes del Nivel Medio del Colegio Nacional de Nueva Londres. La muestra investigativa estaba compuesto por 43 adolescentes de ambos géneros y su edad estaba comprendida entre los 16 a 18 años de edad. El tipo de diseño de investigación es descriptivo de corte transversal. El instrumento utilizado para la presente investigación fue el TEST BULLS. Finalmente, a través de la exploración de los datos que se obtuvieron se encontró la existencia de conductas agresivas en sus distintas formas razón por la cual el autor plantea necesario el control de estas para poder solucionar los conflictos ya existentes en la institución educativa.

Entre las conductas más importantes se encontraron los insultos y amenazas, posterior a ello se encuentra el maltrato físico, verbal y rechazo. Correspondiente a la forma de agresión se encuentran los insultos y amenazas, en lo que concierne al lugar se encuentra el patio de la institución educativa, los pasillos, y las calles aledañas.

Guzmán (2013), en su tesis “Propuesta metodológica para desarrollar habilidades sociales y disminuir las conductas agresivas a través de la práctica deportiva del taekwondo para los alumnos del curso de quinto año básico de la escuela “Luis Muñoz Burboa”. Su investigación tiene como objetivo principal desarrollar habilidades sociales y disminuir conductas agresivas a través de la práctica deportiva del Taekwondo en el 5° básico de la escuela “Luis A. Muñoz Burboa”. La muestra utilizada fueron 09 niños (06 damas y 03 varones) pertenecientes al nivel de quinto año de enseñanza básica, todos dentro de un promedio de edad de entre 10 y 12 años. Finalmente, dentro de la propuesta metodológica se concluye que es una alternativa adecuada para ser ejecutada ya que presenta concordancia con los objetivos y metas en los planes y programas formulados por el ministerio de educación (MINEDUC), siendo un aporte distinto, significativo y llamativo para el reforzamiento y entrega de nuevos valores esenciales o primordiales en la conducta de los niños. Además, proporciona las herramientas necesarias para ayudar a los niños, tanto del punto de

vista físico como psicológico, para la adquisición de pautas de comportamiento positivo que apoyen la labor de los docentes en la obtención de patrones de conductas sociales básicas necesarias para su formación y crecimiento.

Dardón (2014) en su tesis nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo Este estudio tiene como objetivo determinar el nivel de agresividad en los deportistas que practican taekwondo. Dardón realizó su investigación en una muestra de 40 personas y su edad estaba comprendida entre los 13 y 20 años de edad. Entre los resultados obtenidos se reveló que el 92% de los deportistas que practican Taekwondo en la Asociación de Taekwondo de Quetzaltenango presentan un nivel bajo de agresividad mientras que solo el 8% lo hacen en un nivel medio. Finalmente, se determinó que la agresividad no se encuentra como constante en los practicantes de Taekwondo de dicha asociación, resaltando que el rango de edad de los individuos se encuentra comprendido en la adolescencia, etapa en la que generalmente se observan manifestaciones de conductas agresivas.

Jiménez (2014) en su tesis de licenciatura "Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican Karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala, en el departamento de Sacatepéquez.". Presenta como objetivo general determinar los perfiles de agresividad en las y los preadolescentes y adolescentes que practican karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala del Departamento de Sacatepéquez. La población de la presente investigación constó de 9 preadolescentes y 13 adolescentes; 14 hombres y 8 mujeres que practican karate con un tiempo mínimo de práctica. Los resultados obtenidos de la investigación fueron que los individuos que practican karate en dicha confederación presentan bajos niveles de agresividad, siendo el 32% de agresividad de tipo impulsivo, y el otro restante de la población es decir el 68% no presenta ni se orienta a ningún perfil de agresividad. Un dato importante de la investigación es

que, le género femenino presenta mayores niveles de agresividad impulsiva en relación al género masculino.

Maldonado (2015) “Análisis de las características psicológicas y la toma de decisiones en un grupo de nadadores”. El estudio tiene como objetivo determinar la relación entre las características psicológicas y la toma de decisiones en un grupo de nadadores, para ello se utilizó una muestra compuesta por 70 nadadores de ambos géneros. Del total, 33 con edades comprendidas entre 10 y 25 años. Entre los resultados de la investigación, se encontró que el control de estrés presenta una correlación de tipo significativa con el factor Motivación y una correlación de tipo muy significativa con la evaluación de la influencia del rendimiento, ansiedad y habilidad mental. Por otro lado, la Influencia de la Evaluación del Rendimiento correlaciona positivamente con HM y ADD, siendo esta última muy significativa. Entonces, se entiende que a mayores niveles de influencia de la evaluación del rendimiento, mayores son los niveles de habilidad mental y ansiedad y agobio al decidir entre los deportistas de la disciplina de natación. Además se encuentra que a mayor motivación, más nivel de compromiso de aprendizaje decisional. Finalmente, se encuentra correlación entre habilidad mental y aprendizaje decisional, lo cual significa que a más habilidad mental, mayor es la competencia de aprendizaje decisional.

Arias (2015) en un artículo de investigación titulado “Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto” tiene como objetivo general determinar las características psicológicas de rendimiento deportivo en los distintos deportes de conjunto. El tipo de estudio fue no experimental conforme a una muestra no probabilística de 205 deportistas (87 mujeres, 42,4 % - 118 varones, 57,6 %) de Quindío, Colombia. Se utilizó el cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). Los resultados obtenidos fueron: los puntajes generales

evidenciaron diferencias significativas en las disciplinas deportivas, y según el género se hallaron cambios en la cohesión de equipo. Asimismo se hallaron diferencias en el fútbol, voleibol y fútbol-sala en el análisis de la modalidad deportiva. Los resultados expuestos sugieren que los programas de intervención psicológica deben ser acordes al género, así como las exigencias en las competencias en las diversas disciplinas deportivas.

Muñoz (2000) en la Universidad Complutense sustento la tesis Las conductas agresivas en la adolescencia para ello realizo la investigación tiene un diseño descriptivo, utilizaron una población de adolescentes y una muestra de 1524 de 11 a 18. Las conclusiones de la investigación afirman que efectivamente los adolescentes agresivos en comparación con los no agresivos tienen más problemas para participar en su medio social.

1.3. Teorías relacionadas al tema

Características psicológicas en el rendimiento deportivo

Con el pasar de los años el interés por las características psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo han tomado un papel muy importante en todo lo que constituye a la psicología deportiva. Las selecciones deportivas en muchos países cuentan con un psicólogo deportivo que prepara a sus seleccionados. Cada uno de los deportistas que se encuentran inmersos en el mundo de las competencias presentan ciertas características psicológicas que le permiten desenvolverse eficazmente, es decir no existe una sola característica que determine el rendimiento deportivo, ni dos, ni siquiera una es más importante que la otra. En realidad, estas trabajan integralmente influyéndose unas a otras y brindan al deportista un equilibrio emocional apto para el deporte, situación que debe considerarse en nuestra realidad nacional.

No podemos mandar a la guerra a un soldado con medio escudo o con media espada, debemos mandar a un soldado preparado integralmente. Es por esta razón, que a continuación se explicaran las teorías que explican esta variable, y posteriormente se expondrán los factores que la componen y algunos autores que explican cada uno de ellos.

1.3.1. Enfoque cognitivo conductual

El presente enfoque se encuentra relacionado al aprendizaje y a sus distintas posturas que con el paso del tiempo se fueron delimitando.

Vigotsky trabajo con el abordaje al trabajo de interacción, Piaget investigó acerca del pensamiento pre-operacional y Feuerstein abordó la variación cognitiva, la mayoría de ellos centrados en el aprendizaje, sin embargo, Cipagauta, Méndez y Pérez (s.f) mencionan en su investigación que el enfoque cognitivo percibe al ser humano como activo en el procesamiento de información, de esa manera su conducta está influenciada por procesos cognitivos que este organiza, codifica y almacena. Además explican que el segundo, el enfoque conductual se considera al ser humano como un ente que reacciona por causa ambiental o por estímulos y que a partir de ellos se pueden modificar los comportamientos.

Al respecto Vidaurreta y Rojas (2013) Dentro del enfoque tradicional de la psicología del deporte, el modelo cognitivo conductual tradicional, hace fundamental hincapié en la importancia del control de los procesos internos como objetivo de sus intervenciones, “siguiendo la lógica de que experiencias no visibles al observador no especializado como ciertos pensamientos, sensaciones, o emociones, pudieran tener efectos negativos sobre el rendimiento del deportista”.

Por lo mencionado anteriormente, los enfoques cognitivos están principalmente orientados en el aprendizaje del individuo y sus cogniciones mientras que el enfoque conductual al desenvolvimiento del

individuo relacionado a los refuerzos y castigos. Resultado de las diferentes investigaciones en el campo de la psicología del deporte y el interés por entender el comportamiento humano a través de los pensamientos es que nace la terapia cognitiva conductual la cual en la actualidad es muy usada en deportistas de alto rendimiento y nos permite comprender de alguna manera el comportamiento de muchos de ellos.

Becoña y Oblitas (s.f) la terapia cognitivo conductual busca el entendimiento de los procesos cognitivos que ocurren en el individuo dentro de su cambio conductual. Esta toma en cuenta: las actitudes, creencias, expectativas, atribuciones, constructos y esquemas cognitivos. Estos son tratados de acuerdo al punto de vista del aprendizaje. A partir de lo mencionado se puede inferir que el comportamiento es causado por un esquema o pensamiento del individuo llevándolo al plano deportivo existen diversos estudios que verifican la eficacia de esta terapia en deportista.

Por ejemplo la investigación por Callejas (2005) titulada técnicas cognitivas conductuales aplicadas a atletas de alto rendimiento menciona que realizó la elaboración de un modelo de intervención cognitivo conductual, lo cual le permitió identificar las causas y las consecuencias para un bajo rendimiento y un óptimo rendimiento deportivo.

Así mismo, Gómez (2000) en su investigación entrenamiento en técnicas cognitivo-conductuales para la elevación de rendimiento en un equipo deportivo concluye que se ha logrado comprobar la eficacia de las técnicas de relajación e imaginación en la aplicación a jugadores de baloncesto para mejorar su rendimiento en situaciones de juego.

Vidaurreta y Rojas (2013) “El control psicológico del entrenamiento asumiendo un enfoque cognitivo conductual en la preparación táctica, será entonces más completo y eficaz”. Recalca la importancia del enfoque cognitivo conductual en el entendimiento de las

variables psicológicas que se encuentran implicadas en el rendimiento deportivo.

El objetivo no es centrarnos en la terapia misma, sino obtener información que contribuya en la explicación del presente trabajo de investigación ya que se encuentra compuesto por una variable muy compleja que presenta 5 factores esenciales en el rendimiento deportivo.

1.3.2. Teoría Social Cognitiva

Dentro del ámbito deportivo lo que hace prevalecer a un deportista sobre otro no es únicamente el talento nato que este posea, sino la capacidad de desempeñarse a niveles eficaces y que se demuestran en sus resultados; lo cual requiere estrictamente un proceso de formación física y psicológica. Este último aspecto muchas veces suele ser ignorado por la mayoría de espectadores relegando requisitos fundamentales que precisamente permitirán rendir y cumplir con las expectativas: Las características psicológicas.

Respecto a lo mencionado, existen diversos autores con diferentes posturas que contribuyen en la explicación de cómo ciertas variables psicológicas resultan beneficiosas en el alto rendimiento deportivo, razón por la cual las expondremos en la presente investigación.

En lo que respecta al ámbito competitivo una variable fundamental que juega un papel relevante son los pensamientos del deportista respecto a su equipo, a su entrenador, a las opiniones de su entrenador, de la prensa, de sus supervisores todo ello puede conllevar a que si este no se encuentra con una adecuada preparación psicológica (técnicas, ejercicios u herramientas) finalmente nos encontremos con resultados negativos no sólo en su rendimiento deportivo sino también en su vida personal.

De lo expuesto, Fabián (2001) menciona que la psicología cognitiva presenta sus orígenes desde los griegos, y las corrientes

filosóficas, con su infinito interés por determinar lo que nosotros consideramos real.

Si bien es imposible encontrar un acuerdo entre los diferentes autores acerca de los modernos orígenes de la psicología cognitiva Fabián (2001) cita a Vega (1984) quien afirma que existen seis fuentes que la constituyen: En primer lugar, el conductismo Pavloviano y Skinneriano, en segundo lugar tenemos a las teorías del procesamiento de información y la cibernética, en tercer lugar las corrientes constructivistas, las neurociencias, en quinto lugar la lingüística (Chomsky) y finalmente los aportes desde la Gestalt. Todas ellas presentan diferentes enfoques pero hacen énfasis en que son los fenómenos mentales los causantes del comportamiento.

Entonces se empezaron a realizar diversas investigaciones que dejaban muchos vacíos respecto a cómo se da el aprendizaje o si existían otras variables que también puedan determinar el comportamiento humano. Ya, en la década de los 50 Fabián (2001) “El conductismo, hegemónico hasta ese momento, había topado contra obstáculos epistémicos que no le permitían avanzar más por el camino que se había trazado y la metodología propuesta se mostraba incapaz de enfrentar algunas de las problemáticas”. Es a partir de ello, que se inició la forma de indagar más dando paso a la primera revolución cognitiva situada históricamente junto a la primera revolución tecnológica; es en esta primera etapa que Fabián (2001) Se inició la descripción y entendimiento del comportamiento humano y como estos son sistemas capaces de operar la información

Al respecto, Mahoney (1988) explica que la nueva psicología cognitiva o también considerada como la segunda revolución cognitiva intenta explicar cómo es que funciona un organismo, y como este se influye y construye a sí mismo mediante distintas acciones retroactivas; es decir los resultados que este obtenga de sus acciones podrán direccionar su marcha tratando de corregir algunos aspectos y así

regular su actividad, y proactivas; orientado a la preparación de acciones futuras.

Es entonces a través del nuevo enfoque que se empieza a considerar al individuo como un ente con capacidad anticipatoria y auto programadora, en síntesis como el propio arquitecto de su realidad.

Dentro de esta realidad encontramos a la teoría social cognitiva de Albert Bandura.

Albert Bandura nace el 4 de Diciembre de 1925 en Canadá y es el creador de la teoría social cognitiva antes llamada también como teoría del aprendizaje social. El motivo del renombramiento nos lo explica Fabián (2001) mencionando que ya en el año 1985 Bandura redefine su teoría para el entendimiento de algunos aspectos psicológicos intervinientes como: motivación y autorregulación, los cuales se habrían llevado a un segundo plano con el anterior nombre centrado solo en el aprendizaje.

Garrido (2000) explica también el renombramiento de la teoría social cognitiva siendo el quien lo entrevista en una de sus visitas de Albert Bandura a la Universidad de California en el 2000. Bandura cuando confirma la tesis de la autoeficacia nota que el mecanismo que maneja o gobierna nuestro comportamiento se encuentra en la mente humana y la tilda como capaz de conocer y discernir.

Acerca de la redefinición que tuvo la entonces llamada teoría del aprendizaje social y actualmente renombrada teoría social cognitiva. Garrido (2000) sostiene que entre una de las razones que menciona el autor pretendía que su teoría no fuera confundida con la de Rotter, esta última se enfoca más en los resultados causados por una conducta. Es decir el hombre se comporta, y si realiza determinadas acciones es porque se considera dentro de las capacidades para realizar una determinada conducta, posteriormente lo ejecutará dependiendo de las expectativas o gratificaciones. Pero las gratificaciones que se ofrezcan no serán el determinante absoluto de la conducta del individuo y así lo

afirma Garrido (2000) los reforzadores pueden ser muchos y de toda clase pero carecen de valor cuando está en juego la propia satisfacción personal y moral del individuo.

Fabián (2001) manifiesta que el aspecto social repercute significativamente en los pensamientos y por ende en el comportamiento humano, además un aspecto a tomar en cuenta es la dimensión cognitiva la cual también repercute en la motivación, la emoción y la conducta. Esto quiere decir que, el enfoque social será motivo de la conducta y la parte cognitiva al pensamiento lo cual explica en su totalidad los factores por la cual se encuentra compuesta la primera variable del presente.

Así mismo, Ortiz (2012) cita a Bandura (1977) quien hace referencia a la reciprocidad triádica y el determinismo recíproco, es decir el ambiente, el propio individuo y su comportamiento interactúan constantemente y se influyen. No es atribuible la causalidad total a algún factor determinado, ya que ninguno de ellos tiene la capacidad absoluta de dirigir, formar o implantar una conducta.

La Teoría Social Cognitiva abandona el modelo de la causalidad lineal usada por múltiples teorías; es entonces que Albert Bandura dentro de su teoría postula *el determinismo recíproco*, respecto a ello Fabián (2001) afirma que este modelo es completo debido a que abarca al ser humano en toda su complejidad, es decir toma en cuenta la parte multifactorial que operan e influyen en el comportamiento. Es de esta manera que la Teoría Social Cognitiva se opone al determinismo ambiental unidireccional en la cual se percibe a la conducta como afectada únicamente por motivos externos actuales y por el pasado, en síntesis conciben al entorno como una fuerza que determina y controla la conducta de manera automática.

Respecto a la propuesta del determinismo recíproco Garrido (2000) sostiene que un aspecto particular que se encuentra en la postulación es que la manifestación conductual de un sujeto no se

encuentra determinada por su personalidad o el ambiente en el que interactúa; sino que incluso ambos pueden generarlo con su interacción.

Llevando lo mencionado a los diferentes contextos donde normalmente se generan variedad de situaciones, donde el individuo asimila o se espera que aprenda algunas conductas; estas pautas otorgadas van modelando el repertorio de respuestas.

En cambio, para la teoría conductista del aprendizaje el repertorio de respuestas que presenta un individuo, es el producto de recompensas y castigos recibidos durante su vida. Ortiz (2012) afirma que el sujeto no necesariamente tiene que haber pasado por un proceso de condicionamiento.

Ortiz (2012) “Los sujetos que les permiten realizar comportamientos espontáneos y creativos. Esto se debe a que la persona está dotada de capacidades cognitivas que le ayudan a dar un significado al ambiente”. Es decir un individuo puede observar los logros o derrotas de otras personas. Como consecuencia de su capacidad anticipatoria y poder discernir.

Otro enfoque interactivo, propuesto por la teoría social cognitiva es la reciprocidad triádica el cual sostiene que la conducta, los factores cognitivos, los factores personales y las influencias ambientales interactúan es decir se determinan entre sí. Bandura (1987) “El individuo crea, modifica y destruye el entorno, y los cambios que introduce en el mismo afectan, a su vez, a su conducta y a la naturaleza de su vida futura”, de acuerdo a lo mencionado por Bandura se infiere que la conducta como tal asume un papel importante ya que la manera en que la persona influye a las situaciones y estas a su vez “responden” determinando sus pensamientos, conductas y emociones.

Concluyendo, la perspectiva no toma al ser humano como un ente que es gobernado por fuerzas internas (pensamientos) ni tampoco controlado por estímulos externos (ambiente). Sino que, lo considera como un funcionamiento entorno a su conducta, factores personales,

cognitivos, ambientales que interactúan entre sí, sin atribuir la causalidad total a ninguna de las partes. Llevándolo esta parte de la teoría social cognitiva al ámbito deportivo (específicamente las características psicológicas que determinan el rendimiento deportivo) se infiere que el deportista no deberá su rendimiento deportivo únicamente a su motivación intrínseca o extrínseca, a su cohesión grupal, control de estrés entre otras variables, sino a todas en conjunto donde interactúan juntas con el objetivo de obtener un resultado favorable para este y su staff.

No es aceptable decir que el fracaso de un deportista se debe a un ambiente desfavorecedor, o a un mal control del estrés. Es un conjunto de variables que se influyen constantemente que determinaran el éxito, estancamiento o fracaso de un deportista.

Entonces, se asume como necesaria una persona con calidad de autorregulación y Bandura dentro de la teoría social cognitiva manifiesta información acerca del “Autosistema”

Fabián (2001) son métodos y pasos con los que el individuo logra regular su conducta tomando en cuenta sus pensamientos, criterios y su forma propia de evaluarse. Entonces, este sistema ofrece un conjunto de mecanismo que permitirá a un individuo regular y evaluar su conducta otorgando una capacidad autorreguladora sobre sus propios pensamientos, acciones y sentimientos. Pero, para llegar a ese estado es necesario establecer cinco capacidades básicas que Bandura establece dentro de la autorregulación.

La primera capacidad es la simbolizadora, esta nos permite realizar cambios y adaptarnos a un determinado contexto, otorgando una gran flexibilidad. Esta, permite comunicarse con los demás y realizar representaciones cognitivas de su entorno y realizar una actividad de forma mental o simbólica enfocándose en posibles soluciones a las diversas situaciones problemáticas que se puedan presentar; esto permite generar nuevas alternativas de acción, dar significado a las

experiencias y de esa manera también el individuo logra anticiparse a los acontecimientos futuros. (Fabián, 2001, pp. 21)

La capacidad de previsión Fabián (2001) contribuye en la motivación de las personas, tratando de regular sus acciones y esto convierte sus actos en motivadores que el individuo se planteó inicialmente. Esto quiere decir que por medio de esta capacidad los individuos pueden predecir aquellas consecuencias que son más probables debido a sus acciones. Para cualquier ser humano la representación de situaciones futuras influye directamente a su conducta posterior, esta previsión se hace conducta con la ayuda de la autorregulación.

La capacidad vicaria nos permite adquirir nuevas habilidades, a través de la observación de modelos, respecto a esta Fabián (2001) menciona que posibilita incorporar nuevos conocimientos sin perjudicar al individuo ya que de las consecuencias observadas en un semejante puede discernir entre adoptar o no la conducta evidenciada. Un claro ejemplo de ello es el aprendizaje de las habilidades lingüísticas, esta capacidad tiene un papel importante debido a que es la principal vía por la cual se puede transmitir o captar nuevas conductas.

La capacidad de autorreflexión permite analizar las propias experiencias, reflexionar al respecto, evaluar y consecuentemente modificar las cogniciones. Posterior, a la autorreflexión se dan las reacciones autoevaluadoras esta es una capacidad que nos permite ser nuestros propios modificadores de conductas. Llevándolo al plano de alta competencia, un deportista que crea condiciones facilitadoras, utilizando métodos cognitivos que permita regular sus propias acciones y su nivel de motivación puede tener grandes beneficios en su rendimiento deportivo. Sin embargo, ello no resta importancia a las influencias ambientales, ya que esta influye continuamente los componentes mencionados. Por ejemplo, un deportista que tenga un entrenador que no contribuye desde la parte psicológica influirá en el repertorio conductual del individuo, así como lo mencionado, existen múltiples

factores externos que pueden influir no solo en el rendimiento del deportista sino también en su comportamiento desencadenando en algunas ocasiones en deportistas que no pueden controlar la presión social.

Uno de los autores del cuestionario a utilizar en el presente trabajo de investigación, José María Buceta, doctor en psicología deportiva realiza un estudio de investigación titulada “La falsa confianza” en la cual nos amplía el panorama acerca de cómo el nivel de confianza en sus propias capacidades del deportista influye significativamente en su desempeño de esto, razón por la cual es relevante explicar lo que Bandura denominó autoeficacia.

Garrido (2000) se manifiesta sobre la autoeficacia mencionando que es un “estado psicológico” el cual se encuentra ligado a la capacidad del individuo de sentirse apto y juzgarse como capacitado para rendir apropiadamente ante una determinada situación.

A partir del año 1977 hasta el año 1982 realiza y publica investigaciones en las cuales compara la eficacia con los diferentes modelos existentes entre ellos: el modelado tradicional, el modelado participante, la desensibilización sistemática, la desensibilización cognitiva entre otros más, obteniendo en los resultados una coincidencia común: la eficacia de cualquiera será determinada por su capacidad para incorporar en la persona la percepción de autoeficacia. (Garrido, 2000,42)

Aunque algún sujeto haya realizado o concluido algún tipo de tratamiento un ejemplo de este: la desensibilización sistemática, resume a que sólo aquellos que han modificado su percepción personal se liberaran de aquello con lo que lidiaban este puede ser sus temores. Garrido (2000) menciona que existe una clara relación cuando el individuo se juzga como capaz de realizar algún tipo de acción y lo que este logra ejecutar, la autoeficacia, pues, es el proceso unificador, el proceso psicológico que da cuenta de cualquier tipo de intervención”.

Garrido (2000) menciona que Collins realiza una investigación acerca de la eficacia y en sus resultados demuestra claramente que existe una gran diferencia entre ser capaz y creerse capaz de obtener buenos rendimientos en el curso de matemática. A través de este estudio y de tantos otros se concluye que así como los que tienen capacidad para realizar distintas actividades también lo que se juzgan hábiles son capaces de realizarlo.

Concluyendo, la teoría social cognitiva abarca al ser humano en su complejidad indistintamente de los factores que puedan influir sobre este. Primero, considera que la conducta del sujeto no es causada por un reforzador único sino que, los diversos factores se influyen entre. Segundo, el sujeto tiene una capacidad autorreguladora que le permite discernir; dentro de la cual existen 5 capacidades. Tercero, la autoeficacia, como la creencia que tiene el sujeto de ser capaz en una determinada acción influye directamente si los resultados se concretarán o no; todo lo descrito anteriormente forma parte de esta teoría y abarca las diferentes características psicológicas que están ligadas al rendimiento deportivo.

Las cinco características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo.

Con el transcurso del tiempo y los diferentes estudios realizados en cada uno de los factores que componen la primera variable, estas poseen un papel muy importante por sí solas incluso muchos investigadores postulan teorías respecto a cada uno; esta es la razón por la cual a continuación se describirán para un mayor entendimiento.

Control del estrés:

El comportamiento humano puede verse influenciado por diferentes circunstancias y situaciones, ello puede demandar un cambio conductual. Razón por la cual el médico austriaco Selye en sus diferentes investigaciones (1956) nos define por primera vez el término estrés mencionando que es una “respuesta

biológica inespecífica, estereotipada y siempre igual, al factor estresante mediante cambios en los sistemas nervioso, endocrino e inmunológico."

Otro aporte a la definición de estrés, Chrousos y Gold (1992) consideran que es un estado de escasez de armonía o de homeostasis. La perturbación de esta traerá como consecuencia un conjunto de respuestas físicas y psicológicas con el fin de volver al estado de armonía inicial.

Otros investigadores se manifiestan respecto al estrés Lazarus y Folkman (1986) consideran al estrés como resultado de la relación que existe entre el individuo y su contexto. La situación estresante se da cuando el individuo realiza una valoración de su entorno sintiendo que sobrepasa los recursos con lo que él puede enfrentarse, al sentir que excede sus formas de superar, el individuo realiza una evaluación de la situación teniendo en cuenta el componente emocional.

McEwen (2000) nos da una visión más actual de estrés mencionando que puede ser originada por un contexto demandante real o creado por el individuo que traerá como consecuencia una manifestación psicológica y conductual.

