



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**Ira y ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y  
Callao**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en psicología

**AUTORES:**

Fernandez Perez, Yoselin Dayana (ORCID: 0000-0003-0236-2032)

Vivar Bravo, Javier Jesus (ORCID: 0000-0003-2661-6447)

**ASESORA:**

Mg. Yucra Camposano, Jennifer Fiorella (ORCID: 0000-0002-2014-1690)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

LIMA - PERÚ

2021

## **Dedicatoria**

*A nuestra familia, que son un apoyo incondicional en nuestra formación como seres humanos y profesionales para aportar en la sociedad.*

## **Agradecimiento**

*A nuestros padres por el apoyo ininterrumpido que nos brindan para lograr las metas que nos planteamos.*

*A la Universidad César Vallejo por abrirnos la puerta para lograr con su respaldo el título profesional y continuar con nuestra formación profesional.*

*A nuestros amigos, por siempre tenernos paciencia y saber entender lo importante de nuestra formación académica.*

## Índice de contenidos

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	16
3.1. Tipo y diseño de investigación	16
3.2. Variable y operacionalización	16
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	16
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	18
3.5. Procedimientos	23
3.6. Métodos de análisis de datos	23
3.7. Aspectos éticos	24
IV. RESULTADOS	25
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	38
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS	50

## Índice de Tablas

	Pág
Tabla 1: Prueba de normalidad Shapiro-Wilk para las variables ira y ansiedad	25
Tabla 2: Correlación entre ira y ansiedad en atletas	25
Tabla 3: Niveles de ira en atletas	26
Tabla 4: Nivel de ansiedad en atletas	26
Tabla 5: Nivel de estado de ira en atletas	27
Tabla 6: Nivel de rasgo de ira en atletas	27
Tabla 7: Nivel de expresión y control de ira en atletas	28
Tabla 8: Nivel de ansiedad estado en atletas	28
Tabla 9: Nivel de ansiedad rasgo en atletas	29
Tabla 10: Dimensiones de ira según el sexo en atletas	29
Tabla 11: Dimensiones de ira según el lugar de residencia en atletas	30
Tabla 12: Dimensiones de ansiedad según el sexo en atletas	31
Tabla 13: Dimensiones de ansiedad según el lugar de residencia en atletas	31
Tabla 14: Correlación entre estado de ira y ansiedad estado en atletas	32
Tabla 15: Correlación entre rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas	32
Tabla 16: Consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach del STAXI	74
Tabla 17: Análisis de validez ítem-test del STAXI	75
Tabla 18: Consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach del STAI	76
Tabla 19: Análisis de validez ítem-test del STAI	77

## Índice de Figuras

	Pág
Figura 1: Gráfico de correlación de ira y ansiedad	78
Figura 2: Gráfico de correlación de estado de ira y ansiedad estado	79
Figura 3: Gráfico de correlación de rasgo de ira y ansiedad rasgo	80

## RESUMEN

El estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. La muestra se conformó por 200 atletas, para lo cual el tipo de investigación fue básica y el diseño no experimental de corte transversal. Los instrumentos empleados fueron; la escala de ira (STAXI-2) y el cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI). Los resultados evidencian que la correlación entre las variables ira y ansiedad fue significativa, de tipo indirecta y magnitud débil ( $\rho = -.274^{**}$ ).

**Palabras clave:** Ira, ansiedad, atletas.

## ABSTRACT

The purpose of the study was to determine the relationship between anger and anxiety in athletes aged 18 to 39 from Metropolitan Lima and Callao. The sample consisted of 200 athletes, for which the type of research was basic and the cross-sectional non-experimental design. The instruments used were; the anger scale (STAXI-2) and the state-trait anxiety questionnaire (STAI). The results show that the correlation between the anger and anxiety variables was significant, indirect and weak in magnitude ( $\rho = -.274^{**}$ ).

**Keywords:** Anger, anxiety, athletes.

## **I. INTRODUCCIÓN**

El interés social siempre ha estado latente en la práctica deportiva y ya varios años atrás, la comunidad científica hace lo propio desde el campo antropológico, médico, social, así como también el psicológico. En Europa, uno de los países con más aportaciones es España, siendo la Revista de Psicología del Deporte (RPD) la que aporta con publicaciones. No se evidencia estadística exacta de los y las atletas que han experimentado ira y ansiedad en sus actividades deportivas.

En Sur América, Argentina es un país con aportes en la psicología deportiva y formador de psicólogos deportivos, siendo la tercera carrera más estudiada, principalmente en Buenos Aires. En el Perú la psicología deportiva es nueva, pese a ello se dan aportes en la Revista Peruana de Ciencias de la Actividad física y el Deporte, aun así, no se evidencian muchos antecedentes nacionales sobre el problema que planteamos en la investigación. Se ha demostrado que un buen rendimiento deportivo no solo es producto del trabajo físico, sino también de la importancia que tiene la psicología en el manejo de emociones.

La Organización Mundial de la Salud (2018), tomó en cuenta que la actividad física es esencial para tener salud, con ello, se pueden prevenir enfermedades como la diabetes, el cáncer y problemas cardiovasculares. Al no realizar deporte, la persona puede enfermarse, teniendo en cuenta que solo el 80% de la población adulta no está adecuada a un nivel de actividad física y solo un 23% se mantiene en la práctica deportiva.

Gonzáles (2006), mencionó que los comportamientos violentos conducen a una destrucción de sentimientos hostiles, esto lleva a desvalorarse los reglamentos sociales por muchos años; evidenciándose en la manera de violentar las reglas en el medio social y en el deporte.

Alonso et al. (2018), estimaron que alrededor del 10% de la población mundial sufre de algún trastorno de ansiedad, donde únicamente el 27,6% recibieron tratamiento. Así mismo, Fiestas y Piazza (2014) dieron a conocer que una población de 18 a 34

años el 14,9% tuvieron un diagnóstico de ansiedad y aproximadamente uno de cada tres personas padece de algún trastorno mental, donde la ansiedad posee mayor prevalencia. Según la OMS (2017), refiere que más de 260 millones de personas sufren de trastorno de ansiedad; así mismo, estudios del Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi (2013), informaron que la ansiedad está dentro de los problemas de salud mental que afecta a los ciudadanos con un porcentaje de 26.5% en Lima. Por tal motivo, como manifiestan Nuñez y García (2017), la ansiedad no solo está vinculada, sino que puede influir tanto para debilitar o bloquear el rendimiento deportivo.

Las variables de ira y ansiedad impulsan a indagaciones relacionadas a la psicología deportiva para aportar a la sociedad, ya que es de suma importancia realzar investigaciones con una población nueva. Como se venía mencionando, una de las características fundamentales en el ámbito del deporte es la búsqueda del máximo rendimiento; sin embargo, el deportista se ve enfrentado a diversos factores en la competición. En ese sentido, el atleta trabaja el aspecto físico complementando con las fortalezas de la psicología para el manejo de situaciones que se pueden presentar en los entrenamientos, frente a lesiones, en la pre-competición, competición y post competición; ya que el entorno del deportista influye en su rendimiento.

La presente investigación será fundamental para tomar en cuenta aquellas repercusiones que la ira y la ansiedad reflejan en los atletas; como la intranquilidad, rigidez o tenacidad muscular, inseguridad, físicamente se le pueden presentar temblor corporal, presión cardíaca acelerada, sudoración, etc... lo que generaría en la mayoría de veces a pensamientos negativos como por ejemplo expresiones de forma reiterada: creo que no ganaré, no puedo hacerlo, hay mejores competidores que yo, me van a ganar, etc. Por otro lado, cuando el atleta manifiesta ansiedad acompañado de pensamientos negativos va la omisión de la visualización con el objetivo que se plantea en los entrenamientos, en palabras más simples; pierde la mentalidad de ganador, comete errores en momentos decisivos como por ejemplo, hacer caer la varilla en la prueba de salto alto y/o salto con garrocha, pisar

la tabla de pique en el salto largo y/o salto triple, hacer una mala entrega del testimonio en el caso de una carrera de postas, salir con una mala partida en una carrera de 100 metros planos, entre otras situaciones (en el atletismo todo momento es decisivo), pese a la temprana práctica cronológica de la disciplina deportiva; en todas las disciplinas, en especial en el deporte del atletismo es que se inicia desde una corta edad para perfeccionar al deportista (entre 6 a 10 años). La reacción de los atletas ante una competencia es física (somática), como mental (cognitiva); en tal sentido podría alterar el desempeño deportivo.

En ese sentido planteamos la pregunta: ¿Cuál es la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao?

Por consiguiente, la justificación es aportar al conocimiento de la realidad en el deporte, específicamente en el atletismo siendo una disciplina individual y sin antecedentes de estudios realizados en el Perú. Es importante obtener resultado de atletas con el fin de descubrir desde el aspecto psicológico como es que se siente, siendo único responsable de su trayectoria deportiva ya que, depende de sí mismo, del compromiso y dedicación en sus entrenamientos como fuera de ellos para lograr objetivos en las competencias. Por otro lado, los resultados serán de ayuda para los entrenadores en sus planes deportivos con sus pupilos en lo técnico, táctico y psicológico.

Por lo mencionado, el objetivo general es: Identificar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

Para esto, los objetivos específicos son: 1) Determinar el nivel de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 2) Determinar el nivel de ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 3) Determinar el nivel estado de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 4) Determinar el nivel de rasgo de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 5) Determinar el nivel de expresión y control de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 6) Determinar el nivel de ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 7) Determinar el nivel de

ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 8) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ira según el sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 9) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ira según el lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 10) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ansiedad según el sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 11) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ansiedad según el lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 12) Establecer la relación entre estado de ira y ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 13) Establecer la relación entre rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

En tal sentido se plantea la hipótesis general: Existe correlación significativa y directa entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

Del mismo modo se planten las hipótesis específicas: 1) Existe un nivel muy alto de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 2) Existe un nivel muy alto de ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 3) Existe un nivel alto de estado de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 4) Existe un nivel alto de rasgo de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 5) Existe un nivel alto de expresión y control de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 6) Existe un nivel alto de ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 7) Existe un nivel alto de ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 8) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ira según sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 9) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ira según lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 10) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ansiedad según sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 11) Existen diferencias significativas

en las dimensiones de ansiedad según lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 12) Existe correlación significativa y directa entre estado de ira y ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. 13) Existe correlación significativa y directa entre rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

## II. MARCO TEÓRICO

Para profundizar los datos en los que se evidencia la ira y la ansiedad en atletas, se realizaron las siguientes investigaciones a nivel nacional: primero, Silva (2020) desarrolló un estudio en Comas para determinar cuál es la relación de la agresión y la actitud deportiva. El estudio fue de tipo básico con diseño no experimental-transversal. La muestra la conformaron 143 jugadores de fútbol entre 18 a 40 años. Para ello, utilizaron el Cuestionario de Agresión y la Escala de Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte. Los resultados determinaron una correlación de tipo inversa y significativa ( $Rho=.328$ ) y detectaron que el 67,8% de los futbolistas presentaban niveles altos de agresión. Finalmente, concluyeron que los jugadores manifestaron un nivel desfavorable en la variable de actitud deportiva.

Así también, Carrasco (2019) buscó identificar cuánto influye la motivación deportiva en la ansiedad precompetitiva en 36 atletas de la universidad privada de Lima entre 16 a 25 años y se empleó un diseño predictivo transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Motivación Deportiva y el Test de Ansiedad Precompetitiva CSAI-2R. Finalmente, se obtuvo que solo la dimensión a-motivación influye significativamente sobre la ansiedad cognitiva y somática.

Moreno (2018), planteó el objetivo de establecer la relación de estrés y ansiedad estado-rasgo. La muestra estuvo constituida por 35 futbolistas del club Colegio Nacional de Iquitos con una edad comprendida entre 19 a 23 años. El estudio fue cuantitativo no experimental y de diseño descriptivo correlacional. Los instrumentos empleados fueron el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado IDARE y la Escala de Apreciación del Estrés EAE-G. Los resultados mostraron que los futbolistas que presentaban nivel alto de estrés correspondían a los jugadores con ansiedad estado-rasgo de nivel alto o medio, determinando el autor de esta manera que ambas variables se relacionan directamente.

Castillo (2016), realizó un estudio en Lima para analizar la relación entre la ansiedad y las estrategias de afrontamiento en 60 judocas entre 14 y 38 años. Siendo una investigación cuantitativa de tipo correlacional. Para ello, utilizaron el Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2 y el Cuestionario de Aproximación al

Afrontamiento en el Deporte ACSQ-1. Los resultados evidenciaron que, ante la presencia de ansiedad los judocas tienden a utilizar como estrategia de afrontamiento conductas evitativas como el retraimiento mental, concluyendo que los judocas al mostrar pocas herramientas de afrontamiento afectarían notablemente su rendimiento deportivo.

Molleapaza y Ruiz (2016), desarrollaron un estudio en dos eventos en Lima y Arequipa, respectivamente; cuyo propósito fue describir y analizar la relación de la ansiedad estado competitivo y las estrategias de afrontamiento. La unidad muestral constaba de 45 atletas de alto rendimiento de las regiones de Arequipa, Cusco y Puno, entre 15 a 25 años. La investigación fue de tipo descriptiva correlacional. Los instrumentos aplicados fueron el Inventario de Ansiedad Competitiva en el Deporte CSAI-2 y el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte ACSQ-1. Los resultados señalaron una relación significativa entre las variables, concluyendo que los atletas con niveles de ansiedad somática y cognitiva no usan adecuadas estrategias de afrontamiento; generando resultados deportivos inesperados.

Por otro lado, se hallaron investigaciones internacionales iniciando por Pons et al. (2020), cuyo objetivo fue comprobar el nivel de ansiedad competitiva y estilos de afrontamiento, teniendo una población total de 804 deportistas. Los instrumentos fueron un cuestionario creado Ad Hoc, la Escala de Ansiedad Competitiva (SAS-2) y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva (ISCCS). En los resultados se evidenciaron que el grupo de habilidades abiertas tuvieron mayor nivel de ansiedad somática; en cambio, en el grupo de habilidades cerradas tuvieron mayor nivel de ansiedad cognitiva, evidenciando diferencias significativas con el nivel de afrontamiento relacionado al deporte colectivo e individual.

Correia y Rosado (2019), relacionaron los niveles de ansiedad con el género y el tipo de deporte. La muestra lo conformaron 601 atletas portugueses de 12 y 47 años que competían en modalidades individuales y colectivas. El estudio fue

cuantitativo y utilizaron un modelo de ecuaciones estructurales. Aplicaron la Escala de Ansiedad de Deporte SAS-2. En los resultados obtenidos se demostraron diferencias significativas tanto en el género como en el tipo de deporte. Los autores concluyeron que la ansiedad se manifiesta en mayor nivel en atletas femeninas y en los atletas de deportes individuales.

González-García et al. (2019), buscaron conocer la manera en que influyen los padres y madres que presentan niveles de autoritarismo frente las diferencias en los niveles de ira. La muestra estuvo compuesta por 502 atletas españoles entre 18 a 64 años. El estudio fue cuantitativo-descriptivo. Se aplicaron tres instrumentos; el Test Evaluativo Multifactorial de Adaptación Infantil TAMAI, el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2 y la Escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta INF-OV. Los resultados revelaron que aquellos deportistas o practicantes de actividad física con padres y madres autoritarias presentan altos niveles de ira.

