



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS
CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS ASOCIADAS AL RENDIMIENTO
DEPORTIVO EN UNA MUESTRA DE JÓVENES ATLETAS PRACTICANTES DE
KARATE**

Trabajo de Grado presentado como requisito parcial para optar al Título de Licenciado en
Psicología mención Clínica

Línea de Investigación:

Consideración de Aspectos Psicológicos
en el Ámbito Deportivo.

Autores: Br. Diego Montilla.

219003720@uam.edu.ve 0424-7506227

Br. Desiree Vivas. 219001138@uam.edu.ve

0412-4776105

Tutor: Lic. Estefano Mobili

0414-4291428

San Diego, diciembre del 2022



**UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

SOLICITUD DE JURADO EVALUADOR

Quien (es) suscribe (s) Bachiller (es):

1 Diego Montilla, CI: V-28.079.482

2 Desiree Vivas, CI: V-26.803.103

Estudiantes del décimo Semestre de la carrera de Psicología mención clínica.

Solicitamos ante la Comisión de Trabajo de Grado la designación de Jurado Evaluador para el Trabajo de Grado titulado: **INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS ASOCIADAS AL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN UNA MUESTRA DE JÓVENES ATLETAS PRACTICANTES DE KARATE**

Nombre del Tutor: Estefano Mobili, CI: V-24.423.770

Firma del Tutor: _____

PARA USO DE LA COMISION DE TRABAJO DE GRADO

San Diego, a los 31 días del mes de octubre de 2022



**UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS ECÓNOMICAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGIA**

RIF: J-30840930-8

ACTA DE EVALUACIÓN FINAL DEL TRABAJO DE GRADO

Nosotros, Prof. _____ C.I. _____ y Prof. _____ C.I. _____, Miembros del Jurado Evaluador del Trabajo de Grado titulado: **INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS ASOCIADAS AL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN UNA MUESTRA DE JÓVENES ATLETAS PRACTICANTES DE KARATE**

Cuyos autores son:

1 Diego Montilla, CI: V-28.079.482

2 Desiree Vivas, CI: V-26.803.103

Certificamos que hemos evaluado el mencionado Trabajo de Grado, con el siguiente resultado:

Aprobado

Reprobado

Aprobado mención
Excelencia

OBSERVACIONES: _____

Firma y Cédula de Identidad de los miembros del Jurado:

Jurado Evaluador

C.I.:

Jurado Evaluador

C.I.:

Sello de la Escuela

San Diego, 08 de diciembre del 2022





CONSTANCIA DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

CONSTANCIA DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR

Yo, Estefano Mobili, titular de la cédula de identidad N° 24.423.770 Por medio de la presente dejo constancia de mi aceptación para ser el tutor del Proyecto y Trabajo de Grado titulado: **INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN UNA MUESTRA DE JÓVENES ATLETAS PRACTICANTES DE KÁRATE.**

Mediante el cual los bachilleres Montilla Diego y Vivas Desiree, portadores de la cédula de identidad N°28.079.482 y N° 26.803.103 , optarán al grado de Licenciados en Psicología mención Clínica.

En San Diego, a los veinte y tres días del mes de septiembre, del año dos mil veinte y dos.

Prof. Estefano Mobili

CI. 24.423.770



DEDICATORIA

Este trabajo que es representación de uno de los tantos logros que tendré, se lo quiero dedicar, primeramente, a Dios que en ningún momento me ha abandonado, que ha pasado conmigo tantos tiempos difíciles y me ha dado el valor de superarlos. Igualmente, quiero dedicárselo a mis familiares que han sido mi motivo de superación, por siempre apoyarme y que con mucho esfuerzo han logrado que sea una mujer de bien y que nunca me falte nada; por brindarme su apoyo incondicional y por hacerme valorar todo lo que tengo.

También, quiero dedicarle mi trabajo a mi hermana y a mi primo hermano por ser motivos de apoyo. Y sobre todo dedicarle con gran orgullo este trabajo a dos personas muy especiales que siempre estuvieron conmigo, que me brindaron su apoyo cuando más lo necesite, por regalarme amor, comprensión y sabiduría le dedico esto a mí Tío José Jesús Marín y Angélica Licet.

Desiree Vivas



AGRADECIMIENTOS

Agradecemos primeramente a Dios, que fue símbolo de nuestra esperanza, fuerza y fe para culminar este trabajo de grado el día de hoy, ya que después de tantos meses de arduo trabajo Dios nos ha hecho ver que ha valido la pena. También, le agradecemos a Dios que mantuvo nuestro espíritu de trabajo intacto en momentos de flaquezas.

De la misma forma, agradecemos a nuestros padres, amigos y familiares que son merecedores de nuestra confianza, por siempre estar allí y no dejarnos caer, por su apoyo incondicional y sobre todo por motivarnos e incentivarnos al decir que siempre nos podemos superar con creces y conseguir todo lo que nos propongamos en esta vida. Asimismo, agradecemos a nuestros profesores, no solo a los que están con nosotros en estos momentos, sino también a aquellos que durante nuestros años aprendiendo en esta institución fueron maestros y guías que con suma paciencia dejaron en nosotros significativos principios éticos, morales y familiares, además dejaron en nosotros cada uno de sus conocimientos en las materias que nos dictaron.

Queremos agradecer, también, a todos nuestros compañeros, hermanos de clases que, aunque con algunos tengamos pocos años de amistad, hemos logrado crear una familia entre nosotros; por compartir con nosotros momentos complicados, pero sobre todo los momentos de alegrías y felicidad. Igualmente, agradecemos a los diferentes Dojos de Valencia, por abrirnos las puertas y depositar en nosotros su confianza.



ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I EL PROBLEMA	3
Planteamiento del Problema	3
Formulación del Problema	11
Interrogante Principal	11
Interrogantes Secundarias	11
Objetivos de la Investigación	11
Objetivo Principal	12
Objetivos Específicos	12
Justificación y Delimitación de la Investigación	12
CAPÍTULO II	14
MARCO TEÓRICO REFERENCIAL	14
Antecedentes de la Investigación	14
Antecedentes Internacionales	14
Antecedentes Nacionales	16
Bases Teóricas Referenciales	19
Enfoque Cognitivo Conductual	19
Teoría de la Frustración (Amsel, 1994; Harrington, 2005)	23
Intolerancia a la Frustración	25
Intolerancia al Malestar	26
Frustración de Expectativas	26
Modelo Psicológico del Rendimiento Deportivo (Gimeno et al., 2001)	26
Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo	27
Control de estrés	28
Influencia de la evaluación del rendimiento	28
Motivación deportiva	29
Habilidad mental	30
Cohesión de equipo	30



Rendimiento Deportivo	31
Ejes Temáticos	32
Psicología del Deporte.....	32
Karate.....	33
Adolescencia y Adulthood Joven.....	35
Fundamento Normativo	37
Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999).....	37
Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física (2011)	37
Código de Ética del Psicólogo Profesional de Venezuela (1981)	39
Definición de Términos Básicos	40
Variables Relacionadas.....	42
Variables de Control	42
Variables Intervinientes	42
Matriz de Variables.....	42
Formulación de Hipótesis	43
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO.....	49
Paradigma Cuantitativo de la Investigación	49
Diseño y Tipo de Investigación	49
Fases Metodológicas de la Investigación	50
Nivel y Modalidad de la Investigación	52
Población y Muestra	53
Criterios de selección de la muestra	54
Descripción de la Muestra	55
Técnicas e Instrumentos de Recolección de información.....	58
Descripción de los Instrumentos.....	58
Validez y Confiabilidad.....	61
Técnicas de Análisis	63
CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	64
Fase I: Conocimiento del nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate	65



Fase II. Medición de las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate.....	70
Fase III. Establecer el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate	74
CONCLUSIONES	79
RECOMENDACIONES.....	82
REFERENCIAS CONSULTADAS	83
Fuentes Bibliográficas	83
Fuentes Electrónicas	90
Fuentes Normativas	90
ANEXOS	92
ANEXO A. Consentimientos Informados	93
ANEXO B. Escala de Intolerancia a la Frustración.....	99
ANEXO C. Cuestionario “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento	103

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA	Pág.
Tabla N° 1 Factores psicológicos asociados a la intolerancia a la frustración	26
Tabla N° 2 Matriz de Variables	44
Tabla N° 3 Muestra.....	54
Tabla N° 4 Características de la muestra	55
Tabla N° 5 Baremos de Evaluación del FDS-R.....	59
Tabla N° 6 Baremos del Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD).....	61
Tabla N° 7 Estadísticos Descriptivos de la Muestra en la Escala FDS-R Intolerancia a la Frustración	65
Tabla N° 8 Distribución de Frecuencias por Niveles de Intolerancia a la Frustración.....	66
Tabla N° 9 Estadísticos Descriptivos de la Muestra en el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	70
Tabla N° 10 Distribución de Frecuencias por Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	71
Tabla N° 11 Prueba de Normalidad Shapiro-Wilk	75
Tabla N° 12 Matriz de Correlación entre la Intolerancia a la Frustración Total y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo.....	75
Tabla N° 13 Matriz de Correlación entre las Dimensiones de Intolerancia a la Frustración y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	77



ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA	Pág.
Figura N° 1. Representación del enfoque cognitivo conductual.....	22
Figura N° 2. Distribución de la Muestra por Edad	55
Figura N° 3. Distribución de la Muestra por Género.....	56
Figura N° 4. Distribución de la Muestra por Dojo de Procedencia	57
Figura N° 5. Distribución de Frecuencias por Niveles de Intolerancia a la Frustración	69
Figura N° 6. Distribución de Frecuencias por Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	74



ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO	Pág.
ANEXO A. Consentimientos Informados	93
ANEXO B. Escala de Intolerancia a la Frustración.....	99
ANEXO C. Cuestionario “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento	103



UNIVERSIDAD ARTURO MICHELENA
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y SOCIALES
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**PRACTICANTES DE KARATE INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y SU
RELACIÓN CON LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS ASOCIADAS AL
RENDIMIENTO DEPORTIVO EN UNA MUESTRA DE JÓVENES ATLETAS
PRACTICANTES DE KARATE**

Autores: Br. Diego Montilla
Br. Desiree Vivas
Tutor: Lic. Estefano Mobili
Fecha: Octubre, 2022

RESUMEN

El trabajo de grado tuvo como objetivo general analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas, practicantes de karate. Los referentes teóricos fueron la Teoría de la Frustración (Amsel 1994; Harrington, 2005) y el Modelo Psicológico del Rendimiento Deportivo de (Gimeno et al., 2001). Metodológicamente, se llevó a cabo un estudio cuantitativo con diseño no experimental, siendo una investigación tipo de campo de nivel descriptivo y correlacional. La muestra estuvo integrada por 20 atletas jóvenes practicantes de karate en diferentes Dojos del municipio Valencia, estado Carabobo. Se usaron dos instrumentos para la recolección de datos, el primero la Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015) y el segundo, el Cuestionario de Características Psicológicas del Rendimiento Deportivo de Gimeno et al. (2001); posteriormente, se aplicó la prueba de bondad de ajuste *Shapiro-Wilk*, obteniéndose un grado de significancia mayor a 0,05 en todas las dimensiones de las variables, por tanto, se aceptó la hipótesis que los datos obtenidos seguían una distribución gaussiana y se seleccionó el Coeficiente de correlación de *Pearson* (r) como técnica de análisis. Los resultados mostraron una correlación negativa e inversamente proporcional entre la intolerancia a la frustración total y las dimensiones control de estrés y habilidad mental de la variable características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Asimismo, se encontraron correlaciones inversamente proporcionales entre el control del estrés y todas las dimensiones de la intolerancia a la frustración, entre la motivación y la frustración de expectativas, entre la cohesión de equipo y la autoafirmación, y entre la habilidad mental y todas las dimensiones de intolerancia a la frustración menos frustración de expectativas. Aceptándose de esta manera la hipótesis de investigación para las dimensiones señaladas.