Gimeno, Buceta, y Pérez-Llanta (s.f) en su estudio psicométrico del cuestionario: Características psicológicas en el rendimiento deportivo (CPRD) mencionan que el control del estrés se refiere a "las características de la respuesta del deportista (e.g. concentración, confianza, tensión) en relación con las demandas del entrenamiento y de competición". Es decir son aquellas situaciones que resultan estresantes para los deportistas cuya presencia obliga al individuo a ejercer control. Un ejemplo de lo mencionado Gimeno, Buceta y Pérez-llanta (s.f) es el contexto donde se encuentre, los pensamientos que tenga incluso un día anterior a la competencia, temor a cometer un error o cometerlo durante la competencia o incluso una lesión.

Respecto al estrés relacionado al ámbito deportivo Cox (2007) menciona que lo que influye en la cantidad de estrés por la cual un individuo pase está relacionado al proceso del estrés y no a la competencia.

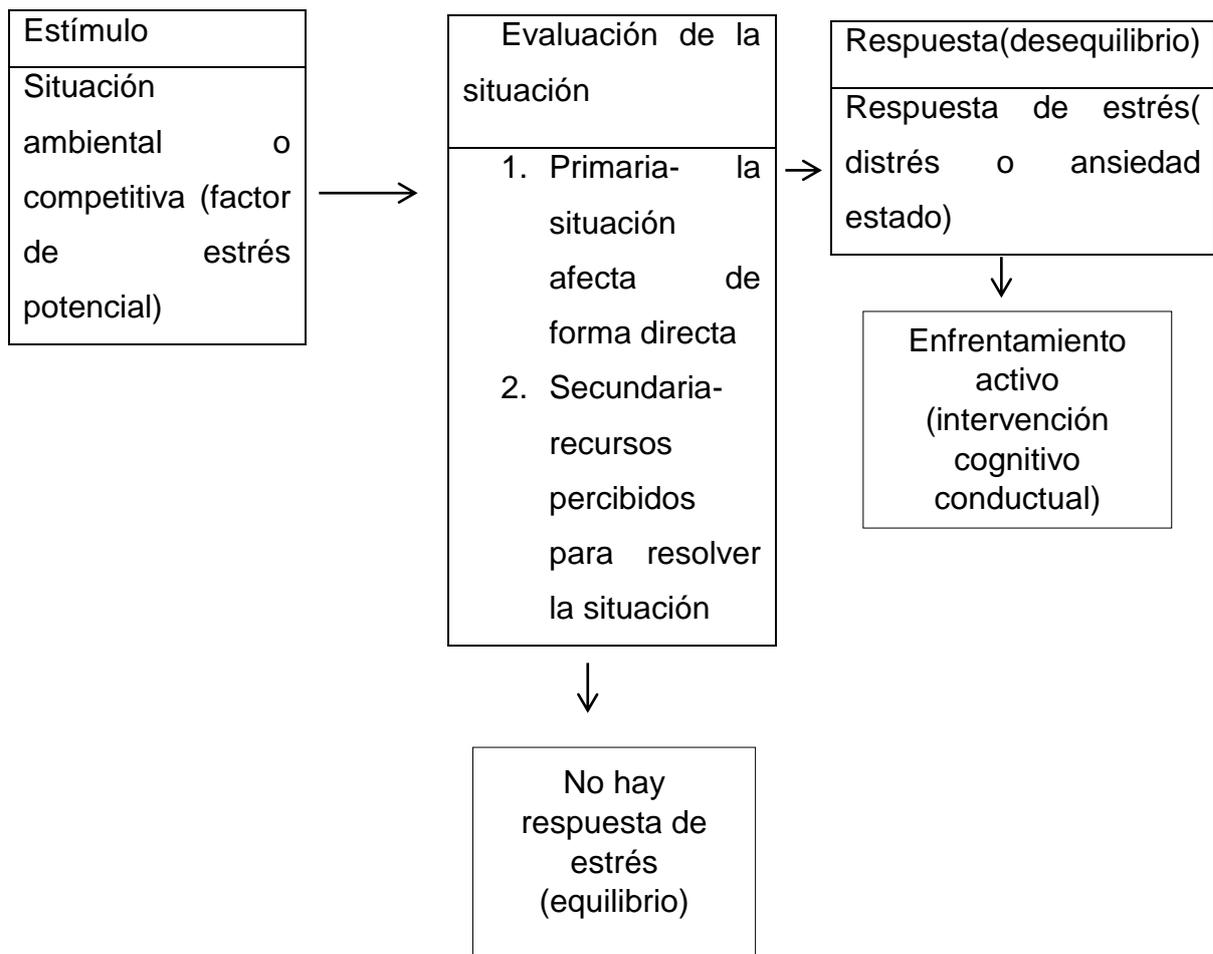


Figura 1: *Proceso del estrés en el deporte*

Fuente: Cox, R. (2007). *Psicología del deporte conceptos y sus aplicaciones*. España: Editorial medica panamericana. (pp. 198)

De la figura se entiende que una forma de disminuir el estrés o la aparición de este en el deportista de alto rendimiento es tratando de comprender el proceso del estrés más que el estrés como resultado ante una situación.

Pereira (2009) respalda lo expuesto mencionando que el estrés se origina cuando el individuo identifica una situación amenazante, cuyo nivel sobrepasa sus niveles de afrontamiento para ello el individuo realiza dos procesos: primero, da una valoración cognitiva del suceso es decir cuanto lo perjudica el proceso o si por el contrario lo beneficia y segundo, que acciones puede tomar para enfrentar

la situación de manera que se prevenga algún tipo de consecuencia negativa y mejorar sus perspectivas.

Esta toma de decisiones y de plantear estratégicamente soluciones para volver a un estado de regulación y armonía implica afrontar las situaciones, respecto a ello Lazarus y Folkman (1984) exponen su propuesta relacionado al afrontamiento explicándonos la relación existente entre estrés y afrontamiento mencionando que son procesos mentales y comportamentales que son utilizados por el individuo para adaptar a una situación demandante que implique tanto factores externos o internos. Ello quiere decir que el deportista intenta manejar las situaciones que parecen desbordarlo con el objetivo de reducir el coste o consecuencias emocionales.

Así mismo, para Fernández (1997), los estilos de afrontamiento se refieren a la tendencia que tienen los individuos para afrontar situaciones, tomando decisiones e inclinándose por la elección de alguna estrategia que le ayude a salir de una situación estresante.

De lo expuesto, el control de estrés va determinar muchas situaciones en el ámbito deportivo, ya que el constante roce en campeonatos nacionales e internacionales repercuten significativamente en el estado emocional del deportista y en mayor nivel en aquellos que tiene una baja tolerancia a la frustración o una pobre capacidad autorreguladora, razón por la cual en ciertas circunstancias los resultados obtenidos no son los esperados por el entrenador y por el propio deportista.

De acuerdo a lo mencionado, Pereira (2009) afirma que es indispensable que cada persona conozca su umbral de estrés, como puede sobrellevarlo y en cuanto tiempo logra adaptarse, para que ante situaciones que el perciba como riesgosas las pueda evitar o prepararse adecuadamente para la situación. Porque, si un individuo presenta una baja tolerancia al estrés no necesariamente pasará toda su vida deportiva o personal evitando estas situaciones, en el camino aprenderá a conocerse y encontrará mecanismo que ayuden a controlar estas situaciones.

Sin embargo, es muy popular la idea de que el deporte alivia los niveles negativos de estrés e incluso es recomendado por muchos profesionales la práctica de deporte en las personas, sin embargo, muchos deportistas que son de élite o de alto rendimiento y que por consecuencia poseen un nivel competitivo alto, siguen un régimen determinado de actividades sumado a su carga estudiantil y en otros casos su carga laboral definitivamente pueden traer como consecuencia niveles de estrés altos que afecten o disminuyan su rendimiento deportivo y su estado emocional tornándolo en muchas ocasiones en conductas violentas o agresivas.

El estrés por el cual pasa un deportista de alto rendimiento sumado a nuestra sociedad que en algunas ocasiones demanda y juzga a los individuos por sus resultados y por sus logros, muchas veces involucra al atleta a perseguir un objetivo sin pensar en su salud física y mental. Y esta situación no está muy lejos de la realidad que muchos deportistas pueden vivir y así lo menciona Guillén (s.f) “encontramos que en la actualidad la práctica deportiva de los niños y jóvenes se encuentra caracterizada también por un excesivo énfasis en la competición y en los resultados [...] ha sido trasladado, consciente o inconscientemente, por los medios de comunicación a los padres, entrenadores, técnicos y a los propios niños y jóvenes”. Es difícil ser el centro de atención, cuando el marcador no se encuentra a favor del deportista, o cuando la presión de un estadio disminuye su confianza, es en ese momento que las cualidades del deportista se ponen a prueba. Muchas veces se encuentran rotulados como el “campeón” y cuando llega la hora de perder o disminuye su rendimiento se asoman los problemas. Toda esta carga o tensión que no solo recae en el atleta puede perjudicar su rendimiento deportivo.

En síntesis para que exista un alto rendimiento deportivo el deportista debe tener la capacidad de controlar o afrontar los niveles de estrés con estrategias que no afecten su desempeño deportivo y su vida personal.

Influencia de la evaluación del rendimiento

El constante roce deportivo tiene como precedente un conjunto de preparaciones y exposiciones a situaciones reales como son los campeonatos nacionales o los topes selectivos, en el transcurso de esta preparación el individuo no solo tiene que controlar las demandas que dichas situaciones exigen, sino también controlar sus cogniciones ante la evaluación de un jurado, de su entrenador, de sus compañeros e incluso de el mismo. Es por esta razón que dentro de las características psicológicas se toma en cuenta como segundo factor: la influencia de la evaluación del rendimiento.

Siendo uno de los procesos por los cuales pasan todos los atletas elite, este puede influenciar positiva o negativamente en el área emocional del evaluado; ya que finalmente no existe término medio en la decisión de un jurado evaluador, por el contrario se califica como ganador o perdedor, apto o no apto, ello puede ser muy duro para un deportista que psicológicamente hablando posee bajos niveles de tolerancia a la frustración. Posiblemente, puede ser tolerable por el deportista tener malos resultados en una ocasión, pero cuando consecutivamente tiene puntajes en contra y empieza a perder sucesivamente, es indiscutible que las cogniciones jugarán un papel importante en su desempeño.

En resumen dentro del factor influencia en la evaluación del rendimiento es indispensable que el individuo posea ciertas características como son la atención-concentración, manejo de la ansiedad y la autoconfianza todas orientadas a controlar su propia evaluación, del jurado, del entrenador, y de la prensa.

La atención y concentración son componentes irremplazables en lo que refiere a la eficacia en el rendimiento deportivo. Este individuo debe ser capaz de controlar los distractores comunes en los torneos como son: las barras a favor y en contra, la constante evaluación de su entrenador y jueces. Por ello la atención es definida por James (1980) "Toma de posesión por parte de la mente de manera clara y vivida de uno entre varios objetos o serie de pensamientos simultáneamente posibles implica el retraimiento de algunas cosas para ocuparse efectivamente de otras". Respecto a lo mencionado Cox (2007) en el área deportiva el factor más importante es la capacidad de atención, y para muchos de

los involucrados puede aparentar ser un proceso sencillo. Sin embargo, las diferentes investigaciones sugieren que pueden llegar a ser realmente complejos. Debido a que esta incluye subfactores o temas íntimamente relacionadas a la atención por ejemplo: “procesamiento de información, sistemas de memoria, información de la medición, atención selectiva, capacidad de procesamiento de la información, estrechamiento atencional, entrenamiento del control de la atención y estilo atencional asociativo versus disociativo” razón por la cual en el presente apartado se describe la atención desde un enfoque evaluador.

Por consiguiente, Morillo (2014) define a la atención como “proceso psicológico” mediante el cual capta los estímulos del entorno de manera selectiva atribuyendo más importancia a los aspectos que contribuyen a la realización de una determinada actividad. Esto quiere decir que la atención viene a ser la capacidad del individuo para seleccionar los aspectos relevantes y enfocarse en ellos.

De la idea de atención, nace la teoría de los estilos atencionales relacionados a la ejecución deportiva, Nideffer (1976) propone una teoría donde divide a la atención en dos dimensiones, la primera: amplitud del foco atencional y la segunda: Dirección del foco atencional. En lo que respecta al primer factor está relacionado a la cantidad de información que la persona puede procesar, esto quiere decir que si su amplitud atencional es “amplio” puede atender a mucha información al mismo tiempo; mientras que si es reducido concentrará su atención en pocos estímulos. En lo que se refiere al segundo factor, la dirección del foco atencional Nideffer propone que si es exterior se relacionará al entorno o al contexto en el cual se encuentras, si por el contrario es interior a las propias cogniciones y sensaciones.

Dimensión atencional		Características
Amplia	Externa	Lectura rápida del medio en que tiene lugar la acción para procesar gran cantidad de información simultánea y ajustarla al hecho deportivo.
	Interna	Análisis de la información que el propio deportista tiene del deporte, fundamentalmente de sus aspectos tácticos y técnicos, con el fin de reconducir su comportamiento durante la competición o los entrenamientos.
Reducida	Externa	Focalización de la atención hacia algún aspecto externo al propio deportista, como puede ser un móvil (en deportes de balón o pelota) o determinada extremidad del contrario (un brazo, una pierna...).
	Interna	Focalización de la atención en un número limitado de estímulos concretos del propio deportista, como puede ser su ritmo respiratorio o la posición que ocupa en un determinado momento una parte del cuerpo. Relacionado con el autocontrol de pensamientos, sensaciones y movimientos.

Figura 2. *Tipos de atención*

Fuente: Barrón, G. (s.f). *Focalización de la atención en los deportes individuales y de combate. Propuestas para el karate deportivo: kata y kumite*. Recuperado de: <http://www.karatetotal.com/documentos/atencionKataKumite.pdf>

Servera y Escudero (2003) coinciden con el autor y mencionan que en la teoría, al igual que hay diferencias físicas o cognitivas entre las personas, también se da en el ámbito de los tipos atencionales, en otras palabras si estas habilidades se conocen y trabajan de manera adecuada contribuyen a que el individuo pueda responder apropiadamente en cada momento a las diferentes exigencias de su especialidad deportiva.

En resumen, Morillo (2014) respalda la teoría de Nideffer manifestando que tiene como principal base teórica la relación del estilo atencional del deportista y su rendimiento, destacando la importancia de que cada deportista o individuo en general debe conocer que estilo atencional posee con el fin de predecir resultados a futuro incluso en diversas situaciones.

En síntesis, Morillo (2014) la amplitud hace referencia a la extensión del nivel atencional, esto quiere decir a la cantidad de información que el deportista deba asimilar; si su campo atencional es óptimo el individuo podrá atender a los diferentes estímulos que se le presenten, pero, si su campo atencional es pobre o reducido atenderá a los estímulos de una manera limitada. Aunque la forma en que el individuo lo utilice dependerá mucho de sus atributos personales y de lo que demande la situación en la que se encuentre.

Al igual que Servera y Escudero, Morillo (2014) sugiere dos tipos de focos atencionales. El primero, si el foco de atención de la persona se orienta hacia el entorno, ambiente, personas que lo rodean, el clima; nos estaremos refiriendo a un foco atencional externo. Pero, si el propio individuo se centra más en el mismo, en reflexionar acerca de sus experiencias lo que piensa de determinada actividad o situaciones, incluso de sus emociones, nos estaremos refiriendo al foco atencional interno.

Respecto a su propia teoría Nideffer y Pratt (1982) revelan que el deportista puede utilizar más de un tipo atencional en un momento determinado, pero los diferentes contextos son los que activaran estos. Esto quiere decir, que la elección del tipo atencional a utilizar nos predecirá si nos encontramos frente a un individuo más adaptable y flexible. Un deportista que tenga la habilidad de cambiar su tipo atencional en función a las situaciones que lo rodeen, tendrá mejores probabilidades de realizar una buena ejecución deportiva. Sin embargo, realizar alguna tarea con el tipo de estilo atencional que se requiere en ese instante no implica el éxito rotundo, ya que existen otras variables que van a influenciar en el resultado como son la aplicación del estilo atencional y el nivel de activación (arousal).

Respecto al arousal, Pitrich (2006) menciona que cuando el individuo pasa por momentos de activación baja aparece el aburrimiento y cuando es demasiada alta causa fatiga, lo cual significa que es necesario llevarla a un nivel óptimo sobre todo dentro del ámbito deportivo.

Por otro lado, según el modelo explicativo del proceso atencional en el deporte propuesto por Dosil (2003) manifiesta que lo primordial que toma en cuenta y realiza un individuo en algún momento es estudiar y observar detenidamente aquello que puede estar aconteciendo a su alrededor y puede realizarlo examinando o evaluando los estímulos que lo rodean. Ya, en segunda instancia procede a la selección de estímulos siendo estos internos y externos, dejando solo aquellos que son relevantes para alcanzar un objetivo determinado. En caso de que el deportista logre este nivel por un determinado tiempo se puede hablar de concentración.

Cox (2007) expone el caso de Tiger Woods, uno de los mejores golfistas profesionales. En un torneo en el año 2000, decidió no asistir a una ceremonia especial ni otro tipo de eventos que difieran del entrenamiento en Golf razón por la cual fue criticado por la prensa; sin embargo en respuesta a las críticas mencionó que era un evento distractor que no le favorecía para incrementar su rendimiento deportivo. A través del presente caso el autor manifiesta una realidad de los deportistas de alto rendimiento, ya que en ocasiones evitan situaciones que los desenfocan de su objetivo, elevando el nivel de importancia a la atención y concentración en el deporte de elite.

Finalmente, llevándolo a la realidad de nuestra muestra Barrón (s.f) explica que “El entrenador debe enseñar al atleta a dirigir su atención tanto en tareas cerradas como abiertas”. En kata (Formas de combate imaginario) y otros deportes individuales como la gimnasia, éste estímulo será generalmente proveniente del propio cuerpo, mientras que en kumite (combate deportivo) [...] los estímulos que produce el oponente serán los determinantes”. El bagaje del tema que tenga el entrenador y el psicólogo deportivo contribuirá significativamente en el rendimiento deportivo también.

Todo lo descrito, nos lleva a plantear que el factor influencia de la evaluación del rendimiento está compuesto por sub factores, entre ellos tenemos a la ansiedad deportiva o pre competitiva. Cox (2007) explica que la ansiedad tiene una naturaleza multidimensional en dos formas: ansiedad estado- ansiedad rasgo, mencionando que la ansiedad estado se encuentra relacionada a una situación activante, es inmediata y caracterizado por respuestas fisiológicas. Mientras que, la ansiedad rasgo es la “predisposición” de percibir determinadas situaciones como amenazantes. Cox (2007) agrega a lo planteado, que la ansiedad es multidimensional ya que posee propiedad cognitivas y somáticas.

En consecuencia Navlet (2012) cita a Weinberg y Gould afirmando que la ansiedad es un “estado emocional negativo” que se caracteriza por un estado de intranquilidad de preocupación y puede incluir síntomas corporales.

Por añadidura, Cox (2007) profundiza en el tema de la ansiedad en el deporte explicando las propiedades y características de la ansiedad pre competitiva, manifestando así que, existen cinco antecedentes que conllevan a un incremento de la ansiedad en antesala a una situación de logro. En primer lugar, miedo al fracaso en el rendimiento, en segundo lugar miedo a la evaluación social, en tercer lugar, miedo a ser agredido físicamente. En cuarto lugar, Inestabilidad e incertidumbre y finalmente interrupción de prácticas planificadas.

De acuerdo a las investigaciones de Cox (2007) los antecedentes más significativos: son el miedo a fracasar y el miedo a la evaluación social negativa.

Lo cual fue comprobado en un equipo de Hockey, un deporte con bastante tendencia a las lesiones físicas, que a pesar de tener siempre la predisposición a salir lesionado mencionaron que su mayor preocupación no era tener una lesión; por el contrario el mayor temor que estos presentaban son el miedo a la evaluación y al fracaso. Comprobándose de esta manera, que la evaluación del rendimiento y un mal control de la ansiedad puede causar disminución de la calidad en la ejecución deportiva.

Respecto a la ansiedad pre competitiva Cox (2007) revela que el perfeccionismo dentro del alto rendimiento deportivo puede considerarse normal. Sin embargo, existen dos tipos de perfeccionismo; primero, el perfeccionismo

adaptativo que va permitir mejorar el nivel técnico, táctico y físico. Segundo, el perfeccionismo neurótico que se considera un factor de la personalidad destructiva que originan la baja autoestima, la culpa y la vergüenza en los deportistas.

De igual manera, Yerkes y Dobson explican la teoría de la U invertida, con el objetivo de explicar la ansiedad en el deporte. Respecto a la teoría Martines (s,f) manifiesta que ante el incremento del nivel de activación o arousal se incrementa el rendimiento o ejecución deportiva y que ante la poca exigencia y un nivel de ansiedad muy bajo el deportista no logra una concentración adecuada y por ello el rendimiento que este obtenga será menor; y si por el contrario si la ansiedad es muy elevada su nivel ejecutivo empeorará y conducirá al individuo al agotamiento.

Igualmente, Navlet (2012) reafirma la teoría mencionando que ante el incremento del nivel de activación, consecuentemente se incrementa el rendimiento deportivo. Sin embargo, si el nivel sigue incrementando se observa un decaimiento en el rendimiento del deportista. A través de lo expuesto, se entiende el nombre de la teoría (u invertida) lo cual quiere decir que ante cierto nivel de ansiedad y arousal el individuo puede responder adecuadamente a la demanda competitiva, pero ante el exceso de presión y ansiedad los resultados pueden tomar un giro no beneficioso para el deportista.

En lo que refiere al último componente de la influencia de la evaluación en el rendimiento: La autoconfianza. Bandura (1997) trabaja un modelo relacionado a la autoconfianza y lo titula autoeficacia definiéndolo como la creencia en la propia capacidad del individuo para gestionar sus propios recursos y orientarlos hacia el logro. Cox (2007) profundiza sobre el tema orientándolo al deporte mencionando que la autoeficacia es una forma de autoconfianza que se da en una situación determinada. En el contexto, si un atleta percibe su capacidad como apoyo para ganar determinado partido tendrá la necesidad de jugar. Es de esta manera que la influencia de la evaluación del rendimiento como dimensión se encuentra orientada en su totalidad a la teoría social cognitiva de Albert Bandura, debido que el individuo no solo repite una conducta aprendida sino que existen diferentes variables que van a determinar su comportamiento.

En síntesis, dentro de la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento existen sub factores que a lo largo del tiempo han sido muy estudiados por diferentes investigadores, cada uno de los sub factores tienen una relevancia en el desempeño deportivo por esa razón en la vida competitiva es necesario controlar las variables externas que pueden determinar la eficacia. Entre los sub factores tenemos: Atención y concentración, arousal, ansiedad y autoconfianza todos relacionados ante un evento de evaluación deportiva solamente

Habilidad o preparación Mental

Dentro del alto rendimiento deportivo existen diferentes factores que pueden determinar el fracaso o éxito. El aspecto cognitivo, forma parte importante del desarrollo del atleta; ya que influye en su etapa pre competitivo, competitivo y post competitivo, siendo pues de carácter relevante trabajar los cuatro aspectos en la ejecución deportiva: físico, técnico, táctico y psicológico.

Centrándonos en este último aspecto, la habilidad o preparación mental involucra pensar que el desempeño deportivo es más complejo de lo que puede parecer, incluso muchas personas externas al deporte mencionan que para ganar o tener un buen resultado solo es necesario ser talentoso o ser fuerte, simplificando todos los factores que determinan el rendimiento deportivo.

De lo planteado Orlick (2003) manifiesta que la preparación mental en el deporte y en la vida personal de estos crea posibilidades de aprender, desarrollar habilidades, y mejorar la capacidad de acción, planificación y eficacia.

Es por ello que dentro del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo se encuentra la habilidad mental de los cuales se desglosan diversos temas relacionados al trabajo psicológico en el alto rendimiento deportivo. Entre los factores a trabajar dentro de la habilidad mental tenemos: La formulación de objetivos, el ensayo mental y autorregulación cognitiva.

En relación a la formulación de objetivos, Cox (2007) menciona que forma parte de la teoría de la motivación, ya que orienta al deportista hacia el logro y efectividad. Es decir, si el entrenador crea un plan de trabajo adecuado para el deportista, donde existan objetivos planteados adecuadamente, es muy posible

que provoque en el atleta un interés por la consecución de estos. Y como consecuencia, se tendrá a un deportista centrado y bien orientado que incrementará su motivación para el entrenamiento, y como resultado final provocará un incremento en el rendimiento deportivo.

De lo expuesto, existen diferentes tipos de objetivos y planes de acción que de la mano de una buena decisión y planteamiento adecuado beneficiarán o perjudicarán al atleta. Uno de ellos son los objetivos hacia los resultados donde Cox (2007) menciona que están centrados a los productos finales o el triunfo que consiga el deportista en determinada competición; mientras que los objetivos centrados en el rendimiento se encuentran direccionados al desempeño realizado en función a incremento y desempeño haciendo hincapié en los logros. Finalmente los objetivos centrados en el proceso, se encuentran centrados en las técnicas de las destrezas.