González-García et al. (2019), analizaron la ira en relación con el nivel de competición, éxitos deportivos y con los deportistas profesionales. El estudio fue cualitativo y se utilizó la covarianza. Contaron con una muestra de 502 deportistas, siendo evaluados por el Cuestionario Sociodemográfico Ad Hoc, el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo (STAXI-2) y la Escala Oviedo de Infrecuencia de Respuesta (INF-OV). Teniendo como resultados el acercamiento a la significancia en los deportistas que compiten a nivel internacional quienes presentaron niveles inferiores de ira rasgo y temperamento en relación con los deportistas que compiten a nivel inferior al internacional ( $p < .05$ ). Llegaron a la conclusión de que la ira logra influenciar en el nivel de competición del deportista, puesto a que mayor nivel de ira es posible que el nivel de competición sea inferior al nivel internacional.

Pineda-Espejel et al. (2018), analizaron los efectos del perfeccionismo estado y las orientaciones de meta sobre la ansiedad competitiva. Para ello, su estudio fue correlacional, aplicado a 171 deportistas con una edad promedio de 23.5 años. Aplicaron tres instrumentos; el Inventario Multidimensional de Perfeccionismo en el

Deporte, el Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte, y, el Inventario de Ansiedad Estado Competitiva-2. Al realizar la interpretación respectiva de los resultados, concluyeron que el perfeccionismo estado era adaptativo, puesto que los deportistas que se enfocaban en mejorar técnicas-tácticas presentaban menor ansiedad somática y cognitiva precompetitiva que los deportistas que se esforzaban por una competición impecable.

Asimismo, González-García y Pelegrín (2018a) establecieron como objetivo aprender las diferencias en los niveles de ira en 496 deportistas en función del apoyo familiar. El estudio fue cualitativo, los instrumentos de recolección que utilizaron fueron el Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo STAXI-2 y la Escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta INF-OV. Los resultados reflejaron que los atletas con apoyo familiar presentan menores niveles de ira.

González-García y Pelegrín (2018b), llevaron a cabo en España un estudio con el objetivo de descubrir diferencias en los niveles de ira en función del apoyo del grupo de iguales. Contaron con una muestra de 487 deportistas entre 18 a 64 años. El estudio fue cualitativo y se hizo uso de la covarianza. Emplearon el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2 y la Escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta INF-OV. Los resultados determinaron que, ante mayor apoyo entre iguales, los deportistas presentan menor nivel de ira.

Sánchez (2017), con el propósito de conocer los niveles de ansiedad en 230 atletas españoles utilizó la Escala de Ansiedad Estado competitiva CSAI-2. Los resultados mostraron correlaciones negativas, concluyendo que aquellos atletas con un mayor grado de autoconfianza presentaban menores niveles de ansiedad somática y cognitiva, influyendo de esta manera en el rendimiento deportivo, en el afronte a la competición y con mayor posibilidad de mejores resultados.

Por su parte, Menéndez-Santurio y Fernández-Rio (2017) buscaron analizar los niveles de ira en 398 deportistas entre 16 y 35 años, emplearon la metodología cuantitativa de tipo comparativa transversal junto a la aplicación del Inventario de la Expresión de la Ira Estado-Rasgo (STAXI-2). Determinaron que los niveles de

sentimiento y expresión de ira en los practicantes de deportes sin contacto eran menores que los no practicantes y los de deportes con contacto, respectivamente. Así mismo, los resultados señalaron que durante la práctica deportiva las mujeres demostraron mayores niveles de ira. Finalmente, encontraron que a más alto el nivel competitivo los individuos manifestaban menores niveles de ira.

González-García et al. (2017), comprobaron la relación entre el locus de control con la ira y el rendimiento deportivo, respectivamente. El estudio fue cualitativo y se utilizó la covarianza. Contaron con 58 jugadores federados de tenis de mesa entre 18 y 61 años. Emplearon la Escala de Locus de Control ELC y el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2. Los resultados señalaron que el locus de control externo influye en los niveles de ira en los jugadores de tenis, concluyendo que el control es necesario para disminuir los niveles de ira que se presentan durante la competición y conseguir mayor rendimiento deportivo.

González-García et al. (2017a), realizaron una investigación para conocer las diferencias en la ira de los deportistas que consideran que el físico influye en su práctica deportiva. Su trabajo tiene una muestra de 366 deportistas entre 18 y 64 años. El estudio fue cualitativo y utilizaron la covarianza. Aplicaron el Cuestionario Sociodemográfico Ad Hoc y el Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI 2). Los resultados indicaron que los deportistas que consideraban que el físico influía en su práctica deportiva presentaron mayores niveles en las dimensiones de ira.

González-García et al. (2017b), investigaron las diferencias en los niveles de personalidad e ira en relación con el tipo de deporte. La muestra fue de 121 deportistas, utilizando un Cuestionario Sociodemográfico Ad Hoc, la Escala de Personalidad Resistente en Maratonianos (EPRM), el Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2 y la escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta (INF-OV). Como resultado se evidenciaron diferencias significativas en el control y compromiso en beneficio de los deportistas de resistencia. Por otro lado, los deportistas de raqueta evidenciaron más expresión interna de la ira.

Vaca et al. (2017), investigaron los niveles de ansiedad precompetitiva en 15 karatecas ecuatorianas. El estudio fue descriptivo, y utilizaron el Test de Ansiedad CSAI-2. Los resultados determinaron diferencias significativas en la ansiedad cognitiva ( $p=0,887$ ) entre los grupos; no obstante, no hubo diferencias en la ansiedad somática ( $p=0,887$ ) y la autoconfianza ( $p=0,650$ ). Los autores concluyeron que las karatecas mostraron un nivel alto de ansiedad precompetitiva.

Para entender la propuesta del planteamiento del problema es necesario sustentar con marco teórico las variables en la investigación, como también; a la población en específico en quienes se desarrolla.

En ese sentido, Spielberger et al. (1985) mencionan que la ira es un estado emocional psicobiológico, conformada por variadas fuerzas, partiendo desde el irritamiento hasta el enfado o furia, en el cual se manifiesta la tensión en los músculos y la excitación en los sistemas neuroendocrinos y nervioso autónomo. La ira podría analizarse partiendo de dos tipos: estado de ira y rasgo de ira, las mismas que poseen dos manifestaciones: la expresión y el control.

Según Spielberger (1999), el análisis de la ira parte de 6 escalas:

- 1) Estado de Ira; es la intensidad de los sentimientos de Ira y el nivel en que el sujeto siente que está expresando su ira en un determinado momento;
- 2) Rasgo de Ira, es la frecuencia con la que el sujeto experimenta sentimientos de Ira a lo largo del tiempo;
- 3) Expresión externa de Ira, es la frecuencia con que los sentimientos de Ira son expresados verbalmente o mediante conductas agresivas físicas;
- 4) Expresión interna de Ira, es la frecuencia con que los sentimientos de ira son experimentados, pero no son expresados (suprimidos);
- 5) Control externo de Ira, es la frecuencia con que la persona controla la expresión de los sentimientos de ira evitando su manifestación hacia personas u objetos del entorno; y
- 6) Control interno de Ira, es la frecuencia con que la persona intenta controlar sus sentimientos de Ira mediante el sosiego y la moderación en las situaciones enojosas.

En el caso del rendimiento deportivo, la ira puede modificar la atención, procesamiento de la información, toma de decisiones y ejecución del gesto técnico, llegando a perjudicar al atleta en el desarrollo normal de la actividad física.

Es necesario mencionar que el mal manejo de la ira o el poco control de él, lleva al atleta a desconcentrarse del propósito u objetivo que se plantea previo a la competencia y distorsiona la percepción e intensidad, ya que esto conlleva a la agresividad física y en el peor de los casos a la violencia deportiva teniendo un descontrol en el locus. Estas conductas y comportamientos se van presentando con estímulos externos y eventualidades inesperadas. También hay que reconocer la naturaleza de la disciplina deportiva influirá en la variabilidad de lo que conlleva a la ira en un deporte de contacto y otra que no conlleva contacto.

En el ámbito de salud, se evidencia que la actividad física continua es una poderosa herramienta para minimizar los niveles de ira e incrementar los niveles de otras emociones positivas para el efectivo desarrollo deportivo.

Los elementos para mayor precisión en la predicción del comportamiento irascible son: la irregularidad emocional, la poca tolerancia, escasez en habilidades sociales, hostilidad, poca seguridad y desconfianza (Pelegrín et al., 2013).

Por otro lado, es bueno plantear una definición clara de ansiedad ya que, desde el inicio de su conceptualización y definición, erróneamente se ha ido generando un desorden en el vocabulario confundiendo a la definición de ansiedad con miedo, angustia, temor, tensión y arousal. Hay que mencionar también que todas las escuelas psicológicas se han preocupado por el estudio de la ansiedad de manera variada y esto dificulta la precisión de su definición.

La ansiedad es un patrón de respuestas que abarcan aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, su respuesta puede ser provocada por estímulos externos e internos al sujeto, siendo estos los pensamientos, ideas, percepciones etc., que son vistos como peligrosas (Miguel-Tobal et al., 1990).

Por otro lado, Spielberger (1980) menciona inicialmente a la ansiedad como una reacción emocional no agradable presentada ante un estímulo exterior, que se toma en cuenta como atemorizador para la persona, llevando al producto de cambios fisiológicos y conductuales. Pues más adelante menciona que es un estado displacentero, que difiere con otros estados por la unión de experiencias y cambios fisiológicos, abarcando sentimientos de intranquilidad, tensión y aprensión (Spielberger & Rickman, 1990).

La ansiedad es un estado emocional perjudicial para la persona generando sensaciones de preocupación, nervios, desconfianza, temor, siendo estas relacionadas con la activación del organismo. De este modo se maneja de lo cognitivo a somático, relacionando el pensamiento y la activación física percibida (Weinberg & Gould, 1996).

Weinberg y Gould (1996), definen la ansiedad estado como un estado cognitivo que tiene que ver con los pensamientos negativos respecto a una situación, definiéndose como un estado emocional caracterizada por sensaciones subjetivas, son recibidas de manera consciente con tensión. Así mismo, definen la ansiedad rasgo como parte de la personalidad, influyendo en la conducta, en ese sentido es un motivo que predispone a una persona que visualiza hechos no amenazadores como peligrosas y conlleva a presencia de la ansiedad estado.

Por otro lado, Harris (1992) menciona la ansiedad precompetitiva como una emoción presente en el deportista antes de una competencia, siendo el resultado de la preocupación del sujeto en relación con el óptimo rendimiento deportivo, llevándolo a una situación en donde le provoca una expansión fisiológica o somática, que generalmente se minimiza una vez iniciada la competencia. Entonces se plantea que la ansiedad precompetitiva es un estado que perjudica al atleta y ocurre 24 horas antes de una competencia, es el producto de la inestabilidad entre lo percibido y la importancia del evento. Esta ansiedad atenta a la concentración del atleta y así perjudica su rendimiento deportivo, llevando al

deportista a presentar ansiedad ante los errores y ante la presión, desintegrando su preparación.

La sintomatología de la ansiedad en relación con la pre-competición la hace ver como algo aterrador, esta se manifiesta de tres maneras: 1) Sintomatología cognitiva, en donde va relacionada con la vivencia intrínseca incluyendo un espectro relacionado con la visión y evaluación subjetiva de los pensamientos generando miedo, temor y pensamientos instructivos. 2) Sintomatología fisiológica, relacionado con el SNC y la respuesta frente la ansiedad del atleta mostrando sudoración, temblor particularmente en las extremidades y tensión muscular las cuales pueden terminar en lesiones. Así mismo se presenta taquicardias generando presión arterial, náuseas y molestias digestivas, dolor de cabeza y sequedad de boca; y 3) Sintomatología motora, que va con relación a las expresiones faciales, movimiento y posturas corporales, y sobre todo en las conductas de evitación y escape (Sandin & Chorort, 1995).

Hay causas que llevan a la ansiedad precompetitiva, en donde se considera: 1) El valor del evento, pues cuanto más importante sea la competencia mayor posibilidad de ansiedad hay en el atleta, eso puede darse por ejemplos en competencias a nivel internacional; 2) Amenaza de fracaso, que es una situación en la que el atleta por más preparado que este físicamente tenga la sensación de fracasar y esto más por los pensamientos negativos y la desconfianza e inseguridad que puede tener el deportista; 3) Situaciones novedosas o desconocidas, esto en relación a los miedos de debuts ya que lo desconocido puede generar ansiedad; 4) Experiencias frustrantes, en este caso hay recuerdo de experiencias desagradables por una mala o desafortunada actuación teniendo resultados negativos; y 5) Factores psicosociales, en donde se el entorno del atleta y lo que puede generar en él, si percibe con temor su presencia (Buceta, 1998).

Es necesario hablar sobre el deportista para conocer más de su actividad en la preparación para una competencia. En la actividad deportiva, el atleta aprende ciertas habilidades como también a interactuar cada vez de forma más compleja

con las situaciones propias de su disciplina. En ese sentido, algunas de las características básicas del atleta son las aptitudes intelectuales, espaciales, mecánicas, emocionales y abstractas para encontrar soluciones inmediatas y oportunas antes situaciones inesperadas. Eysenck (2000), plantea que los rasgos de la personalidad del atleta influyen en la elección del deporte que desea practicar, en la constancia de los entrenamientos y cómo afronta la adversidad siendo estos rasgos la extraversión, emocionalidad y dureza mental.

El aprendizaje del atleta va más allá de entrenar dejando todo para ganar, pues debe comprometerse y sufrir para alcanzar un resultado, con una mentalidad de superar todos los obstáculos, analizar sus derrotas para superarse a sí mismo en próximas competencias.

El atleta se maneja en el contexto deportivo con la influencia de su entorno en relación con familia, entrenador y compañeros de entrenamiento; es por ello precisar la relación que tiene con cada uno de ellos. Tenemos al atleta y su familia quien es el primer respaldo del deportista para los objetivos que se plantea, en este caso la familia le brinda tranquilidad, le da confianza y seguridad al deportista. También se menciona al atleta y su entrenador, quien asume la responsabilidad de los entrenamientos en el aspecto físico y técnico para la mejora de su pupilo y así llegar en las mejores condiciones a las competencias. El atleta también lleva relación con los compañeros de entrenamiento y un buen trato beneficia en la comodidad emocional y compañerismo entre ellos para potenciar el nivel competitivo que se desea.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **Tipo de investigación**

Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), los estudios correlacionales tienen como finalidad medir el grado de relación de que existe entre dos o más conceptos, acontecimientos o variables en términos estadísticos.

### **Diseño de investigación**

El diseño es no experimental transversal, en ese sentido según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), menciona que se recoge información en un solo momento sin intervenir en el ambiente, en tiempo único, con el propósito de describir variables y la incidencia que tiene de interrelación en un momento en específico.

### **3.2. Variables y operacionalización**

Para la presente investigación se empleó las variables ira y ansiedad, las cuales se desagregan en dimensiones e indicadores, cuyas especificaciones se encuentran en los Anexo 2 y Anexo 3, según corresponda.