Descriptor: Intolerancia a la Frustración, Características Psicológicas, Rendimiento Deportivo, Psicología del Deporte, Karate.

INTRODUCCIÓN

El mundo, con el devenir de las décadas, va experimentando cambios en diferentes campos de la ciencia para mejorar las condiciones humanas que permitan alcanzar el bienestar físico y mental, que también contribuye con el desarrollo evolutivo de la Psicología del Deporte en aras de contribuir con la optimización en el rendimiento deportivo de los atletas, no solo durante el quehacer cotidiano de la faena diaria, también para prepararlos para eventos, torneos y competiciones.

El deporte representa para el ser humano lograr un equilibrio, armonización y coordinación entre los componentes físicos, psicológicos y sociales, que permite a quienes se dedican de manera profesional, técnica e inclusive aficionada, garantizar esfuerzo para alcanzar objetivos y metas establecidas, mantenerlos motivados, generarle un estado de confianza, expectativas y satisfacción permanente, pero, también está el fenómeno de la frustración presente como un aspecto desfavorable susceptible a controlarse.

Es aquí que tiene entrada para esta investigación, la Psicología del Deporte como disciplina emergente en constante movimiento, que para Mahamud et al. (2005), ejerce “una influencia que impregna al deportista, tanto en su funcionamiento físico como en los aspectos técnico y táctico y, que, de no ser controlada, puede afectar positivamente o negativamente al rendimiento deportivo” (p. 238).

El objetivo de esta investigación está focalizado en analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate; para ello, se emplea una modalidad de investigación dentro del paradigma cuantitativo propio de la corriente del pensamiento deductivo, a través de un diseño no experimental de campo con un tipo de estudio de nivel descriptivo y correlacional. El trabajo en desarrollo está estructurado en cuatro capítulos en función de la normativa establecida por la Universidad Arturo Michelena (UAM).

El Capítulo I, comprende el problema, integrado por el planteamiento del problema, donde se realizó una contextualización de lo general a lo particular, describiendo los aspectos esenciales de la frustración, intolerancia a la frustración y el rendimiento deportivo en atletas, la formulación del problema con las respectivas interrogantes del estudio, los objetivos, justificación y delimitación de la investigación.

El Capítulo II, Marco Teórico Referencial, donde se reseñan los antecedentes de la investigación de carácter internacional y nacional, así como las teorías, enfoques y modelos teóricos, bases teóricas que nutren el trabajo a partir de las variables del estudio extraídas del título y los objetivos, los ejes temáticos, fundamentos normativos que soportan el trabajo y el sistema de variables.

El Capítulo III, Marco Metodológico, integrado por diseño y tipo de investigación, las fases metodológicas de la investigación, nivel y modalidad del estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, validez, confiabilidad, técnicas de análisis y procedimiento de la investigación.

El Capítulo IV, Análisis e Interpretación de Resultados, que abordó el cumplimiento de las fases y objetivos definidos: conocimiento del nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de jóvenes atletas practicantes de karate; medición de las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de karate y establecer el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de karate. Por último, conclusiones, recomendaciones, se listan las referencias consultadas utilizadas y los anexos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

El papel del componente psicológico en el rendimiento deportivo es de gran importancia en deportistas de élite como en jóvenes atletas que se encuentra en formación, uno de los objetivos generales consiste en comprender en qué medida los factores psicológicos mantienen, aumentan o disminuyen el rendimiento deportivo (Cirami, 2016). Entre las múltiples definiciones existentes, se entiende la actividad deportiva como el resultado de la realización de diferentes actividades físicas, según reglas, previamente, establecidas en los deportes de competición (Núñez, 2017).

De acuerdo con Dosil (2008), el rendimiento deportivo desarrolla la preparación mental del deportista, impulsándolo a lograr los objetivos desde las habilidades y características psicológicas más destacadas como: motivación, autoconfianza, atención, control del nivel de activación, ansiedad, autoconocimiento general, etc. Por lo tanto, el rendimiento deportivo no se considera solo como resultado de la actividad, sino del método y esfuerzo individual que condujo a este resultado, es decir, el proceso de desempeño (Martin, 2001).

En esa misma perspectiva, Arias et al. (2016), lo describen como un proceso integral que no solo recoge los componentes deportivos y competencias en el atleta, aquí resaltan los: físicos, técnicos, tácticos, teóricos y psicológicos; resultando relevante entrenar las habilidades psicológicas en favorecimiento del rendimiento deportivo. Además, para Ursino et al. (2018), desde un enfoque psicológico:

Distinguen condiciones de carácter personales y no personales categorizadas en condiciones físicas, técnicas de movimientos, táctica deportiva, sistemas orgánicos, estados psíquicos, condiciones sociales y materiales. Dichas condiciones son propias del entrenamiento y favorecen el desarrollo del rendimiento de los deportistas, siendo las

condiciones personales plausibles de entrenarse para obtener estados superiores de rendimientos. (p. 333)

Así pues, al hablar de rendimiento deportivo se está en presencia de la combinación de las capacidades físicas del atleta con aquellas psicológicas y sociológicas que pueden afectar o mejorar el rendimiento, siempre que sean tomadas en cuenta por el equipo de entrenadores dentro de los protocolos para el desarrollo efectivo de las actividades deportivas. En este punto conviene destacar que, los diferentes componentes en el rendimiento deportivo definidos por Cárdenas et al. (2015), son: a) componente táctico-estratégico, relativo con las estructuras y sistemas de organización de la disciplina; b) técnico, inherente con las destrezas motrices, capacidades coordinativas, etc.; c) físico-fisiológico, velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad; d) psicológico, focalizado en motivación, atención, concentración, nivel de activación, comunicación, autoconfianza, autoeficacia, emociones, cohesión, liderazgo, toma de decisiones, etc.; y e) situacional, centrado en la ejecución de las tareas (incertidumbre, número de jugadores, libertad, tiempo y espacio disponible).