Para un mayor entendimiento se presenta la siguiente figura

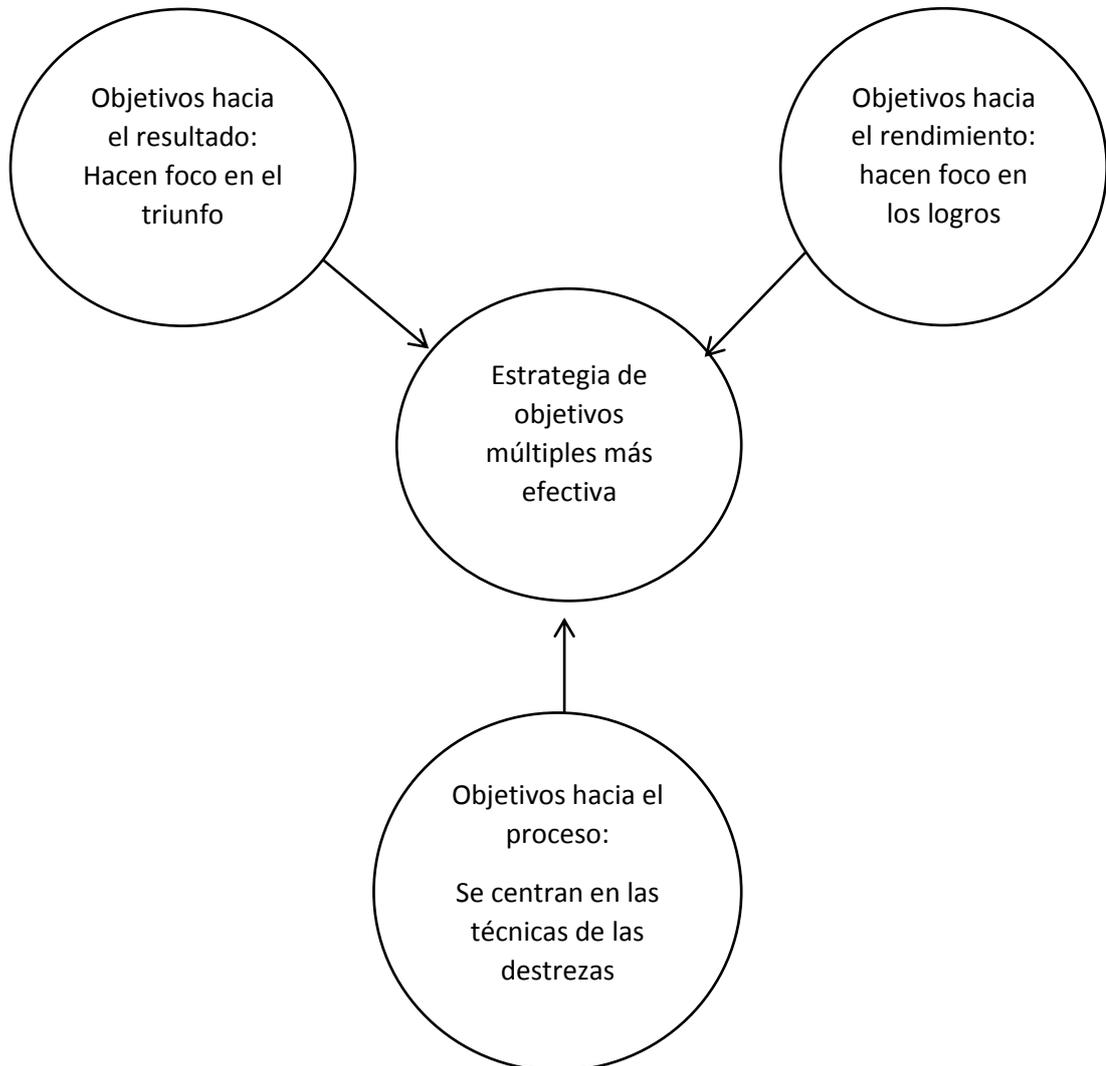


Figura 3: *Estrategia de objetivos múltiples*

Fuente: Cox, R. (2007). Psicología del deporte conceptos y sus aplicaciones. España: Editorial medica panamericana.

De la figura se entiende que según las investigaciones es mejor trabajar con objetivos múltiples a trabajar de manera aislada, ya que cada uno de ellos aporta al rendimiento del atleta y forma parte de un plan de trabajo que medirá el tiempo, el procedimiento, herramientas y habilidades para cumplirlos. El trabajo con objetivos en el rendimiento deportivo va incrementar la motivación y por consecuencia la adherencia al deporte, de aquí la relevancia de la habilidad mental en el atleta.

Así Orlick (2003) confirma el planteamiento mencionando que la motivación por lograr los objetivos y que el atleta entregue lo mejor de él, comienza por el compromiso que este tenga para incrementar su rendimiento. “La excelencia llega cuando estás mentalmente preparado para actuar de manera positiva”. Para ello, deberá explotar todas sus alternativas de mejora: físico, técnico, táctico y psicológico.

Sin embargo una de las mayores dificultades en el planteamiento de objetivos es que el atleta acepte estos y los logre interiorizar así Cox (2007) revela que es importante que el planteamiento de objetivos sea entre el entrenador y el atleta para que este sienta que ambos trabajan en una misma dirección y sientan propios y no impuestos estos planteamientos.

Así mismo, Cox (2007) menciona cuatro razones por las que es importante formular objetivos. Primero, la atención dirigida ayudará al que el atleta se enfoque realmente en lo que quiere lograr evitando la desmotivación por no tener una tarea concreta que resolver o conseguir. Segundo, la movilización del esfuerzo, ya que una vez visualizado el objetivo debe adquirir la motivación para moverse y hacerlo realidad. Tercero, perseverancia evitando que la motivación de cumplir objetivos sea solo en los primeros minutos del entrenamiento sino que se dé desde el inicio al fin. Cuarto, desarrollo de nuevas estrategias de aprendizaje, esta forzará al deportista y al entrenador a buscar nuevas herramientas que ayuden a lograr el objetivo planteado.

Orlick (2003) concuerda con el autor mencionando que para conseguir la excelencia deportiva el atleta pasa por un proceso en el cual hace un autoanálisis de sus herramientas de sus fortalezas, debilidades con el objetivo de plantear alternativas de solución y de incremento del rendimiento.

Para Cauas (2001) la intervención psicológica orientada al entrenamiento mental consiste en que el deportista trabajará una serie de actividades que mejore las herramientas que este posea para que ante una situación pre competitiva, competitiva y post competitiva pueda ejecutar sus actividades de manera óptima con el apoyo del entrenamiento mental, de esta manera se considera al

entrenamiento psicológico como una ventaja en el rendimiento deportivo del atleta.

Es así, que se entiende la relevancia del soporte psicológico en el trabajo con un atleta de alto rendimiento; ya que su objetivo es optimizar sus resultados. Por ello, se deben trabajar todos los aspectos posibles que puedan significar una ventaja a comparación de sus contrincantes. En ámbitos general, los deportistas profesionales o de alta categoría presenta un nivel físico excelente, sin embargo se ha descuidado el trabajo mental o psicológico. Es por ello que dentro de la presente dimensión se establece a la imaginería o ensayo mental como una habilidad.

Estos ensayos mentales o planteamientos de objetivos son recursos psicológicos que requieren una autorregulación del propio sujeto razón por la cual deben ser estudiados.

López (2011) Las creencias, actitudes y sus valores harán que el individuo realice diferentes actividades. Esta actitud mental contribuye mejora la organización del pensamiento, las emociones y el diálogo interno que orientan el comportamiento del deportista. Por ejemplo, un karateca orientado hacia la práctica del kumite (lucha deportiva) necesita controlar adecuadamente sus emociones, si tenemos un competidor eufórico terminará cometiendo muchas faltas y finalmente será expulsado, o un competidor que en el momento del combate presentan diferentes tipos de pensamientos a la vez y no puede organizarse mucho menos podrá planificar adecuadamente un combate y utilizar las estrategias adecuadas. Por ello, uno de los autores del cuestionario Jose María Buceta en su artículo sobre la intervención psicológica en el rendimiento deportivo, resalta la importancia del ensayo mental y la planificación del propio deportista como estrategia de intervención.

Block (1981) menciona que la imaginería como tal es uno de los temas más interesantes y con proyección dentro de la psicología cognitiva. Y que de ella se han desarrollado diferentes posturas entorno a la veracidad de esta. Sin embargo, Fisher (1976) menciona que si bien es cierto existen diversas posturas acerca de la imaginería el afirma que “la imaginería es el lenguaje del cerebro” esto quiere

decir que el cerebro no diferencia entre la realidad y un ensayo mental. Es por ello que esta herramienta puede usarse para entrenamientos, donde se busca incentivar las herramientas psicológicas que van a optimizar el rendimiento del atleta.

Con estos antecedentes, Vealey y Greenleaf (2001) definen la imaginación como “la utilización de todos los sentidos para recrear o crear una experiencia en la mente”. Esto quiere decir que el deportista utiliza sentidos como el olfato, tacto, visión para hacer del ensayo mental una práctica lo más real posible, ya que el objetivo es que sea una experiencia lo más cercana a la realidad.

Respecto a la imaginación Cox (2007) sostiene que cuanto más hábil sea el atleta y con más roce deportivo, sacará más provecho con el uso de la práctica mental.

Desde un punto de vista teórico Cox (2007) menciona dos teorías que explican el ensayo mental: primero la teoría psiconeuromuscular la cual es rasgos generales explica que los patrones neuromusculares utilizados en una práctica real son iguales a los utilizados en una práctica imaginaria. Mientras que, la teoría del aprendizaje simbólico explica la eficacia de la imaginación debido a que esta da alternativas anticipadas ante una situación; razón por la cual el atleta planifica por adelantado antes de llevarlo a la práctica y por consecuencia mejorará el rendimiento y evitará cometer los errores anteriores.

Para la comprensión del ensayo mental o imaginación se presenta la presente figura que explica los tipos de imaginación y sus resultados.

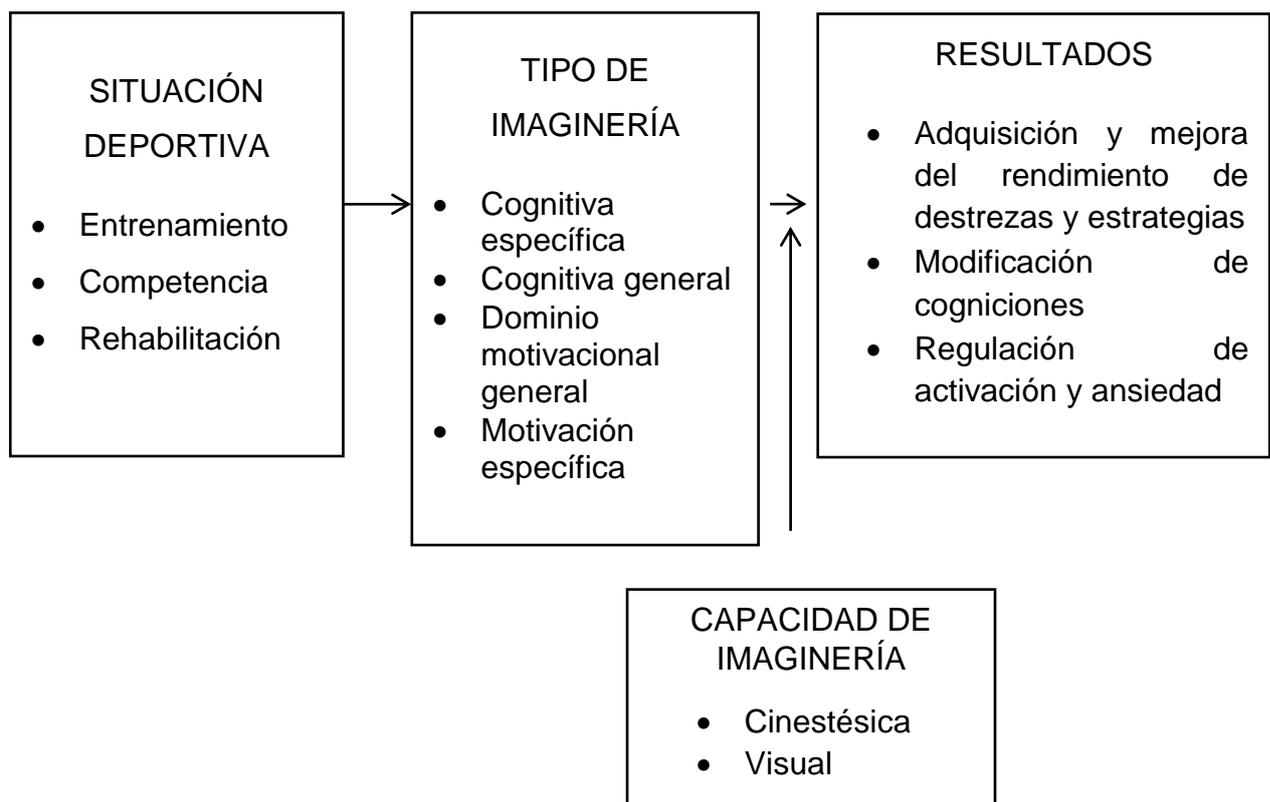


Figura 4. *Modelo aplicado de Imaginería*

Fuente: Martín, S., Moritz, S., y Hall, C. (1999). Imaginería utilizada en el deporte. Revisión literaria y modelo aplicativo. *El psicólogo del deporte*, 13, 245-268. Adaptado con autorización de Human Kinectics (champaign, IL)

De la figura se entiende que, para cada situación existe un tipo de imaginería y por tal razón es que esta habilidad presenta tan buenos resultados hasta la actualidad. En resumen, sirve para incrementar el rendimiento, controlar las cogniciones, lograr un nivel óptimo de activación y controlar la ansiedad.

A través de los diferentes estudios realizados se encuentran particulares diferencias entre los deportistas de élite y los de no élite en relación al desarrollo de sus habilidades psicológicas deportivas.

Williams (1991) realiza un aporte estudiando el mejor estado psicológico para que un deportista acceda al éxito. Entre sus conclusiones generales, afirma que la diferencia más evidente entre los deportistas de élite y de no élite está

relacionado a la confianza en sí mismos, la concentración y el manejo adecuado de la ansiedad repercute significativamente en los resultados de un deportista.

Weinberg y Gould (1996) en una investigación evaluaron en los diferentes niveles de un grupo deportivo la ansiedad. De acuerdo a la revisión bibliográfica se evidencia las diferencias que existen entre los niveles de los atletas. En sus resultados manifiestan que los deportistas de elite manifiestan un perfil de tipo iceberg, lo cual hace referencia a un buen estado de salud mental, agregado a ello tienen la capacidad de concentración, adaptación, confianza y preparación mental.

De acuerdo a las investigaciones consultadas se reafirma la importancia de la habilidad mental en los deportistas y entre los más relevantes se encuentra el control de la ansiedad, imaginación y preparación mental.

Si bien es cierto, la habilidad mental está compuesta por el establecimiento de objetivos, la imaginación, y el control del pensamiento. La habilidad mental en su totalidad es explicada por la teoría social cognitiva de Albert Bandura quien manifiesta que si bien la experiencia va influir en el resultado o la emisión de una conducta, la capacidad autorreguladora que posee un individuo permite discriminar los pensamientos negativos. La capacidad vicaria y la capacidad de autorreflexión permiten al individuo aprender nuevas herramientas como el ensayo mental y discernir adecuadamente en su establecimiento de objetivos. Todas estas capacidades se encuentran dentro de la denominación de autosistema.

Fabián (2001) se manifiesta respecto al autosistema mencionando que son métodos y pasos con los que el atleta llega a regular su comportamiento tomando en cuenta sus pensamientos, criterios y su forma propia de evaluarse.

Cohesión de equipo

Desde tiempo atrás los seres humanos presentan tendencia a moverse en grandes masas y formar parte de algún grupo social, como parte también de las necesidades que plantea Maslow.

Respecto a la conceptualización de cohesión de equipo con el transcurso de las investigaciones se ha ido comprobando que cada autor tiene diferente perspectiva respecto a la denominación de grupo y equipo así como la diferencia que pueda existir entre ambos.

Por su parte, Festinger, Schacster & Black (1950) definen la cohesión como la unión de fuerzas que intervienen en los miembros del equipo con el fin de incrementar la adherencia a este, entendiéndose así que cuanto mejor sea las relaciones entre los miembros del equipo más duradero será la relación y permanencia de este.

Agregando una cualidad propia de los grupos Carron (1982) define la cohesión de equipo como “un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a juntarse y permanecer unidos para la búsqueda de logros y objetivos”. Es decir, es un proceso que puede variar en relación a los planteamientos de objetivos que tengan los atletas en común. Para respaldar la definición, Cox (2007) menciona que “Es un constructo multidimensional que incluye la cohesión social y la cohesión en tareas”, refiriéndose a la cohesión de tareas como el grado en que los individuos se involucran con el fin de lograr un objetivo específico y concreto, y la cohesión social se refiere al grado de satisfacción y asertividad que pueden demostrarse los miembros del equipo.

De acuerdo, a las definiciones planteadas, se entiende que la cohesión de equipo influye en el resultado que se obtenga tanto en el entrenamiento y en la misma competencia; ya que si uno de los compañeros no entrena de manera adecuada no se cumplirá el objetivo de tarea y la motivación disminuirá entre los miembros disminuirá.

		Percepción del deportista del equipo	
Orientación de grupo		Integración de grupo	Atracción individual
	Social	Vinculación afectiva con el equipo como un todo para satisfacer necesidades sociales (GI-S)	Atracción al equipo y a sus miembros para satisfacer necesidades sociales (ATG-S)
	Tareas	Vinculación afectiva con el equipo como un todo para satisfacer necesidades de finalización de tareas (GI-T)	Atracción al equipo y a sus miembros para satisfacer necesidades de finalización de tareas (ATG-T)

Figura 5. *El modelo conceptual de la cohesión de equipo de Widmeyer, Brawley y Carron*

Fuente: Widemeyer, W., Brawley, L. y Carron, A. (1985). The measurement of cohesion in sport tems: The group evironment questionnaire. London: Sports Dynamics

De la figura se entiende el modelo de cohesión de equipo, una con un objetivo orientado a satisfacer necesidades, otro enfocado en tareas y cumplimiento de objetivos.

Por otro lado, Cox (2007) menciona que la cohesión de equipo repercute significativamente en el rendimiento deportivo y se interrelacionan entre ambas. Llevando la teoría a la realidad de la muestra, el karate no es conocido como un

deporte grupal durante los entrenamientos la práctica es conjunta y de integración es decir los miembros de la selección trabajan en conjunto las tareas que indica el entrenador con un objetivo orientado a la tarea o al proceso. Así mismo, dentro de las modalidades de competencia existe la categoría Kata (formas) y kumite (combate) por equipos e individual, en el primero los integrantes realizan rutinas en conjunto o combates estratégicos resaltándose así el rol que toma la cohesión que estos tengan en sus resultados. Cabe resaltar que dentro del entrenamiento es necesario tener un clima adecuado con relaciones interpersonales que favorezcan la superación deportiva de todos.

Así, García (2008) sostiene que la investigación sobre la cohesión grupal relacionada a la eficacia se viene estudiando desde mucho tiempo. En concreto, para que un conjunto de individuos pase a ser un grupo debe alcanzar algún nivel de cohesión, es necesaria una fuerza motivadora que impulse al alcance de objetivos.

Por tal razón, la cohesión de equipo no solo contribuirá en el nivel de solidaridad entre participantes; sirve también para la formación de un grupo psicológico. (García, 2008, pp.58-59).

A pesar de lo beneficioso y lo agradable que puede resultar la cohesión de equipo, consolidar un equipo como tal puede llegar a ser uno de los mayores problemas dentro del alto rendimiento deportivo, ya que por ser un grupo de individuos que persiguen intereses en común y que constantemente se encuentran compitiendo por un cupo para ser seleccionados, se torna difícil encontrar buenas relaciones interpersonales si no existe un asesoramiento debido hacia los atletas. Así mismo, otro factor que puede influir seriamente en la formación de los equipos, suele ser la falta de orden y espacio en las etapas por las cuales pasan los grupos para llegar a ser un equipo cohesionado. Weinberg y Gould (2007) mencionan que dentro de la perspectiva lineal existen tres etapas que se deben respetar: Formación, caos, y fijación de normas cada una de ellas representa una etapa irremplazable que puede generar discrepancias entre los miembros si no se trabajan adecuadamente.

Por ello, Weinberg y Gould (2007) resaltan que aunque la mayoría de investigadores recalquen la importancia de la cohesión de equipo y de sus beneficios, se pueden encontrar algunos aspectos negativos en relación a que el individuo se sienta perteneciente a un grupo. Y así lo sustenta Buys (1978) en su artículo sostiene que los seres humanos se encontrarían mejor sin los grupos, ya que la pertenencia a un grupo puede incrementar las situaciones negativas, como la holgazanería social, el autoengaño (visión de nosotros contra ellos), la conformidad, pensamiento grupal (es decir dejar de analizar objetivamente las situaciones para aceptar la opinión de los demás), y la desindividualización (pérdida del sentido de identidad del individuo). Es necesario reconocer la gran importancia que tiene la cohesión de equipo sobre el desempeño deportivo sin embargo, es necesario resaltar que existen factores negativos que pueden desencadenarse por una mala interpretación y proceso de formación de un equipo. Weinberg y Gould (2007) mencionan la diferencia que existe entre el grupo y equipo, donde desde la perspectiva social se entiende que un grupo son dos o más persona que interactúan entre sí. Sin embargo, para la psicología del deporte, compartir un entrenamiento y un objetivo general (mejorar el rendimiento) no necesariamente convierte al grupo en equipo. Por eso concluyen que no en todos los casos un conjunto de individuos forman un grupo y un grupo en lo absoluto no dará lugar a un equipo. Si bien el enfoque social nos brinda conocimientos sobre la formación de los grupos para weinberg y Gould (2007) además de las cualidades propias de interacción entre individuos, “un equipo deportivo es un tipo de grupo realmente especial”.

En síntesis, cuando existen relaciones positivas entre los miembros no solo favorece a la solidaridad o el alcance de los objetivos, permite la sostenibilidad y su existencia por largo tiempo evitando el abandono del deporte.

Desde la teoría social cognitiva de Albert Bandura, la relación entre los miembros del equipo está relacionada al aprendizaje previo de socialización que aprendió durante épocas pasadas (infancia) y si estas no son las adecuadas el autosistema del atleta regula sus emociones y aprende a llevarse bien con los miembros de equipo. Así mismo, existen múltiples factores intervinientes en la acogida de una nueva conducta social, por ello otro factor relevante es la edad en

la que se encuentra en el individuo en el caso de la muestra con la que se trabajó: adolescentes. En general, existen determinantes que se influyen entre si y pueden generar diferentes resultados comportamentales en el atleta. Sin embargo, de lograrse establecer un adecuado balance entre estos determinantes como lo dicen las investigaciones, la cohesión de equipo permitirá incrementar el rendimiento deportivo y a su vez el nivel competitivo del equipo en general.

Motivación

Un último factor que compone las características psicológicas en el rendimiento deportivo es la motivación, Aporta sobre lo mencionado Balargue (1994) mencionando que el termino motivación “proviene del verbo moveré, que significa mover”, es decir etimológicamente el termino motivación se encuentra relacionado al movimiento un estado alto de sentir “necesidad” por desarrollar alguna actividad o logro de un objetivo, por esa razón suele verse confundido con otros términos por los entrenadores como el arousal, creyendo que antes de una competencia “deben utilizar técnicas [...] que incrementen al máximo los niveles de activación”, ello puede incentivar a los entrenadores a utilizar métodos no adecuados para “motivar” a sus deportistas.

Es muy bien conocido, que el constructo motivación ha sido investigado con fines académicos y exploratorios, por tal razón uno de los teóricos que la explican es Abraham Maslow con su teoría de la motivación, en la cual fundamentalmente explica que los seres humanos presentan necesidades y las jerarquiza en una pirámide por orden de prioridad.

Quintero (s.f) refiere que La “Teoría de la motivación humana”, propone un grupo jerárquico de necesidades y diversos factores que impulsan y motivan a los seres humanos en el cumplimiento de metas y objetivos.

Dentro de la teoría se encuentra cinco necesidades con su correspondiente orden jerárquico ascendente. Este modelo plantea que con el pasar del tiempo, cumplimiento de objetivos y necesidades satisfechas surgen otras nuevas necesidades que modifican el comportamiento del individuo, en síntesis solo cuando una necesidad está realmente satisfecha aparecerá otra nueva necesidad.

La clasificación de las necesidades propuestas por su teoría son: fisiológicas referente a todo aquello que es de índole psicológico y de supervivencia humana, de seguridad referente a todo aquello relacionado al orden, estabilidad y protección, de amor y pertenencia relacionados íntimamente al deseo de casarse y formar una familia, de estima y de auto-realización es la más elevada debido a una razón ya que es el cumplimiento de su máximo potencial.

Llevándolo al plano deportivo, el máximo logro a nivel competitivo o su objetivo fundamental se define como la necesidad de autorrealización.

Por su parte, Dosil (2008) sostiene que la motivación es uno de los factores que intervienen y que mayores consecuencias trae en el deportista y en el entrenamiento, considerándolo como punto clave en el rendimiento deportivo desde la formación hasta el deporte de competición. La motivación incita al deportista a entregar su máximo potencial, sus ganas de persistir, corrección de errores, hacer pruebas complicadas o hasta romper records. Dentro del deporte, la motivación viene a ser un elemento de empuje ya que incrementa la persistencia, el compromiso, afianza la relación entre el deportista sus compañeros y el entrenador.

Para Dosil (2008) la motivación es una característica psicológica que incita al deportista hacia la acción, mantenimiento o retirada de una actividad. Esta se encuentra relacionada a las cogniciones que el deportista posea o cree con el transcurso de su experiencia deportiva, factores culturales, sociales e individuales.

Balaguer (1994) Una frase muy común que es utilizada en el entorno deportivo por los entrenadores creyendo motivar a sus competidores: "tú puedes hacerlo" puede jugar un factor determinante durante el entrenamiento o un partido. Esto es muy común en los grandes torneos deportivos que se han jugado en el Perú, podría clasificarse como la frase célebre que se escucha la mayoría de veces en los partidos, sin embargo este puede traer componentes que debiliten la confianza de los deportistas.

En lo que concierne a los tipos de motivación tenemos dos tipos según Dosil (2008) la motivación intrínseca y la motivación extrínseca la primera hace referencia a los factores internos del deportista como la necesidad de sentirse preparado o competente para desarrollar determinada actividad, el hecho de competir ya representa una motivación, satisfacción individual; mientras que la motivación extrínseca se encuentra orientado a los factores externos al deportista como becas, trofeos o reconocimiento social.

Por otro lado, el psicólogo Victor H Vroom en el año 1964 plantea una teoría motivacional, esta se encuentra principalmente fundamentada en afirmar que un individuo puede comportarse de alguna manera con la expectativa del resultado.

En síntesis, Nava (2009) la teoría afirma que cuando los individuos actúan de una determinada manera con convicción es porque está convencido de que sus acciones lo llevarán a alguna meta o situación que anhele. Entonces el individuo, realizará todos los esfuerzos necesarios para lograr obtener aquello que desea.

Nava (2009) Esta teoría incluye tres elementos o variables:

En primer lugar la expectativa: Es la relación entre el esfuerzo realizado y su desempeño refiriéndose concretamente a que tanto cree el sujeto en la posibilidad de alcanzar un objetivo. En segundo lugar Fuerza: Es la relación entre el rendimiento y lo que obtenga de este. En tercer lugar la valencia: Se refiere a la importancia que le dé el individuo a la recompensa que obtenga.

Desde la teoría social cognitiva Albert Bandura resalta la importancia que el individuo le da a sus objetivos, y metas.

Por otro lado, la autoeficacia presenta una gran relevancia en lo que concierne a la motivación, y Bandura (1986) define la autoeficacia como los pensamientos que tienen los sujetos sobre sus cualidades para realizar alguna acción, de acuerdo a ello se organizarán y realizará algunas acciones que finalmente lo conlleven a obtener algún beneficio o alcanzar alguna meta.

Entonces la autoeficacia cumple un rol importante entre los logros, la conducta posterior y las creencias en sus capacidades siendo este último el mejor

predicador de la conducta en modo real. Así Bandura (1977) explica que la percepción, creencia o juicio que tenga el individuo de su potencial para realizar determinada acción determinan la ejecución de esta.

López (2011) menciona que dentro del modelo de autoeficacia se encuentran dos tipos de expectativas:

- Expectativa de autoeficacia: como la confianza del individuo en su capacidad de ejecutar con éxito alguna actividad para obtener resultados.
- Expectativa de resultados: creencia de que una determinada acción o comportamiento lo llevará a un resultado.