### **3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis**

#### **Población**

Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), delimitan la población como la unidad de interés de la investigación, donde cuyos casos cumplen con una serie de características como el contenido, lugar, tiempo y accesibilidad. De acuerdo con el Instituto Nacional del Deporte (2020), la población general de deportistas registrados durante el primer trimestre quedó estimada con 14 703 deportistas en Lima Metropolitana y 209 deportistas del Callao que participaron en actividades de masificación deportiva.

Así mismo, Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) enfatizan la importancia de precisar los criterios de inclusión y exclusión para lograr mayor exactitud en el estudio. Es por ello, que en la presente investigación se toma en cuenta entre los criterios de inclusión a deportistas de ambos sexos, que no cuentan con carnet de la Federación Peruana de Atletismo (FPA), con prácticas no profesionales

(amateur) y que aceptan voluntariamente su participación; y, en cuanto a los criterios de exclusión se menciona a deportistas que no pertenezcan a Lima metropolitana y Callao, que tengan alguna discapacidad, que se encuentran en la categoría menores y máster, y aquellos que no aceptaron voluntariamente su participación.

### **Muestra**

En la ruta cuantitativa, una muestra es la parte que representa al universo del cual se interesa investigar, donde al recolectar los datos pertinentes, debe ser representativa de dicha población (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

La muestra elegida quedó constituida por 200 atletas de Lima metropolitana y Callao, siendo 97 varones y 103 mujeres, con edades comprendidas entre 18 a 39 años, pertenecientes a la categoría mayores en la disciplina deportiva del atletismo.

### **Muestreo**

En esta investigación la técnica de muestro fue no probabilístico, accidental o consecutivo, donde cuyos casos representativos no son causa de la probabilidad, sino que depende de las características o criterios del estudio tomadas en cuenta por el investigador o grupo de investigadores (Otzen & Mantareola, 2017).

### **Unidad de análisis**

En este estudio la unidad de análisis fue a atletas de Lima Metropolitana y Callao. Es por eso, que según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) expresan que la unidad de análisis es el elemento de donde se extrae la información final.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

La técnica que se utilizó para recolectar la información fue la encuesta; debido a que los datos se obtienen de manera cuantitativa, se da por un conjunto de preguntas respecto a las variables a medir; asimismo, la encuesta a utilizar debe

guardar congruencia con el planteamiento del problema e hipótesis de la investigación (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). Por otro lado, se indica que la recolección de datos fue de forma virtual, a través de un formulario Google.

Los instrumentos empleados fueron dos, el primero corresponde a la evaluación de la Ira en Estado y Rasgo de atletas de 18 a 39 años y la segunda prueba para medir el nivel de Ansiedad Estado y Rasgo para identificar en el nivel que presentan como deportistas. Estos instrumentos corresponden a un inventario y un cuestionario que se detalla a continuación.

### **Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI-2)**

Autor: Charles D. Spielberger

Nombre original: State-Trait Anger Expression Inventory

Procedencia: Psychological Assessment Resources PAR, Odesa, Florida, EEUU

Autores de la adaptación española: J. J. Miguel Tobal, M. I Casado Morales, A. Cano Viridel y C. D. Spielberger

Administración: Individual y colectiva

Duración: 10 a 15 minutos

Aplicación: Adolescentes y adultos

Tipificación: Diversas muestras españolas

**Reseña histórica:** El STAXI-2, es el heredero de una larga trayectoria cuya pretensión es el desarrollo de un instrumento que evalúe las diversas facetas de la ira. La primera versión (STAXI) estaba compuesta por 44 ítems, ahora está elaborada con 49 ítems.

**Consigna de aplicación:** El sujeto debe contestar cada uno de los 49 ítems del STAXI-2, en la primera parte consta de una escala de 4 puntos de No, en absoluto

hasta mucho, que indica tanto la intensidad de ira en un tiempo determinado o la frecuencia con que experimenta, expresa, reprime o controlan esos sentimientos de ira. En los primeros 15 ítems los examinados calificarán la intensidad de la ira que sienten en ese momento, en los siguientes 10 ítems expresarán cómo se sienten normalmente y en los últimos 24 ítems los sujetos calificarán la frecuencia con que generalmente reacciona o se comportan de cierta manera cuando están enfadados y furiosos. Para la parte 2 y 3 se utilizan las 4 opciones de frecuencia desde casi nunca hasta casi siempre.

**Calificación:** El STAXI-2, en la primera parte tiene un formato de escala de 4 puntos donde no en absoluto=1, algo=2, moderadamente =3 y mucho = 4; de la misma manera en la segunda y tercera parte toman los siguientes valores: casi nunca=1, algunas veces=2, a menudo=3 y casi siempre=4. Para obtener la puntuación total de ira estado se suman los ítems del 1 al 15, para obtener la puntuación de ira rasgo se suman los ítems del 16 al 25. En cuanto a las puntuaciones de índice de expresión de ira – IEI se sumará los ítems tanto de expresión externa como interna luego al resultado se le restará la suma de los ítems de control externo e interno, donde cuyo puntaje se le sumará el valor de 36, para finalmente dirigirnos a los baremos y ubicar si el sujeto se encuentra en un nivel alto, moderado, bajo o nulo.

**Propiedades psicométricas originales:** Los índices de fiabilidad y validez del STAXI-2, se determinaron partiendo de una muestra de 1.173 españoles (889 mujeres y 284 hombres) con una correlación test retest de .71 y el coeficiente Alpha de Cronbach de .89 para la escala de Estado de Ira y de .82, para el Rasgo de Ira. La escala de Expresión de Ira obtuvo .69 (MiguelTobal et al., 2001).

La validez de la escala de Rasgo del STAXI, se comprobó en un estudio con 280 estudiantes universitarios y 270 reclutas de la armada (Spielberger, 1998). En ambas muestras se aplicó STAXI y el inventario de Hostilidad Buss-Durkee, donde se encontraron correlaciones significativas tanto en la muestra de mujeres como de varones. Por otro lado, se evidencian correlaciones de Expresión interna y

Expresión externa y del índice de expresión de Ira con otras medidas de ira y personalidad (Spielberger, 1985), siendo fundamental para la validez convergente y divergente de las escalas de Expresión de la Ira del STAXI.

**Propiedades psicométricas peruanas:** Anastacio (2020) realizó una investigación de índole psicométrica del STAXI-2 en una muestra de 592 estudiantes entre jóvenes y adolescentes de diferentes universidades de Piura en Perú. Los resultados de validez de contenido evidenciaron un nivel de significancia de 0,001, lo cual reflejan una categoría fuerte aceptable; en cuanto al análisis confirmatorio se tuvo en cuenta valores de  $KMO=0,834$  y  $Barlett=0.000$ ; por otro lado, se hallaron coeficientes de confiabilidad del Alfa de Cronbach en las dimensiones bordeadas entre .930, .918 y .773. Finalmente, ejecutó baremos percentilares de la escala considerando 4 categorías.

**Propiedades psicométricas del piloto:** Para corroborar dichos resultados se aplicó una prueba piloto a 100 atletas, en donde la escala general alcanza .718, valores que Cervantes (2005) estima como un nivel elevado de confiabilidad; mientras que, las sub-escalas obtienen .654 .629 y .592, considerándose datos confiables en el coeficiente de Cronbach. Tapia y Luna (2010), refieren que en la validez ítem-test, los valores superiores a .20 representan una aceptable correlación, corroborándose estos datos en el anexo 9.

### **Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)**

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:  
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid

Duración: Aproximadamente 15 minutos

**Aplicación:** Adolescentes y adultos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados del cuestionario

**Tipificación:** Muestras de cada sexo de escolares y de población general de adultos, e información estadística de grupos clínicos.

**Descripción:** El STAI es un cuestionario elaborado con el fin de evaluar de manera independiente la ansiedad como estado, que es la condición emocional y la ansiedad como rasgo, referente a la propensión ansiosa. Compuesta por 40 ítems, se trata de una escala auto aplicada.

**Reseña histórica:** La construcción del STAI inicio en 1964, con el propósito de crear una única escala que permitiera medidas objetivas de autoevaluación de la ansiedad en estado como en rasgo.

**Consigna de aplicación:** Al ser aplicado el cuestionario, se le indicará al sujeto que no tiene un tiempo limitado, por lo que el examinado deberá leer cada frase y señalar una puntuación de 0 a 3 puntos. En la primera parte, en los 20 ítems responderá a cómo se siente en ese momento con una frecuencia de nada hasta mucho; mientras que, en la segunda parte, los siguientes 20 ítems se anotarán respecto a cómo se siente de manera general con una valoración de casi nunca hasta casi siempre.

**Calificación:** El STAI está compuesto por 40 ítems correspondientes, donde la puntuación en los ítems de ansiedad estado oscila entre 0 y 3, siendo nada=0, algo=1, bastante=2 y mucho=3. En algunos de los ítems es necesario invertir la puntuación asignada a la intensidad, esos ítems son: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20. La puntuación en los ítems de rasgo también oscila entre 0 y 3, pero en este caso la frecuencia se representa con casi nunca=0, a veces=1, a menudo=2 y casi siempre=3. Para esta dimensión también es necesario invertir la puntuación asignada en los ítems 21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39. Para los puntajes de interpretación las categorías correspondientes son alto, sobre promedio, promedio, tendencia promedio y bajo.

**Propiedades psicométricas originales:** Respecto a la validez del STAI se evidencian la aplicación de este inventario junto con el cuestionario de personalidad 16-PF Forma A de R. B. Cattell, en una muestra de 311 varones y 226 mujeres adultos profesionales, los varones obtuvieron en A/E y A/R unas medias de 19.34 Y 19.50, mientras que en las mujeres sus respectivos promedios fueron 19.99 y 22.38.

La confiabilidad del STAI está evaluada según el método test-retest, siendo para la escala ansiedad rasgo valores significativamente altos, variando entre .73 a .86; mientras que ansiedad estado oscilaba valores entre .16 a .54. Por otro lado, para el Alfa Cronbach y de confiabilidad interna de la dimensión ansiedad rasgo, se hallaron coeficientes entre .83 a .92 para la escala ansiedad estado, los coeficientes variaron entre .86 a .92.

**Propiedades psicométricas peruanas:** Espíritu (2018) realizó una investigación de índole psicométrica del STAI en una muestra de 596 estudiantes entre hombres y mujeres de diferentes universidades de la ciudad de Chimbote de Perú. Los resultados de validez de constructo alcanzaron valores de .447 a .261 en el factor Ansiedad Estado y valores de .314 a .512 en el factor Ansiedad Rasgo demostrando garantía psicométrica en las escalas; en cuanto a los resultados de validez de estructura interna indicaron valores adecuados; por otro lado, se hallaron coeficientes de confiabilidad mediante el índice Omega de McDonald con estimaciones entre .869 y .895.

**Propiedades psicométricas del piloto:** En la prueba piloto realizada se obtuvo ,906 para la escala general y para las sub-escalas ansiedad estado y ansiedad rasgo se alcanzó en el alfa de Cronbach .895 y .869, de manera respectiva; siendo estos datos considerados como excelente confiabilidad. Por otro lado, en la validez de ítem-test se alcanzó valores mayores a .20, considerándose como una aceptable correlación, cuya especificación se encuentra en el anexo 9.

### **3.5. Procedimientos**

En primer lugar, se efectuó la búsqueda y recopilación de información como los antecedentes y teorías sobre las variables planteadas en este estudio. Posteriormente, se plantearon los objetivos y las hipótesis; también se realizó la solicitud pertinente a la editorial para la obtención de la autorización respecto al uso de los instrumentos. Durante el proceso de la aplicación piloto y la muestra final, tomando en consideración la situación del Covid-19, lo cual imposibilita la aplicación de forma presencial, los datos fueron recolectados de forma virtual, a través de un formulario Google, donde se realizó la presentación pertinente y se les explicó a los participantes la finalidad; seguido a ello, se creó el apartado de consentimiento, indicando que los datos serán tratados de manera confidencial y únicamente con intereses de investigación, pidiendo responder a las preguntas con sinceridad. Las respuestas fueron codificadas en una base de datos, para luego utilizar los métodos estadísticos correspondientes, para la interpretación de los resultados, elaboración de la discusión, las conclusiones y recomendaciones del presente estudio.

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

Finalizada la recolección de datos tanto de la muestra piloto como la muestra final, se efectuó el procesamiento de respuestas utilizando el programa Office Microsoft Excel 2016, luego se desplazaron al programa estadístico de SPSS versión 21. A partir de ello, se realizó el análisis estadístico inferencial, por medio de la distribución de la muestra con la prueba de normalidad de Shapiro Wilk; para la correlación se utilizó el estadístico no paramétrico Rho de Spearman; a continuación se empleó el análisis descriptivo para los niveles y dimensiones de ambas variables. Finalmente, con el fin de comparar diferencias significativas entre las dos variables según el sexo y lugar de residencia, se utilizó el método de dos muestras independientes mediante la prueba de U de Mann Whitney (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

### **3.7. Aspectos éticos**

Para la ejecución de la investigación se consideró la propiedad intelectual garantizando el respaldo y los derechos del autor de las variables. Además, cumpliendo con los lineamientos de la Universidad César Vallejo, entre ellas la redacción de las citas y referencias bibliográficas, se utilizó las normas APA (2020), y se realizó las solicitudes de autorización formato carta para el uso de los instrumentos como su aplicación para el desarrollo de esta investigación. en ese sentido Martín (2013) refirió la lealtad a las premisas de beneficencia, no mal eficiencia, autónoma y de justicia, donde rige la investigación, que es sujeta a principios bioéticos, y de condición humana, en una dimensión moral de las ciencias de la vida y la salud.

Asimismo, se procedió a enviar las solicitudes correspondientes a la editorial a cargo de los instrumentos, también se realizó la prueba piloto con el propósito de obtener un resultado actualizado. Finalmente, se le enviaron los cuestionarios virtuales a los participantes donde se les informó sobre su participación para las cuales se utilizó el consentimiento informado.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Prueba de normalidad Shapiro-Wilk para las variables ira y ansiedad*

Variables	Shapiro-Wilk	
	<i>N</i>	<i>P</i>

Ira	200	,000
Ansiedad	200	,016

*Nota.*  $n$ =muestra,  $p$ =significancia.

Se aprecia que, para las variables el índice de significancia  $p$  menor a .05 no se ajustó a una distribución normal por lo que, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman y la prueba no paramétrica U de Mann Whitney. Se usó Shapiro-Wilk ya que posee la mayor potencia estadística en las pruebas de normalidad (Mohd & Bee, 2011).

**Tabla 2**

*Correlación entre ira y ansiedad en atletas*

Variable	Estadístico	Ansiedad	$r^2$
	Rho	-,274**	
Ira	$p$	,000	.075
	$n$	200	

*Nota.*  $n$ =muestra,  $r^2$ =tamaño del efecto,  $p$ =significancia.

Se evidenció que la correlación entre las variables ira y ansiedad fue significativa, de tipo indirecta y magnitud débil ( $\rho=-.274^{**}$ ). Se obtuvo que el tamaño del efecto es pequeño, ya que  $r^2$  es menor a .20 (Domínguez, 2017).

**Tabla 3**

*Nivel de ira en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	50	24,9
Medio	53	26,4
Alto	47	23,4
Muy alto	50	24,9

En cuanto al nivel de ira en atletas, el 26.4% presento un nivel medio, el 24.9% presento un nivel muy alto, el 24.9% presento un nivel bajo y el 23.4% presento un nivel alto.