Sobre estas consideraciones, para esta investigación, se asume el modelo de rendimiento deportivo de Gimeno et al. (2001), que contempla seis factores psicológicos influyentes en el escenario de las competiciones deportivas de los atletas: “ansiedad (control de la ansiedad), autoconfianza, concentración, motivación, preparación mental y cohesión de equipo” (p. 93), el cual se mide por medio del instrumento cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). En la misma línea, otros autores como Jaramillo (2016) consideran que el rendimiento deportivo se ve afectado por varios factores que:

Pueden ser factores físicos, fisiológicos, tácticos, técnicos y psicológicos. A pesar de la fortaleza física y mental, el rendimiento de los deportistas de élite también se ve afectado por factores psicológicos como el estrés, la ansiedad, la falta de motivación, variables psicológicas que se observan sobre todo en la fase previa a la competición, porque su objetivo principal es que el deportista logre conseguir una medalla, batir un récord, aprobar un examen, mantener una racha, ser internacional, superar las estimaciones del

año anterior, por eso tanto el estrés, la ansiedad, la desconfianza cambian su estado de ánimo y debilitan su condición. (pp. 1-2)

Un estudio reciente en España, vinculado con el rendimiento deportivo de 175 atletas federados y la relación con factores psicológicos como: autoestima, motivación e inteligencia emocional, evidenció que existe una asociación estadística significativa en esas dimensiones, concluyendo que los deportistas de rendimiento muy alto, poseen valores más elevados en los factores identificados, mientras que los deportistas con rendimiento medio cuentan con valores más bajos, que no diferencian entre el género masculino y femenino (Iglesias y Moral, 2021). Hecho que, demuestra como el componente psicológico guarda una estrecha correlación con las actividades del rendimiento deportivo en los atletas, que deben ser consideradas por el equipo de entrenadores, garantizando resultados más satisfactorios, originando un equilibrio entre lo físico, técnico y mental. Continuando con esto, otro estudio, desarrollado por Ortín et al. (2018), abordó aspectos psicológicos y de rendimiento deportivo en 25 atletas, concluyendo que:

La percepción del estado físico aparece expresada por los deportistas en la red semántica sobre los aspectos psicológicos durante la competición. En estas situaciones el deportista es muy consciente de su estado físico, que puede influir directamente sobre su autoconfianza y motivación y, a través de estas, en otras variables como la activación y atención, repercutiendo directamente sobre el rendimiento. (p. 25)

Los hallazgos, una vez más, le otorgan la relevancia a los factores psicológicos para mejorar las condiciones de rendimiento en el deporte en los atletas, lo que amerita la intervención del equipo de entrenadores, no solo en el componente físico, técnico en términos de niveles de resultados en las competiciones, aquí el bienestar mental está directamente enlazado con la eficacia del atleta en el terreno de juego, de esa manera, crear una simbiosis con los factores psicológicos para el bienestar integral.

Ahora bien, según la literatura científica, las tres habilidades psicológicas básicas para el desempeño del deportista son control de la ansiedad, autoconfianza y concentración (Balaguer y Castillo, 1994). De igual forma, las variables psicológicas que son más relevantes en el

rendimiento deportivo, para Garfield y Bennett (1987), son la motivación, ansiedad, estrés, autoconfianza, la activación, atención y cohesión de grupo. Para Núñez (2017):

Desde una perspectiva psicológica, existe evidencia intuitiva de la relación entre los estados psicológicos y el rendimiento deportivo. Las variables psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo, como el estado de ánimo, las expectativas, el nivel de activación y la ansiedad en una situación competitiva, han sido objeto de muchos y extensos estudios de psicología deportiva. (p. 172)

Aunado a ello, existen problemas de falta de entrenamiento, el no beneficiarse de una buena alimentación, la pérdida de ilusión del deporte, la falta de tener un buen descanso y, por último, el no estar motivado y tener autoconfianza (Martin, 2018). De esta manera, la incidencia de los psicólogos en equipos deportivos es poco reconocida, ya que no se conoce a ciencia cierta cómo los servicios psicológicos son implementados en instituciones deportivas.

Es aquí donde la frustración aparece en el deportista, el primero en hablar de esto fue el psicólogo canadiense Abram Amsel, quien estudió el comportamiento humano a través de los mecanismos de recompensa y los efectos psicológicos que genera la no recompensa, teniendo impactos en la frustración como parte de los aprendizajes (Amsel, 1994, como se citó en Baquero y Gutiérrez, 2007). Igualmente, profundizando aún más, Neil Harrington, quien edificó la teoría de la tolerancia a la frustración como un enfoque multidimensional, basado en la percepción y procesamiento de la información de modo experiencial, donde la baja tolerancia a la frustración se cruza con la inexistencia de la capacidad de tolerar la realidad que influencia en un nivel cognitivo (pensamientos) y emocional (sentimientos) (Harrington, 2011, como se citó en Begoña et al. 2018).

Sobre la base de estas consideraciones, este estudio en proceso focaliza los esfuerzos en abordar las variables de intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, en el contexto de atletas jóvenes practicantes de karate. En lo concerniente al término frustración, para Lubroth (2014) las personas llegan a experimentar emociones negativas, desencadenadas por este fenómeno, descontrolando los

impulsos, emociones, sensaciones e incluso lograr violencia. En concordancia con esto, Mei (2019), señala que la frustración consiste en la “imposibilidad, por circunstancias, ya sean de tipo internas o externas, de no cumplir con una meta trazada o el bloqueo de esta, causando incomodidad o malestar a la persona” (p. 5).