Esta teoría nos lleva a entender que la creencia que tenga un individuo acerca de su capacidad para realizar determinadas acciones tiene un rol importante en los resultados que se obtengan. Así llevándolo al plano deportivo, encontramos que en el área de competencia aquellos que presentan mayor confianza en sus capacidades son aquellos que durante un momento de estrés, como lo es un evento de competencia, pueden discernir y tomar el control de la situación; llevando a cabo las estrategias que se habían planteado desde un inicio.

Desde un plano práctico y de la experiencia, en ocasiones, se escucha a muchos alumnos nuevos que recién se inician en su vida deportiva mencionar que “no pensaba ganar por esa razón no gané”, este es un pensamiento auto derrotista muy común en los deportistas que a veces es encubierto por una falsa confianza como lo menciona Jose Buceta y que se encuentra altamente relacionado al modelo planteado: autoeficacia.

Finalmente, se resalta la importancia, del modelo de Albert Bandura “La autoeficacia” como contribución hacia la psicología deportiva y sus beneficios para la comprensión e intervención de la motivación deportiva.

Clasificación de las características psicológicas en el rendimiento deportivo

En el rendimiento deportivo, la influencia de determinadas variables psicológicas interviene de manera importante tal como se explicó anteriormente. Un deportista de karate se enfrenta constantemente a momentos de estrés,

ansiedad entre otras reacciones normales, como consecuencia de las exigencias de los preparadores, del mismo deportista y de un ambiente competitivo. Es por ello, que es sumamente necesario contar con recursos emocionales o habilidades psicológicas que permitan al involucrado responder adecuadamente ante cada situación.

Así como para nosotros es importante la investigación de la psicología aplicada al área deportiva también lo fue para otros autores que investigaron cuales son las características psicológicas que se evidencian en el rendimiento deportivo.

Gould, Tammén, Murphy y May (1989) hicieron una recopilación de información a un grupo de expertos acerca de cuáles eran las características psicológicas más presentes en el rendimiento deportivo. En sus resultados, se encontró que las más presentes eran Motivación, concentración, ansiedad, estrés, confianza, visualización o práctica imaginaria, compromiso, establecimiento de objetivos o metas y la cohesión de equipo.

Carrascosa (2003) El consideraba ciertas habilidades en el desempeño en equipo entre las que se encontraban: atención y concentración, inteligencia deportiva, motivación, autoestima, autoconfianza, toma de decisiones, iniciativa, control emocional, tolerancia a la frustración, tolerancia al dolor, y la receptividad.

Por otro lado, Roffé (1999) considero 5 factores importantes en el rendimiento deportivo entre ellos tenemos a: control de la presión, concentración, confianza, motivación y cohesión grupal.

Para resumir López (2011) Realiza un resumen de los diferentes autores a lo largo de estos años que contribuyeron en la investigación de las características psicológicas en el rendimiento deportivo a continuación se presenta la tabla que el mismo realiza en su tesis doctoral sobre psicología deportiva.

Se evidencia el interés de los autores respecto a las variables psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo, manifestando cada uno su postura respecto a los factores que la influyen. La presente tabla permite evidenciar los inicios históricos y entender la evolución; el incremento y eliminación de factores poco relevantes llegando a tomar la forma actual de la primera variable. La cual

está conformada por cinco factores en la actualidad: Control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

Autores	Habilidades psicológicas
González (1966)	Relajación Activación Ensayo Mental Control de la atención Actitudes positivas y control del pensamiento Competitividad
Weingberd y Gould (1996)	Motivación Competitividad Control de la ansiedad Cohesión de grupo Comunicación Ensayo mental Autoconfianza Establecimiento de objetivos Concentración
Buceta (1998)	Establecimiento de objetivo Autoobservación y autoregistros Autoevaluación subjetiva del nivel de activación Evaluación objetiva del propio rendimiento Autoaplicación de técnicas de relajación y respiración Prácticas en imaginación Habilidades atencionales Aplicación de autoafirmaciones , autoinstrucciones y autoreforzos Habilidades para controlar cogniciones disfuncionales Identificación y consecución del nivel de activación optimo Preparación personal para la actuación en la competición y el entrenamiento Técnicas para la solución de problemas y toma de decisiones. Habilidades interpersonales Habilidades para la autorregulación y autocontrol en la competición y el entrenamiento.
Dasil (1999, 2004)	Motivación Control de estrés Autoconfianza Nivel de activación Atención y cohesión de equipo Atención y concentración
Carrascosa (2001, 2002, 2003)	Ajustes del nivel de tensión: Control de estrés y elevación del nivel de activación. Autoconfianza individual y colectiva Autocontrol emocional Automotivación Visualización o ensayo mental Cohesión de equipo Actitud competidora.

Figura 6: *Características psicológicas en el deporte por autores*

Nota Fuente: López (2011). La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en fútbol: habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente. (p. 145). Granada.

En el presente cuadro se evidencian las diferentes posturas de los autores acerca de las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo encontrando en todas estas postulaciones algunas similitudes como la atención y la concentración, la motivación, el ensayo mental y la cohesión de equipo. Evidenciándose, así que con el paso de los años se han podido plasmar con mayor certeza los factores que están comprendidos en nuestra primera variable.

Agresión

Dejó de ser una novedad, que en los medios de comunicación constantemente nos enteremos de diversas noticias que tienen como base la agresión. Nosotros, como ciudadanos somos conscientes de las constantes olas de agresión que contemplamos, es por ello que en el presente punto expondremos con gran amplitud la variable mencionada, con el objetivo de que se dé una investigación clara, precisa y contribuable a la sociedad.

1.3.3. Teorías que explican la agresión

1.3.3.1. Teoría etológica

Los etólogos, en general concluyen que los animales presentan un instinto agresivo pero con causa de sobrevivencia es decir es necesaria para su existencia.

Uno de los máximos representantes de la postura etológica menciona que Lorenz (1968) la agresión es un instinto que sirve para que la especie prevalezca en el tiempo. Además afirma que, el nivel de agresión humano es innata a la persona por tal razón puede evidenciarse espontáneamente, y no necesariamente por alguna provocación externa. De lo expuesto por Lorenz, se entiende a la agresión o la agresividad humana como una característica innata que aflora en cualquier instante y que necesita ser descargada. Entonces una manera de canalizarla es que el individuo libere la energía de

agresión de manera responsable, ya sea en actividades sociales, o deportivas.

Lodeiro (2001) ratifica lo expuesto basándose en el comportamiento animal y cita a Lorenz y Ardrey manifestando que estos construyeron una teoría en la que el ser humano presenta signos de agresividad como algo innato, por lo cual el hombre está compuesto desde su nacimiento.

Así mismo, Urdanibia (1979) cita a Lorenz mencionando que en el hombre hay factores que en todo momento podemos encontrarlo, por ejemplo: la ambición, la necesidad de aprobación social, entre otras situaciones permiten al individuo externalizar sus instintos agresivos. Además puntualizan en la principal diferencia entre un hombre y un chimpancé mencionando que la sobrevivencia de los seres humanos está marcada por hechos de violencia.

A través de lo citado se evidencia que para los postulantes de esta teoría las manifestaciones de agresión son innatas y territoriales; cuando dos animales desean el mismo territorio se inicia la agresividad trasladándolo a una concepción de la conducta agresiva en humanos esta se evidencia a través de conflictos; lo cual constituye un impulso instintivo.

Los postulantes de la teoría etológica mencionan el temor a lo extraño así lo manifiesta Álvarez y Ejea (2003) respaldan esta teoría mencionando que incluso desde los primeros meses de vida, se pueden apreciar el temor o el miedo a lo desconocido, incluso sin haber atravesado por experiencias significativas que lo condicionen a esta respuesta. Esto es una prueba clara de cómo nuestro sistema de defensa se activa primariamente sin necesidad de experiencia previa.

1.3.3.2. Teoría basada en las estructuras cerebrales

Existen diferentes opiniones acerca del porque y del origen de la agresión y sus diferentes manifestaciones, Chapi (2012) manifiesta que la teoría neurobiológica tiene como fundamento la explicación de la agresión en la explicación biológica fisiológica que estimula la respuesta violenta. Así mismo, manifiesta que las respuestas agresivas están centradas en el

sistema nervioso y sistema endocrino; esto incluye además a la norepinefrina, cíngulo, cuerpos mamilares, el hipocampo y la hipófisis.

En primer lugar, el porqué de la agresión es pluricausal y una simple correlación entre la disfunción cerebral y un acto violento es raramente posible, sin embargo algunos estudiosos y científicos mencionan que existe cierta predisposición a presentar tendencia a la agresividad.

Dentro de las investigaciones realizadas por Jara y Ferrer (2005) se evidencia la búsqueda del origen de la agresividad por los genetistas quienes reafirman que existe cierto porcentaje que puede poner en predisposición a un sujeto pero aun así existen otros factores que pueden inferir, así mismo investigan acerca de la conducta criminal en monozigotos y esquizofrénicos .

Esta teoría hace fundamental hincapié en la explicación de la conducta agresiva en cualquier ámbito desde el estudio de las conexiones sinápticas, neurotransmisores, entre otros.

Se describen los genes que se han descubierto en familias con tendencia a la agresividad y las alteraciones neuroquímicas, pero con el avance tecno científico también se ha expuesto que Jara y Ferrer (2005) sostienen que no existe específicamente un gen determinado o una estructura cerebral específica que expliquen la agresión, la violencia y otras manifestaciones de la agresividad.

1.3.3.3. Teoría de la frustración

Las relaciones sociales han sido estudiadas con el objetivo de entender o anticipar el comportamiento humano, y a pesar de las diferentes posturas respecto a esta teoría diversas investigaciones afirman que el ser humano puede ser asertivo con sus demás semejantes. Sin embargo, es interesante señalar que para esta teoría, la importancia que le da no solo a la presencia de impedimentos que nos conducirían al logro de una meta, sino que también cobra especial importancia la reacción emocional que se produce a nivel interno en la persona ante determinada dificultad. De esta manera, la conducta humana iría más allá de un simple estímulo frustrante,

y cobran especial relevancia las emociones, los sentimientos o los pensamientos.

La teoría de la frustración fue planteada por Dollard y Colbs en 1939, ellos fundamentalmente rechazan la hipótesis de que la agresividad se puede dar por instinto por el contrario sostienen que esta es originada por la frustración.

Y de esta manera Dollard, Miller, Doob, Mowrer & Sears (1939) defienden su teoría mencionando que la manifestación de agresión está relacionada a una frustración anterior. De tal manera, que cuando se da una situación activante, el individuo se manifiesta como un ser agresivo.

Respecto a lo mencionado, Chapi (2012) explica que la frustración se entiende como aquel impulso en la conducta que incrementa la agresividad en los seres humanos. Sin embargo, Miller, Sears, Mowrer, Doob & Dollard (1941) con el transcurso del tiempo analizan su teoría y replantean la hipótesis general, manifestando que existen casos donde el ser humano ha aprendido a controlar sus respuestas de forma no agresiva ante situaciones de frustración. De esta premisa, se entiende que el ser humano es un ente social, lo cual permite que el individuo canalice o reprima sus emociones negativas para evitar una manifestación de la conducta agresiva.

Y Muñoz (2009) concuerda con los autores, mencionando la relevancia de comprender que no solo la manifestación de agresión se da como consecuencia de una situación activante: frustración. Si no, que el propio individuo pasa por un proceso de entendimiento y comprensión de sus propios mecanismos internos que poseen los sujetos para canalizar dichas emociones, acercando a los seres humanos a un prototipo civilizado que tiene control de su pensamiento y emociones.

Aunque en ciertas circunstancias se puede dar el desplazamiento es decir la sustitución del origen de la frustración en otra cosa u /o persona. Desde el ámbito deportivo se puede entender esta teoría en situaciones en las que el deportista a pesar de varios intentos no logra el objetivo

propuesto, y puede repercutir en su vida personal y en sus relaciones interpersonales, mostrándose agresivo verbalmente. Sin embargo, existen ciertos factores que permiten a los seres humanos autorregularse, ante estas circunstancias.

1.3.3.4. Teoría social cognitiva

Desde la primera infancia, y desde que el individuo toma conciencia de su entorno se producen los primeros aprendizajes a través de la experiencia y del modelo de los padres. Es desde esta premisa que Albert Bandura inicia su teoría social cognitiva anteriormente llamada teoría del aprendizaje social.

Bandura (1973) manifiesta que un factor relevante que repercute en la emisión de la agresión son los modelos; ya que la conducta humana se espera de acuerdo a lo que haya sido expuesto, y a la vez los reforzamientos a los que haya sido sometido. Es decir, si en el individuo se han vivenciado escenas de violencia familiar u otros modelos desadaptados pueden provocar algunas tensiones que induzcan al afectado en la reproducción de este modelo en otro contexto.

Respecto a lo mencionado, Lodeiro (2001) toma la fuente y menciona " El argumento fundamental de la teoría de Bandura (1973,1977) es que las conductas que las personas muestran son aprendidas por la observación sea deliberadamente o inadvertidamente a través de la influencia, del ejemplo".

Es decir para que un individuo se manifieste agresivamente ha debido ser observado en otras personas o modelos y la recompensa de este.

En el transcurso de la explicación de Bandura y la agresividad se manifiesta (1989) explicando que su teoría no sólo se base en su primer experimento del muñeco bobo, donde se explica cómo los niños pueden aprender conductas agresivas, también nos explica acerca de la reciprocidad triádica como una causalidad multidireccional, no somos controlados por fuerzas ambientales o personales sino que, los diferentes

factores como la cognición, comportamiento, el ambiente, la influencia familiar entre otros afectan el comportamiento. En síntesis, ninguna de estas posee más fuerzas que la otra, Bandura (1989) los pensamientos afectan el comportamiento, los patrones del pensamiento y sus respuestas emocionales, además desde el factor personal también contiene las propiedades biológicas del organismo todas estas se influyen y juegan un rol importante en la adopción de conductas agresivas y no agresivas.

Bandura (1989) menciona la capacidad autorreflexiva dentro de su teoría haciendo fundamental hincapié en que no somos víctima de un condicionamiento o de distintos factores, sino que las personas pueden analizar las experiencias por las cuales pasan y preferir adoptar o no una conducta determinada. De acuerdo a lo mencionado el autor considera al ser humano como participe de su propia conducta porque posee la capacidad de discernir entre las distintas opciones que se le pueden ir presentando con el paso del tiempo.

Además Bandura (1989) incluye dentro de la teoría la capacidad simbolizadora como aquella donde los individuos pueden ser afectados por experiencias externas, es a través de los símbolos que las personas otorgan significado a las cosas. El pensamiento es una gran herramienta para el ser humano ya que estos suelen probar diferentes pensamientos y analizar sus consecuencias incluso sin haber pasado por estos.

Chapi (2012) manifiesta que nosotros principalmente aprendemos por la observación de otros modelos estas pueden ser por influencias familiar, culturales, y el modelamiento simbólico este último pretende explicar que no solo a través de la observación y la experiencia directa se puede incrementar la tendencia a la agresión. Llevándolo al plano deportivo, si un deportista viene siendo reforzado por un entorno familiar agresivo, un entrenador con tendencias agresivas e incluyendo algún reforzador social es muy posible que el deportista presente conductas agresivas.

La teoría del aprendizaje social actualmente conocida como la teoría social cognitiva postula que las personas aprenden nuevas conductas a través del refuerzo o castigo o por medio de la observación de algunos aspectos sociales con los que conviven. Esto significa que de acuerdo a las consecuencias hay una gran probabilidad que se imite y se adopte como modelo. Así lo sustenta Argemi y Iñiguez (2002) En la psicología social la teoría más sobresaliente que explica la agresividad humana es la postulada por Bandura. En esencia, esta teoría postula que un individuo puede adoptar una conducta por imitación; porque ha percibido que tales comportamientos son recompensados de este modo, sin embargo el autor también recalca que los individuos no son un conjunto de “afectados” por la situación, sino que poseen cualidades que permiten autoevaluar una situación y determinar mediante la simbolización si estos son adecuados o inadecuados.

Sin embargo, se entiende que si un deportista observa una situación donde la agresividad es reforzada puede presentar tendencias a la agresividad, pero no necesariamente este adoptará la conducta.

Lodeiro (2001) el individuo no necesariamente adquiere conductas agresivas ya que existen factores de autorregulación que permiten que el individuo pueda discernir. Esto importa mucho porque no todo lo que se aprende se realiza. Las personas pueden adquirir, retener y poseer la capacidad para actuar agresivamente, pero tal aprendizaje no necesariamente es acogido como conducta.

En resumen, la teoría social cognitiva propone que quien ha sido víctima de violencia o espectador tiene mayor probabilidad de ser un agresor que quienes no lo han experimentado. La agresividad se aprende a través de modelos en caso de haber sufrido violencia familiar u otros hechos que contengan agresividad y se puede evidenciar en las formas de afrontar diversas situaciones. Pero, así como el individuo puede sufrir distintas afectaciones también posee las herramientas para autorregularse. En el caso de un atleta, existen múltiples factores que pueden afectar su conducta deportiva y personal. Por ejemplo, un deportista que provenga de

un hogar disfuncional con antecedentes de violencia tiene cierta predisposición a repetir la conducta. Sin embargo, el autosistema del individuo le permitirá analizar, evaluar y actuar ante una situación demandante.

1.3.3.5. Teoría psicoanalítica

El representante de la teoría psicoanalítica fue Sigmund Freud quien explica la agresividad como aquello que hace parte de dicha lógica, lo cual se hace evidente en sus desarrollos Tótem y Tabú. Ángel (2007) son las teorías de las pulsiones las que permiten entender la agresividad como un impulso humano, y si este no logra sublimarlo u orientarlo hacia alguna meta, se da origen a la manifestación agresiva.

Freud hizo alusión en diferentes momentos de su obra al tema de las pulsiones lo cual no es sinónimo de instinto por el contrario es más cercano a impulso. Y por ello tenemos conocimiento del Eros y el Thanatos. Ángel (2007) menciona que el Eros son las pulsiones de la vida y el Thanatos las pulsiones de la muerte

De acuerdo a lo mencionado inferimos que la agresión puede ser dirigida a uno mismo o hacia los otros.

Muñoz (2009) opina sobre el psicoanálisis clásico y la relación con la agresividad humana, mencionando que esta se origina como una pulsión, la cual se va incrementando con el tiempo hasta que es necesario la canalización de esta y muchas veces se da en una sola descarga violenta. En resumen, la represión de la agresión puede llegar a causar serios problemas en la personalidad del individuo.

Por ello, no siempre estas pulsiones de agresividad son regulados por las normas, leyes o la cultura por el contrario siempre está latente y así lo afirma Ángel (2007) No siempre la cultura o las normas sociales logran repercutir en el estado emocional y conductual de un individuo en ocasiones existe una fuerza interna que lucha por salir a flote y manifestarse.

1.3.3.6. Teoría de la personalidad de Eysenck

Schmidt (2010) En los niños el proceso de adquisición de la conciencia y la moral se da mediante situaciones de evitación, la conciencia moral se incorpora en los niños mediante la evitación, los menores evitan las conductas que violan las normas, a través de dos mecanismos primero el condicionamiento clásico aversivo y el segundo el reforzamiento negativo.

En lo que refiere a la personalidad es definida por Eysenck Schmidt (2010) como un conjunto regularmente duradera del carácter, temperamento que le permitirá adaptarse en determinado contexto. Cuando nos referimos al carácter, es lo más estable de la personalidad, y el temperamento es lo más voluble y cambiante es decir menos estable.

Desde la agresión, la impulsividad está muy ligada ella y por esa razón Eysenck nos dio una perspectiva de la personalidad y la impulsividad, tratando de explicar el tipo de personalidad de un sujeto basándose en antiguos postulados para ello situó a la personalidad del individuo en dimensiones como son: extraversión, neuroticismo y psicoticismo, así lo sustenta Schmidt (2010) Los seres humanos se pueden catalogar desde tres factores: estabilidad, neuroticismo, y psicoticismo. De esta manera plantea que un sujeto no es solo extravertido, las tres dimensiones deben ser tratadas como categorías no excluyentes.

Schmidt (2010) por ejemplo, en el caso de un individuo que sea extrovertido se le puede atribuir características como ser sociable, asertivo, activo, despreocupado, dominante, espontáneo entre otras. Eysenck a través de lo mencionado destaca dos rasgos que son esenciales : actividad y sociabilidad.

Así mismo definió el neuroticismo como una dimensión relacionada a lo que conocemos como trastornos de ansiedad, del ánimo esto quiere decir que un individuo con alto nivel de neuroticismo se caracteriza por ser ansioso, tenso, irracional, deprimido, con baja autoestima y algunos sentimientos de culpa.

La teoría de Eysenck incluye una cuarta dimensión de personalidad: la inteligencia general o factor g Schmindt (2010) aquella dimensión donde se encuentra inmerso las características especiales.

Eysenck también plantea la explicación la agresión manifestando que ciertos rasgos de la personalidad (basadas en la biología).

Sala (2000) sostiene que la conducta agresiva tiene más probabilidad de darse cuando existen bases biológicas y una crianza social particular. Se encuentran casos de seres antisociales cuando existe como antecedente una crianza negativa en particular. (Eysenck, 1964). Se asumió que los individuos heredaron rasgos particulares de personalidad, junto con características asociadas del sistema nervioso autonómico y central.

1.3.3.7. Teoría sistémica

De acuerdo a Martin (2006) la teoría sistémica está fundamentada en la teoría general de los sistemas, la cibernética, los desarrollos de los pragmáticos de la comunicación y la psicoterapia familiar .Esto quiere decir que tuvo aportes de disciplinas que nutrieron el modelo sistémico y que son parte del cuerpo teórico de la teoría sistémica.

Martin (2006) respecto al sistema su concepto ha variado desde las diferentes posturas desde la que se observe, pero en general está en contra al reduccionismo, ya que las partes de este se influyen y si una parte de este logra “enfermarse” todo el sistema se enferma.

Salvo (s.f) Son elementos de interacción de difícil entendimiento y que constantemente se encuentra en interacción.

Esto quiere decir que existe relación entre los miembros del sistema por ejemplo la familia y que si uno está enfermo repercute también en los otros participantes del sistema.

Martin (2006) existe cierta causalidad entre las partes del sistema y a su vez el cambio se encuentra dentro de este. Esto quiere decir que los problemas de agresividad dentro del ámbito familiar pueden ser curados

dentro de su propio sistema, haciendo las observaciones que permitan entender el mantenimiento de este problema.

Así mismo dentro de la teoría sistémica se puede evidenciar un sistema cerrado y uno abierto, el primero tiene como característica esencial el hermetismo es decir no intercambia información con el medio a diferencia del sistema abierto que está intercambiando comunicación con otros sistemas o con el medio.

Martin (2006) La interrelación dentro de un sistema es muy bien conocido, uno repercute en el otro y si modificamos algún elemento este tendrá una consecuencia para el sistema provocando finalmente el cambio en todo el sistema.

Muñoz (2000) manifiesta que el clima familiar trae repercusiones en la vida de sus miembros ya que dentro del sistema el individuo se forma como ente social y adquiere distintas conductas que más tarde le permitirán adaptarse al medio, y de las creencias que tiene sobre el mismo y sobre su contexto social.

Martin (2006) En el modelo sistémico, en general, los síntomas se comprenden como un problema que se da en la familia, esto quiere decir que la atención no solo recae en el enfermo sino también en la familia en general o sistema.

Espinal, Gimeno y Gonzales (2003). Si nos imaginamos como conciben el modelo sistémico a la familiar, podríamos plasmar una red amplia con interconexiones entre todos los sujetos que pertenecen a esta, de tal manera que los resultados conductuales de los sujetos en su entorno social estarán directamente influidos por los primeros patrones conductuales plasmados por su entorno familiar.

En síntesis, cuando se habla de la familia como sistema se puede inferir que gran parte de las conductas agresivas presentes en niños y jóvenes en la actualidad, son producto del deterioro de la interacción familiar que conduce a deteriorar aún más dicha interacción.

1.3.4. Aspectos del deporte: Karate

La muestra con la que trabajaremos son atletas de alto nivel pertenecientes a la selección nacional de karate, mucho de ellos practicantes desde los 3 años de edad con una filosofía de vida aprendida desde la infancia y que llevan consigo hasta la actualidad, debido a ello es de relevancia tomar en cuenta el origen de este milenario arte marcial, ya que presenta una filosofía de vida muy diferente al restante de las otras artes marciales.

1.3.5. El Karate

Es un arte marcial y su significado literal es el camino de las manos vacías en alusión a que durante su práctica no se utiliza ningún tipo de armas. Inicialmente fue un arte de guerra, pero posteriormente se traslada a los centros educativos convirtiéndose en un arte formativo y disciplinario, pero a pesar de todos los cambios y de todos los estilos que puedan existir de karate, este es uno solo y nunca perdió su esencia. El siguiente punto a presentar es el origen del karate, con más detenimiento se expondrán algunos puntos relevantes de su historia.

1.3.5.1. Origen del Karate

Jimenez (2014) Menciona que el origen del karate se remonta a los años 5 y 6 A.C., épocas en las que se encuentran los antecedentes del karate, es en la India donde existía un tipo de lucha llamado Vajramushti o raza guerrera. Bodhidharma, se traslada desde la India a China con el objetivo de impartir conocimientos acerca del budismo Zen en el templo Shao-Lin (Shorin-ji).

Los conocimientos que impartió Bodhidharma son corroboradas por muchos historiadores como la base u origen del Kung Fu.

Ya dentro del Budismo se desarrollaron múltiples estilos de Kung Fu, en ese entonces habían dos templos: Shaolin y Fukien, quienes posteriormente fueron incendiados por el gobierno imperial Chino.

De este terrible evento solo 5 monjes escaparon pasando a ser conocidos como los 5 ancestros. Estos recorrieron su país enseñando formas de Kung Fu y es ahí que se conocen el tigre, dragón, leopardo, serpiente y grulla.

Valdivieso (2016) Y con esa influencia se queda un antiguo arte marcial llamado "TI", que hasta la actualidad se viene practicando por el sensei Onaga Yoshimitsu quien creó su escuela Shinjinbukan.

Pero, por las constantes guerras y diferencias que pasaba Okinawa. Posteriormente se dividieron tres líneas principales: las ciudades de Shuri, Naha y Tomari. Consecuentemente pasan a ser conocidos tres estilos básicos: Shuri-te, Naha-te y Tomari-te. A partir de estas líneas nacen los tres estilos principales de karate: Goju ryu, uesthi ryu y shorin ryu.

Jiménez (2014) Los estilos de karate netamente japoneses tienen su punto de partida en el Shuri-te. Shorei-ryu se fue haciendo popular debido al trabajo de Kanryo Higaonna.

La primera vez que se usa la palabra karate fue por Hanashiro del estilo Shuri-te, documento que fue encontrado en sus archivos personales.