**Tabla 4**

*Nivel de ansiedad en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	51	25,4
Tendencia promedio	29	14,4
Promedio	46	22,9
Sobre promedio	34	16,9
Alto	40	19,9

En cuanto al nivel de ansiedad en atletas, el 25.4% presento un nivel bajo, el 22.9% presento un nivel promedio, el 19.9% presento un nivel alto, el 16.9% presento un nivel sobre promedio y el 14.4% presento un nivel tendencia promedio.

**Tabla 5**

*Nivel de estado de ira en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	56	27,9
Medio	47	23,4

Alto	50	24,9
Muy alto	47	23,4

En cuanto a los niveles de estado de ira en atletas, el 27.9% presentó un nivel bajo, el 24.9% presentó un nivel alto, el 23.4% presentó el nivel medio y el 23.4% presentó un nivel alto.

**Tabla 6**

*Nivel de rasgo de ira en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	56	27,9
Medio	46	22,9
Alto	53	26,4
Muy alto	45	22,4

En la dimensión rasgo de ira en atletas, el 27.9% presentó un nivel bajo, el 26.4% presentó un nivel alto, el 22.9% presentó un nivel medio y el 22.4% presentó un nivel muy alto.

**Tabla 7**

*Nivel de expresión y control de ira en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	50	24,9

Medio	51	25,4
Alto	51	25,4
Muy alto	48	23,9

Para los niveles de expresión y control de ira en atletas, el 25.4% presentó un nivel alto, el 25.4% presentó un nivel medio, el 24.9% presentó un nivel bajo y el 23.9% presentó un nivel muy alto.

**Tabla 8**

*Nivel de ansiedad estado en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	41	20,4
Tendencia promedio	48	23,9
Promedio	35	17,4
Sobre promedio	36	17,9
Alto	40	19,9

En los niveles de ansiedad estado; el 23.9% presentó un nivel de tendencia promedio, el 20.4% presentó un nivel bajo, el 19.9% presentó un nivel alto, el 17.9% presentó un nivel sobre promedio y el 17.4% presentó un nivel promedio.

**Tabla 9**

*Nivel de ansiedad rasgo en atletas*

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
-------	------------	------------

Bajo	52	25,9
Tendencia promedio	30	14,9
Promedio	45	22,4
Sobre promedio	33	16,4
Alto	40	19,9

Para los niveles de ansiedad rasgo, el 25.9% presentó un nivel bajo, el 22.4% presentó un nivel promedio, el 19.9% presentó un nivel alto, el 16.4% presentó un nivel sobre promedio y el 14.9% presentó un nivel de tendencia promedio.

**Tabla 10**

*Dimensiones de ira según el sexo en atletas*

Dimensiones	Sexo de los atletas	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	p	TE
Rasgo de ira	Hombre	97	94,86	4448,000	-1,341	,180	.445
	Mujer	103	105,82				
Estado de ira	Hombre	97	99,56	4904,500	-,225	,822	.490
	Mujer	103	101,38				
Expresión y Control de ira	Hombre	97	104,97	4562,000	-1,060	,289	.456
	Mujer	103	96,29				

Para las dimensiones rasgo de ira y estado de ira se identificó que las mujeres tienen un mayor rango promedio. Para la dimensión expresión y control de ira se identificó que los varones poseen el mayor rango promedio. Además, no existieron diferencias significativas en las tres dimensiones con respecto al sexo ya que  $p$  es mayor a .05. De manera general el tamaño del efecto es mediano ya que TE es mayor a .30 (Domínguez, 2017).

**Tabla 11***Dimensiones de ira según el lugar de residencia en atletas*

Dimensiones	Residencia de los atletas	<i>n</i>	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>Z</i>	<i>p</i>	TE
Rasgo de ira	Lima	113	97,71	4600,500	-,778	,437	
	Callao	87	104,12				
Estado de ira	Lima	113	92,89	4055,500	-2,148	,032	
	Callao	87	110,39				
Expresión y Control de ira	Lima	113	93,34	4106,000	-1,996	,046	
	Callao	87	109,80				

El mayor rango promedio para las dimensiones estado de ira, rasgo de ira y expresión y control de ira fue en el Callao. Por otro lado, en la dimensión rasgo de ira no existieron diferencias significativas con respecto al lugar de residencia, ya que *p* fue mayor a .05; a diferencia de las dimensiones estado de ira y expresión y control de ira, que en ambas la diferencia fue significativa respecto al lugar de residencia, puesto que *p* fue menor a .05. De manera general el tamaño del efecto es mediano ya que TE es mayor a .30 (Domínguez, 2017).

**Tabla 12***Dimensiones de ansiedad según el sexo en atletas*

Dimensiones	Sexo de los atletas	<i>n</i>	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>Z</i>	<i>P</i>	TE
Ansiedad	Hombre	97	109,43	4129,500	-2,129	,033	.413
Estado	Mujer	103	92,09				
Ansiedad	Hombre	97	86,86	3672,500	-3,251	,001	.367
Rasgo	Mujer	103	113,34				

Para la dimensión ansiedad estado se identificó que los hombres tienen un mayor rango promedio. Para la dimensión ansiedad rasgo se identificó que las mujeres poseen el mayor rango promedio. Además, en ambas dimensiones existen diferencias significativas respecto al sexo, puesto que *p* fue menor a .05. De manera general el tamaño del efecto es mediano ya que TE es mayor a .30 (Domínguez, 2017).

**Tabla 13**

*Dimensiones de ansiedad según el lugar de residencia en atletas*

Dimensiones	Residencia de los atletas	<i>n</i>	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>Z</i>	<i>P</i>	TE
Ansiedad	Lima	113	109,14	3939,500	-2,419	,016	.400
Estado	Callao	87	89,28				
Ansiedad	Lima	113	100,88	4872,000	-,108	,914	.495
Rasgo	Callao	87	100,00				

El mayor rango promedio para las dimensiones ansiedad estado y ansiedad rasgo fue en Lima Metropolitana. En ansiedad estado *p* fue menor a .05, con lo cual, sí hay diferencias significativas con el lugar de residencia, ocurriendo lo contrario donde no existió diferencias significativas en referencia al lugar de residencia en la dimensión ansiedad rasgo, ya que *p* fue mayor a .05. De manera general el tamaño del efecto es mediano ya que TE es mayor a .30 (Domínguez, 2017).

**Tabla 14***Correlación entre estado de ira y ansiedad estado en atletas*

Dimensión	Estadístico	Ansiedad estado	$r^2$
	Rho	-,385**	
Estado de ira	$p$	,000	.77
	$n$	200	

*Nota.*  $n$ =muestra,  $r^2$ =tamaño del efecto,  $p$ =significancia.

Para estado de ira y ansiedad estado se presentó una correlación de -.385\*\*. Por tal razón la correlación fue significativa, de tipo indirecta y de magnitud débil. Se obtuvo que el tamaño del efecto es grande, ya que  $r^2$  es mayor a .50 (Domínguez, 2017).

**Tabla 15***Correlación entre rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas*

Dimensión	Estadístico	Ansiedad rasgo	$r^2$
	Rho	,110	
Rasgo de ira	$p$	,120	0.12
	$n$	200	

*Nota.*  $n$ =muestra,  $r^2$ =tamaño del efecto,  $p$ =significancia.

Entre rasgo de ira y ansiedad rasgo se presentó una correlación de .110. Por ello, la correlación fue no significativa, de tipo directa y de magnitud muy baja. Se obtuvo que el tamaño del efecto es pequeño, ya que  $r^2$  es menor a .20 (Domínguez, 2017).

## V. DISCUSIÓN

El interés y desarrollo de la investigación tomó importancia por las escasas evidencias en la psicología deportiva, siendo el eje central el deportista y los

factores que se ven inmersos durante el entrenamiento o una competición, por lo que se tomó las variables ira y ansiedad.

El objetivo general buscó identificar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas, cuyos resultados indicaron que existe correlación significativa, de tipo indirecta y de magnitud débil, sustentando estos datos con la teoría de Spielberger (2009), quien fundamenta la ira y la ansiedad desde una perspectiva de estado y rasgo. En ese sentido, define la dimensión estado como una situación, momento o evento determinado; mientras que la dimensión rasgo la considera como parte de la personalidad, influyendo en la percepción del sujeto ante una situación continua (Spierberger, 2015).

En el primer objetivo específico se determinó el nivel de ira en atletas de 18 a 39 años, siendo el nivel medio el mayor porcentaje. De acuerdo con ello, en la investigación de Menéndez-Santurio y Fernández-Rio (2017), los resultados demostraron que los practicantes de deporte sin contacto manifestaban menores niveles de ira. Así mismo, Maxwell et al. (2009) refiere que durante la práctica deportiva se mejora el control de ira para un óptimo desempeño en el atleta, señalando de esta manera que, en deportistas adultos, se ven más perfeccionadas las estrategias de control de emociones.

Para el segundo objetivo específico se buscó determinar el nivel de ansiedad en los atletas, donde el mayor porcentaje alcanzado fue el nivel bajo. Lo cual, puede corroborarse en la investigación de Sánchez (2017), quien encontró que aquellos atletas que realizan competiciones de forma continua presentan niveles de ansiedad menor. Además, otro aspecto relacionado y de gran influencia es el nivel de autoconfianza, siendo este un factor para que la población estudiada presente niveles inferiores de ansiedad.

Continuando con el tercer objetivo, se determinó el nivel estado de ira alcanzando esta dimensión un nivel bajo. Al respecto, en la investigación realizada por González-García et al. (2019), mostró que aquellos deportistas y practicantes de actividad física mayores de 18 años con padres y madres que presenten niveles

bajos de autoritarismo, mostraban niveles de ira inferiores. Siendo importante resaltar esta posible influencia en los datos encontrados.

En el cuarto objetivo se determinó el nivel rasgo de ira, teniendo mayor porcentaje el nivel bajo. Esto se debe a diversos factores, como por ejemplo un registro de mayor apoyo de amistades. González-García y Pelegrín (2018b), establecen que aquellos deportistas o personas que realicen actividad física donde exista un apoyo entre iguales, ayuda a un buen ajuste emocional y mejor socialización, mostrando de esta manera que los deportistas puedan presentar menores niveles de ansiedad rasgo.

Respecto al quinto objetivo se determinó el nivel de expresión y control de ira en atletas, donde se evidenció mayor porcentaje en el nivel medio y en el nivel alto. Como señala González-García y Pelegrín (2018a), el nivel de apoyo familiar es de suma importancia durante el rendimiento deportivo, siendo éste el factor que colabora en la gestión emocional del deportista. De este modo, el resultado obtenido puede ser causa de la ausencia del apoyo familiar.

Continuando con el sexto objetivo, se determinó el nivel de ansiedad estado, correspondiente a un nivel promedio, donde cuyos resultados se corroboran en la investigación de Molleapaza y Ruiz (2016), revelaron que los deportistas durante eventos competitivos presentaban niveles medios de ansiedad estado que terminaban influyendo en el nivel competitivo de los atletas. De esta manera, el deportista al presentar ansiedad en determinada situación puede desconcentrarse del objetivo deportivo, perjudicándolo en el rendimiento que planificó de manera técnica y táctica con su entrenador durante su plan de entrenamiento.

Para el séptimo objetivo, se determinó el nivel de ansiedad rasgo con un mayor porcentaje en el nivel bajo. Comparado con la investigación de Moreno (2018), cuyos resultados evidenciaron mayor porcentaje de ansiedad en el nivel promedio por altos niveles de estrés, quien menciona que a mayor estrés mayor presencia de ansiedad; en ese sentido, nuestra población puede presentar bajos niveles de ansiedad por la poca presencia de estrés.

En el octavo objetivo, se identificó que no existen diferencias en las dimensiones de ira según el sexo en atletas. De acuerdo con ello, en la investigación realizada por Grajeda (2017) se obtuvieron resultados similares. Determinando de esta manera que la expresión de la ira es independiente al sexo; es decir, ambos sexos pueden presentar conductas agresivas y en un mismo nivel de proporción.

Para el noveno objetivo, se evidenció que existen diferencias significativas en las dimensiones ira estado y expresión y control de ira, con mayor rango promedio en los deportistas residentes en el Callao. Donde Vergaray (2018), refiere que la conducta agresiva se presenta en un nivel alto en los estudiantes del Callao, debido a las exposiciones delincuenciales, problemas familiares o familias disfuncionales. Por lo mencionado, se demuestra que los deportistas residentes en el Callao presenten mayor ira estado y expresión de ira.

Continuando con el décimo objetivo se identificó que existen diferencias significativas en las dimensiones de ansiedad según el sexo en atletas, donde el mayor rango promedio lo obtuvieron las mujeres en ansiedad rasgo. Acorde a ello, para Correia y Rosado (2019), el mayor rango promedio donde se encontraron niveles altos de ansiedad fue en las mujeres. Estos resultados también se corroboran en la presión deportiva que tiene la atleta en disciplinas individuales ya que ellas dependen de sí mismas a diferencia de las disciplinas deportivas colectivas en donde se desarrolla un trabajo en conjunto.

En el onceavo objetivo se halló diferencias significativas en las dimensiones de ansiedad según el lugar de residencia, en el cual la dimensión ansiedad estado obtuvo mayor rango promedio en los deportistas residentes en Lima Metropolitana. Estos datos se corroboran en Gutiérrez y Portillo (2013), donde cuyos resultados demostraron mayor ansiedad en residentes urbanos de El Salvador, cuyo contexto se caracterizaba por altos grados de estrés, insomnio y ansiedad. En sintonía a lo mencionado, características similares se manifiestan en Lima Metropolitana, por lo que se explicaría la presencia de estos resultados.

Para el doceavo objetivo, se buscó establecer la relación estado de ira y ansiedad estado, se obtuvo una correlación significativa de tipo indirecta, esto se evidencia en el fundamento teórico que plantea Spielberger (2009), quien considera al estado de ira como una situación o condición emocional psicobiológica que se caracteriza por sentimientos subjetivos, estos pueden variar desde una considerada molestia o fastidio hasta una intensa furia o rabia generándose reacciones fisiológicas; por otro lado el mismo autor refiere a la ansiedad estado como una condición emocional o estado transitorio del organismo humano, caracterizado por sentimientos subjetivos, percibidos de manera consciente, evidenciando reacciones fisiológicas variando con el tiempo y cambiando la intensidad (Spielberger, 2015). En ese sentido los resultados muestran coherencia con lo que plantea el autor de las pruebas aplicadas.

Por último, en el treceavo objetivo se estableció la relación rasgo de ira y ansiedad rasgo, cuyos resultados evidenciaron una correlación no significativa, en ese sentido cabe recalcar lo mencionado por Spielberger (2009) respecto al rasgo de ira, donde indica que está caracterizada por las variedades individuales al percibir un amplio rango de situaciones como enojosas o frustrantes y por la posibilidad de responder a esas situaciones con aumento del estado de ira; por otro lado, Spielberger (2015) respecto a ansiedad rasgo, hace mención que es una relativamente estable propensión ansiosa por la que cambian las personas en la posibilidad a percibir las situaciones como amenazantes y a raíz de ello elevar consecuentemente su ansiedad estado. En ese sentido, las personas con rasgo de ira dominante son propensas a presentar estado de ira de manera más consecutivas y del mismo modo en el caso de ansiedad rasgo, ya que a mayor ansiedad rasgo se puede evidenciar mayores niveles de ansiedad estado. Evidentemente no siempre se va a cumplir la norma que a mayor dominio de rasgo habrá mayor nivel de estado ya sea en ira como en ansiedad, ya que va a depender del grado en que la situación como tal será percibida por la persona.