Como se señaló anteriormente, se conoce que la frustración es una variable presente en la práctica de cualquier deporte, Quito y Arteaga (2017) la conceptualizan como un estado o respuesta del organismo que se desencadena cuando un sujeto experimenta una devaluación sorprendente de la calidad o cantidad de una sustancia apetitiva en presencia de señales, previamente, asociadas a un reforzador más fuerte. Desde una postura más social, describen Quito y Arteaga (2017) que:

Según la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan, para asegurar la estabilidad emocional de una persona se deben satisfacer tres necesidades psicológicas básicas: la competencia, la necesidad de relaciones sociales, que esta teoría protege mediante la satisfacción de necesidades psicológicas básicas están relacionadas con el bienestar humano, mientras que la frustración de estas necesidades augura disfunciones y malestar de los deportistas en el mundo del deporte. (p. 71)

Entonces, la intolerancia a la frustración dentro de las actividades del deportista es una variable clave que debe gestionarse en el ejercicio de la programación de los entrenamientos, no es asilada del componente psicológico, en virtud que puede generar múltiples problemáticas en los procesos cognitivos del deportista: pensamiento, atención, memoria, percepción, emoción, conjuntamente con otros elementos, tales como la ansiedad, el estrés y socialización, esta intolerancia se mide a través de la Escala de Intolerancia a la Frustración versión revisada (FDS-R) de (Harrington, 2005).

En concordancia con esto, los resultados de la investigación de Montoya (2019) efectuada en un grupo de atletas de alto rendimiento, permitieron concluir que en la medida en que estos perciben una mayor probabilidad de falla en los ejercicios dentro de los entrenamientos, les genera altos niveles de frustración el no haber sido suficientes física y

mentalmente para terminarlos. No obstante, cuando se están valorando los resultados de los atletas de la disciplina de karate, Mechan (2021) ha documentado que “la caracterización psicológica de un deportista de karate se describe como cambiante, debido a que ante situaciones negativas su conducta cambia, influyendo en su rendimiento competitivo” (p. 21).

Sobre la caracterización física y psicológica de los deportistas de Karate, este deporte promueve un conjunto de beneficios al practicarlo de manera regular, creando atributos y habilidades inherentes con la concentración, confianza en sí mismo, seguridad y mejora el estado mental. Para Funakoshi (2006), el Karate es una forma de superación personal, en el cual el practicante debe apartarse de pensamientos y actitudes negativas para centrarse en el puro y sano entrenamiento; atendiendo a que esta disciplina deportiva es un sistema de desarrollo físico que pone en juego todas las capacidades del cuerpo para favorecer el funcionamiento, que involucra la personalidad y el carácter de los practicantes (Jiménez, 2014). Sobre ello, Vaca et al. (2017):

Determinaron el nivel de ansiedad en tres aspectos como lo cognitivo, somático y autoconfianza; considerando deportistas de alto rendimiento, avanzados, y novatos; encontrándose que hay diferentes variables tanto a nivel general como específicas que influyen en el proceso; por lo cual se concluye que los deportistas novatos tienen un elevado nivel de ansiedad antes de la competencia, seguida por los de alto rendimiento, y los amateurs no presenten mucho nivel de ansiedad. (p. 5)

Asimismo, la investigación de Sarabia (2017) develó que existe un nivel promedio de características psicológicas en el rendimiento deportivo y un nivel promedio de agresión en los atletas de karate; influenciada si se genera el control de estrés, habilidad mental, manejo de la ansiedad y la disminución de la conducta agresiva.

Ahora bien, en Venezuela existen pocos estudios efectuados sobre variables psicológicas presentes en atletas de Karate, aunque se puede enfatizar, un artículo reciente de Gutiérrez (2021), quien contextualiza el escenario nacional que atraviesa el sector deportivo como consecuencia de la crisis estructural y coyuntural socioeconómica en el país, que repercute en los organismos como el Comité Olímpico en términos de recursos y capacidades, y, por tanto, en los

atletas que practican la disciplina del karate, los cuales no cuentan con las condiciones para entrenar y competir. En ese orden, un estudio de Maldonado (2017), publicado en el portal oficial de la Universidad de los Andes, analiza la crisis alimentaria y sus efectos sobre deportistas, enfatizando que:

Los requerimientos energéticos de un deportista son muy elevados, su gasto calórico comúnmente está por encima de las 3500 kcal al día. Los valores de referencia de energía y nutrientes para la población venezolana, un adulto masculino, con actividad física intensa, tiene 3.440 kcal, mientras que el de una mujer es de 2.470 kcal. (p. 2)

En todo caso, el ecosistema venezolano actual está impactando de manera negativa en las condiciones que requieren los atletas jóvenes para desarrollar las actividades deportivas que le brinden altos niveles de rendimiento en la disciplina del karate, afectando los aspectos físicos al no disponer de una alimentación nutricional balanceada fundamental para el bienestar corporal, además, de los elementos técnicos referidos al equipamiento, suministros y herramientas, en ambos casos perturban los componentes psicológicos y sociológicos. Para focalizar la problemática, una entrevista documentada a un psicólogo, coach deportivo y ex deportista, Porta (2021) ha revelado que los atletas deben “equilibrar cuerpo y mente para que sus gestos técnicos sean coordinados y extremadamente precisos en un tiempo determinado el deportista estresa simultáneamente el sistema cognitivo (pensamiento y emociones) como el fisiológico, cuerpo” (p. 1). De igual forma, una entrevista a un atleta practicante de Karate, afirma que:

Encontré el karate, ya que una psicóloga le sugirió a mi madre la realización de una actividad deportiva como forma de drenar mi hiperactividad, como alumna siempre me he sentido nerviosa ante una competición y más en ese tiempo de pandemia donde el karate estuvo parado, siento esa motivación y ganas acumuladas de volver después de tanto tiempo, siento que aún me falta mejorar mi rendimiento deportivo para la altura de la competición que actualmente existe después de algunas lesiones no he vuelto a recuperar el rendimiento de antes con respecto a la competición siempre intento realizar actividades que me distraigan de las situaciones que me generan estrés y cuando llega el momento del combate me mentalizo en cómo deben ser las demás competidoras en que

puedo hacer para mejorar el combate, busco formas de concentrarme hasta que todo pase. Como Sensei no llevo mucho tiempo de haber iniciado, pero pienso que la salud mental es indispensable y esencial, ya que genera un buen rendimiento por parte de los atletas, yo trato de fomentar la disciplina, el carácter, y la salud mental, ya que me recuerda a mis inicios y me motiva como Sensei a seguir adelante y buscar estrategias para el conocimiento y poder transmitir todo aquello que se a mis atletas. (G. Amaiz, comunicación personal, mayo del 2022). (Consentimiento informado Anexo A)