La introducción del karate moderno en las instituciones educativas públicas fue por Funakoshi, tratando de que el karate fuera un karate para todos incluyó el aprendizaje de los katas en las actividades educativas, esta fue una de las grandes razones por la cual el karate se volvió más popular. Ya en el año 1906, se observó la primera exhibición. (Jiménez, 2014, 32-33)

En el proceso de colonización donde Japón quería que Okinawa fuera su colonia, se necesitó una preparación razón por la cual los soldados de las fuerzas armadas ingresaron a clases del maestro Funakoshi para incrementar su nivel técnico y aprender a luchar. Desde la otra parte, Valdivieso (2016) los que iban a ser colonizados (Okinawenses) lucharon para evitar esta situación, donde se

encontraban en desventaja debido a su estatura y su estructura física; razón por la cual modificando un sistema que ya conocían y lo practicaban; le ponen un nombre “Shorin ryu” induciendo el trabajo de la cadera, siendo esta la principal característica que distingue a este estilo de los demás.

Jiménez (2014) menciona acerca del significado del término karate que existían tres palabras en Kanji el primero era kara que significaba China y el segundo Te que significaba mano. Pero con el objetivo de darle popularidad, se cambió el primer significado por este otro que significaba vacía. En conjunto la definición sería Mano vacía.

1.3.5.2. Filosofía del Karate

Funakoshi (2006) El fundador del karate moderno en su libro de Karate Jutzu nos menciona que el karate viene a ser un proceso donde el practicante busca la propia superación relegando aquellos pensamientos que no sirven para una vida armoniosa, por el contrario busca constantemente la auto superación. Ello refleja, la gran importancia que le atribuía aquel maestro a la construcción de un ser armonioso es decir que viva en tranquilidad con el mismo y su entorno.

Así mismo, Jiménez (2014) menciona dos componentes esenciales: primero el factor humano y segundo el factor espiritual; ambos incrementarán el desarrollo personal. Atribuyendo a lo mencionado, el karate de por sí posee atributos que fomentan el incremento o el trabajo de estos factores como son la disciplina, el honor, la superación, y la armonía con el practicante mismo y con el entorno que lo rodea.

Desde que entra por primera vez un individuo al mundo del karate aprende la humildad, la cortesía, la constancia, el respeto, perseverar para alcanzar sus objetivos, cuando empieza a avanzar de grado va logrando más confianza en sí mismo fortaleciendo su autoestima, aprende a ayudar al nuevo cinturón blanco fortaleciendo su carácter. Cuando en un dojo llegan niños de temprana edad (3 años) más que

enseñar muchas técnicas nos orientamos a la formación personal de ellos; cuando estos logran establecer ciertas conductas necesarias para aceptar el karate en su mente y cuerpo se inicia un camino largo de aprendizaje mutuo donde no solo el alumno aprende sino también su sensei. Al pasar de los años un karateca no solo es karateca en su dojo, es karateca todo el tiempo recordando los principios que su sensei le enseñó y un punto relevante dentro de ello es el *dojo kun* que es una serie de preceptos que usualmente están pegados en la pared del dojo y que deben servir de guía para sus estudiantes y su propio sensei.

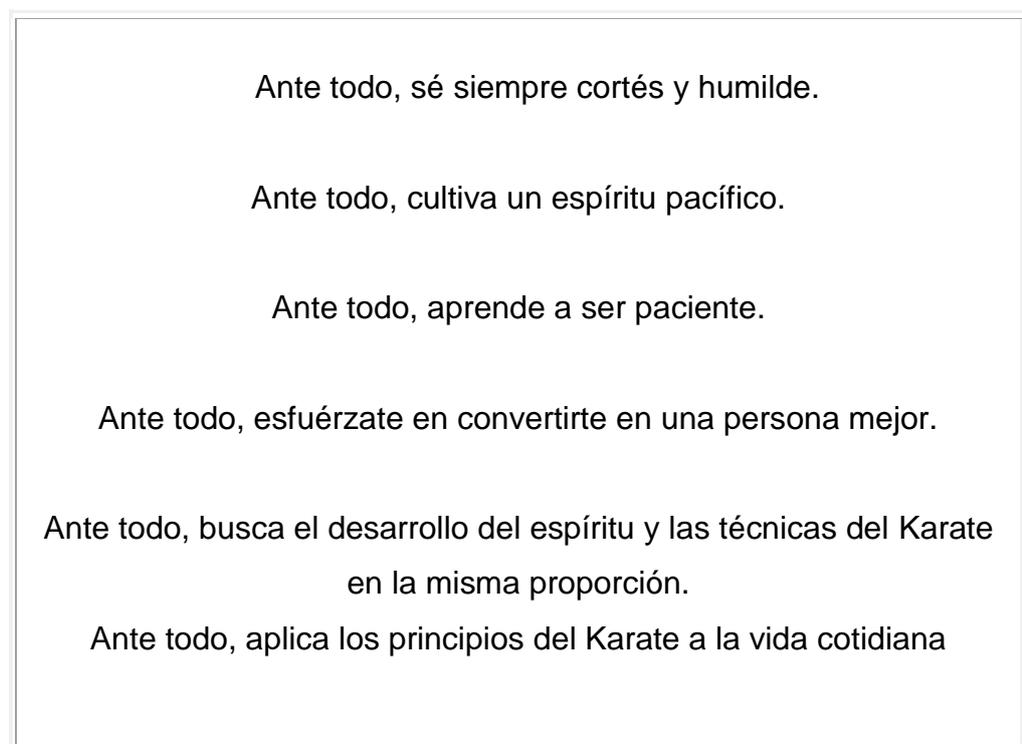


Figura 7: *Filosofía de vida del karateca, dojo kun.*

Nota Fuente: Nihon Karate Do (s.f). *Guia básica de estudio: Terminología de uso frecuente.* Recuperado de: <http://nihonkaratedo.cl/portal/wp-content/uploads/Gu%C3%ADa-de-estudio-1.pdf>

1.3.5.3. Beneficios del Karate

El karate como deporte es muy completo ya que aporta no solo a nivel físico sino también en el área psicológica. Muchos deportistas

empezaron su vida en el camino del karate desde temprana edad lo cual repercutió significativamente en su atención y concentración permitiéndoles no solo desempeñarse como buenos deportistas sino también como buenos estudiantes.

Cernuda (s.f) menciona al respecto que “El karate contribuye en potenciar la autoestima, la auto confianza y autoafirmación, mejora la capacidad de afrontar el estrés, y mejora el funcionamiento y la organización cerebral”. En Concreto, el karate tanto como deporte como arte marcial contribuye en la formación del karateca buscando que no solo se fortalezca físicamente sino también mentalmente.

En lo que respecta a la experiencia de los entrenadores, coinciden que con el transcurso del trabajo se empieza a evidenciar los cambios en su comportamiento entre el más resaltante: la disciplina, muchos niños que provienen de un hogar sin normas, aprenden a comportarse y respetar a la autoridad, siendo esta una de las principales razones por lo cual los padres buscan que sus hijos practiquen artes marciales, más que como un deporte de esfuerzo físico como un deporte de formación y disciplina.

1.3.6. Periodo Evolutivo: adolescencia.

El ser humano es un ente complejo que desde edades muy tempranas sufre cambios físicos y psicológicos, una de las etapas más complejas donde el individuo sufre los mayores cambios físicos y psicológicos es: la adolescencia.

Respecto a este periodo evolutivo, Silva (2009) menciona que la adolescencia es un periodo crítico de la vida, donde el individuo “sufre” cambios fisiológicos y psíquicos los cuales son evidentes en la forma de pensar, ello estimula las discusiones familiares.

De la misma manera, la OMS (s.f) aclara que la edad fluctúa entre los 10 a 19 años de edad, y se divide en dos etapas adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años.

Además, OMS (s.f) revela que en la adolescencia temprana se incrementa los cambios físicos estos son más acelerados, y se produce cambios psicológicos propios de la adaptación a la nueva imagen corporal, se inician las discusiones familiares por episodios de rebeldía, impulsividad y obstinación. El tipo de pensamiento en esas instancias es concreto aún (hasta 13 años), a los 14 años se producen fluctuaciones emocionales grandes que promueve las discusiones familiares, y empiezan a cuestionarse sobre el comportamiento y los valores.

Ya, en la adolescencia tardía OMS (s.f) se da la maduración biológica completa, el individuo empieza a aceptar su imagen corporal, presentan un tipo de pensamiento más adulto, disminuyen las discusiones familiares, su formación en valores es más estable y su moralidad se está consolidando.

Papalia, Wendkos y duskin (2009) mencionan que en la adolescencia una de las situaciones más complejas es la crisis de identidad donde el individuo busca su próxima ocupación, sus valores, y la identidad sexual. Este proceso produce cambios de humor, tornándose hostiles en su entorno social-familiar. Sin embargo, los adolescentes que atraviesen esta crisis agregan un nuevo valor a su repertorio conductual: la fidelidad, la ética y la moral.

1.4. Justificación de estudio

Las manifestaciones de la agresión en los adolescentes hace unos 20 años era un tema controlable por los mismos padres de familia. Sin embargo, en la actualidad, la conducta agresiva ha tomado un rol protagónico, involucrando no solo a los progenitores, sino también a las autoridades; siendo este tema de urgente intervención. Por tal razón, la población con la que se trabajó son individuos con preparación deportiva y psicológica que les permite encontrarse en un nivel deportivo alto, el cual a su vez nos permitió tener un resultado más “puro” acerca de cómo influye la implantación y entrenamiento de las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo en la conducta agresiva.

Es entonces que el interés científico de la presente investigación se basó principalmente en obtener información fidedigna sobre la relación que existía entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la conducta agresiva.

De la misma manera, se consideró relevante la presente debido a la información obtenida, de donde resalta como las características psicológicas involucradas en el alto rendimiento deportivo contribuyeron en la disminución de la conducta agresiva. Al respecto, Balacué (s.f) manifiesta que “El deporte puede ser un medio de catarsis de la conducta agresiva ya que se considera que el hombre civilizado no tiene bastantes salidas para sus necesidades de expresión de la agresividad”.

Por tal razón, el estudio contribuyó a profundizar el conocimiento sobre ambas variables, así como la diferencia que existe de acuerdo al tiempo de práctica en el deporte y el periodo evolutivo; siendo este un tema nunca antes investigado en nuestra realidad nacional.

Del mismo modo, brindó una revisión actual de las investigaciones realizadas anteriormente en otros países de Sudamérica, de teorías bases de la psicología del deporte y las contribuciones de esta en la sociedad peruana.

Respecto a la relevancia metodológica, la investigación que se realizó utilizó herramientas válidas y confiables. Así mismo, permitió establecer la relación entre las variables mencionadas con el fin de servir para futuras investigaciones en nuestro contexto nacional. El tipo de estudio fue descriptivo-correlacional debido a que buscó describir las variables y encontrar la relación entre ambas.

Por otro lado, se buscó despertar el interés científico y fomentar la innovación en las investigaciones posteriores con la finalidad de que se indague con diferentes variables y grupos heterogéneos, fortaleciendo así tanto la investigación peruana como la psicología del deporte. De esta partida, se promueve la realización de trabajos de corte experimental o comparativo, permitiendo a su vez enriquecer el trabajo e incrementar las repercusiones de beneficio social. Un

ejemplo de lo mencionado, sería la implantación de programas “psicodeportivos” para la prevención de la agresión en los adolescentes.

Como anteriormente se mencionó, el tema de investigación no había sido explorado en nuestro país, razón por la cual es de gran interés científico y social. El primero porque permitirá realizar siguientes investigaciones con diferentes características y la segunda porque permitirá realizar trabajos en la disminución de la conducta agresiva tema vigente que afecta actualmente a nuestra sociedad.

Además del carácter social, este estudio beneficia a la población estudiada ya que permitirá realizar un paneo de las características de los deportistas y así realizar también diferentes actividades que fortalezcan las áreas débiles en los representantes nacionales con miras a los próximos juegos panamericanos 2019 que se realizarán en Lima y a las próximas olimpiadas Tokio 2020 donde el deporte con el que se trabajó hará su primera participación a nivel olímpico.

A través de lo mencionado no solo se despierta el interés social y científico sino también el trabajo en psicología deportiva en el Perú. Finalmente, la presente investigación no perjudica aspectos éticos, los valores ni los derechos de los evaluados que se van a intervenir logrando así tener una investigación viable, ética, coherente y de contribución.

Es por lo expuesto que la situación antes descrita constituye el interés de la presente investigación y en ese sentido nos planteamos el problema general y los problemas específicos.

1.5. Formulación de problema

1.5.1. Formulación de problema general

¿Existe relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión, en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017?

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis general

H1: Existe relación inversa y significativa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

1.6.2. Hipótesis específicas

H2: Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

H3: Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

H4: Existe relación inversa entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

H5: Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

H6: Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de la agresión en los adolescentes según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo general

Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

1.7.2. Objetivos específicos

Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar la relación entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar el nivel predominante de las características psicológicas en el rendimiento deportivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

Determinar el nivel predominante de la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.

II.MÉTODO

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existía entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate. También se ha desarrollado un marco teórico donde se describen las teorías que explican dichas variables, para lograr este objetivo se ha llevado a cabo la investigación de bibliografía referente al tema, tesis nacionales e internacionales, revistas electrónicas, entrevistas con referentes nacionales sobre el tema. Así mismo, se ha realizado la operacionalización respectiva que permite el entendimiento de ambas variables

2.1. Diseño de Investigación

El presente estudio es cuantitativo, no experimental, de corte transversal.

Es cuantitativo debido a que Hernández, Fernández y Baptista (2014) se basa en una secuencia de pasos que conforman un proceso, todos los pasos que la componen debe llevarse a cabo, es por ello que las etapas se deben cumplir con el orden determinado. En el inicio se parte de una idea que con el tiempo va tomando objetivos y preguntas que a través de una revisión de información se compone el marco teórico. De las preguntas de investigación y los objetivos nacen las hipótesis y se dan las variables, para investigarlas se utiliza un tipo de diseño, posterior a ello se evaluarán estas variables en un contexto específico, se analizan los resultados a través de procesos estadísticos, se dan los resultados, conclusiones y finalmente las recomendaciones.

Es de tipo no experimental puesto que Hernández et al. (2014) no se manipulan las variables, en otras palabras es aquella investigación donde no se interviene de forma intencional para ver algún tipo de consecuencia en este o en la otra variable. Lo que se realiza es observar y medir en su contexto natural es decir cómo se encuentre. En síntesis, se realizará sin influir o manipular, esto quiere decir que son investigaciones donde no realizaremos ninguna acción para cambiar, incrementar o mejorar la variable independiente para ver consecuencias en la variable dependiente. Lo que en realidad haremos en un diseño no experimental es la observación natural, tal cual se da en su contexto de origen.

De corte transversal debido a que los diseños de investigación de corte transversal o también conocido como transeccional, porque recopilan información

en un único momento, su objetivo es describir y analizar su interrelación en un único momento. Los autores manifiestan que se asemeja a la toma de una fotografía porque refleja lo que es o fue en un momento dado (Hernández, et al. 2014, p.155).

2.1.1. Tipo de estudio

Esta investigación está basada en un estudio Descriptivo-Correlacional Hernández et al. (2014) mencionan que el estudio de tipo descriptivo busca señalar las propiedades, características o perfiles de los grupos intervenidos a través de un análisis.

En lo que respecta al estudio correlacional Hernández et al. (2014) expresan que en estos estudios inicialmente se mide cada variables y posteriormente se cuantifican, analizan y se establece las relaciones que existen, Este tipo de estudio tiene como objetivo dar a relucir la relación o como se vinculan estas variables en un contexto determinado.

Es decir lo que se busca con este estudio es poder medir la información de acuerdo a las variables planteadas y a la vez recoger toda la información que se pueda de las mismas. La presente investigación presenta un estudio descriptivo ya que busca describir cada variable y a la vez explicarlas , también presenta un estudio correlacional ya que busca identificar el grado de relación que existe entre un contenido con el otro tal como lo manifiesta Hernández et al.(2014) Mencionan que este tipo de estudio tiene como propósito medir el grado de relación que exista entre dos o más conceptos o variables, miden cada una de ellas y después, cuantifican y analizan la vinculación. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba, presentan un valor explicativo, aunque parcial, ya que el hecho de saber que dos conceptos o variables se relacionan aporta cierta información explicativa.

Entonces en nuestra investigación no solo estableceremos la relación que existe entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresividad sino que también describiremos ambas variables, siendo de esta manera una investigación con más contribución a la sociedad y a nivel científico.

2.2. Variables y operacionalización

2.2.1 Características psicológicas en el rendimiento deportivo

Definición conceptual

Moreno (s.f) Acción de carácter mental o procedimiento práctico con los cuales operan el pensamiento, tienen un sentido utilitario y nos permite dar una respuesta.

Definición operacional

Medición de la variable por medio del cuestionario (CPRD) características psicológicas en el rendimiento deportivo validado a través de prueba piloto.

Indicadores de la variable

Control de estrés:

- A) Temor a cometer un error.
- B) Temor a lesionarse
- C) Concentración
- D) Confianza

Influencia de la evaluación del rendimiento:

- A) Alto control del impacto de la evaluación
- B) Pérdida de concentración mientras evalúan su rendimiento o ante el fracaso
- C) Ansiedad ante la evaluación
- D) Motivación ante la evaluación
- E) emociones asociadas al juicio de experto

Motivación

- A) Motivación por la superación diaria
- B) Establecer metas y cumplirlas
- C) Relacionar al deporte con la vida diaria

E) Reconocer sus habilidades

Habilidad mental:

A) Establecer metas claras

B) Autoevaluación del rendimiento

C) Ensayo mental

D) Imaginería

E) Velocidad procesamiento

F) Autorregulación

Cohesión de equipo:

A) Relacionarse adecuadamente con los demás

B) Preocupación por el rendimiento de los demás

C) Espíritu deportivo.

Dimensiones

Control de estrés: (ítems 1, 3, 6,8,9,11,12,13,15,17,18,19,22,24,28,33,39,50)

Influencia de la evaluación del rendimiento: (ítems 14, 26, 31, 32, 38, 40, 42, 43, 47, 48, 49)

Motivación: (ítems 4, 27, 29, 30, 36, 45, 51)

Habilidad mental:(ítems 2, 7, 21, 23, 34, 37, 41, 44)

Cohesión de equipo: (ítems 5, 10, 16, 20, 25, 35)

2.2.2 Agresión

Definición conceptual

Bandura (1972) Conducta adquirida controlada por reforzadores, la cual es perjudicial y destructiva.

Definición operacional

Medición de la variable por medio del cuestionario de agresión de Buss & Perry.

Indicadores de la variable

Agresión física

- A) Golpes
- B) Poca tolerancia a la frustración
- C) Impulso por golpear a otro individuo
- D) Solucionan problemas a través de golpes

Agresión verbal

- A) Insultos
- B) Desacreditar
- C) Discusiones abiertas
- D) Amenazas
- E) Humillaciones

Hostilidad

- A) Evaluar negativamente a los demás
- B) Evaluar negativamente las cosas
- C) Mostrar desprecio
- D) Resentimiento
- E) Indignación

Ira

- A) Sentimiento posterior a la agresión
- B) No persigue una meta concreta
- C) Consecuencia de acontecimiento desagradable
- D) Se da por vulneración de derechos

Dimensiones

Agresión física (ítems 1, 5, 9, 13, 17, 21, 24, 27, 29)

Agresión Verbal (ítems 2, 6, 10, 14, 18)

Hostilidad (ítems 8, 16, 12, 26, 28, 23, 20, 4)

Ira (ítems 3, 7, 11, 15, 19, 22, 25)

2.3. Población y muestra

La población que se utilizó para esta investigación son adolescentes del género femenino y masculino de la selección peruana de karate, siendo en total una población de 60 individuos entre las dos categorías de competición de kata y kumite dentro de los cuales 60 son adolescentes y su edad está comprendida entre los 13 a 19 años de edad. La cantidad de esta población está sustentada, ya que son una población especial es decir se encuentran en constante evaluación para seleccionar a los participantes que representarán al Perú en los próximos campeonatos, participando de topes selectivos constantemente. Por tal razón, los pertenecientes a la selección nacional provienen de la costa, sierra y selva del Perú donde a través de competencias altamente rigurosas se obtienen 60 seleccionados nacionales, muestra altamente significativa por ser una selección a nivel del Perú

Para establecer la denominación de adolescentes nos guiamos de la OMS (s.f) donde menciona que la adolescencia es un periodo en el que el ser humano se desarrolla y su edad está comprendida entre los 12 a 19 años de edad, donde considerada adolescencia temprana de los 12 a 14 años y adolescencia tardía de los 15 a 19 años.

La muestra de esta investigación será la población total lo cual quiere decir que se utilizará a toda la población existente en ese momento, debido a que la cantidad de seleccionados nacionales es reducida pero significativa ya que perennemente se encuentran en evaluación para determinar quienes se encuentran en un óptimo rendimiento como para competir en el exterior o representar a su país es decir seleccionados nacionales.

2.3.1. Muestra

Hernández et al. (2014) mencionan que la muestra es grupo escogido de la población total que puede ser por distintas formas de muestreo. En nuestro caso, por ser una población pequeña y con características especiales, se utilizará una muestra censal entonces son 60 seleccionados adolescentes de la Federación Peruana de karate.

La muestra es de tipo censal ya que estará conformada por el total de la población adolescente a trabajar (Hernández et al. 2014)

2.3.2. Muestreo

No probabilístico-intencional ya que según Hernández et al. (2014) la elección de la cantidad o elementos a tomar en cuenta no se encuentran direccionados por un análisis probabilístico, sino que son escogidas por el criterio o conveniencia del investigador. Entonces el proceso no será mecánico ni basado en fórmulas.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

La técnica de recolección de datos fue la evaluación psicométrica la cual se refiere a la aplicación de instrumentos, siendo este un procedimiento estandarizado que posee reactivos organizada con el objetivo de que el evaluado reaccione a este. (Nunnally, J. y Bernstein, Y., 1995).

Para la presente investigación se utilizaron instrumentos psicológicos; para analizar la primera variable se utilizó el cuestionario de agresión de Buss y Perry el cual fue validado a nivel nacional en el año 2012, sin embargo para fines del estudio y por las características de la muestra se realizó una prueba piloto. El instrumento evalúa cuatro factores entre los que tenemos: Agresión física, agresividad verbal, ira y hostilidad. El cuestionario está compuesto por 29 ítems, y toma un tiempo aproximado de 10 minutos.

En segundo lugar se utilizó el Cuestionario de las características psicológicas en el rendimiento deportivo (CPRD) de origen Español por tal razón se realizó una prueba piloto. El CPRD está compuesto por factores, el primero control del estrés, el segundo influencia de la evaluación del rendimiento, la tercera motivación, el cuarto habilidad mental y el quinto cohesión grupal. Así mismo está compuesto originalmente por 55 reactivos pero por el proceso de adaptación se adoptaron 51 ítems. El tiempo estimado de aplicación es de 25 minutos. Es con los dos instrumentos mencionados que se llevó a cabo la

presente investigación con herramientas validadas y que arrojen resultados confiables y fiables.

2.4.1. Ficha técnica “CPRD”

Nombre del Cuestionario: “Características psicológicas en el rendimiento deportivo”

- Nombre del autor: Gimeno, Buceta y Llantada
- Particularidad: Instrumento de exploración psicológico
- Objetivo: Identificar las características psicológicas presentes en los deportistas evaluados.
- Estructuración: La prueba consta de 5 factores.
- Factor 1: Control del estrés
- Factor 2: Influencia de la evaluación del rendimiento
- Factor 3: Motivación
- Factor 4: Habilidad Mental
- Factor 5: Cohesión de equipo
- Características del cuestionario:
- Cantidad de preguntas: 51
- Escala tipo Likert
- Administración individual y colectiva
- Tiempo aproximado: 25 minutos
- Utilidad: Intervención psicológica en el área deportiva.
- Edad: 13 años en adelante

Calificación:

El instrumento CPRD cuenta con 51 reactivos los cuales evalúan control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, cada pregunta será corregida de acuerdo a la escala Likert:

(1) Completamente en desacuerdo	(2) Algo en desacuerdo	(3) Algo de acuerdo	(4) Completamente de acuerdo
---------------------------------	------------------------	---------------------	------------------------------

A través de ello y tomando en cuenta las puntuaciones inversas:

- 1,2,4,9,10,11,12,13,14,15,17,19,21,24,26,31,32,36,40,42,43,44,47,48,49

Se procederá a sumar los puntajes por factores arrojando puntajes directos por cada uno de ellos, a través de la validación y la confiabilidad que se realizó del presente cuestionario se establecieron los rangos para la población de esta manera se identificó las deficiencias en las características psicológicas para el rendimiento deportivo, regular características psicológicas para el rendimiento deportivo o altas características psicológicas para el rendimiento deportivo.

2.4.2. Validación y confiabilidad del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo.

El instrumento CPRD fue construido con el objetivo de identificar las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo, por esta razón Gimeno, Buceta y Iltanada tomó como punto de partida el Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS), este contenía factores interesantes pero al ser traducido y adaptado al idioma castellano se vieron en la necesidad de incluir 26 reactivos más que según los expertos cubrían algunos vacíos de la anterior prueba.

En lo que refiere a la confiabilidad utilizaron el alfa de cronbach arrojando un coeficiente de 0,85 (confiabilidad buena). Teniendo en cuenta las propiedades psicométricas del CPRD y de otras validaciones a nivel sudamericano y europeo que arrojan puntuaciones similares en lo que respecta a su confiabilidad; por ello en esta investigación en cuanto a las propiedades psicométricas de validez y confiabilidad se establecieron mediante una prueba piloto habiendo pasado por criterio de jueces (10 jueces), el V.Aiken y la prueba binomial. El objetivo de este proceso es cumplir con la normativa psicométrica y tener resultados válidos.

2.4.2.1. Validez

Como es bien conocido, el CPRD fue validado en el proceso de esta investigación y para ello se tomó en cuenta la validez contenido, para ello se siguieron pasos como: criterio de jueces (10) los cuales, son psicólogos del deporte, un psicólogo clínico, docentes psicólogos de psicometría, Instructores de karate con mínimo 20 años de experiencia, Árbitros nacionales, panamericanos e internacionales, un psiquiatra e instructor de karate a la vez y otros profesionales relacionados a la ciencia del deporte. A través de los criterios evaluados por ellos (dominancia, claridad, congruencia, tendenciosidad) se utilizó el V. Aiken el cual nos permitió depurar las preguntas que no se encuentran aptas para la aplicación en los individuos a evaluar y la prueba binomial para observar la concordancia entre los jueces.

2.4.2.2. Confiabilidad

La confiabilidad del CPRD se realizó por medio del alfa de Cronbach, el cual arrojó un alfa de .833 lo que permitió conocer que tan confiable es el instrumento en nuestra realidad nacional.