Con los datos obtenidos en la investigación sobre la ira y la ansiedad, se evidenció en términos generales correlaciones débiles y niveles bajos para ambas variables;

con las diversas investigaciones se contrastaron la posible influencia de otros factores en la obtención de resultados, por lo que es imprescindible seguir investigando en el campo de la psicología deportiva.

Así mismo, es importante mencionar que las fortalezas de la investigación se basan en el sustento teórico y el alcance obtenido durante la coyuntura social del Covid-19, por lo que se adoptó por el uso de formularios para la recolección de datos. Por otro lado, en las dificultades presentadas para el desarrollo de la investigación cabe mencionar que la aplicación de los instrumentos hacia los participantes no fue de manera presencial, es decir, se realizó de manera virtual y se orientó por medio de llamadas o indicaciones a través de las mensajerías instantáneas, enfatizando de esta manera que los datos obtenidos no pueden ser generalizados.

## **VI. CONCLUSIONES:**

PRIMERA: De manera general, la correlación entre las variables ira y ansiedad fue significativa, indirecta y débil en atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao.

SEGUNDA: En la variable ira se evidenció que; el 26.4% presentó un nivel medio, el 24.9% obtuvo un nivel muy alto, el 24.9% alcanzó un nivel bajo y el 23.4% destacó por un nivel alto.

TERCERA: En la variable ansiedad se evidenció que; el 25.4% presento un nivel bajo, el 22.9% presentó un nivel promedio, el 19.9% alcanzó un nivel alto, el 16.9% destacó por un nivel sobre promedio y el 14.4% presentó un nivel tendencia promedio.

CUARTA: En la dimensión estado de ira, se evidenció qué; el 27.9% presentó un nivel bajo, el 24.9% presentó un nivel alto, el 23.4% presentó el nivel medio y el 23.4% obtuvo un nivel alto.

QUINTA: En la dimensión rasgo de ira, los atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao presentaron qué; el 27.9% presentó un nivel bajo, el 26.4% presentó un nivel alto, el 22.9% presentó un nivel medio y el 22.4% alcanzó un nivel muy alto.

SEXTA: En la dimensión expresión y control de ira, los atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao presentaron qué; el 25.4% presentó un nivel alto, el 25.4% alcanzó un nivel medio, el 24.9% obtuvo un nivel bajo y el 23.9% presentó un nivel muy alto.

SÉPTIMA: En la dimensión ansiedad estado, los atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao presentaron qué; el 23.9% alcanzó un nivel de tendencia promedio, el 20.4% alcanzó un nivel bajo, el 19.9% obtuvo un nivel alto, el 17.9% presentó un nivel sobre promedio y el 17.4% alcanzó un nivel promedio.

OCTAVA: En la dimensión ansiedad rasgo, los atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao presentaron qué; el 25.9% presentó un nivel bajo, el 22.4% alcanzó un nivel promedio, el 19.9% obtuvo un nivel alto, el 16.4% presentó un nivel sobre promedio y el 14.9% destacó por un nivel de tendencia promedio.

NOVENA: En las dimensiones de ira según el sexo no existieron diferencias significativas en los atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

DÉCIMA: En la dimensión rasgo de ira no existieron diferencias significativas; a diferencia de las dimensiones estado de ira, y expresión y control de ira que, en ambas, la diferencia fue significativa respecto al lugar de residencia de los atletas de 18 a 39 años de Lima metropolitana y Callao.

DÉCIMO PRIMERA: En las dimensiones de ansiedad existen diferencias significativas respecto al sexo en los atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

DÉCIMO SEGUNDA: En la dimensión de ansiedad estado se evidenció diferencia significativa en los atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao, y en la dimensión de ansiedad rasgo no se evidencio diferencia significativa.

DÉCIMO TERCERA: La correlación del estado de ira y ansiedad estado fue significativa, indirecta y débil en los atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

DÉCIMO CUARTA: La correlación del rasgo de ira y ansiedad rasgo fue significativa, indirecta y débil en los atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.

## **VII. RECOMENDACIONES**

PRIMERA: Realizar la aplicación de los instrumentos empleados (STAXI-2 y STAI) en una muestra más amplia para obtener resultados independientes a posibles sesgos de estudios.

SEGUNDA: Incluir a psicólogos deportivos en la disciplina del atletismo en el Perú, con la finalidad de asistir emocionalmente al deportista y a los entrenadores, con el fin de capacitarlos para la mejora de la salud mental y su rendimiento en los entrenamientos y competencias.

TERCERA: Estudiar cuales son los otros posibles factores que influyen en la vida deportiva del atleta peruano, tales como: el estrés, la personalidad, la motivación o la autoestima.

CUARTA: Aplicar el STAXI-2 y el STAI de acuerdo con un plan de intervención para la mejora del rendimiento deportivo. De esta manera, también se identifican los puntos fuertes y débiles de cada deportista.

## Referencias

- Alonso, J., Liu, Z., Evans-Lacko, S., Sadikova, E., Sampson, N., Chatterji, S., Abdulmalik, J., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L., Bruffaerts, R., Cardoso, G., Cia, A., Florescu, S., De Girolamo, G., Gureje, O., Haro, J., He, Y., De Jonge, P., ... WHO World Mental Health Survey Collaborators. (2020). Treatment gap for anxiety disorders is global: Results of the World Mental Health Surveys in 21 countries. *Depress Anxiety*, 35(3), 195-208. <https://repositori.upf.edu/handle/10230/36426>
- Anastacio, A. (2020). *Evidencia del análisis psicométrico del inventario de expresión de Ira-estado-Rasgo (STAXI-2) en estudiantes universitarios de Piura* [tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/46716>
- Avendaño, A. y Moreno, S. (2020). La actividad física y su incidencia en la autoestima, la depresión y la ansiedad en deportistas de la institución educativa liceo nacional de Ibagué. *Revista Edu-Física*, 12(26), 100-117. <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/arti>
- Buceta, J. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Dykinson.
- Carrasco, A. (2019). *Influencia de la motivación deportiva sobre la ansiedad precompetitiva en deportistas calificados de una universidad privada de Lima* [tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/9845>
- Castillo, D. (2016). *La ansiedad competitiva y el uso de estrategias de afrontamiento en una competencia de judo en Lima* [tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/7713>
- Castillo, M. (2010). *Ansiedad Rasgo – Estado y la inteligencia emocional en alumnos del 5to año de secundaria de las instituciones educativas del distrito*

de *Paita* [tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional.

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46465/More\\_PJ-SD.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy&ved=2ahUKEwih75-7iL7uAhWyFVvKFHa-gC3YQFjABegQIARAB&usq=AOvVaw1ndOalDigNMK2TCLdWW7vL](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46465/More_PJ-SD.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy&ved=2ahUKEwih75-7iL7uAhWyFVvKFHa-gC3YQFjABegQIARAB&usq=AOvVaw1ndOalDigNMK2TCLdWW7vL)

Cervantes, V. (2005). Interpretaciones del coeficiente Alpha de Cronbach. *Avances en Medición*, 3, 9-28.

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/1113/8574/8604/Articulo\\_1\\_Alfa\\_de\\_Cronbach\\_9\\_28\\_2.pdf&ved=2ahUKEwiZyeSl\\_rDuAhUm1lkKHbIZD2QQFjACegQIAxAB&usq=AOvVaw0bPjwPoz3csoueY6swfXlq](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/1113/8574/8604/Articulo_1_Alfa_de_Cronbach_9_28_2.pdf&ved=2ahUKEwiZyeSl_rDuAhUm1lkKHbIZD2QQFjACegQIAxAB&usq=AOvVaw0bPjwPoz3csoueY6swfXlq)

Correia, M., & Rosado, A. (2019). Anxiety in Athletes: Gender and Type of Sport Differences. *International Journal of Psychological Research*, 12(1).

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/2990/299060403002/index.html>

Cruz, J. (1990). La Psicología del deporte: definición y evolución y relación con las demás ciencias de la actividad física y el deporte. *Revista científica Educación física e exports*, 1(22), 11-20.

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ddd.uab.cat/pub/artpub/1990/182984/apuedufisesp\\_a1990n22p11iSPA.pdf&ved=2ahUKEwj39cvUgr7uAhVpuVvKkHc54DAAQFjAAegQIAxAB&usq=AOvVaw2785bfDwYBVdamuFyzoT0O](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ddd.uab.cat/pub/artpub/1990/182984/apuedufisesp_a1990n22p11iSPA.pdf&ved=2ahUKEwj39cvUgr7uAhVpuVvKkHc54DAAQFjAAegQIAxAB&usq=AOvVaw2785bfDwYBVdamuFyzoT0O)

Díaz, J. (2008). *Psicología de la actividad física y el deporte*. (2.<sup>a</sup> ed.) Germansan.

Domínguez, S. (2017). Magnitud del efecto una guía rápida. *Educación médica*, 19(4), 1-4. <http://doidx.doi.org/10.1016/j.edumed.2017.07.002>

- Espíritu, Y. (2018). *Propiedades psicométricas de la escala de Ansiedad Estado-Rasgo en universitarios de la ciudad de Chimbote* [tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/26297>
- Fiestas, F. y Piazza, M. (2014). Prevalencia de vida y edad de inicio de trastornos mentales en el Perú urbano: Resultados del estudio mundial de salud mental, 2005. *Rev Peru Med Exp Salud Pública*, 31(1), 39-47. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342014000100006&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342014000100006&script=sci_abstract)
- Fonseca-Pedrero, E., Paino, M., Sierra-Baigrie, S., Lemos-Giráldez, S. y Muñiz, J. (2012). Propiedades psicométricas del “Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo” (STAI) en universitarios. *Psicología Conductual*, 20 (3), 547-561. <http://www.p3-info.es/pdf/propiedadespsicomeetricasdelstai.pdf>
- González-García, H. y Pelegrín, A. (2018a). Influencia del apoyo familiar en los niveles de ira en deportistas. *European j investiga*, 8(3), 169-183. <https://formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/276/187>
- González-García, H. y Pelegrín, A. (2018b). Influencia del apoyo de los iguales e ira en deportistas. *Revista Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 255-271. [https://www.researchgate.net/profile/Higinio\\_Gonzalez-Garcia/publication/325070311\\_INFLUENCIA\\_DEL\\_APOYO\\_DE\\_LOS\\_IGUALES\\_E\\_IRA\\_EN\\_DEPORTISTAS/links/5af4afe14585157136ca365f/INFLUENCIA-DEL-APOYO-DE-LOS-IGUALES-E-IRA-EN-DEPORTISDEPORTI](https://www.researchgate.net/profile/Higinio_Gonzalez-Garcia/publication/325070311_INFLUENCIA_DEL_APOYO_DE_LOS_IGUALES_E_IRA_EN_DEPORTISTAS/links/5af4afe14585157136ca365f/INFLUENCIA-DEL-APOYO-DE-LOS-IGUALES-E-IRA-EN-DEPORTISDEPORTI)
- González-García, H., Pelegrín, A. y Almagro, L. (2019). Padres autoritarios e ira en deportistas y practicantes de actividad física. *Acción Psicológica*, 16(2), 57-72. <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/view/24331/21006>
- González, H., Pelegrín, A. y Garcés, E. (2017). *Revisión de la agresión en deportistas: Variables influyentes y evaluación*. *Revista Iberoamericana de*

*Psicología del ejercicio y el deporte*. 12(1), 91.  
[https://scholar.google.com.pe/scholar?as\\_ylo=2016&q=articulos+cientificos+de+agresion+en+futbolistas&hl=es&as\\_sdt=0,5&as\\_vis=1](https://scholar.google.com.pe/scholar?as_ylo=2016&q=articulos+cientificos+de+agresion+en+futbolistas&hl=es&as_sdt=0,5&as_vis=1)

González-García, H., Pelegrín, A. y Carballo, J. (2017a). Ira y personalidad resistente en deportistas de raqueta y resistencia. *Revista Iberoamericana De Ciencias De La Actividad Física Y El Deporte*, 6(2), 21-29.  
<https://doi.org/10.24310/riccafd.2017.v6i2.3776>

González-García, H., Pelegrín, A. y Carballo, J. (2017b). Relación entre locus de control, ira y rendimiento deportivo en jugadores de tenis de mesa. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 35(12), 117-125.  
<https://www.redalyc.org/pdf/1630/163051769005.pdf>

González-García, H., Pelegrín, A. y Trinidad, A. (2019). Influencia de la ira en el nivel de competición, éxitos y deportistas profesionales. *Elsevier*, 25(2), 105-110. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.08.003>

González-García, H., Pelegrín, A. y Trinidad, A. (2017). Ira y valoración subjetiva de que el físico influye en el deporte. *Elsevier*, 24(1), 12-17.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.11.001>

Gutierrez, J. y Portillo, C. (2013). La ansiedad y la depresión como indicadores de problemas de salud mental en los salvadoreños. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 16(2), 533-557.  
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://revistas.unam.mx/index.php/repj/article/download/39965/36368&ved=2ahUKEwiz3Nb6oLHuAhVKi1kKHenWCN4QFjAKegQICChAB&usq=AOvVaw1enzBFzkrll-8SBL6viTjH&cshid=1611378487261>

Harris, D. y Harris, B. (1992). *Psicología del deporte. Integración mente cuerpo*. Hispano Europea.

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Interamericana Editores.

Instituto Nacional del Deporte (2020). Boletín Estadístico Institucional. [https://sistemas.ipd.gob.pe/secgral/Transparencia/info\\_estadistica/boletines/boletines\\_est\\_2020-1.pdf](https://sistemas.ipd.gob.pe/secgral/Transparencia/info_estadistica/boletines/boletines_est_2020-1.pdf)

Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado-Hideyo Noguchi (2013). Encuestadores del Instituto Nacional de Salud Mental se encuentran visitando los hogares de Cerro de Pasco y Huánuco para identificar los problemas de Salud mental más frecuentes. <https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2013/012.html>

Jimenez, A. y Vazquez, F. (2016). *Manual de ejercicios en psicología del deporte*. Dykinson.

Menéndez, D. (2020). Ansiedad en deportistas jóvenes: un estudio comparativo entre hombres y mujeres. *Horizonte sanitario*, 19(1), 8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7445064>

Menéndez-Santurio, J. y Fernández-Rio, J. (2017). Niveles de ira en deportistas: diferencias en función del grado de contacto y el género. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 50(13), 356-369. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71052766003>

Miguel-Tobal, J., Casado, M., Cano-Vindel, A. y Spielberger, C. (2001). *Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo STAXI-2*. TEA Ediciones.