Desde otra visión, se tiene el testimonio de un joven que se ha desempeñado como atleta de la selección del equipo regional y entrenador en este deporte del karate, quien brindó la experiencia cultivada:

Me inicié en las artes marciales, específicamente en el Karate Do (Estilo Shotokan) desde los 4 años de edad, comenzó a impartir clases a la edad de 14 años cuando cambio a cinturón negro Shodan Ho en el 2013, y hoy en día es 2do Dan. Fue participante dos años seguidos como Selección de Carabobo en el 2012-2013. Estas experiencias como sensei no he experimentado nada de frustración, en cambio, cuando era estudiante presentaba la frustración cuando estaba en la selección de Carabobo, además de ello, el rendimiento de sus estudiantes es muy bueno. (Consentimiento informado Anexo B)

De acuerdo a lo mencionado, se pudo observar la importancia que se le da a las características psicológicas como: control de estrés, motivación, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental, cohesión de equipo, además se nota como el estrés es una variable constante antes de cada competición, por ello, se debe instruir a los practicantes. En efecto, los testimonios anteriores se alinean con los postulados de la teoría de la tolerancia de Harrington (2011), en virtud que como atleta de alto rendimiento requiere gestionar y controlar los procesos cognoscitivos y esquemas mentales para garantizar un equilibrio de los niveles cognitivos que se desprenden de los pensamientos y elementos emocionales (sentimientos), que minimicen las condiciones de frustración por los resultados de los entrenamientos. Mientras que, desde el rendimiento deportivo de Gimeno et al. (2001), la situación de acumulación de ganas de

entrenar originó múltiples sensaciones que derivaron en estrés, perturbando el rendimiento, alterando la motivación y demás condiciones.

Por tanto, el tema tiene relevancia en virtud que el rendimiento deportivo para los atletas influye en el bienestar físico y psicológico como seres humanos, que repercute en la satisfacción y realización en el plano profesional, personal y social, además del aspecto notable al representar en competencias al país. Finalmente, el estudio se aborda dentro del paradigma cuantitativo, siendo una correlación entre intolerancia a la frustración y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, investigación enmarcada a la línea de investigación aspectos psicológicos en el desempeño deportivo de la Universidad Arturo Michelena.

Formulación del Problema

Interrogante Principal

¿Cuál es el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate?

Interrogantes Secundarias

1. ¿Cuál es el nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate?
2. ¿Cuáles son las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate?
3. ¿Cómo se relaciona la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate?

Objetivos de la Investigación

Objetivo Principal

Analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Objetivos Específicos

1. Conocer el nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.
2. Medir las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.
3. Establecer el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Justificación y Delimitación de la Investigación

Actualmente, se conoce que los factores psicológicos afectan al rendimiento deportivo, existe evidencia científica de ello. El alcance de esta investigación es analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo conocidas como; control de estrés, motivación, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental, cohesión de equipo.

Así mismo, se debe destacar que, si se hace una revisión de los principales temas dentro de la línea de investigación, aspectos psicológicos en el desempeño deportivo, permitirá trabajar con la psicología deportiva en jóvenes atletas practicantes de karate para que estén en capacidad de desarrollarlos esquemas mentales y procesos cognitivos que fortalezcan los elementos psicológicos individual y colectivo del equipo deportivo, además, orientaciones psicológicas a los entrenadores, especialmente cuando trabajan con atletas de edades tempranas.

En el aspecto teórico, es un tema poco explorado y documentado en el país, la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, lo que amerita, profundizarse como un enfoque social que abarque los factores físicos, psicológicos de los deportistas para conocer el comportamiento que se presenta en los atletas venezolanos en general, con énfasis en la disciplina del karate.

En lo académico, personificará un antecedente reciente para otras investigaciones que se lleven a cabo a nivel internacional, nacional, regional y local en el campo educativo, deportivo, social y cultural, con relación a la frustración como fenómeno presente en las actividades de rendimiento deportivo de los atletas, de tal manera que, las organizaciones del sector, entrenadores y demás involucrados tomen acciones para reducir los impactos en los deportistas.

Finalmente, el estudio orientado en analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate, está delimitado siguiendo con rigurosidad los siguientes elementos: a) nivel temporal: la investigación se materializará entre septiembre y diciembre del año 2022; b) nivel espacial: adultos jóvenes atletas practicantes de Karate en la ciudad de Valencia, estado Carabobo; y c) nivel metodológico: enfoque cuantitativo, diseño de campo de nivel descriptivo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

Antecedentes de la Investigación

Antecedentes Internacionales

De acuerdo con Perales (2017), en su investigación: *Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la selección Peruana de Karate*, para optar al grado académico de Psicología Clínica en la Universidad Cesar Vallejo, Perú, tuvo como objetivo principal medir la relación que existía entre las características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate, para lo cual emplearon una metodología cuantitativa, no experimental, de corte transversal, y una muestra de compuesta por 60 adolescentes de la selección Peruana de Karate a las cuales les aplicaron los cuestionarios; Características Psicológicas en el Rendimiento Deportivo (Gimeno y Buceta, 2001) y el Cuestionario de Agresión (Buss y Perry, 1992).

Los hallazgos derivados evidenciaron que, aproximadamente, el 52% de los atletas valorados están en capacidad de ejercer el control de estrés dentro de las actividades deportivas que realizan en la disciplina del karate. Mientras que, con relación al factor de influencia de la evaluación del rendimiento, los resultados reflejan un nivel promedio con el 62% de los sujetos encuestados. Adicionalmente, en lo inherente con los factores de motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, todos ellos se situaron en un nivel promedio; con lo cual, ellos poseen en términos generales una serie de rasgos promedio en las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Asimismo, los elementos asociados con el nivel de agresión representaron el 58% en estos deportistas jóvenes de la selección peruana de karate. No obstante, en cuanto a la agresión verbal, el 78.3% muestra bajos niveles; el 50% posee un nivel promedio de hostilidad y el 63.3% de ira.