2.4.3. Ficha técnica Cuestionario de agresión de Buss y Perry

- Nombre del instrumento: Cuestionario de agresión (AQ)
- Autores: Buss y Perry (1992)
- País de origen: España
- Objetivo: Identificar el nivel de agresión
- Administración: Individual y colectiva
- Estructuración: La prueba consta de 4 dimensiones
- Dimensión 1: Agresión física
- Dimensión 2: Agresión verbal
- Dimensión 3: Hostilidad
- Dimensión 4: Ira
- Características del cuestionario:
- Cantidad de preguntas: 29

- Escala tipo Likert
- Administración individual y colectiva
- Tiempo aproximado: 15 minutos
- Utilidad: Identificación de casos de agresión
- Edad: 10 a 19 años

Calificación:

El instrumento cuenta con 29 reactivos los cuales evalúan agresión física, agresión verbal, hostilidad, e ira. Cada pregunta será corregida de acuerdo a la escala Likert:

Completamente falso para mí	Bastante falso para mí	Bastante verdadero para mí	Completamente verdadero para mí
-----------------------------	------------------------	----------------------------	---------------------------------

A través de ello se procederá a sumar los puntajes tomando en cuenta las preguntas inversas:

- 1,3,6,15,24

Arrojando puntajes directos por cada una de las dimensiones, y la suma de los puntajes directos de cada uno de ellos dará el puntaje directo total, a través de ello se los pasa a una tabla de baremos donde finalmente se escogerá el rango en el que se encuentra según la cantidad.

Distribución de ítems:

Dimensiones	Reactivos
D1:Agresión física	1,5,9,13,17,21,24,27,29
D2:Agresión verbal	2,6,10,14,18
D3:Hostilidad	4,12,16,20,21,26,28
D4:Ira	3,7,11,15,19,22,25

2.4.4. Validación y confiabilidad del cuestionario de agresión

El instrumento AQ fue construido en 1992 por Buss y Perry en el proceso de validación que se llevó aquí en Perú. Sin embargo, para fines de esta investigación se realizó la validación para la muestra (atletas de alto rendimiento).

2.4.4.1. Validez

Para el proceso de validación se siguieron los siguientes aspectos: criterio de jueces (10). A través de los criterios evaluados por ellos (dominancia, claridad, congruencia, tendenciosidad) se utilizó el V. Aiken el cual nos permitió depurar las preguntas que no se encuentran aptas para la aplicación en los individuos a evaluar.

2.4.4.2. Confiabilidad

La confiabilidad del cuestionario de agresión de Buss & Perry, se realizó por medio del alfa de Cronbach arrojando una puntuación de .772 y dos mitades de Guttman. Corroborando así la fiabilidad del instrumento en nuestra realidad nacional.

2.5. Método de análisis de datos

Para realizar las operaciones de ingreso de datos y procedimiento estadístico de los datos se utilizó el programa de SPSS 22.0 para Windows, siendo este un programa estadístico que permite el análisis de información y trabaja con grandes bases de datos. El programa de Microsoft Word 2010 que permite la redacción y descripción del presente trabajo, y el programa Excel 2010 que permite realizar el baseo de datos y el establecimiento de algunas tablas.

Para realizar la descripción de las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión se utilizó lo siguiente:

- a. **Análisis descriptivo:** Para el análisis descriptivo se elaboraron tablas de distribución de frecuencias, tablas de contingencia que relacionaron las dos variables.

- b. Análisis ligado a la hipótesis:** Para la constatación de la hipótesis, se utilizó la prueba de coeficiente de correlación de rho de spearman.

2.6. Aspectos éticos

El presente trabajo es original y verídico, es decir, no hubo plagio de ningún tipo. Los participantes contestaron los cuestionarios de forma voluntaria y se hace reserva de la identidad de cada uno de ellos. Así mismo se respetaron los valores éticos de confiabilidad y la discreción de los casos de agresión que se hallaron. La institución que permitió la investigación fue el Instituto Peruano del Deporte y la Federación Peruana de Karate, cumpliéndose con todos los parámetros establecidos, ya que posteriormente a la evaluación se dejarán los resultados a las autoridades correspondientes, que permitan el desarrollo de actividades para potenciar las bajas puntuaciones encontradas.

Así mismo, se ha respetado la propiedad intelectual de los autores por lo cual se citó cada texto o información empleada en la presente investigación respetando las normas de investigación científica.

En síntesis, se cumplen con todos los estándares de calidad, y los valores éticos del caso.

III. RESULTADOS

3.1. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

Tabla 1

Prueba de Kolmogorov- Smirnov para las características psicológicas en el rendimiento deportivo

		Control estrés	Evaluación rendimiento	Motivación	Habilidad Mental	Cohesión equipo
N		60	60	60	60	60
Parámetros normales ^{a,b}	Media	48.45	29.43	23.27	26.67	18.62
	Desviación estándar	7.941	5.404	3.118	3.155	2.408
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.076	0.101	0.159	0.114	0.182
	Positivo	0.062	0.101	0.09	0.085	0.116
	Negativo	-0.076	-0.095	-0.159	-0.114	-0.182
Estadístico de prueba		0.076	0.101	0.159	0.114	0.182
Sig. asintótica (bilateral)		,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}	,001 ^c	,052 ^c	,000 ^c

Las variables representan valores (sig) menores a 0.05 lo que demuestra que no se ajustan a una distribución normal por lo que la prueba de hipótesis se realizará con estadísticos no paramétricos, Rho-Spearman.

Tabla 2

Prueba de Kolmogorov Smirnov de la agresión

		Agresión física	Agresión verbal	Hostilidad	Ira	Suma Total agresividad
N		60	60	60	60	60
Parámetros normales ^{a,b}	Media	23.40	13.58	20.67	20.45	78.10
	Desviación estándar	5.969	2.993	5.824	6.091	14.633
Máximas diferencias extremas	Absoluta	.086	.173	.096	.116	.119
	Positivo	.086	.173	.096	.116	.119
	Negativo	-.068	-.107	-.056	-.069	-.057
Estadístico de prueba		.086	.173	.096	.116	.119
Sig. asintótica (bilateral)		,200 ^{c,d}	,000 ^c	,200 ^{c,d}	,043 ^c	,033 ^c

De la tabla 2, la variable agresión y sus dimensiones presentan (sig) menores a 0.05, lo que demuestra que no se ajustan a una distribución normal

por lo que la prueba de hipótesis se realizará con estadístico no paramétrico es decir Rho- Spearman.

Tabla 3

Correlaciones entre las características psicológicas en el rendimiento y la agresión

			Agresión
Rho de Spearman	Control de estrés	Coefficiente de correlación	-,319
		Sig. (bilateral)	.013
	Influencia de la evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	-,296
		Sig. (bilateral)	.022
	Motivación	Coefficiente de correlación	-.121
		Sig. (bilateral)	.359
	Habilidad Mental	Coefficiente de correlación	-,317
		Sig. (bilateral)	.014
	Cohesión equipo	Coefficiente de correlación	.200
		Sig. (bilateral)	.125

De lo planteado en el objetivo general, se evidencia que en la dimensión control de estrés y agresión existe una significancia que permite aceptar la existencia de una correlación entre ambas variables. De acuerdo a la puntuación obtenida se establece que existe una correlación inversa de tipo moderada; mientras que de acuerdo a la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento y agresión se observa una correlación inversa moderada baja. Sin embargo, la dimensión motivación y cohesión de equipo no se correlaciona con la variable agresión debido a que no cumple con la normativa de significancia.

Por otro lado, la dimensión habilidad mental se correlaciona inversa y moderadamente con la variable agresión, en resumen si existe una correlación entre la dimensión control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y la variable agresión. Estas correlaciones son inversas, lo cual explica que a mayor control de estrés, control de la evaluación del rendimiento y habilidad mental existe una disminución de la agresión en los atletas adolescentes de la selección peruana de karate.

Tabla 4

Correlación entre características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica.

		TP		Agresión total
Rho de Spearman	menor a 8 años	Control de estrés	Coeficiente de correlación	-.197
			Sig. (bilateral)	.306
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Coeficiente de correlación	-.091
			Sig. (bilateral)	.640
			Motivación	Coeficiente de correlación
		Habilidad mental	Sig. (bilateral)	.260
			Coeficiente de correlación	-.162
	Cohesión de equipo	Sig. (bilateral)	.400	
		Coeficiente de correlación	.059	
	8 años en adelante	Control de estrés	Sig. (bilateral)	.763
			Coeficiente de correlación	-.368
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Sig. (bilateral)	.041
			Coeficiente de correlación	-.294
			Motivación	Sig. (bilateral)
Habilidad mental		Coeficiente de correlación	-.272	
		Sig. (bilateral)	.139	
Cohesión de equipo	Coeficiente de correlación	-.384		
	Sig. (bilateral)	.033		
		Coeficiente de correlación	.334	
		Sig. (bilateral)	.066	

Se observa las correlaciones entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión de acuerdo a la cantidad de años practicando el deporte, desde iniciación y formación (menor a 8 años) hasta tecnificación y alto rendimiento (mayor a 8 años). Evidenciándose así que existen diferencias entre los deportistas que tienen menos de 8 años entrenando y los que tiene más de 8 años entrenando karate. De lo expuesto, se comprueba que los atletas evaluados con menos 8 años en práctica sus resultados no manifiestan correlación alguna entre las dimensiones de la primera variable y el constructo de agresión. Mientras que, los atletas que presentan un mayor tiempo de práctica determinan una correlación de tipo moderada baja y alta con la dimensión control de estrés y habilidad mental.

Tabla 5

Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión

Rho de Spearman			A.F	A.V	HOST.	IRA
	Control de estrés	Coefficiente de correlación	-.155	.045	-,307 [*]	-.166
		Sig. (bilateral)	.237	.733	.017	.206
	Influencia de la evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	-.048	.037	-,368 ^{**}	-.188
		Sig. (bilateral)	.714	.777	.004	.150
	Motivación	Coefficiente de correlación	-.124	-.079	-.078	-.058
		Sig. (bilateral)	.345	.546	.553	.661
	Habilidad Mental	Coefficiente de correlación	-.186	-.176	-.146	-,258 [*]
		Sig. (bilateral)	.154	.178	.267	.047
	Cohesión de equipo	Coefficiente de correlación	-.078	.076	,257 [*]	,292 [*]
		Sig. (bilateral)	.554	.565	.047	.024

Se advierte que existe una correlación inversa entre la dimensión control de estrés y la dimensión hostilidad, así mismo, se muestra una correlación inversa entre la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento y la dimensión de hostilidad, la correlación observada es de tipo moderada baja. Por otro lado las dimensiones habilidad mental y cohesión de equipo presentan una correlación moderada con la dimensión ira. Sin embargo, la correlación entre cohesión de equipo e ira es de tipo positiva, lo cual quiere decir que en los evaluados a mayor cohesión de equipo mayor manifestación de ira, puede estar relacionado a que los entrenamientos son competitivos y en el alto rendimiento de utilizan para obtener algún lugar con miras a una competencia externa y siempre el desempeño debe darse óptimo para ganar alguna plaza. La dimensión cohesión de equipo también se correlaciona positivamente con la dimensión hostilidad.

Tabla 6

Correlación entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica

TP				A.F	A.V	HOST	IRA
Rho de Spearman	menor a 8 años	Control de estrés	Coefficiente de correlación	-.104	.029	-.352	-.045
			Sig. (bilateral)	.590	.881	.061	.816
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	.167	.033	-.390*	-.135
			Sig. (bilateral)	.386	.864	.036	.486
		Motivación	Coefficiente de correlación	-.264	-.097	-.021	.004
			Sig. (bilateral)	.166	.618	.916	.986
		Habilidad Mental	Coefficiente de correlación	-.165	-.233	.193	-.179
	Sig. (bilateral)		.394	.225	.315	.352	
	mayor a 8 años	Cohesión de equipo	Coefficiente de correlación	-.072	.011	.261	.163
			Sig. (bilateral)	.710	.956	.172	.398
		Control de estrés	Coefficiente de correlación	-.190	-.006	-.232	-.333
			Sig. (bilateral)	.307	.972	.208	.067
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	-.281	-.036	-.343	-.298
			Sig. (bilateral)	.126	.846	.059	.104
Motivación		Coefficiente de correlación	.020	-.026	-.143	-.110	
	Sig. (bilateral)	.915	.890	.443	.556		
Habilidad Mental	Coefficiente de correlación	-.204	-.132	-.449*	-.345		
	Sig. (bilateral)	.272	.480	.011	.057		
Cohesión de equipo	Coefficiente de correlación	-.070	.234	.264	.495**		
	Sig. (bilateral)	.707	.205	.151	.005		

De acuerdo a los datos expresados en la presente tabla, se pone en evidencia que en los atletas que tienen menos de 8 años de práctica existe una correlación moderada inversa entre la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento y la hostilidad. Quiere decir que los atletas que tienen un alto control del impacto ante evaluaciones negativas en una competencia tienden a tener baja tendencia a calificar negativamente a las personas y a las cosas es decir baja hostilidad. Por otro lado, los datos observados en el grupo de karatecas con más de 8 años de práctica señalan que existe una correlación moderada inversa entre la dimensión habilidad mental y hostilidad. Finalmente, también se observa una correlación moderada positiva entre la cohesión de equipo y la ira.

Tabla 7

Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo

Edad				Agresión total
Adolescencia temprana	Rho de Spearman	Control de estrés	Coefficiente de correlación	-.024
			Sig. (bilateral)	.913
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	-.358
			Sig. (bilateral)	.086
		Motivación	Coefficiente de correlación	-.172
			Sig. (bilateral)	.422
Adolescencia Tardía	Rho de Spearman	Habilidad mental	Coefficiente de correlación	.007
			Sig. (bilateral)	.974
		Cohesión de equipo	Coefficiente de correlación	.347
			Sig. (bilateral)	.097
		Control de estrés	Coefficiente de correlación	-.543 ^{**}
			Sig. (bilateral)	.001
		Evaluación del rendimiento	Coefficiente de correlación	-.186
			Sig. (bilateral)	.286
		Motivación	Coefficiente de correlación	-.347 ^{**}
			Sig. (bilateral)	.041
		Habilidad mental	Coefficiente de correlación	-.415 ^{**}
			Sig. (bilateral)	.013
		Cohesión de equipo	Coefficiente de correlación	.106
			Sig. (bilateral)	.545

Se evidencia la relación de las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión total según la etapa de adolescencia en la que se encuentren, de ahí se obtiene que en la adolescencia temprana de 12 a 14 años los resultados comprueban que no existe correlación entre ninguna de las características psicológicas y la agresión; Sin embargo, en la adolescencia tardía de 15 a 19 años se comprueba la existencia de correlación entre las dimensión control de estrés obteniéndose una correlación moderada de tipo inversa con la variable agresión donde se entiende que a más control de las tensiones y demandas producidas por el entrenamiento y la competencia el individuo/ atleta presentará una disminución en la conducta agresiva. Así mismo, se evidencia la correlación entre las características psicológicas: habilidad mental, motivación y el constructo agresión.

Tabla 8

Correlación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de la agresión en los adolescentes según periodo evolutivo.

Edad				AF	A.V	HOST	IRA
Adolescencia temprana	Rho de Spearman	Control de estrés	Coeficiente de correlación	.141	.057	-.163	-.063
			Sig. (bilateral)	.512	.792	.446	.771
		Influencia de la evaluación del rendimiento	Coeficiente de correlación	-.031	-.231	-.288	-.429 [*]
			Sig. (bilateral)	.886	.278	.172	.036
		Motivación	Coeficiente de correlación	-.139	-.168	.255	-.106
			Sig. (bilateral)	.518	.432	.230	.621
		Habilidad mental	Coeficiente de correlación	-.134	-.258	.209	-.206
			Sig. (bilateral)	.531	.223	.328	.334
Cohesión de equipo	Coeficiente de correlación	-.053	.039	.434 [*]	.372		
	Sig. (bilateral)	.804	.857	.034	.074		
Adolescencia Tardía	Rho de Spearman	Control de estrés	Coeficiente de correlación	-.405 [*]	-.089	-.428 [*]	-.349 [*]
			Sig. (bilateral)	.016	.613	.010	.040
		Evaluación del rendimiento	Coeficiente de correlación	-.133	.107	-.443 ^{**}	-.191
			Sig. (bilateral)	.446	.542	.008	.273
		Motivación	Coeficiente de correlación	-.147	-.120	-.249	-.113
			Sig. (bilateral)	.399	.493	.149	.518
		Habilidad Mental	Coeficiente de correlación	-.206	-.066	-.368 [*]	-.278
			Sig. (bilateral)	.235	.707	.030	.106
Cohesión de equipo	Coeficiente de correlación	-.057	.233	.143	.325		
	Sig. (bilateral)	.746	.178	.414	.056		

De lo expuesto en la tabla, las correlaciones entre dimensiones de las variables: características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión; de acuerdo a la etapa de adolescencia en la cual se encuentre el atleta. Confirmándose así que dentro de la adolescencia temprana existe correlación entre la dimensión cohesión de equipo y hostilidad encontrándose que a más cohesión de equipo se desarrolla mayor hostilidad. Sin embargo, en la adolescencia tardía se evidencia que la dimensión control de estrés se correlaciona moderadamente con las dimensiones: agresión física, hostilidad e ira. Confirmándose que en los adolescentes mayores a 14 años tener un adecuado control de estrés ante las competiciones disminuye la tendencia a agredir físicamente a los demás, a juzgar negativamente al entorno, y actuar por venganza. Además, en esta etapa de la adolescencia, se encuentra que existe

una correlación moderada inversa entre la habilidad mental y la hostilidad. Sintetizando, un atleta estratégico, que plantee sus objetivos, utilice las herramientas necesarias para cumplirlos, presentará una disminución a calificar negativamente a sus pares y contexto; ya que trabaja en objetivos que lo involucren como actor de cambio y no desplaza ni atribuye la dificultades al entorno.

Tabla 9

Frecuencias y porcentajes de la dimensión de control de estrés

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	8	13.30%
Bajo	8	13.30%
Promedio	31	51.70%
Alto	9	15.00%
Muy alto	4	6.70%

En la presente tabla se aprecia que el 51.7% presenta nivel promedio de control de estrés, seguido de un 15.0% con nivel alto y un 13.3% con un nivel bajo y muy bajo. Evidenciándose así que el 50% de la población posee una capacidad promedio de hacer frente a situaciones que demandan estrés.

Tabla 10

Frecuencias y porcentajes de la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	10	16.7%
Bajo	2	3.3%
Promedio	37	61.7%
Alto	6	10%
Muy alto	5	8.3%

Se aprecia que el 61.7% presenta nivel promedio de influencia de la evaluación del rendimiento, seguido de un 15.0% con nivel alto y un 13.3% con un nivel bajo y muy bajo. Evidenciándose así que más del 50% de la población se

encuentra orientado a controlar las situaciones demandantes consecuente a una evaluación deportiva.

Tabla 11

Frecuencias y porcentajes de la dimensión motivación

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	2	3.3%
Bajo	5	8.3%
Promedio	39	65%
Alto	8	13.3%
Muy alto	6	10%

Como puede observarse en la tabla 11, el 65% de los evaluados presentan una motivación promedio, mientras que el 13.3% presenta un nivel de motivación alto y el 10% presenta un nivel muy alto de motivación. En resumen, la población evaluada presenta una tendencia a la motivación desde un nivel promedio hasta muy alto.

Tabla 12

Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidad mental

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	5	8.3%
Bajo	10	16.7%
Promedio	33	55%
Alto	10	16.7%
Muy alto	2	3.3%

La tabla muestra, que el 55% de la población evaluada presenta una habilidad mental promedio es decir que poseen la capacidad media de plantear objetivos, control del pensamiento e imaginación. Así mismo, existe un 16.7% de la población que presenta una habilidad mental baja, y un 16.7% de la población que presenta una capacidad mental alta. Ello quiere decir que existen dificultades percibidas por la población tomando en cuenta que son atletas de alto rendimiento.

Tabla 13*Frecuencias y porcentajes de la dimensión cohesión de equipo*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	6	10%
Bajo	7	11.7%
Promedio	24	40%
Alto	13	21.7%
Muy alto	10	16.7%

Se justifica que los puntajes más frecuentes respecto a la dimensión cohesión de equipo observándose así que 24 individuos de la muestra presentan un nivel promedio de cohesión de equipo, mientras que 13 evaluados presentan un nivel alto de cohesión de equipo. En resumen, los atletas evaluados presentan una tendencia de promedio a más en lo que respecta a la dimensión cohesión de equipo.

Tabla 14*Frecuencias y porcentajes de la dimensión agresión física*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	1	1.7%
Bajo	12	20%
Promedio	24	40%
Alto	17	28.3%
Muy alto	6	10%
Total	60	100%

Se aprecia que el 40% de la población presenta un nivel promedio de agresión física, y el 28,3% presenta un nivel alto de agresión física, así mismo el 20% de la población presenta un nivel bajo de agresión física. En resumen, existe una mayor concentración de atletas que presentan un nivel de agresión física promedio.

Tabla 15*Frecuencias y porcentajes de la dimensión agresión verbal*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	6	10%
Bajo	47	78.3%
Promedio	7	11.7%

De la tabla 15, se concluye que el 78.3% presenta un nivel bajo de agresión verbal y el 11.7% presenta un nivel promedio de agresión verbal. De la tabla se entiende que, los atletas presentan poca tendencia a responder o manifestar su frustración mediante la agresión verbal.

Tabla 16*Frecuencias y porcentajes de la dimensión hostilidad*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	3	5%
Bajo	11	18.3%
Promedio	30	50%
Alto	10	16.7%
Muy alto	6	10%

Del presente, se entiende que el 50% de la población evaluada presente un nivel de hostilidad promedio, mientras que el 16.7% presente un nivel alto evidenciándose así que en el grupo de atletas evaluados presenta tendencia a evaluar negativamente a su entorno.

Tabla 17*Frecuencias y porcentajes de la dimensión ira*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	5	8.3%
Bajo	5	8.3%
Promedio	38	63.3%
Alto	11	18.3%
Muy alto	1	1.7%

De la tabla, se justifica que el 63.3% de los deportistas evaluados presentan un nivel promedio de ira, es decir presentan sentimiento de irritación principalmente causada por sentimientos de indignación y enojo. El 18.3% presenta un nivel alto de ira, y el 8.3% presenta un nivel bajo y muy bajo de ira.

Tabla 18*Frecuencias y porcentajes de la agresión total*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	6	10%
Bajo	4	6.7%
Promedio	35	58.3%
Alto	7	11.7%
Muy alto	8	13.3%

En lo que respecta al total de agresión, el 58.3% de los atletas presentan un nivel promedio de agresión, el 13.3% presenta un nivel muy alto, seguido del 11.7% que presenta un nivel alto y finalmente el 10% presenta un nivel muy bajo.

IV. DISCUSIÓN

La presente investigación buscó explorar las variables psicológicas en el contexto deportivo e incrementar los conocimientos que se tengan de las habilidades y deficiencias psicológicas en la muestra estudiada (atletas de alto nivel). Por tal razón, se trazó como objetivo principal encontrar la relación que exista entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión.

En contraste con los estudios nombrados, y de los resultados obtenidos en la presente investigación se evidencia que existe una correlación moderada inversa entre la dimensión control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y la variable agresión, es decir a mayor control de variables externas e internas que pueden producir estrés y descontrol en el atleta se comprueba que existe una disminución en el nivel de agresión de los evaluados. Mientras que en la dimensión motivación y cohesión de equipo no se evidencia correlación alguna, lo cual puede ser explicada por distintos factores que afecten los niveles de motivación y cohesión de equipo como la edad, el contexto donde viven, el contexto deportivo, nivel sociocultural entre otras.

De lo encontrado existen otros resultados que coinciden y respaldan el presente, Rivera (2009) trabaja la influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol con adolescentes, donde concluye que existe una influencia de los deportes de combate en el incremento del autocontrol y la disminución de la agresividad, no solo es la práctica del deporte el que inhibe el nivel de agresión en el adolescente sino, que debe trabajarse desde una filosofía de la no agresión. En otras palabras, ambas funcionan como herramientas en la disminución de la agresividad y de posibles conductas delictivas, por ello recomienda la implementación de deportes de combate con una filosofía de no violencia en instituciones juveniles así como la promoción de estos.

En esa misma línea, León (2008) trabaja las conductas prosociales a través del deporte en una investigación de tipo experimental, concluyendo que existen diferencias por género y que finalmente los niveles de auto concepto y conductas prosociales se logran incrementar a través del deporte como herramienta.

Dado que la preparación del deportista de alta competición debe atravesar por una serie de etapas, a esto se agrega el tiempo mínimo requerido, la edad evolutiva, período de asimilación del régimen de entrenamiento, horarios rígidos sin dejar de mencionar los aspectos nutricionales.

Aun así, los atletas y los deportistas muchas veces son concebidos como ejemplo de salud, bienestar físico y psicológico sin embargo es ignorado que como todos los seres humanos pasan por etapas del desarrollo como es la adolescencia y por lo tanto también poseen ciertas características y cambios normales y esperados para su edad; por ello se entiende que existan diferencias entre los deportistas con mayor cantidad de años como atletas de alto rendimiento a otros deportistas que se encuentran en la primera etapa del alto rendimiento deportivo donde recién empiezan a asimilar conductas disciplinarias.

De ahí se origina el interés planteado en el objetivo específico uno, encontrándose que si existe correlación de las variables relacionadas al tiempo de práctica en el deporte. Cabe resaltar que no se comprueba la correlación con ninguna de las dimensiones de la primera variable y la agresión en deportistas que tienen menos de 8 años practicando. Mientras que, en deportistas con más de 8 años entrenando se pueden observar correlación inversa moderada entre las dimensiones control de estrés, habilidad mental y la agresión. En síntesis, los atletas con más experiencia en el deporte de competición presentan una tendencia a mayores niveles de control del estrés y habilidad mental, que no solo reciben entrenamiento con el psicólogo del deporte sino que el mismo roce competitivo regula los niveles de ansiedad por los que puede pasar un deportista teniendo repercusión en sus niveles de agresión. Un resultado similar al encontrado se da en el trabajo de López (2011) donde concluye que si hay diferencias psicológicas entre los deportistas profesionales y los no profesionales evidenciándose así que el alto rendimiento deportivo y el constante roce en competencias beneficia psicológicamente al deportista.

Con respecto al objetivo específico dos, se comprueba que existen correlaciones moderadas inversas entre algunas de las dimensiones, en el caso de la dimensión control de estrés se correlaciona moderadamente con la dimensión hostilidad, así como la dimensión influencia de la evaluación del

rendimiento se correlaciona inversamente con la dimensión hostilidad la cual se entiende porque a mayor control de factores externos, mayor confianza en el entrenamiento, manejo de la tensión y concentración se desarrollan habilidades que permiten al individuo procesar asertivamente un estímulo potencialmente agresivo como es la dimensión de hostilidad. Desde esa premisa, la dimensión habilidad mental presenta un correlación moderada con la dimensión ira, debido a que un atleta que tenga mayor gestión del tiempo, planificación de sus objetivos, sea más estratégico para tomar decisiones se limitará en situaciones de enojo o enfado.