Mohd, N., & Bee, Y. (2011). Power comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors and Anderson-Darling tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics*, 2(1), 21-33. [http://www.de.ufpb.br/~ulisses/disciplinas/normality\\_tests\\_comparison.pdf](http://www.de.ufpb.br/~ulisses/disciplinas/normality_tests_comparison.pdf)

- Molleapaza, J. y Ruiz, A. (2016). *Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: un estudio correlacional en atletas de alto rendimiento de las regiones Arequipa, Cusco y Puno, 2016* [tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio Institucional Unas Investiga. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3535>
- Morán, A. (2017). *Psicología del deporte. El manual moderno*.
- More, J. (2020). *Propiedades psicométricas del inventario ansiedad: rasgo-estado en jóvenes futbolistas del departamento de Piura-2020* [tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46465/More\\_PJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/46465/More_PJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Moreno, M. (2018). *Relación entre estrés y ansiedad estado-rasgo en los futbolistas del Club Colegio Nacional de Iquitos-CNI en el año 2017* [tesis de licenciatura, Universidad Científica del Perú]. Repositorio Institucional. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repositorio.ucp.edu.pe/bitstream/handle/UCP/404/CH%25C3%2581VEZ-1-Trabajo-relaci%25C3%25B3n.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy&ved=2ahUKEwid8P7S3-fsAhX9JrkGHVLPDhsQFjABegQIAhAB&usg=AOvVaw0ByJVn1o07W9JnKuCkslj>
- Núñez, A. y García, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistémica. *Retos*, 32, 172-177. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6352297>
- Oliva, F. y Hernández, M. (2010). Validación de la versión mexicana del inventario de la expresión de ira estado-rasgo (STAXI-2). *Acta Colombiana de Psicología*, 13(2), 107-117. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-91552010000200010&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-91552010000200010&script=sci_abstract&tlng=es)

- Organización Mundial de la Salud (2017). Día Mundial de la Salud Mental 2017- La salud mental en el lugar de trabajo. [https://www.who.int/mental\\_health/world-mental-health-day/2017/es/](https://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/es/)
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *SCIELO*, 35(1), 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Pineda-Espejel, H., Alarcon, E., López-Ruiz, Z. y Trejo, M. (2018). Orientaciones de metas como mediadoras en la relación entre perfeccionismo y ansiedad precompetitiva. *Revista internacional de ciencias del deporte*, 52(14), 148-162. <https://doi.org/10.5232/ricyde2018.05205>
- Pons, J. (2018). *Ansiedad competitiva y afrontamiento en el deporte de iniciación: una aproximación empírica*. [https://www.researchgate.net/publication/342978675\\_Ansiedad\\_Competitiva\\_y\\_Afrontamiento\\_en\\_el\\_Deporte\\_de\\_Iniciacion\\_Una\\_Aproximacion\\_Empirica](https://www.researchgate.net/publication/342978675_Ansiedad_Competitiva_y_Afrontamiento_en_el_Deporte_de_Iniciacion_Una_Aproximacion_Empirica)
- Pons, J., Ramis, Y., Viladrich, C. y Checa, I. (2020). Niveles de ansiedad y estilos de afrontamiento en función de las características perceptivo-motoras del deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(2), 105-115. [https://www.researchgate.net/publication/342656186\\_Niveles\\_de\\_ansiedad\\_y\\_estilos\\_de\\_afrontamiento\\_en\\_funcion\\_de\\_las\\_caracteristicas\\_perceptivo-motoras\\_del\\_deporte](https://www.researchgate.net/publication/342656186_Niveles_de_ansiedad_y_estilos_de_afrontamiento_en_funcion_de_las_caracteristicas_perceptivo-motoras_del_deporte)
- Quinn, E. (2019). Sports Psychology for Performance Anxiety. <https://www.verywellfit.com/sports-psychology-for-performanceanxiety-3119436#citation-2>
- Rapado, M. (2015). La ansiedad: Estrategias prácticas para manejarlas paso a paso. Biblioteca online. [https://books.google.es/books?id=HpneBgAAQBAJ&printsec=copyright&hl=es&source=gbs\\_pub\\_info\\_r#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?id=HpneBgAAQBAJ&printsec=copyright&hl=es&source=gbs_pub_info_r#v=onepage&q&f=false)

- Romero-Saldaña, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 6(3), 105-114. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5633043>
- Sánchez, A. (2017). *Niveles de ansiedad precompetitiva de los atletas de alto nivel españoles* [tesis de doctorado, Universidad Pontificia de Salamanca]. Repositorio Institucional SUMMA. <https://summa.upsa.es/viewer.vm?id=0000048452>
- Sánchez, J. y León, A. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 9(18), 189-205. <https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>
- Sandin, B. y Chorort, P. (1995). Estructura factorial de la escala de ansiedad social para niños-revisada. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 4(2), 105-113. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.4.num.2.1999.3876>
- Silva, G. (2020). *Agresión y actitud deportiva en futbolistas de los clubes de la Liga Distrital de Fútbol de Comas, 2020* [tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/47651>
- Spielberger, C., Gorsuch, R., & Lushene, R. (1970). *Manual for State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C., Johnson, E., Russell, S., Crane, R., Jacobs, G., & Worden, T. (1985). The experience and expression of anger: Construction and validation of an anger expression scale. In M. Chesney, & R. Rosenman. *Anger and hostility in cardiovascular and behavioral disorders*. McGraw-Hill. [https://www.scirp.org/\(S\(lz5mqp453edsnp55rrgict55\)\)/reference/ReferencesPers.aspx?ReferenceID=203853](https://www.scirp.org/(S(lz5mqp453edsnp55rrgict55))/reference/ReferencesPers.aspx?ReferenceID=203853)
- Spielberger, C. (1999). *Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory, STAXI2*. Psychological Assessment Resource.

- Tapia, V. y Luna, J. (2010). Validación de una prueba de habilidades de pensamiento para alumnos de cuarto y quinto de secundaria y primer año de universidad. *Revista de Investigación en Psicología*, 13 (2), 17-59. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/3710>
- Trickett, S. (2009). *Supera la ansiedad y la depresión*. Hispano Europea.
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J., Álvarez, J., Cangas, A. y López-Liria, R. (2020). El efecto de la motivación sobre la resiliencia y la ansiedad del deportista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(77), 73-86. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.77.005>
- Vaca, M., Egas, S., García, O., Feriz, L. y Rodríguez, T. (2017). Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2). [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002017000200006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200006)
- Vergaray, S., Palomino, B., Obregón, M., Yachachin, Á., Murillo, G. y Morales, J. (2018). Conducta agresiva en adolescentes de colegios estatales de un Distrito del Callao. *Health Care & Global Health*, 2(1), 6-12. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1373&ved=2ahUKEwjv7rujp7HuAhXjt1kKHa54Dr8QFjAAegQIAxAB&usg=AOvVaw1hw979-GjcAt3U7N1JJAto>
- Weinberg, R. y Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Médica Panamericana.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Ariel.
- Williams, J. (1991). *Psicología aplicada al Deporte*. Biblioteca Nueva.
- Wolpe, J. (1980). Cognitive behavior: a reply to three commentaries. *American Psychologist*, 35, 112-114. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.35.1.112>

## Anexo 1.

### Matriz de consistencia

PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES E ÍTEMS		MÉTODO
¿Cuál es la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao?	General	General	Variable 1: Ira		
	Existe relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.	Determinar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.	Dimensiones	Ítems	
			Estado de ira	1 al 15	Diseño: No experimental y transversal
			Rasgo de ira	16 al 25 26 al 49	
			Expresión y control de ira		Tipo: Descriptivo-correlacional.
	Específicos	Específicos			
			Variable 2: Ansiedad		POBLACIÓN-MUESTRA
a) Existe nivel muy alto de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. b) Existe nivel muy alto de ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. c) Existe nivel alto de estado de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. d) Existe nivel alto de rasgo de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.	a) Determinar el nivel de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. b) Determinar el nivel de ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. c) Determinar el nivel estado de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. d) Determinar el nivel rasgo de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.	Dimensiones	Ítems		
		Ansiedad estado	1 al 20	N= 200 atletas de 18 a 39 años de Lima	

	<p>e) Existe nivel alto de expresión y control de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>f) Existe nivel alto de ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>g) Existe nivel alto de ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>h) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ira según sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>i) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ira según lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>j) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ansiedad según sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>k) Existen diferencias significativas en las dimensiones de ansiedad según lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>l) Existe correlación significativa y directa de estado de ira y ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p>	<p>e) Determinar el nivel de expresión y control de ira en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>f) Determinar el nivel de ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>g) Determinar el nivel de ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>h) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ira según el sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>i) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ira según el lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>j) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ansiedad según el sexo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>k) Identificar la diferencia que existe en las dimensiones de ansiedad según el lugar de residencia en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>l) Establecer la relación estado de ira y ansiedad estado en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p>	<p>Ansiedad rasgo</p>	<p>21 al 40</p>	<p>Metropolitana y Callao.</p> <p>n= 200 atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.</p> <p>Muestreo: muestreo total</p>
--	--	---	-----------------------	-----------------	--

	m) Existe correlación significativa y directa de rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.	m) Establecer la relación rasgo de ira y ansiedad rasgo en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao.													
INSTRUMENTOS		INSTRUMENTO 1: STAXI-2	<p>Tiene las siguientes propiedades psicométricas</p> <table border="1" data-bbox="1308 443 1940 792"> <thead> <tr> <th colspan="2">Coeficiente alfa de Cronbach</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Estado de ira</td> <td>,654</td> </tr> <tr> <td>Rasgo de ira</td> <td>,629</td> </tr> <tr> <td>Expresión y control de ira</td> <td>,592</td> </tr> <tr> <td>Escala general</td> <td>,718</td> </tr> </tbody> </table> <p>Los índices de fiabilidad y validez del STAXI-2, se determinaron partiendo de una muestra de 1.173 españoles (889 mujeres y 284 hombres) con una correlación test retest de .71 y el coeficiente alpha de Cronbach de .89 para la escala de Estado de Ira y de .82, para el Rasgo de Ira. La escala de Expresión de Ira obtuvo .69 (MiguelTobal et al., 2001).</p>			Coeficiente alfa de Cronbach		Estado de ira	,654	Rasgo de ira	,629	Expresión y control de ira	,592	Escala general	,718
Coeficiente alfa de Cronbach															
Estado de ira	,654														
Rasgo de ira	,629														
Expresión y control de ira	,592														
Escala general	,718														

	<p style="text-align: center;">INSTRUMENTO 2: STAI</p>	<p>Tiene las siguientes propiedades psicométricas</p> <table border="1" data-bbox="1308 289 1940 570"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Coeficiente alfa de Cronbach</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Ansiedad estado</td> <td style="text-align: center;">,895</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Ansiedad rasgo</td> <td style="text-align: center;">,869</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Escala general</td> <td style="text-align: center;">,906</td> </tr> </tbody> </table> <p>Respecto a la validez del STAI se evidencian la aplicación de este inventario junto con el cuestionario de personalidad 16-PF Forma A de R. B. Cattell, en 311 varones y 226 mujeres adultos profesionales, los varones obtuvieron en A/E y A/R unas medias de 19.34 Y 19.50, mientras que en las mujeres sus respectivos promedios fueron 19.99 y 22.38.</p>	Coeficiente alfa de Cronbach		Ansiedad estado	,895	Ansiedad rasgo	,869	Escala general	,906
Coeficiente alfa de Cronbach										
Ansiedad estado	,895									
Ansiedad rasgo	,869									
Escala general	,906									

## Anexo 2. Matriz de Operacionalización de la variable ira

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Ira	Para Miguel-Tobal et al. (2001), definen la ira como el estado emocional que experimenta una persona en un momento determinado, y que se desenvuelve desde un ligero enfado hasta una furia intensa.	La variable ira será medida a través del Inventario de expresión de ira estado - rasgo STAXI-2. Adaptado por Anastacio (2020). La cual está compuesta por 3 dimensiones y 49 ítems. En una escala de respuestas del 1 al 4.	Estado de ira	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentimiento</li> <li>- Expresión física</li> <li>- Expresión verbal</li> </ul>	1; 2 ;3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11;12; 13; 14; 15.	Escala ordinal
			Rasgo de ira	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Temperamento de ira</li> <li>- Reacción de ira</li> </ul>	16; 17; 18; 19; 20; 21; 22; 23; 24; 25.	
			Expresión y Control de ira	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión interna de ira</li> <li>- Expresión externa de ira</li> <li>- Control externo de ira</li> <li>- Control interno de ira</li> </ul>	26; 27; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 34; 35; 36; 37; 38; 39; 40; 41; 42; 43; 44; 45; 46; 47; 48; 49.	

Fuente: Datos originales de Miguel-Tobal et al. (2001) y de la adaptación versión peruana por Anastacio (2020)

### Anexo 3. Matriz de Operacionalización de la variable ansiedad

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Ansiedad	Para Spielberger et al. (1970), miden dos conceptos de ansiedad de manera independiente. La ansiedad estado la define como la condición emocional transitoria; y en cuanto a la ansiedad rasgo es conceptualizada como la tendencia latente de experimentar amenaza.	La variable ansiedad será medida a través del Cuestionario ansiedad estado - rasgo STAI. Propiedades psicométricas por Espíritu (2018). La cual está compuesta por 2 dimensiones y 40 ítems. En una escala de respuestas de 0 a 3 puntos.	Ansiedad-estado	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tranquilidad</li> <li>- Seguridad</li> <li>- Nerviosismo</li> <li>- Preocupación</li> </ul>	1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 16; 17; 18; 19; 20.	Escala ordinal
			Ansiedad-rasgo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Satisfacción constante</li> <li>- Estabilidad</li> <li>- Preocupación constante</li> <li>- Insatisfacción</li> </ul>	21; 22; 23; 24; 25; 26; 27; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 34; 35; 36; 37; 38; 39; 40.	