El estudio demostró la correlación que se presenta entre los factores de control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento y hostilidad, donde los deportistas que más tengan

desarrolladas esas características psicológicas tendrán un nivel más disminuido en términos de hostilidad. Seguidamente, los factores que también están correlacionados, son la habilidad mental y cohesión de equipo con la ira. Es oportuno resaltar en las conclusiones, una correlación positiva del factor cohesión de equipo con los de hostilidad e ira, lo que permitió establecer que entre más cohesión de equipo esté presente en un grupo de atletas de alto rendimiento, es más susceptible a comportarse de modo negativo en el ecosistema social y deportivo.

Esta investigación se relaciona al presente trabajo, ya que presenta un aporte significativo con relación a las características psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo y como estas interfieren cualquier aspecto de la vida cotidiana del atleta, además de presentar el mismo caso de estudio, atletas de karate que en ocasiones entrenan bajo presión generando de esta manera que no estén motivados que estén en modo hostil hacia sus compañeros y el no estar preparado psicológicamente ante una competición, entre otras características relacionadas.

Continuando con el orden de ideas, Ramos (2018), en su investigación: *Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas*, para optar al grado académico de Psicología Clínica en la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador, tuvo como objetivo determinar, la relación existente entre la ansiedad pre competitiva y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los futbolistas de la máxima categoría, en el Club Deportivo Macará de la ciudad de Ambato, aplicaron una investigación de tipo transversal, se realizó a una muestra total de 37 personas de sexo masculino de entre 18 y 34 años de edad. La variable de ansiedad precompetitiva fue evaluada con el inventario de Ansiedad Precompetitiva (CSAI-2) y la variable de las características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo fue evaluada con el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo (Gimeno y Buceta, 2001).

Se ha determinado que los aspectos de la ansiedad precompetitiva no están relacionados con los componentes de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, además se demuestra que dichas características como el control de estrés presenta un nivel “bajo”, la influencia de la evaluación del rendimiento, muestra una predominancia del valor

“alto”, la motivación alcanzó un nivel de “muy alto”, la habilidad mental se encasilla en el nivel de “alto” y de igual manera la cohesión de equipo.

Esta investigación se relaciona al presente trabajo debido a que en ambos proyectos se estudian las características psicológicas y su impacto dentro del desempeño del deportista, además de ello estudian la variable de la ansiedad precompetitiva que se puede relacionar al control de estrés el cual es fundamental en el entrenamiento y práctica del karate profesional específicamente dentro del área competitiva, permitiéndonos de esta manera poder conocer a fondo al atleta de karate y su visión ante una competencia.

Antecedentes Nacionales

Por otro lado, Duarte (2020), en su investigación: *Ansiedad estado competitiva y motivación deportiva en adolescentes de futbol*, para optar al grado académico de Licenciados en Psicología mención Clínica en la Universidad Arturo Michelena, estado Carabobo, teniendo como objetivo principal el establecimiento de la correlación existente entre la ansiedad competitiva y la motivación deportiva en adolescentes jugadores de futbol de la categoría sub 13 del Hogar Hispano de Valencia, donde se utilizó como muestra a 17 adolescentes de edades comprendidas entre 11 y 12 años, a quienes se les aplicaron los test; Ansiedad competitiva: competitive state anxiety inventory – 2 (csai-2) de Martens (1977) adaptación por Márquez (1992) y el Sport Motivation Scale (SMS) por Pelletier et. al. (1995) Adaptación al español por Núñez et al. (2006) y Escala de Motivación Deportiva (EMD).

Se obtuvo que los atletas presentaron un nivel medio de ansiedad estado competitiva con 52,32% que, de acuerdo al baremo de interpretación, viene siendo una ansiedad competitiva “bastante”, es decir, que la ansiedad competitiva es media-alta y los síntomas de la misma tienden a aparecer con frecuencia en los sujetos de la muestra. Respecto a la motivación deportiva, los niveles presentados fueron de 69,42% en promedio, que, de acuerdo al baremo de interpretación, es “superior a la media”, lo cual es un nivel de motivación deportiva media-alta. El nivel de correlación encontrado para las dos variables estudiadas en la muestra fue de 0,207 la cual es positiva, pero poco significativa, esto significa que, si una de las variables aumenta sus

niveles, la otra también aumenta y lo mismo es cierto en caso de disminución, pero la influencia que tiene una sobre la otra no es tan notoria.

A partir de los datos analizados, se concluye que la motivación deportiva no se relaciona con la ansiedad competitiva de manera significativa, es decir, la relación de la motivación deportiva con respecto a las diferentes dimensiones del CSAI-2 en ningún caso va más allá de 0,444, la cual es la relación entre la EMD y la ansiedad somática lo cual denota una correlación positiva poco significativa y en algunos casos llega a ser negativa. Esta investigación se relaciona con el presente trabajo al aportar una visión más clara de acuerdo a la relación entre las diferentes variables psicológicas que influyen en el desempeño deportivo de los atletas, siendo guía para nuestra propia investigación.

Asimismo, Aponte (2020), en su investigación: *Relación entre concentración, motivación en el deporte y ansiedad competitiva en atletas de patinaje artístico con edades comprendidas entre los 9 a 12 años*, para optar al grado académico de Licenciados en Psicología mención Clínica en la Universidad Arturo Michelena, estado Carabobo, teniendo como objetivo principal determinar la relación entre la Concentración, Motivación en el Deporte y Ansiedad Competitiva en atletas de patinaje artístico con edades comprendidas entre 9 a 12 años, pertenecientes al Club Social Madeirense, aplicó una investigación de tipo diseño de investigación no experimental, de campo, en un nivel descriptivo-correlacional, dentro de la modalidad cuantitativa, se realizó una muestra conformada por un grupo de 61 atletas de patinaje artístico de 9 a 12, a quienes se les aplicaron Test de Tachado de Letras por Crespo (2003), la Escala de Motivación en el Deporte (SMS) por Brière et al. (1995, Adaptado por Castillo y Duda, 2003) y la Escala de Ansiedad Competitiva (SAS-2) por Smith (2006) adaptación al español de Ramis (2010).