Cabe resaltar, la correlación entre cohesión de equipo e ira es de tipo positiva, lo cual quiere decir que en los evaluados a mayor cohesión de equipo mayor manifestación de ira, considerando que los entrenamientos son altamente competitivos y en el alto rendimiento cada entrenamiento cuenta ya que se encuentran bajo supervisión del entrenador quien puede utilizar el desempeño para obtener algún lugar con miras a una competencia externa en el cual muy pocos son seleccionados por lo que el desempeño debe darse óptimo para ganar alguna plaza. La dimensión cohesión de equipo también se correlaciona positivamente con la dimensión hostilidad. Siendo un punto interesante de análisis para posteriores investigaciones.

En cuanto al tercer objetivo, se observó que en el caso de los atletas con menos de 8 años de práctica las dimensiones influencia de la evaluación del rendimiento y hostilidad se correlacionan inversamente en un rango moderado. Es decir, que desde ese tiempo de práctica los deportistas que poseen un alto control del impacto ante evaluaciones negativas, presentan baja tendencia a calificar o cuestionar negativamente a las personas y a su entorno en general. En lo que se observó, de los atletas con más de 8 años de práctica se comprueba la existencia de una correlación moderada inversa entre la dimensión cohesión de equipo y hostilidad. Por consiguiente, se entiende que con el transcurso de la experiencia que se tenga en el ámbito competitivo, se producen cambios en el repertorio conductual del individuo.

De acuerdo a lo fundamentado en el objetivo cuatro, se investiga la correlación entre ambas variables según periodo evolutivo: adolescencia

temprana y adolescencia tardía. Donde se comprueba que en la adolescencia temprana no existe correlaciones significativas entre ambas variables; sin embargo en la adolescencia tardía se observa correlaciones entre las dimensiones control de estrés, habilidad mental y motivación con el constructo agresión, de donde se entiende que debido a que los adolescentes en etapa temprana se encuentran en adquisición de conductas prosociales e iniciándose recién en el alto rendimiento presentan baja tendencia a disminuir sus impulsos agresivos a través de las características psicológicas que se den en el rendimiento deportivo.

El estudio realizado por (Papalia, 2011) respalda que el individuo adolescente atraviesa por etapas de conflictos y crisis por lo que su conducta se torna hostil y rebelde, sin embargo el propio proceso los conduce a dos caminos; primero si reflexiona sobre lo sucedido aprenderá y racionalizará, segundo, si no reflexiona sobre sus conductas lo conduce a manifestarse de forma “antisocial, opositorista, y desafiante de cualquier autoridad buscando permanente gratificación inmediata y centrada exclusivamente en sus deseos”. [...] Finalmente, el adolescente “paulatinamente, debiera ir adquiriendo mayores responsabilidades y tomando decisiones que repercutirán en su vida futura”.

De ahí, el interés por analizar si existen diferencias en la correlación según periodo evolutivo entre dimensiones. Los hallazgos entre las dimensiones en la adolescencia temprana apuntan a destacar que existe correlación entre cohesión de equipo y hostilidad de tipo directa destacando que en esos rangos de edades, a más cohesión de equipo, tienden a comportarse hostilmente. Sin embargo, un dato de gran relevancia es que en la adolescencia tardía se dan correlaciones inversas que concuerdan con la hipótesis general del presente estudio. La dimensión control de estrés se relaciona inversamente con agresión física, hostilidad e ira; mientras que la habilidad mental se correlaciona con la hostilidad. En síntesis, un deportista que presente más edad competitiva, y que se encuentre en adolescencia tardía presenta mayor capacidad para desarrollar cualidades psicológicas que disminuye su conducta agresiva, trabajando estratégicamente y orientado a trabajar en objetivos que lo involucren como actor de cambio y no desplaza ni atribuye las dificultades al entorno.

Del análisis de los resultados obtenidos por la investigación se comprueba lo que la teoría social cognitiva planteada por Albert Bandura destaca que si bien el modelaje es parte del aprendizaje del ser humano, existen múltiples factores que pueden determinar o no de manera positiva su desenvolvimiento conductual. Por ello, se encontró que si bien existen correlaciones entre las variables, existen diferencias según el tiempo de práctica y la etapa de la adolescencia siendo factores que Bandura toma como uno de los determinantes que interactúan en el acogimiento y repetición de determinada conducta.

Con respecto al sexto objetivo específico, el grupo de karatecas evaluado posee un nivel promedio de control de estrés explicado en el 52% de la población, también en influencia de la evaluación del rendimiento se observa un nivel promedio con el 62% de la población. Además, se advierte que en motivación, habilidad mental y cohesión de equipo la muestra se ubica en un nivel promedio. Es decir la población estudiada posee en rasgos generales un nivel promedio en las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo; sin embargo para esta muestra los resultados no son los esperados ya que por ser atletas de alto nivel necesitan optimizar sus herramientas psicológicas para así incrementar su rendimiento y llegar a su máximo potencial

Respecto al séptimo objetivo, el nivel de agresión encontrado en los adolescentes de la selección peruana de karate es promedio, en un 58% de la muestra estudiada. Un 40% presenta un nivel promedio de agresión física, sin embargo el 78.3% presenta un nivel bajo de agresión verbal. El 50% de la población posee un nivel promedio de hostilidad y finalmente el 63.3% posee un nivel promedio de ira.

Con referencia a lo mencionado, Papalia (2001) los resultados son coincidentes con la descripción del proceso psicológico por el cual pasa el adolescente enfatizando que se encuentra en búsqueda de su identidad por lo que experimentará dificultades emocionales y por ende sociales. El proceso de solución de estos conflictos contribuye a formar su forma de pensar y de relacionarse “El desarrollo emocional, además, está influido por diversos factores que incluyen expectativas sociales, la imagen personal y el afrontamiento al estrés”.

Lo señalado líneas arriba permite afirmar que se acepta parcialmente la hipótesis general planteada ya que existe relación entre el control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, la habilidad mental y la agresión.

Finalmente, la presente investigación fue de gran relevancia ya que los resultados obtenidos evidencian que existe una correlación entre 3 dimensiones de la primera variable y la conducta agresiva, lo cual es significativo para trabajar en contextos sociales vulnerables con el fin de incentivar la creación de programas deportivos desde un enfoque psicológico que contribuyan a la mitigación de la conducta agresiva en los adolescentes. Además, contribuyó a nivel investigativo por ser un tema inédito en el contexto nacional, por lo que los resultados son de importancia para incentivar futuras investigaciones con muestras más grandes, en otros deportes, y con diferentes variables que puedan captar interés profesional, investigativo-experimental y de contribución social.

V. CONCLUSIONES

1. Existen relaciones moderadas inversas entre las dimensiones control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y la variable agresión, es decir los deportistas que presentan capacidad para controlar agentes negativos, pensamientos irracionales, plantean adecuadamente sus objetivos, trabajan la visualización, presentan una disminución de la conducta agresiva.
2. Se comprueba y se concluye que existen diferencias en la correlación encontrada entre ambas variables donde se observa que los atletas que tienen menos de 8 años practicando sus resultados no se orientan a una correlación. Sin embargo, en los deportistas con más de 8 años de práctica se encontró una correlación inversa moderada baja entre la dimensión control de estrés y la variable agresión. Además se encontró una correlación inversa moderada alta entre la dimensión habilidad mental y agresión.
3. La dimensión control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento y hostilidad se correlacionan inversamente explicando que los atletas que mayor desarrollado tenga esas características psicológicas predice una disminución en el nivel de hostilidad. Además, las dimensiones habilidad mental, cohesión de equipo se correlacionan con ira. Sin embargo, se encuentra que la dimensión cohesión de equipo se correlaciona positivamente con hostilidad e ira, explicándose así que cuanto más nivel de cohesión exista en un equipo de atletas de alto nivel mayor tendencia actuar de manera negativa en su entorno deportivo y social.
4. Se demuestra que en los deportistas con menos de 8 años de práctica justifican una relación entre la influencia de la evaluación del rendimiento y hostilidad; mientras que los deportistas con más de 8 años en el deporte, presenta correlaciones entre las dimensiones cohesión de equipo e ira, habilidad mental y hostilidad.
5. Se evidencia las diferencias entre la relación de las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión total según la etapa de adolescencia en la que se encuentren.

6. Se encontraron significativas diferencias según el periodo evolutivo entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión.

7. Los atletas de la Selección Peruana de Karate presentan un nivel promedio en las dimensiones: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

8. Los seleccionados de karate presentan un nivel de agresión promedio.

VI. RECOMENDACIONES

1. Establecer programas preventivos-promocionales para la mitigación de la conducta agresiva desde un enfoque deportivo, donde no solo se desarrolle una sesión con el fin de canalizar energías sino que haga fundamental hincapié en lo encontrado en la presente investigación, es decir fomentando: control de estrés, control de la influencia de la evaluación del rendimiento y habilidad mental ya que se comprobó que estas variables disminuyen la tendencia a manifestar conductas violentas o agresivas.
2. Ser deportista de alta competencia es ser un modelo a seguir para los menores que se encuentran en etapa de base o iniciación, por tal razón se sugiere la permanencia del trabajo en deportistas que se encuentran en el periodo evolutivo temprano. Ya que, si bien es cierto existen diferencias significativas entre ambos grupos se encontró que con el trabajo continuo y entrenamiento que hasta la actualidad se viene dirigiendo por la federación peruana de karate se logra incrementar las habilidades psicológicas con el proceso del tiempo y por ende la disminución de la agresividad.
3. Se recomienda trabajar las características psicológicas específicas encontradas en las correlaciones significativas con el fin de disminuir las conductas antideportivas como la hostilidad y la ira.
4. Intervenir psicológicamente en las habilidades generales de los seleccionados menores de 15 años ya que son los que tienen mayores deficiencias en esta área.
5. Trabajar desde etapas de iniciación y tecnificación las características psicológicas en el rendimiento deportivo con el fin de que los deportistas que lleguen al alto nivel presenten habilidades que le permitan afianzar sus destrezas deportivas e incrementar al máximo su rendimiento.
6. Insistir en la intervención de la conducta agresiva en aquellos deportistas que se encuentran en la adolescencia temprana ya que están en instancias formativas y por ende tienden a captar mayor información que los beneficie deportiva y socialmente.
7. Insistir en la intervención psicológica en los atletas de la selección Peruana de Karate para incrementar y optimizar su rendimiento deportivo con miras a los próximos juegos Panamericanos 2019 a realizarse en nuestra casa (Lima, Perú) y

debido a que el karate se denominó deporte Olímpico en el 2016, el Perú participará por primera vez en modalidad de karate en los juegos Olímpicos 2020 en Tokyo.

7. Finalmente, invitar a los investigadores, entrenadores, entidades públicas y privadas a realizar estudios con diferentes muestras, con otros diseños de investigación tanto comparativos como experimentales, programas sociales, e intervención basándose en los resultados encontrados y trasladarlo a la intervención en medios sociales agresivos y no agresivos en modo de prevención y promoción de la salud mental. Cabe resaltar que no solo se debe dirigir los resultados para los psicólogos deportivos orientándolo en el deporte de alta competencia; si no en la realidad nacional que desde hace mucho clama una intervención eficaz en este problema latente que formo parte principal del planteamiento de esta investigación.

VII. REFERENCIAS

- Álvarez, A y Ejea, F. (s.f). *Aspectos psicológicos de la violencia en la adolescencia*. Recuperado de: <http://www.injuve.es/sites/default/files/art3.pdf>
- American Psychological Association. (2010). Manual de publicaciones de la American Psychological Association (3ª ed.). México, D.F.: El Manual Moderno.
- Andreu, J. (2010). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPI-A*. Madrid: TEA Ediciones S.A.
- Angel, M. (2007). La violencia en la familia: reflexiones a la luz. *Revista Ucn*. 2(2), 5-7. Recuperado de: www.revistavirtual.ucn.edu.com
- Argemi, M y Iñiguez, L. (2002). *La construcción social de la violencia*. Recuperado de: <http://ddd.uab.cat/pub/athdig/15788946n2/15788946n2a7.pdf>
- Arias, I., Cardoso, T., Aguirre, H. y Arenas, J. (2015). *Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto*. Recuperado de: <http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/ojs/index.php/psicogente/article/view/1206/1210>
- Balargue, G. (s.f). *Análisis psicológico de la agresividad en el deporte*. Recuperado de : http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=13104735&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=277&ty=150&accion=L&origen=bronco%20&web=www.apunts.org&lan=es&fichero=277v18n069a13104735pdf001.pdf&anuncioPdf=ERROR_publi_pdf
- Balargue, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia, España. Albatros Educación.
- Bandura, A. (1973). *Agresion: A social learning analysis*. Recuperado de: <http://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1973.pdf>
- Bandura, A. (1977): Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change, *psychological review*, 84, 191- 215.

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hill
- Bandura, A. (1989). Social cognitive theory. In R. Vasta (Ed.), *Annals of child development*. Greenwich, CT: JAI Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. Nueva York: Freeman
- Barrón, G. (s.f). *Focalización de la atención en los deportes individuales y de combate. Propuestas para el karate deportivo: kata y kumite*. Recuperado de: <http://www.karatetotal.com/documentos/atencionKataKumite.pdf>
- Becoña, E y Oblitas, L. (s.f). *Terapia cognitivo conductual: Antecedentes técnicas*. Recuperado de: http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE_03_1_terapia-conitivo-conductual-antecedentes-tecnicas.pdf
- Benítez, M. (2013). *Conducta agresiva en adolescentes del nivel medio del colegio nacional nueva Londres de la ciudad de nueva Londres*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://utic.edu.py/investigacion/attachments/article/78/Tesis%20completa.pdf>
- Block, B. (1981). *Imagery* Cambridge, MA. USA : MIT Press.
- Buceta, J.M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Buys, C.J. (1978). Humans would do better whitout groups. *Personality and social psychology Bulletin*, 4(6), 123-125.
- Callejas,A.(2005). *Técnicas cognitivos conductuales aplicadas a atletas de alto rendimiento*. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd89/cognit.htm>
- Carrasco, M y González, J. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Acción psicológica*, 4(2), 7-38. Recuperado de: <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/viewFile/478/417>
- Carrascosa, J. (2003). *Saber competir. Claves para soportar y superar la presión*. Madrid: Gymnos.

- Carron, A. (1982). Cohesiveness in sport groups: interpretation and consideration. *Journal of Sport Psychology*, 8(16), 4-120.
- Cauas, R. (2007, julio-agosto). El entrenamiento mental, año 1, núm. 1. Recuperado de <http://www.portaldeportivo.cl/>
- Cernuda, A. (s.f). *Beneficios de la práctica del karate*. Recuperado de: <http://karate.berabera.com/secciones/karate/img/documentos/LOS%20BENEFICIOS%20DE%20LA%20PRACTICA%20DEL%20KARATE.pdf>
- Cervelló, E. (2003). *Agresión y violencia en el deporte*. Recuperado de : http://www.dipalicante.es/formacion/es/menu/almacen/violencia_y_sociedad/mesa6/Eduardo_Cervello.PDF
- Chapi, J. (2012). *Una revisión psicológica a las teorías de la agresividad*. Recuperado de : http://www.google.com.pe/url?url=http://www.revistas.unam.mx/index.php/epi/article/download/30905/28638&rct=j&frm=1&q=&esrc=s&sa=U&ved=0CBMQFjAAahUKEwjU54T5j_bIAhWFwiYKHcmxBqU&sig2=eBYLQhcBw856Q7jpP_CqdQ&usg=AFQjCNE0AySxMIgY0RYp_uE5rg3AHcAQMq
- Chapi, L. (2012). *Una revisión psicológica a las teorías de la agresividad*. Perú: UNMSM.
- Chrousos, G.P. & Gold, P.W. (1992). The Concepts of Stress and Stress System Disorders. *Journal American Medical Association*. 267 (9), 1244-1252.
- Cipagauta, A; Méndez, E y Pérez, M.(s.f). *Tratamiento Cognitivo- Conductual: Una revisión teórica*. Recuperado de: apps.poligran.edu.co/informativa/Trabajo.aspx?ID=449
- Cipagauta, L., Méndez, E. y Pérez, M. (s.f). *Tratamiento Cognitivo- Conductual: Una revisión teórica*. Recuperado de: apps.poligran.edu.co/informativa/Trabajo.aspx?ID=449
- Cox, R. (2007). *Psicología del deporte conceptos y sus aplicaciones*. España: Editorial medica panamericana.

- Dardón, S. (2014). *Nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo (estudio realizado en la asociación de taekwondo de Quetzaltenango)*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Dardon-Silvia2.pdf>
- Dollard, J.; Miller, N. E.; Doob, L. W.; Mowrer, O. H. y Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid, España. McGraw-HILL.
- Dosil, J. y González-Oya, J. (2003). *Intervención psicológica en la iniciación deportiva*. En E.J. Garcés de Los Fayos (Coord.), *Áreas de aplicación de la psicología del deporte*. Murcia: Comunidad Autónoma de la Región de Murcia
- Espinal, I; Gimeno, A y Gonzales, F. (2003). *El enfoque sistémico en el estudio de la familia*. Recuperado de: <http://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>
- Fabián, O. (2001). *La Teoría Social Cognitiva de la Autoeficacia. Contribuciones a la Explicación del Comportamiento Vocacional*. Recuperado de: <https://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/olaz.pdf>
- Fernández Abascal EG (1997). *Estilos y estrategias de afrontamiento*. En EG Fernández Abascal, F Palmero, M Chóliz y F Martínez: *Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción* (pp. 189- 206). Madrid: Pirámide.
- Festinger, L., Schacter, S., & Black, K. (1950). *Social pressures in informed groups: A study of a housing project*. New York: Harare.
- Fisher, A. (1976). *Psychology of sport*. Palo Alto, CA: Mayfield.
- Funakoshi, G. (2006). *Karate Jutzu*. Barcelona, España: Editorial Hispano Europea S.A.
- García-Naveira, A. y Ruiz Barquín, R. (2013). *La personalidad del deportista: una revisión teórica desde la perspectiva de rasgos / The personality of the athlete: a theoretical review from the perspective of traits*. *Revista*

- Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13 (51), pp. 627-645. Recuperado de: [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista51/artpersonalidad337.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista51/artpersonalidad337.htm)
- Garrido, E. (2000). *Albert Bandura: Voluntad Científica*. Recuperado de: <http://stanford.edu/dept/psychology/bandura/pajares/BanduraGarrido.PDF>
- Gimeno, F., Buceta, J. y Pérez-Llanta, M. (2007). *Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo*. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 19(4), pp. 667-672. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72719420>
- Gimeno, F., Buceta, J. y Pérez-Llanta, M. (2001). *El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas*. Recuperado de: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/aps/v19n1/v19n1a09.pdf>
- Gomez, J. (2000). *Entrenamiento en técnicas cognitivo-conductuales para la elevación de rendimiento en un equipo deportivo*. Recuperado de: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-33232000000200014
- González, J.M. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid: Biblioteca Nueva
- Gould, D., Tammen, V., Murphy, S y May, J. (1989). *An examination of U.S. Olympic sport psychology consultants and the services they provide*. *The sport psychologist*, 3, 300-312.
- Guillén, F. (s.f). *Problema emergente en el deporte competitivo infantil: el estrés de los jóvenes deportistas*. Recuperado de: http://www.personales.ulpgc.es/fguillen.dps/docs/El_estres_de_los_jovenes_deportistas.pdf

- Guillén, N. (2007). *Implicaciones de la autoeficacia en el rendimiento deportivo*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/801/80103903.pdf>
- Guzmán, J.M. (2013). *Propuesta metodológica para desarrollar habilidades sociales y disminuir las conductas agresivas a través de la práctica deportiva del taekwondo para los alumnos del curso de quinto año básico de la escuela "Luis Muñoz Burboa", sector agüita de la perdiz, concepción*. (Tesis de maestría). Recuperado de: <http://www.taekwondofenixchile.cl/wp/wp-content/uploads/2013/05/Tesis-4%C2%B0-Dan-Javier-Guzm%C3%A1n-2013.pdf>
- Hernández, R, Fernández, C y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª. ed.) México: McGraw Hill Interamericana Editores. S.A. de C.V
- Instituto nacional de estadística e informática. (2016). Informe técnico n°2 junio 2016. Recuperado de : https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-tecnico-n02_seguridad-ciudadana-oct2015-mar2016.pdf
- Instituto Peruano del Deporte. (2016). *Estadísticas deportivas del instituto peruano del deporte, primer trimestre 2016*. Recuperado de: http://sistemas.ipd.gob.pe:8190/secgral/Transparencia/info_estadistica/boletines/bol_est_2016-1.pdf
- James, W. (1890). *The principles of psychology*. New york: Henry Holt and Company.
- Jara, M y Ferrer, S. (2005). *The genetics of Violence*. Recuperado de: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071792272005000300003&script=sci_arttext
- Jiménez, A. (2014). *Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican karate en la confederación deportiva autónoma de guatemala, en el departamento de sacatepéquez*. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Jimenez-Alma.pdf>

- Jiménez, A. (2014). *Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala, en el departamento de Sacatepéquez*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Jimenez-Alma.pdf>
- Larraguibel, E. (s.f) *Enfoques cognitivos*. Recuperado de: <http://biblioteca.uahurtado.cl/UJAH/Reduc/pdf/pdf/015-31.pdf>
- Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1984 / 1986). *Stress, appraisal and coping / Estrés y procesos cognitivos*. Nueva York / Barcelona: Springer / Martínez Roca.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986): *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- León, D. (2008). *Motivación de conductas prosociales a través del deporte*. (Tesis Doctoral). Recuperado de: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10212/leon.pdf;sequence=1>
- Lodeiro, D. (2001). *La violencia simbólica, instrumental y directa en el sistema educativo y en los centros escolares: propuestas de investigación-acción* Madrid universidad complutense. Recuperado de: [:http://biblioteca.ucm.es/tesis/edu/ucm-t25292.pdf](http://biblioteca.ucm.es/tesis/edu/ucm-t25292.pdf)
- Lodeiro, D. (2001). *La violencia simbólica, instrumental y directa en el sistema educativo y en los centros escolares: propuestas de investigación-acción*. (Tesis doctoral no publicada). Universidad Complutense de Madrid.
- López, I. (2011). *La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en fútbol: habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente*. (Tesis de doctorado) Recuperado de: <http://hera.ugr.es/tesisugr/20688568.pdf>
- Lorenz, K. (1968). *Sobre la agresión*. México: Siglo XXI
- Loza, M. (2010). *Creencias docentes sobre conductas agresivas de los niños en la institución educativa de educación inicial*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/424/LO>

ZA_DE_LOS_SANTOS_MERCEDES_CREENCIAS_DOCENTES.pdf;jsessionid=7B8493BA5F5B6357AAAABE97F7DC9778?sequence=1

- Maldonado, L., Martín, I. y Chiroso, L. (2015). *Análisis de las características psicológicas y la toma de decisiones en un grupo de nadadores*. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10(1), 49-56.
- Martin, C. (2006). *Panorámica de la terapia sistémica*. Recuperado de: <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo33.pdf>
- Martínes, C. (s.f). *La ansiedad en el deporte y su aplicación práctica en el atletismo*. Recuperado de: <http://www.aamoratalaz.com/articulos/ADAPA05.pdf>
- Martinez, G, Celis, A y Ramírez, I. (2012). *Teoría "X" y teoría "Y"*. Recuperado de: <http://prof.usb.ve/lcolmen/Trabajo-Grupo2-seccion-01.pdf>
- Matalinares, M., Yaringaño, J., Uceda, J., Fernández,E., Huari, Y., Campos, A. y Villavicencio, N. (2012). *Estudio psicométrico de la versión española del cuestionario de agresión de Buss y Perry*. Recuperado de: http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/Investigacion_Psicologia/v15_n1/pdf/a9v15_n1.pdf
- McEwen, Bruce S.T (2000). The neurobiology of stress: from serendipity to clinical relevance. *Brain Research*, (886,1-2), 172-189.
- Miller, N. E.; Sears, R. R.; Mowrer, O. H.; Doob, L. W. y Dollard J. (1941). The frustration aggression hypothesis. *Psychological Review*, 48, 337-342.
- Moreno, A. (s.f). *Las habilidades psicológicas en el deporte: diagnóstico en una muestra de entrenadores de escuelas de formación deportiva de Ibagué*. Recuperado de: <http://edu-fisica.com/Revista-10/LAS%20HABILIDADES.pdf>
- Morillo, M. (2014). *Efectos de la fatiga en la capacidad atencional de jugadores de basketball*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC114265.pdf>
- Muñoz, F. (2000). *Adolescencia y agresividad*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://biblioteca.ucm.es/tesis/19972000/S/4/S4017401.pdf>

- Muñoz, F. (2000). Adolescencia y agresividad. (Tesis Doctoral). Recuperado de:
<http://biblioteca.ucm.es/tesis/19972000/S/4/S4017401.pdf>
- Muñoz, F. (2000). *Adolescencia y violencia*. Recuperado de:
<http://biblioteca.ucm.es/tesis/19972000/S/4/S4017401.pdf>
- Muñoz, M. (2009). Incidencia del acoso escolar en alumnos de 4º y 6º de Educación Primaria en colegios de la ciudad de Vigo (Tesis doctoral). Universidad de Salamanca, Salamanca.
- Nava, A. (2009). Elementos a considerar en la motivación de personal en las bibliotecas. (Tesis de licenciatura). Recuperado de:
<http://www.filos.unam.mx/LICENCIATURA/bibliotecologia/textos-apoyo-docencia/nava-olmos-anastasia.pdf>
- Navlet, M. (2012). *Ansiedad, estrés y estrategias de afrontamiento en el ámbito deportivo: un estudio centrado en la diferencia entre deportes*. (Tesis doctoral). Recuperado de: <http://eprints.ucm.es/15771/1/T33813.pdf>
- Nideffer, R.M. (1976). Test of Attentional And Interpersonal Style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(3), 281-290.
- Nideffer, R.M. (1977). Test of Attentional And Interpersonal Style: Interpreter's manual. San Diego (CA): Enhanced Performance.
- Nihon Karate Do (s.f). *Guía básica de estudio: Terminología de uso frecuente*. Recuperado de: <http://nihonkaratedo.cl/portal/wp-content/uploads/Gu%C3%ADa-de-estudio-1.pdf>
- Nunally, J. y Bernstein, Y. (1995). Teoría psicométrica. 2ª ed. España. McGraw-Hill.
- Organización Mundial de la Salud. (s.f). Desarrollo de la adolescencia. Recuperado de:
http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- Orlick, T. (2003). *Entrenamiento mental: como vencer en el deporte y en la vida gracias al entrenamiento mental*. Recuperado de:
<http://www.imd.inder.cu/adjuntos/article/421/Entrenamiento%20Mental.pdf>

- Ortega, J. (s.f). *Karate do historia estilos y creadores*. Recuperado de:
<https://karateveracruz.files.wordpress.com/2011/02/historia-karate-dai.pdf>
- Papalia, D (2001): *Psicología del desarrollo*. Bogotá: McGraw-Hill.
- Papalia, D. (2011). "Desarrollo Humano" Editorial Mc Graw Hill, Bogotá, Colombia.
- Papalia, D., Wendkos, S., Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo*. México, D.F: Mcgraw-hill interamericana.
- Paz, D. Y Rivera, M. (2004). *Sociología del deporte: violencia y deporte*. Recuperado de:
http://museodeljuego.org/wpcontent/uploads/contenidos_0000001362_docu1.pdf
- Pereira, M. (2009). *Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo*. *Revista educación*. 1(2), 171-190. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Pitrich, P. (2006). *Motivación en contextos educativos. Teoría, investigación y aplicaciones*. Madrid: Pearson-Prentice Hall
- Quijano, S y Ríos, M. (2015). *Agresividad en adolescentes de educación secundaria de una institución educativa nacional, la victoria – Chiclayo*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de:
http://tesis.usat.edu.pe/jspui/bitstream/123456789/541/1/TL_QuijanoSignoriStephanie_RiosFernandezMarcela.pdf
- Quintero, J. (s.f). *Teoría de las necesidades de Maslow*. Recuperado de:
<file:///C:/Users/ADVANCE/Downloads/Teor%C3%ADa%20de%20Maslow.pdf>
- Rivera, L. (2009). *Influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes*. Tesis licenciatura en educación. Recuperado de:
http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/UMTESIS/Tesis_Educacion/Adm_recreacion_deportes_2010/LRiveraPerez_08122009.pdf

- Rivera, L. P. (2009). *Influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/UMTESIS/Tesis_Educacion/Adm_recreacion_deportes_2010/LRiveraPerez_08122009.pdf
- Roffé, M. (1999). *Psicología del jugador de fútbol. Con la pelota hecha cabeza. Ensayos, teorías y experiencias*. Buenos Aires: Lugar.
- Russell, L. (1993). *Agresión y violencia en el deporte*. Recuperado de: www.dip-alicante.es/formacion/es/menu/...y.../Eduardo_Cervello.PDF
- Sala, V. (2000) *Factores Biopsicosociales como generadores de Violencia*. I Congreso Virtual de Psiquiatría 1 de Febrero - 15 de Marzo 2000 [citado: 25 de octubre]; Conferencia 32-CI-E: [22 pantallas]. Recuperado en: http://www.psiquiatria.com/congreso_old/mesas/mesa32/conferencias/32_ci_e.htm
- Salvo, J.(s.f). Teoría familiar sistémica. Recuperado de: http://www.psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/int-teorias_TEORIA_FAMILIAR_SISTEMICA.pdf
- Schmidt, V., Firpo, L., Vion, D., De Costa, O., Casella, L., Cuenya, L., Blum, G.D., y Pedrón, V. (2010). Modelo Psicobiológico de Personalidad de Eysenck. *Revista internacional de psicología*, 11(2), 4-10. Recuperado de: <http://www.revistapsicologia.org/index.php/revista/article/view/63>
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life*. N.Y.: McGraw-Hill.
- Servera, M y Escudero, J. (2003). *La utilización del TAIS en el ámbito deportivo*. *Revista de psicología del deporte*, 59(5), 55. Recuperado de: <http://www.rpd-online.com/article/viewFile/40/40>
- Silva, J. (2009). *Temas en adolescencia*. Lima, Perú: Julio Silva Cruz
- Urdanibia, J. (1979). *El basilisco*. Recuperado de: <http://fgbueno.es/bas/pdf/bas10705.pdf>
- Valdivieso, H. (2016). Entrevista personal. 25 de Octubre del 2016.