Fuente: Datos originales de Spielberger et al. (1970) y propiedades psicométricas por Espíritu (2018)

#### Anexo 4. Instrumentos de evaluación

<b>Inventario de expresión de ira estado-rasgo (STAXI-2)</b>			
Autor:	Charles D. Spielberger		
Adaptación peruana:	Anastacio, A.		
Nombre original:	State-Trait Anger Expression Inventory		
Procedencia:	Psychological Assessment Resources PAR, Odesa, Florida, EEUU		
<b>PARTE 1</b>			
<b>INSTRUCCIONES</b>			
A continuación, se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describirse a sí misma. Lea cada afirmación y marque con un aspa (X) una de las letras que encontrara a la derecha, la letra que mejor indique <b>CÓMO SE SIENTE AHORA MISMO</b> , utilizando la siguiente escala de valoración.			
<b>(A) NO EN ABSOLUTO</b>	<b>(B) ALGO</b>	<b>(C) MODERADAMENTE</b>	<b>(D) MUCHO</b>
<b>COMO SE SIENTE EN ESTE MOMENTO</b>			

<b>1</b>	Estoy furioso.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>2</b>	Me siento irritado.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>3</b>	Me siento enfadado.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>4</b>	Le pegaría a alguien.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>5</b>	Estoy enojado.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>6</b>	Me gustaría decir lisuras (groserías).	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>7</b>	Estoy molesto.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>8</b>	Daría puñetazos a la pared.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>9</b>	Me dan ganas de maldecir a gritos.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

10	Me dan ganas de gritarle a alguien.	A	B	C	D
11	Quiero romper algo.	A	B	C	D
12	Me dan ganas de gritar.	A	B	C	D
13	Le tiraría algo a alguien.	A	B	C	D
14	Tengo ganas de dar cachetadas a alguien.	A	B	C	D
15	Me gustaría pelear con alguien.	A	B	C	D

<b>PARTE 2</b>			
<b>INSTRUCCIONES</b>			
<p>A continuación, se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describirse a sí misma. Lea cada afirmación y marque con un aspa (X) una de las letras que encontrara a la derecha, la letra que mejor indique <b>CÓMO SE SIENTE NORMALMENTE</b>, utilizando la siguiente escala de valoración.</p>			
<b>(A) CASI NUNCA</b>	<b>(B) ALGUNAS VECES</b>	<b>(C) A MENUDO</b>	<b>(D) CASI SIEMPRE</b>
<b>COMO SE SIENTE EN ESTE MOMENTO</b>			

16	Me irrito rápidamente.	A	B	C	D
17	Tengo un carácter irritable.	A	B	C	D
18	Soy una persona alterada.	A	B	C	D
19	Me molesta cuando hago algo bien y no me lo reconocen.	A	B	C	D
20	Tiendo a perder la paciencia.	A	B	C	D
21	Me pone furioso que me critiquen delante de los demás.	A	B	C	D

22	Me siento furioso cuando hago un buen trabajo y se me valora poco.	A	B	C	D
23	Me molesto con facilidad.	A	B	C	D
24	Me enfado si no me salen las cosas como tenía previsto.	A	B	C	D
25	Me enfado cuando se me trata injustamente.	A	B	C	D

<b>PARTE 3</b>			
<b>INSTRUCCIONES</b>			
<p>A continuación, se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describirse a sí misma. Lea cada afirmación y marque con un aspa (X) una de las letras que encontrara a la derecha, la letra que mejor indique <b>CÓMO REACCIONA O SE COMPORTA CUANDO ESTA ENFADADO O FURIOSO</b>, utilizando la siguiente escala de valoración.</p>			
<b>(A) CASI NUNCA</b>	<b>(B) ALGUNAS VECES</b>	<b>(C) A MENUDO</b>	<b>(D) CASI SIEMPRE</b>
<b>COMO SE SIENTE EN ESTE MOMENTO</b>			

26	Controlo mi temperamento.	A	B	C	D
27	Expreso mi enojo.	A	B	C	D
28	Me guardo para mí lo que siento.	A	B	C	D
29	Hago comentarios irónicos (hacer burla de algo) de los demás.	A	B	C	D
30	Mantengo la calma.	A	B	C	D
31	Hago cosas como golpear la puerta.	A	B	C	D
32	Enfurezco por dentro aunque no lo demuestro.	A	B	C	D

<b>33</b>	Controlo mi comportamiento.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>34</b>	Discuto con los demás.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>35</b>	Tiendo a tener rencores que no cuento a nadie.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>36</b>	Puedo controlarme y no perder la paciencia.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>37</b>	Estoy más enfadado de lo que quiero admitir.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>38</b>	Digo barbaridades.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>39</b>	Me irrito más de lo que la gente se cree.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>40</b>	Pierdo la paciencia.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>41</b>	Controlo mis sentimientos de enfado.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>42</b>	Evito encararme con aquello que me enfada.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>43</b>	Controlo el impulso de expresar mis sentimientos de enojo.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>44</b>	Respiro profundamente y me relajo.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>45</b>	Hago cosas como contar hasta diez.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>46</b>	Trato de relajarme.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>47</b>	Hago algo sosegado para relajarme.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>48</b>	Intento distraerme para que se me pase el enfado.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>49</b>	Pienso en algo agradable para tranquilizarme.	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>

### Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)

Autores: C.D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene Procedencia:  
Consulting Psychologists Press, Palo Alto, California

Adaptación española: Sección de Estudios de TEA Ediciones, S.A., Madrid

Adaptación peruana: Espíritu. Y.

#### ANSIEDAD ESTADO

A-E	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan usualmente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuesta buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.	Nada	Algo	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado.				
2	Me siento seguro.				
3	Estoy tenso.				
4	Estoy contrariado.				
5	Me siento a gusto.				
6	Me siento alterado.				
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo.				
8	Me siento descansado.				
9	Me siento ansioso.				
10	Me siento cómodo.				
11	Me siento con confianza en mí mismo.				
12	Me siento nervioso.				

13	Estoy agitado.				
14	Me siento a punto de explotar.				
15	Me siento relajado.				
16	Me siento satisfecho.				
17	Estoy preocupado.				
18	Me siento muy preocupado y aturdido.				
19	Me siento alegre.				
20	Me siento bien.				

<b>ANSIEDAD RASGO</b>					
<b>A-R</b>		<b>Casi nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>A menudo</b>	<b>Casi siempre</b>
	A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y marque la alternativa con la que se identifique UD. AHORA MISMO. No hay respuesta buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa su situación presente.				
21	Me siento mal.				
2	Me canso rápidamente.				
3	Siento ganas de llorar.				
4	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser.				
5	Pierdo oportunidades por no poder decidirme.				
6	Me siento descansado.				
7	Soy una persona tranquila, serena y sosegada.				
8	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas.				

<b>9</b>	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia.				
<b>10</b>	Soy feliz.				
<b>11</b>	Tomo las cosas muy a pecho.				
<b>12</b>	Me falta confianza en mí mismo.				
<b>13</b>	Me siento seguro.				
<b>14</b>	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades.				
<b>15</b>	Me siento melancólico.				
<b>16</b>	Me siento satisfecho.				
<b>17</b>	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente.				
<b>18</b>	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza.				
<b>19</b>	Soy una persona estable.				
<b>20</b>	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero.				

# Ira y ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao

Con el debido respeto nos presentamos ante usted, somos Javier Jesus Vivar Bravo y Yoselin Dayana Fernandez Perez; estudiantes de la carrera de Psicología de la Universidad César Vallejo.

En la actualidad estamos realizando una investigación sobre ira y ansiedad en atletas para obtener el título profesional de Licenciados en Psicología.

El presente estudio esta dirigido a deportistas de 18 a 39 años que residan en Lima Metropolitana y Callao.

**\*Obligatorio**

## Consentimiento informado para el deportista

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. Para ello se requiere de la participación de su persona, el proceso consta de completar 2 cuestionarios durante un tiempo aproximado de 20 minutos.

Los datos serán tratados de forma confidencial y únicamente con fines de investigación. Su participación es anónima, por lo que se le pide responder con total sinceridad. Los datos serán tratados de forma confidencial, únicamente con fines de investigación y no se publicarán de manera individual.

En caso tenga alguna duda sobre el estudio, puede contactarse a los siguientes correos:

Autor de la investigación: Bach. VIVAR BRAVO, Javier Jesus ([jvivarbr7@ucvvirtual.edu.pe](mailto:jvivarbr7@ucvvirtual.edu.pe))

Autora de la investigación: Bach. FERNANDEZ PEREZ, Yoselin Dayana ([yfernandezpe@ucvvirtual.edu.pe](mailto:yfernandezpe@ucvvirtual.edu.pe))

Asesora de la investigación: Mg. YUCRA CAMPOSANO, Jennifer Fiorella ([jyucracam@ucvvirtual.edu.pe](mailto:jyucracam@ucvvirtual.edu.pe))

¿Acepta voluntariamente participar en la investigación? \*

Acepto

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfyd9ePY5KSWHNLzdbC9Yt97BGx6SsIPPWwiPHKRIE1Rcd0zw/closedform>

## Anexo 5. Ficha sociodemográfica

<b>FICHA SOCIODEMOGRÁFICA</b>			
<b>EDAD:</b>	18-21	22-20	31-39
<b>SEXO:</b>	Hombre		Mujer
<b>RESIDENCIA:</b>	Lima		Callao

## Anexo 6. Carta de solicitud de autorización de uso del instrumento.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la universalización de la salud"

### CARTA N°1951 - 2020/EP/PSI.UCV LIMA NORTE-LN

*Los Olivos 3 de diciembre de 2020*

**Autor:**

- TEA Ediciones

Presente.-

*De nuestra consideración:*

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarles a la Srta. **FERNANDEZ PEREZ, Yoselin Dayana**, con DNI 72961638 y al Sr. **VIVAR BRAVO, Javier Jesus**, con DNI 74697504; estudiantes del último año de la Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios; con códigos de matrícula N° 7002520780 y N° 7002516011, respectivamente; quienes realizarán su trabajo de investigación para optar el título de licenciados en Psicología titulado: "IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO", este trabajo de investigación tiene fines académicos, sin fines de lucro alguno, donde se realizará una investigación con el uso del instrumento **Cuestionario de Ansiedad-Rasgo (STAI)**, a través de la validez, la confiabilidad, análisis de ítems y baremos tentativos.

Agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso proporcionando una carta de autorización para el uso del instrumento en mención, para sólo fines académicos, y así prosiga con el desarrollo del proyecto de investigación.

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

Atentamente,



---

**Dra. Roxana Cárdenas Vila**  
Coordinadora de la Escuela de Psicología  
Filial Lima - Campus Lima Norte

**CARTA N°1628- 2020/EP/PSI.UCV LIMA NORTE-LN**

*Los Olivos 3 de diciembre de 2020*

**Autor:**

- TEA Ediciones

**Presente.-**

*De nuestra consideración:*

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarles a la Srta. **FERNANDEZ PEREZ, Yoselin Dayana**, con DNI 72961638 y al Sr. **VIVAR BRAVO, Javier Jesus**, con DNI 74697504; estudiantes del último año de la Escuela de Psicología de nuestra casa de estudios; con códigos de matrícula N° 7002520780 y N° 7002516011, respectivamente; quienes realizarán su trabajo de investigación para optar el título de licenciados en Psicología titulado: "IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO", este trabajo de investigación tiene fines académicos, sin fines de lucro alguno, donde se realizará una investigación con el uso del instrumento **Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI-2)**, a través de la validez, la confiabilidad, análisis de ítems y baremos tentativos.

Agradecemos por antelación le brinde las facilidades del caso proporcionando una carta de autorización para el uso del instrumento en mención, para sólo fines académicos, y así prosiga con el desarrollo del proyecto de investigación.

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

Atentamente,



---

**Dra. Roxana Cárdenas Vila**  
Coordinadora de la Escuela de Psicología  
Filial Lima - Campus Lima Norte

## Anexo 7. Autorización de uso del instrumento.



Por la presente como Representantes Autorizados de la Editorial TEA Ediciones S.A.U. otorgamos la autorización a Javier Jesus Vivar Bravo DNI: 74697504, estudiante del último año de la escuela de psicología quien está desarrollando su trabajo de investigación para obtener el título de licenciado en psicología en la Universidad César Vallejo, para la utilización de la prueba **STAI**. CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO, en el trabajo de investigación denominado:

**"IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO"**. Tal permiso con fines académicos está limitado por las siguientes condiciones:

1. El permiso de utilización se concede únicamente para los fines de la investigación anteriormente expuesta.
2. Los materiales serán adquiridos de acuerdo al cauce habitual de comercialización y el investigador se compromete al uso de material original y respetando los derechos de propiedad intelectual.
3. En ningún caso se autoriza un uso comercial del instrumento ni la divulgación, lucrativa o gratuita, por ningún medio escrito o informático.

Lima, 13 de Enero de 2021



ERICA FERNÁNDEZ M.  
Gerente General



LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

RUC: 20601917271

(51 1) 750-3394  
info@libreriaeya.com  
Av. Alfredo Benavides N<sup>o</sup> 1944 Oficina 2  
Miraflores - Lima -Perú



LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

Por la presente como Representantes Autorizados de la Editorial TEA Ediciones S.A.U. otorgamos la autorización a Yoselin Dayana Fernandez Perez DNI: 72961638, estudiante del último año de la escuela de psicología quien está desarrollando su trabajo de investigación para obtener el título de licenciada en psicología en la Universidad César Vallejo, para la utilización de la prueba **STAI**. CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO, en el trabajo de investigación denominado:

**"IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO"**. Tal permiso con fines académicos está limitado por las siguientes condiciones:

1. El permiso de utilización se concede únicamente para los fines de la investigación anteriormente expuesta.
2. Los materiales serán adquiridos de acuerdo al cauce habitual de comercialización y el investigador se compromete al uso de material original y respetando los derechos de propiedad intelectual.
3. En ningún caso se autoriza un uso comercial del instrumento ni la divulgación, lucrativa o gratuita, por ningún medio escrito o informático.

Lima, 13 de Enero de 2021

  
ERICA FERNÁNDEZ M.  
Gerente General

  
LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

RUC: 20601917271

(51 1) 750-3394  
info@libreriaeya.com  
Av. Alfredo Benavides N° 1944 Oficina 2  
Miraflores - Lima -Perú



LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

Por la presente como Representantes Autorizados de la Editorial TEA Ediciones S.A.U. otorgamos la autorización a Javier Jesus Vívar Bravo DNI: 74697504, estudiante del último año de la escuela de psicología quien está desarrollando su trabajo de investigación para obtener el título de licenciado en psicología en la Universidad César Vallejo, para la utilización de la prueba STAXI-2. Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo en el trabajo de investigación denominado:

**"IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO"**. Tal permiso con fines académicos está limitado por las siguientes condiciones:

1. El permiso de utilización se concede únicamente para los fines de la investigación anteriormente expuesta.
2. Los materiales serán adquiridos de acuerdo al cauce habitual de comercialización y el investigador se compromete al uso de material original y respetando los derechos de propiedad intelectual.
3. En ningún caso se autoriza un uso comercial del instrumento ni la divulgación, lucrativa o gratuita, por ningún medio escrito o informático.

Lima, 13 de Enero de 2021

  
ERICA FERNÁNDEZ M.  
Gerente General

 LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

RUC: 20601917271

(51 1) 750-3394  
info@libreriaeya.com  
Av. Alfredo Benavides N° 1944 Oficina 2  
Miraflores - Lima -Perú



LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

Por la presente como Representantes Autorizados de la Editorial TEA Ediciones S.A.U. otorgamos la autorización a Yoselin Dayana Fernandez Perez DNI: 72961638, estudiante del último año de la escuela de psicología quien está desarrollando su trabajo de investigación para obtener el título de licenciada en psicología en la Universidad César Vallejo, para la utilización de la prueba **STAXI-2**. Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo en el trabajo de investigación denominado:

**"IRA Y ANSIEDAD EN ATLETAS DE 18 A 39 AÑOS DE LIMA METROPOLITANA Y CALLAO"**. Tal permiso con fines académicos está limitado por las siguientes condiciones:

1. El permiso de utilización se concede únicamente para los fines de la investigación anteriormente expuesta.
2. Los materiales serán adquiridos de acuerdo al cauce habitual de comercialización y el investigador se compromete al uso de material original y respetando los derechos de propiedad intelectual.
3. En ningún caso se autoriza un uso comercial del instrumento ni la divulgación, lucrativa o gratuita, por ningún medio escrito o informático.

Lima, 13 de Enero de 2021

  
ERICA FERNÁNDEZ M  
Gerente General

 LIBRERÍA  
ESPECIALIZADA  
EYA

RUC: 20601917271

(51 1) 750-3394  
info@libreriaeya.com  
Av. Alfredo Benavides N° 1944 Oficina 2  
Miraflores - Lima -Perú

LIBRERIA ESPECIALIZADA EYA SAC				BOLETA DE VENTA ELECTRONICA			
CAL. VINCENT VAN GOGH 371 DPTO. 201 URB. SAN BORJA NORTE SAN BORJA - LIMA - LIMA				RUC: 20601917271 EB01-11			
Fecha de Vencimiento : Fecha de Emisión : <b>31/12/2020</b> Señor(es) : <b>YOSELIN DAYANA FERNANDEZ PEREZ</b> DNI : <b>72961638</b> Tipo de Moneda : <b>SOLES</b> Observación : <b>COT 000066</b>							
Cantidad	Unidad Medida	Código	Descripción	Valor Unitario(*)	Descuento(*)	Importe de Venta(**) ICBPER	
1.00	UNIDAD	2P1400	STAI. JUEGO COMPLETO (MANUAL, 25 EJEMPLARES AUTOCORREGIBLES). TÍTULO: CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO. EDITORIAL: TEA EDICIONES. PROCEDENCIA: ESPAÑA.	294.76	0.00	294.76 0.00	
Otros Cargos :						S/0.00	
Otros Tributos :						S/0.00	
ICBPER :						S/ 0.00	
Importe Total :						S/294.76	
<b>SON: DOSCIENTOS NOVENTA Y CUATRO Y 76/100 SOLES</b>							
(*) Sin impuestos.				Op. Gravada :	S/ 0.00		
(**) Incluye impuestos, de ser Op. Gravada.				Op. Exonerada :	S/ 294.76		
				Op. Inafecta :	S/ 0.00		
				ISC :	S/ 0.00		
				IGV :	S/ 0.00		
				ICBPER :	S/ 0.00		
				Otros Cargos :	S/ 0.00		
				Otros Tributos :	S/ 0.00		
				Importe Total :	S/ 294.76		
Esta es una representación impresa de la Boleta de Venta Electrónica, generada en el Sistema de la SUNAT. El Emisor Electrónico puede verificarla utilizando su clave SOL, el Adquirente o Usuario puede consultar su validez en SUNAT Virtual: <a href="http://www.sunat.gob.pe">www.sunat.gob.pe</a> , en Opciones sin Clave SOL/ Consulta de Validez del CPE.							

LIBRERIA ESPECIALIZADA EYA SAC				BOLETA DE VENTA ELECTRONICA				
CAL. VINCENT VAN GOGH 371 DPTO. 201 URB. SAN BORJA NORTE SAN BORJA - LIMA - LIMA				RUC: 20601917271 EB01-12				
Fecha de Vencimiento : Fecha de Emisión : 31/12/2020 Señor(es) : JAVIER JESUS VIVAR BRAVO DNI : 74697504 Tipo de Moneda : SOLES Observación : COT 000065								
Cantidad	Unidad Medida	Código	Descripción	Valor Unitario(*)	Descuento(*)	Importe de Venta(**)	ICBPER	
1.00	UNIDAD	2P4900	STAXI-2. JUEGO COMPLETO (MANUAL, 25 EJEMPLARES AUTOCORREGIBLES). TÍTULO: INVENTARIO DE EXPRESIÓN DE IRA ESTADO-RASGO - 2. EDITORIAL: TEA EDICIONES. PROCEDENCIA: ESPAÑA.	592.64	0.00	592.64	0.00	
Otros Cargos :							S/0.00	
Otros Tributos :							S/0.00	
ICBPER :							S/ 0.00	
Importe Total :							S/592.64	
<b>SON: QUINIENTOS NOVENTA Y DOS Y 64/100 SOLES</b>								
(*) Sin impuestos.				Op. Gravada :				S/ 0.00
(**) Incluye impuestos, de ser Op. Gravada.				Op. Exonerada :				S/ 592.64
				Op. Inafecta :				S/ 0.00
				ISC :				S/ 0.00
				IGV :				S/ 0.00
				ICBPER :				S/ 0.00
				Otros Cargos :				S/ 0.00
				Otros Tributos :				S/ 0.00
				Importe Total :				S/ 592.64
Esta es una representación impresa de la Boleta de Venta Electrónica, generada en el Sistema de la SUNAT. El Emisor Electrónico puede verificarla utilizando su clave SOL, el Adquirente o Usuario puede consultar su validez en SUNAT Virtual: <a href="http://www.sunat.gob.pe">www.sunat.gob.pe</a> , en Opciones sin Clave SOL/ Consulta de Validez del CPE.								

## Anexo 8. Consentimiento informado.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA EL DEPORTISTA
<p>La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la ira y la ansiedad en atletas de 18 a 39 años de Lima Metropolitana y Callao. Para ello se requiere de la participación de su persona, el proceso consta de completar 2 cuestionarios durante un tiempo aproximado de 20 minutos.</p> <p>Los datos serán tratados de forma confidencial y únicamente con fines de investigación. Su participación es anónima, por lo que se le pide responder con total sinceridad. Los datos serán tratados de forma confidencial, únicamente con fines de investigación y no se publicarán de manera individual.</p> <p>En caso tenga alguna duda sobre el estudio, puede contactarse a los siguientes correos:</p> <p>Autor de la investigación: Bach. VIVAR BRAVO, Javier Jesus (jvivarbr7@ucvvirtual.edu.pe)</p> <p>Autora de la investigación: Bach. FERNANDEZ PEREZ, Yoselin Dayana (yfernandezpe@ucvvirtual.edu.pe)</p> <p>Asesora de la investigación: Mg. YUCRA CAMPOSANO, Jennifer Fiorella (jyucracam@ucvvirtual.edu.pe)</p>
<p><b>ACEPTO: ( )</b></p>

## Anexo 9: Resultados del piloto.

**Tabla 16**

*Consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach del STAXI*

Estadísticos de fiabilidad		
Sub - escalas	Nº de predictores	Coeficiente alfa de Cronbach
Estado de ira	15	,654
Rasgo de ira	10	,629
Expresión y Control de ira	24	,592
Escala general	49	,718

**Tabla 17***Análisis de validez ítem-test del STAXI*

Predictores	Correlación ítem-test	Nº de elementos	Predictores	Correlación ítem-test	Nº de elementos
I1	,415	100	I25	,445	100
I2	,503	100	I26	,257	100
I3	,450	100	I27	,227	100
I4	,465	100	I28	,459	100
I5	,397	100	I29	,314	100
I6	,505	100	I30	,268	100
I7	,393	100	I31	,325	100
I8	,291	100	I32	,605	100
I9	,525	100	I33	,200	100
I10	,501	100	I34	,400	100
I11	,461	100	I35	,543	100
I12	,448	100	I36	,205	100
I13	,418	100	I37	,546	100
I14	,443	100	I38	,389	100
I15	,439	100	I39	,497	100
I16	,472	100	I40	,496	100
I17	,474	100	I41	,246	100
I18	,403	100	I42	,390	100
I19	,447	100	I43	,341	100
I20	,530	100	I44	,214	100
I21	,404	100	I45	,271	100
I22	,413	100	I46	,211	100
I23	,438	100	I47	,299	100
I24	,456	100	I48	,341	100
			I49	,340	100

**Tabla 18***Consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach del STAI*

---

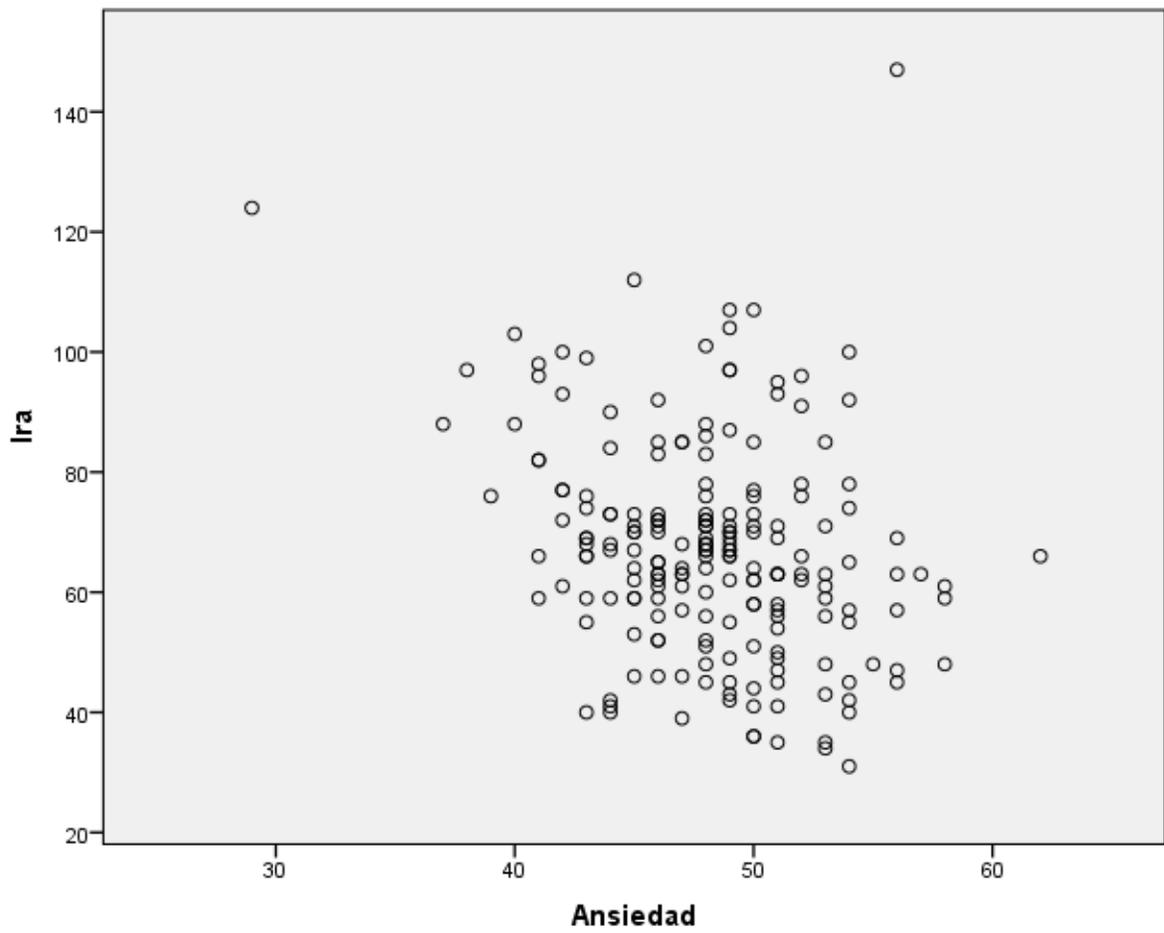
Estadísticos de fiabilidad		
Sub - escalas	Nº de predictores	Coeficiente Alfa de Cronbach
Ansiedad estado	20	,895
Ansiedad rasgo	20	,869
Escala general	40	,906

---

**Tabla 19***Análisis de validez ítem-test del STAI*

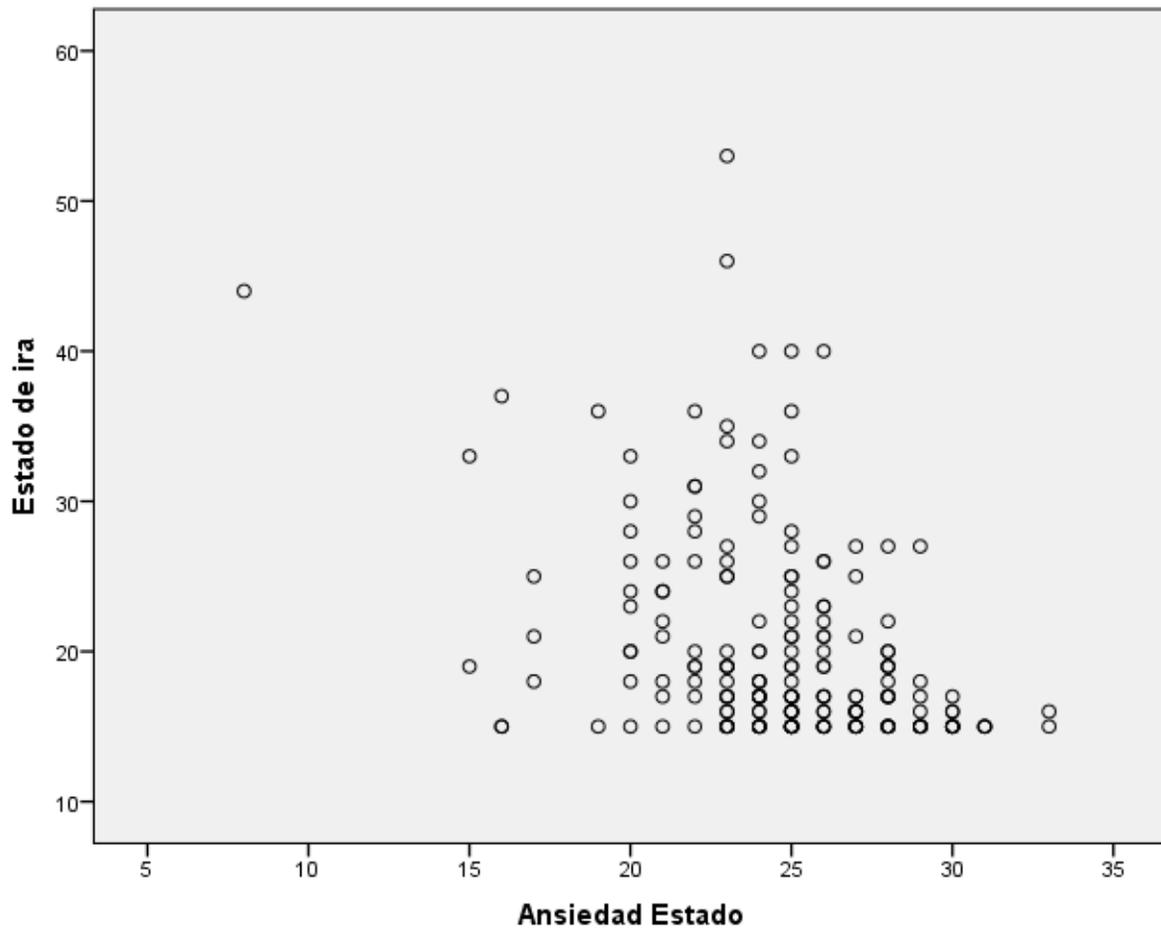
Predictores	Correlación ítem-test	Nº de elementos	Predictores	Correlación ítem-test	Nº de elementos
A1	,528	100	A21	,718	100
A2	,609	100	A22	,444	100
A3	,420	100	A23	,483	100
A4	,470	100	A24	,286	100
A5	,682	100	A25	,389	100
A6	,377	100	A26	,513	100
A7	,465	100	A27	,457	100
A8	,471	100	A28	,491	100
A9	,512	100	A29	,382	100
A10	,535	100	A30	,719	100
A11	,520	100	A31	,435	100
A12	,449	100	A32	,487	100
A13	,229	100	A33	,620	100
A14	,507	100	A34	,343	100
A15	,525	100	A35	,520	100
A16	,558	100	A36	,634	100
A17	,490	100	A37	,523	100
A18	,342	100	A38	,482	100
A19	,594	100	A39	,575	100
A20	,622	100	A40	,432	100

**Figura 1***Gráfico de correlación de ira y ansiedad*



**Figura 2**

*Gráfico de correlación de estado de ira y ansiedad estado*



**Figura 3**

*Gráfico de correlación de rasgo de ira y ansiedad rasgo*