- Vealey, R & Greenleaf, C. (2001). Seeing is believing: Understanding and using imagery in sport. USA: J.M. Williams (Ed).
- Vidaurreta, L. y Rojas, L. (2013). *Investigación cognitivo conductual en el baloncesto femenino cubano de alto rendimiento*. Avances de la Psicología del Deporte en Iberoamérica, 2(2), 35-48.
- Weinberg, R y Gould, M. (1996). *Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.
- Weinberg, R.S y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y esfuerzo físico*. Barcelona: Ed. Ariel
- Weinberg, R.S y Gould, D. (2007). *Fundamentos de psicología del deporte y esfuerzo físico*. España: Ed. Medica Panamericana.
- Williams, J. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca nueva

ANEXOS

CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Edad	
Género	
Tiempo de práctica	

Marque con una aspa la respuesta que se asemeje a tu pensamiento, respondiendo con la mayor sinceridad posible recuerde que **NO HAY RESPUESTA CORRECTA O INCORRECTA.**

RESPUESTAS

1= Completamente en desacuerdo

2 =Algo en desacuerdo

3 =Algo de acuerdo

4 =Completamente de acuerdo

Si se encuentra en duda respecto a una pregunta marque la que más se asemeje a su realidad.

Completamente en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Completamente de acuerdo
-----------------------------	--------------------	-----------------	--------------------------

N°	REACTIVOS	ALTERNATIVAS			
		1	2	3	4
1	Suelo tener problemas para concentrarme mientras compito				
2	Mientras duermo, suelo "darle muchas vueltas" a la competición (o al partido) en la que voy a participar.				
3	Tengo una gran confianza en mi técnica				
4	Algunas veces no me encuentro motivado(a) por entrenar.				
5	Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.				
6	Rara vez me encuentro tan tenso(a) como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.				
7	A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o de empezar a jugar en un partido)				
8	En la mayoría de competiciones (o partidos) confío en que lo haré bien.				
9	No se necesita mucho para que se debilite la confianza en mí mismo(a).				
10	Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).				
11	A menudo estoy, "muerto(a) de miedo" en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o en un partido).				
12	Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.				
13	Cualquier pequeña lesión o mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mí mismo.				
14	Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).				
15	Durante mi actuación en una competición (o en un partido) mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.				
16	Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.				
17	Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o en un partido).				
18	Gasto mucha energía intentado estar tranquilo(a) antes de que comience una competición (o un partido).				
19	Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.				
20	Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.				
21	Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me "veo" haciéndolo como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión.				
22	Generalmente, puedo seguir participando con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.				
23	Cuando me preparo para participar en una prueba (o para jugar un partido), intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.				
24	Mi confianza en mí mismo(a), es muy inestable.				
25	Cuando mi equipo pierde me encuentra mal con independencia de mi rendimiento individual				
26	Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me siento muy ansioso.				
27	En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.				
28	Soy eficaz controlando mi tensión.				
29	Mi deporte es toda mi vida.				
30	Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día.				
31	A menudo pierdo la concentración durante la competición (o durante los partidos) como consecuencia de las decisiones de los árbitros o jueces que considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo.				
32	Cuando cometo un error durante una competición (o durante un partido) suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien que esté entre los espectadores.				
33	El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a).				
34	Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100% en lugar de objetivos que no dependan solo de mí.				
35	Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.				
36	No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.				
37	En las competiciones (o en los partidos) suelo animarme con palabras pensamientos o imágenes.				
38	Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.				
39	Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una				

	competición (o de un partido).				
40	Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.				
41	Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado).				
42	A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.				
43	Me preocupan muchas las decisiones que respecto a mí, pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).				
44	No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que debo corregir o mejorar.				
45	Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.				
46	Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamientos y cada competición (o partido).				
47	Mi confianza en la competición (o en el partido) depende en gran medida de los éxitos o los fracasos en las competiciones anteriores.				
48	Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.				
49	Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir, negativamente en mi concentración durante la competición.				
50	Suelo confiar en mí mismo(a) aún en los momentos más difíciles de una competición.				
51	Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.				

Anexo b

Cuestionario de Agresión (AQ)

Edad: _____ Género: _____

INSTRUCCIONES

A continuación se presentan una serie de afirmaciones con respecto a situaciones que podrían ocurrirte. A las que deberás contestar escribiendo un aspa “X” según la alternativa que mejor describa tu opinión.

CF = Completamente falso para mí

BF = Bastante falso para mí

VF= Ni verdadero, ni falso para mí

BV = Bastante verdadero para mí

CV = Completamente verdadero para mí

Reactivos	CF	BF	VF	BV	CV
01. De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona					
02. Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos					
03. Me enojo rápidamente, pero se me pasa en seguida					
04. A veces soy bastante envidioso					
05. Si se me provoca lo suficiente, puedo golpear a otra persona					
06. A menudo no estoy de acuerdo con la gente					
07. Cuando estoy frustrado, muestro el enojo que tengo					
08. En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente					
09. Si alguien me golpea, le respondo golpeándole también					
10. Cuando la gente me molesta, discuto con ellos					
11. Algunas veces me siento tan enojado como si estuviera a punto de estallar					
12. Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades					
13. Suelo involucrarme en las peleas algo más de lo					

normal					
14. Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo evitar discutir con ellos					
15. Soy una persona apacible					
16. Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas					
17. Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago					
18. Mis amigos dicen que discuto mucho					
19. Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva					
20. Sé que mis «amigos» me critican a mis espaldas					
21. Hay gente que me provoca a tal punto que llegamos a pegarnos					
22. Algunas veces pierdo el control sin razón					
23. Desconfío de desconocidos demasiado amigables					
24. No encuentro ninguna buena razón para pegar a una persona					
25. Tengo dificultades para controlar mi genio					
26. Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas					
27. He amenazado a gente que conozco					
28. Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto qué querrán					
29. He llegado a estar tan furioso que rompía cosas					

Anexo c

Prueba piloto para el cuestionario Característica psicológicas en el rendimiento deportivo

Tabla 19

V. Aiken del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo.

P	J1	J2	j3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	V Aiken
1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0.8
2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0.9
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.9
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
9	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0.4
10	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0.8
11	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.9
12	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0.8
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
15	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0.3
16	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0.8
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
20	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.9
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
22	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0.8
23	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0.8
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
26	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0.8
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
28	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0.8
29	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0.9
30	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.9
31	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0.8
32	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0.2
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
35	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0.8
36	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.9
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0.9
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
39	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0.8
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
41	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0.4
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
43	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0.9
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
45	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.9
46	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.9
47	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0.9
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
49	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
50	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0.7
51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
52	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
53	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0.9
54	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
55	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.9

En la presenta tabla, se observan los resultados del proceso de validez de contenido a través de la V. Aiken, para llegar a los resultados evidenciados. En primer lugar, fue evaluado por criterio de jueces donde se tomó en cuenta el dominio del constructo, claridad, congruencia y tendenciosidad. Con ello, se procesó a través de la V. aiken donde según la evidencia se eliminan 4 ítems del cuestionario: 9, 15, 32 y el 41. Quedando finalmente, 51 preguntas con 5 dimensiones.

Tabla 20

Prueba binomial

		Significación exacta (bilateral)
VAR00001	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00002	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00003	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00004	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00005	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00006	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00007	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00008	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00009	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00010	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	

En la presente tabla, se evidencia la prueba binomial, la cual mide la validez de contenido de un instrumento, por tanto si la significancia es menor 0.005 quiere decir que existe concordancia entre los criterios de jueces. En la presenta tabla todas las significancia son menores a 0.001 es decir la prueba es válida.

Tabla 21*Confiabilidad α de Cronbach*

Alfa de Cronbach	N de elementos
.833	51

La tabla 3, muestra que el α de Cronbach del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo es de 0.833, lo que indica que la prueba tiene un elevado índice de confiabilidad por consistencia interna y que todos los ítems del cuestionario covarían entre sí.

Tabla 22*Baremos del cuestionario Características psicológicas en el rendimiento deportivo.*

Niveles	Pc	C.estrés	E.Rendimiento	H.Mental	Motivación	C.Grupal
Muy Bajo	1					
	2					
	3	0-37	0-21	0-12		0-11
	4					
	5					
	6	38-39				
	7		22-23	13	0-21	12,-15
	8					
	9					
Bajo	10		24	14-20	22-24	16
	15	40-43				
	20		25			17
Promedio	25	44	26			
	30	45			25	
	35	46	27	21-22		
	40	47	28		26	18
	45	48				
	50	49-50	29	23		
	55				27	
	60	51-52	30	24		19
	65	53 – 54	31		28	
	70	55		25		
Alto	75		32		29	
	80		33-34		30	
	85		35	26		20
Muy Alto	90	56- 59	36		31	
	91					
	92					
	93		37-38			21
	94					
	95					
	96	60-62				
	97		39-40	27	32	
	98					
	99		41-43	28 a más	33 a más	22 a más

En la tabla, se observa las puntuaciones del baremo creado para el cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo, donde se evidencian los puntajes en bruto al lado derecho y a su izquierda los puntajes convertidos a centiles, posterior a ello se tienen los rangos para clasificar las puntuaciones obtenidas en los resultados.

Tabla 23

Baremos del cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo.

	D1	D2	D3	D4	D5
Muy bajo	0-39	0-23	0-13	0-21	0-15
Bajo	40-43	21-25	14-20	22-24	16-17
Promedio	44-55	26-32	21-25	25-29	18-19
Alto	56-59	35-36	26	30-31	20
Muy alto	60-72	37-44	27-28	32	21-28

En la presente tabla, se encuentra los puntajes convertidos a centiles y su categoría correspondientes al lado izquierdo. Existen 5 categorías de resultados y los rangos oscilan entre Muy bajo y alto.

Piloto Cuestionario de agresión de Buss y Perry

Tabla 24

V. Aiken

P	J1	J2	j3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	V Aiken
1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0.9
2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0.9
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1.0
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
9	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1.0
10	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1.0
11	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
12	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1.0
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
15	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1.0
16	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1.0
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
20	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0.9
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
22	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0.9
23	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1.0
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
26	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1.0
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1.0
28	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1.0
29	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1.0

En la presenta tabla, se observan los resultados del proceso de validez de contenido a través de la V. Aiken, para llegar a los resultados evidenciados. En primer lugar, fue evaluado por criterio de jueces donde se tomó en cuenta el dominio del constructo, claridad, congruencia y tendenciosidad. Con ello, se procesó a través de la V. aiken donde según la evidencia no se elimina ninguna pregunta tomando el cuestionario su forma inicial para aplicar la prueba piloto.

Tabla 25

Prueba Binomial

		Significación exacta (bilateral)
VAR00001	Grupo 1	.000
	Total	
VAR00002	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00003	Grupo 1	.000
	Total	
VAR00004	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00005	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00006	Grupo 1	.000
	Total	
VAR00007	Grupo 1	.000
	Total	
VAR00008	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00009	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	
VAR00010	Grupo 1	.000
	Grupo 2	
	Total	

En la tabla, se evidencia la prueba binomial donde todos las significancias arrojan un puntaje menor a 0.005. Ello quiere decir que existe concordancia entre los criterios de jueces, es decir la prueba es válida.

Tabla 26*Confiabilidad α Cronbach*

Alfa de Cronbach	N de elementos
.772	29

Tabla 27*Baremo del cuestionario de agresión*

Niveles	Pc	Agr.verbal	Agr.Física	Hostilidad	Ira	Total	
Muy Bajo	1						
	2						
	3					0-52	
	4						
	5						
	6						
	7		0-13	0-10	0-12	0-12	53-58
	8						
	9						
Bajo	10	14	11-16	13	13		
	15	16	17	14-15	14-15	59-61	
	20	17				62-64	
Promedio	25	18		16-17	16-17	65-66	
	30		18	18	18	67-69	
	35	19-20		19-20	19-20	70-71	
	40					72-74	
	45			21	21		
	50		19			75	
	55		20-21			76-79	
	60	21					
	65	22-23		22-23	22-23	80-84	
70		22	24	24			
75	24				85-87		
Alto	80		23-24	25	25	88	
	85	25-28	25	26	26	89-94	
	90	29	26	27-29	27-29	95	
Muy Alto	91						
	92			30-32			
	93				30-32	96-97	
	94						
	95		27		33		
	96						
	97	31		33		98-101	
	98						
	99	35	28-30	34a a más	34a más	102-104	

En la tabla 6, se observa las puntuaciones del baremo creado para el cuestionario de agresividad, donde se evidencian los puntajes en bruto al lado derecho y a su izquierda los puntajes convertidos a centiles, posterior a ello se tienen los rangos para clasificar las puntuaciones obtenidas en los resultados.

Tabla 28

Baremo cuestionario de agresividad

	D1	D2	D3	D4	Total
Muy bajo	0-13	0-10	0-12	0-12	0-58
Bajo	14-17	11-17	13-15	13-15	59-64
Promedio	18-24	18-22	16-24	16-24	65-87
Alto	25-29	23-26	25-29	25-29	88-95
Muy Alto	31-36	27	30-32	30	96-145

En la presente tabla, se encuentra los puntajes convertidos a centiles y su categoría correspondientes al lado izquierdo. Existen 5 categorías de resultados y los rangos oscilan entre Muy bajo y alto.

Tabla 29

Estadísticos descriptivos de las características psicológicas en el rendimiento deportivo.

	Control del Estrés	Influencia de la evaluación del rendimiento	Motivación	Habilidad Mental	Cohesión Equipo
Media	48.45	29.43	23.27	26.67	18.62
Mediana	48.50	29.00	24.00	27.00	19.00
Moda	44 ^a	29	24	25 ^a	20
Desviación estándar	7.941	5.404	3.118	3.155	2.408
Varianza	63.065	29.199	9.724	9.955	5.800
Asimetría	-.151	.142	-1.561	-.268	-1.014
Curtosis	-.443	.456	3.784	-.368	1.552

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

De la tabla 1, se observa que la dimensión control de estrés presenta una de las medias más altas (48,45) que en la muestra estudiada significa que se ubica en el rango promedio según el baremo de la primera dimensión; mientras que la puntuación más baja es la de cohesión de equipo, la cual presenta una media de 18.62 ubicándola en el rango promedio. Así mismo, la dimensión control

de estrés presenta una mediana de 48,50, la dimensión motivación 24, influencia de la evaluación del rendimiento 29, habilidad mental 24 y finalmente la dimensión cohesión de equipo 19; todas las puntuaciones mencionadas se refieren a que los datos obtenidos son el punto medio o división entre los resultados recaudados a través de la investigación. Además, en la dimensión control de estrés se encuentra una moda de 44 como la más alta de las dimensiones y cohesión de equipo con una moda de 20 como la puntuación más baja, sin embargo ambas se refieren a cuál es la respuesta que más se frecuenta en la muestra. De la misma manera, la primera dimensión de la variable presentó una desviación estándar de 7,941 ello quiere decir que este número delimita las fluctuaciones encontradas entre las puntuaciones.

En lo que respecta a la asimetría, la dimensión control de estrés (-,151), habilidad mental (-.268) dimensión influencia de la evaluación del rendimiento (.142) se encuentran dentro del rango de -0.5 a +0.5 entonces se acepta que la distribución es simétrica es decir la distribución de las cantidad respecto a la media son equivalentes. Por el contrario la dimensión de motivación (-1.561) y cohesión de equipo (-1.014) por ser puntajes menores a -0.5 presentan una curva asimétricamente negativa, en resumen los valores de dichas dimensiones se tienden a reunir más a la derecha de la media. Respecto, a la curtosis de la primera dimensión (-,443), y Habilidad mental (-.368), ambas menores a -0.5 lo cual significa que existe una baja concentración de valores alrededor de la media o también llamada curtosis platicúrtica. Mientras que, motivación y cohesión de equipo presentan puntuaciones mayores a 0.05 lo cual significa que existe una gran concentración de valores alrededor de la media (Leptocúrtica). Finalmente, la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento (456) es mesocúrtica.

Tabla 30*Estadísticos descriptivos de la agresión*

	Agresión física	Agresión verbal	Hostilidad	Ira	Total agresión
Media	23.40	13.58	20.67	20.45	78.10
Mediana	23.50	13.00	20.00	20.00	75.50
Moda	27	11	15 ^a	19 ^a	74
Desviación estándar	5.969	2.993	5.824	6.091	14.633
Asimetría	.193	.336	.238	1.537	.403
Curtosis	-.701	-.782	-.827	5.908	-.118

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

De lo expuesto, se observa una media del total de agresión, la cual según el baremo creado en la adaptación para la muestra se ubica en la categoría promedio; por otro lado la dimensión agresión verbal se ubica en un nivel bajo. Así mismo, se observa una mediana de 75.50 lo cual revela que esta puntuación marca el puntaje que distribuye en dos mitades los resultados encontrados, en rasgos generales la mitad de la población evaluada se encuentra por encima de esta puntuación y la otra mitad de atletas evaluados se encuentran por debajo. Las puntuaciones que más se repiten en agresión física (27), agresión verbal (11), hostilidad (15), Ira (19) y en el total de agresión la moda es 74. En lo que respecta a la asimetría el total presenta un puntaje de .403, agresión física (.193), agresión verbal (.336), hostilidad (.238) e ira (1.537) todas corresponden a una distribución simétrica es decir existe casi la misma cantidad distribuida entre la media, excepto la dimensión de ira por ser mayor 0.05 se interpreta como una curva asimétricamente positiva ya que los valores tienden a reunirse a la parte izquierda respecto a la media. El total de agresión presenta una curtosis de (-.118), agresión verbal (-.701), agresión física (-.782), hostilidad (-.827), e ira (5.908) de lo expuesto se infiere que por ser menor a -0.5 son platicúrticas excepto la totalidad de la agresión ubicándose en mesocúrtica.

Anexo d

Matriz de consistencia

TITULO	PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	METODO	INSTRUMENTO
Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	General	General	General	Tipo y diseño	Cuestionario características psicológicas en el rendimiento deportivo
	¿Qué relación existe entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017?	Existe relación inversa y significativa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017?	Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017?	Enfoque descriptivo, correlacional, diseño cuantitativo no experimental – de corte transversal.	Cuestionario creado por Gimeno, Buceta y Llantada (2012) Prueba piloto: coeficientes de alfa de Cronbach mayor: .833, Validez de contenido: V. aiken y prueba binomial.
		Específicos	Específicos	Población - muestra	
		1 Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	1 Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	60 personas. (Atletas de alto rendimiento).	
		2 Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	2 Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	Muestra = 60	
		3 Existe relación inversa entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	3 Determinar la relación entre las características psicológicas y las dimensiones de agresión según tiempo de práctica en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	Estadísticos	Cuestionario de agresión
		4 Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	4 Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	• Descriptiva • K – S	Cuestionario de Buss & Perry. Adaptado por Matalinares, M, Yaringaño, J, Uceda, J, Fernández, E, Huari, Y, Campos A. y Villavicencio, N (2012) Prueba piloto: Alfa de Cronbach: .772 Validez de contenido: V aiken y prueba binomial.
	5 Existe relación inversa entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de la agresión en los adolescentes según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.	5 Determinar la relación entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y las dimensiones de la agresión según periodo evolutivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.			
		6 Determinar el nivel predominante de las características psicológicas en el rendimiento deportivo en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.			
		7 Determinar el nivel predominante de la agresión en los adolescentes de la selección peruana de karate, 2017.			

Anexo e: Criterio de jueces

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y nombres: Cachos P. Capoc

Grado académico: _____

Especialidad: Psicología Clínica

DNI: 0685016

C. Ps. P. N°: 2021

MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL GENERAL SAN MARTÍN
PSICÓLOGO DE SALUD COLECTIVA
DR. CARLOS CACHOS

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y nombres: Arturo Alvarado Ymam Leticia

Grado académico: Bachiller

Especialidad: Psicología Clínica en Niños

DNI: 07210635

C. Ps. P. N°: _____

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y nombres: Wilfrido Carayona, los millocañe

Grado académico: Psicología

Especialidad: Psicología Clínica

DNI: 44875830

C. Ps. P. N°: 18824

MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL GENERAL SAN MARTÍN
PSICÓLOGO DE SALUD COLECTIVA
DR. WILFRIDO CARAYONA

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y Nombres: Muriel Alejandra Warhold Kir

Grado académico: Superior

Especialidad: Artes Gráficas - Publicidad

DNI: 00123629

C. Ps. P. N° _____

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y nombres: Fernando Alvarado Cirilo

Grado académico: Psicología

Especialidad: Psicología Clínica y la Salud

DNI: 07962249

C. Ps. P. N°: 2027

MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL GENERAL SAN MARTÍN
PSICÓLOGO DE SALUD COLECTIVA
DR. FERNANDO ALVARADO CIRILO

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y nombres: Huaypa Horroquini Guzmán

Grado académico: _____

Especialidad: _____

DNI: 06856069

C. Ps. P. N°: 26709

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y Nombres: Seipa Bonifacio Antonio

Grado académico: Magister

Especialidad: Docente UCV - psicométricas

DNI: 41165216

C. Ps. P. N°: 15522

APPELLIDOS Y NOMBRES: Clara Jure

DNI: 0797461

FIRMA DEL JUEZ: Clara Jure

C.P.P.: _____

DATOS DEL JUEZ

Apellidos y Nombres: QUINTANILLA CORONADO BERNARDO ISMAEL

Grado académico: 5º DAN FPK / ARBITRO PANAMERICANO DE KARATE

Especialidad: INSTRUCTOR DE KARATE (ACADEMIA FPK)

DNI: 06229660

C. Ps. P. N° _____

APPELLIDOS Y NOMBRES: CUROTTO CORDEJO, María Mercedes

DNI: 04158722

FIRMA DEL JUEZ: María Mercedes

C.P.P.: 5054

Observaciones: Tomar en consideración el respeto a todas las normas propias de una buena redacción

Anexo f: Carta de autorización



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la Consolidación del Mar de Grau"

Los Olivos, 23 de setiembre de 2016

CARTA N° 493-2016/EP/PSI. UCV LIMA

Señor Doctor

PEDRO DEL ROSARIO DELGADO

Presidente de la Federación Peruana de Karate

Av. del Aire S/N – San Luis

Presente.-

De nuestra consideración:

*Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez solicitar autorización para la Srta. **SARABIA PERALES ROSALUZ MARINA**, estudiante de la carrera de Psicología, quien desea realizar su trabajo de investigación sobre: "**CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO Y SU RELACIÓN CON LA CONDUCTA AGRESIVA**", agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso, en la entidad que está bajo su Dirección.*

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para renovarle los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



[Firma]
Mg. Taniht L. Cubas Romero
Directora de Escuela
Profesional de Psicología
Filial – Lima

FEDERACION PERUANA DE KARATE
RECIBIDO

Hora: *24/09/16*

Anexo g: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Deportista:

.....

Con el debido respeto me presento a usted, mi nombre es **Rosaluz Sarabia Perales** interno de psicología de la Universidad César Vallejo – Lima. En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre **Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate, 2016**; y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas psicológicas: **Cuestionario: “Características psicológicas en el rendimiento deportivo y Cuestionario de agresión de Buss y Perry**. De aceptar participar en la investigación, afirmo haber sido informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas se me explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Atte. Rosaluz Marina Sarabia Perales.

ESTUDIANTE DE LA EP DE PSICOLOGÍA
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Yo

.....

con número de DNI: acepto participar en la investigación **Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión** de la señorita Rosaluz Marina Sarabia Perales.

Día:/...../.....

.....
Firma