La técnica estadística utilizada fue la r de Pearson, la Concentración y la motivación obtuvieron una correlación negativa, ($-0,273 \alpha p = 0,966$); correlación baja y positiva entre la Ansiedad Somática y la motivación, ($0,254 \alpha p = 0,951$); correlación baja y positiva entre la Desconcentración y la motivación ($0,337 \alpha p = 0,992$) y correlación negativa y baja entre la Desconcentración y la Motivación Intrínseca ($-0,307 \alpha p = 0,984$). Concluyendo, a pesar de que la hipótesis de la investigación fue nula, igualmente se presentan necesidades psicológicas

anteriormente vistas con el apoyo de las gráficas y los valores negativos medidos con ayuda de los instrumentos de medición, es por ello que se identificaron déficits que las atletas de patinaje artístico presentan, demostrando que necesitan el apoyo y la ayuda psicológica, ya que no están dando todo el potencial que el club de patinaje puede brindar.

Este trabajo se vincula con la presente investigación de acuerdo a la importancia que se atribuye a las características psicológicas; especialmente a la concentración, motivación y ansiedad (estrés), lo antes mencionando se puede relacionar con la concentración y motivación que presentan los atletas de karate previo a una competencia, además de ello sirve de apoyo para constatar que las características psicológicas están presentes en cualquier tipo de deporte, ya sea de combate como en el presente caso de estudio, de equipo como lo es el fútbol u olímpico como lo puede ser el patinaje artístico sobre hielo.

Además, Rodríguez et al. (2019), en su investigación: *Habilidades mentales de las integrantes del equipo de voleibol femenino*, publicada en la revista Electrónica de Ciencias de la Educación, Humanidades, Artes y Bellas Artes, teniendo como objetivo principal determinar las habilidades mentales de las integrantes del equipo de voleibol femenino de la UNEFM, siendo de tipo descriptiva, se aplicó el instrumento que se utilizó fue el “TEST” de Inventario del rendimiento psicológico (Loehr, 1992).

Con base en lo aplicado, se logró identificar en qué estado se encontraban las habilidades mentales de cada atleta, donde a su vez se hizo una clasificación, en el cual los resultados encontrados, permitió visualizar el rendimiento psicológico de cada una de las atletas, previo a su competición; llegándose a la conclusión que sus niveles de habilidades, mayormente, están basándose en mejorar y perfeccionar; donde la motivación es buena, pero a la hora de enfrentarse a las adversidades decaen, esto quiere decir que no poseen un equilibrio total, si no se hace algo para mejorar el manejo de la presión de ellas, sus niveles de motivación y autoconfianza podrían empezar a caer, por lo tanto, deben mejorar la habilidad de la energía negativa para que se mantengan relajadas, calmadas y concentradas en situación de presión.

Este estudio tiene relación con la investigación debido a que las competidoras necesitan la ayuda de un psicólogo deportivo que les pueda brindar orientación sobre todos los factores psicológicos, físicos y sociales que rodean las actividades de entrenamiento deportivos, que deben gestionarse apropiadamente para evitar entrar en una situación de frustración que afecte el rendimiento deportivo.

Bases Teóricas Referenciales

Enfoque Cognitivo Conductual

El enfoque cognitivo conductual surge con base en dos corrientes de pensamiento dentro de la psicología de ese entonces, las cuales son; la aproximación cognoscitiva y la conductual, esta última se identifica con la teoría del condicionamiento. De acuerdo con Mahoney (1974), esta unión cognitivo conductual surge debido a que, dentro del análisis experimental de la conducta, el papel de los eventos privados, los sentimientos y los pensamientos no se consideran.

Es oportuno señalar que, este enfoque se desprende de la corriente del pensamiento conductual integrada dentro de la teoría del aprendizaje, como ha referido Batlee (2008), quien ha sido capaz de profundizar en el estudio del comportamiento de la conducta que experimentan las personas en la etapa de la adolescencia e infancia; que cuando se genera una mixtura entre los elementos cognitivos y el conductual, permiten explicar los factores endógenos y exógenos de cada individuo asociado, además, con el desenvolvimiento de los procesos psicológicos con hincapié en el aprendizaje.

Este enfoque cognitivo conductual contempla en los postulados que lo desarrollaron que las personas son actores en constante proceso de participación activa dentro del entorno donde interactúan, intervienen y se devuelven, con capacidad de ir calificando y valorando los estímulos, que le permiten ir asimilando aprendizajes de las propias experiencias y respuestas, donde realiza las interpretaciones a las situaciones vividas y sensaciones. Conviene resaltar que, el individuo tiene la habilidad de conocer e identificar esquemas que pueden influenciar en la

percepción y priorización de las actividades relevantes para verse a sí mismo y a otros pares dentro del ecosistema donde participan (ambiente) (Batlee, 2008).

A través de diversos estudios realizados por autores como; James Watson, Thronrdike, Skinner y A. Bandura, fueron llevando el camino de la psicología conductista a partir del condicionamiento clásico hasta el condicionamiento operante, ellos a través de sus estudios se encontraron con los modelos cognitivos por medio de los cuales se incluyó la actividad cognitiva dentro del modelo generándose de esta manera el modelo cognitivo-conductual (Carbó y Pardo, 2021).

Las conductas que se desarrollan en el ser humano pueden ser aprendidos de diferente manera, en tal sentido que estos pueden venir por medio de la experiencia propia de sí mismo, el moldeamiento observado de otras personas o por medio de procesos ligados al condicionamiento clásico u operante, este enfoque ha centrado sus estudios en la formación de los procesos psicológicos básicos como la atención, la memoria, el pensamiento, la construcción de conceptos o la manera en la que se procesa la información (Batlle, 2008).

De esta manera, este modelo logra establecer la influencia del ambiente sobre el individuo y como este procesa o digiere la información con la finalidad de comprender la etiología o agentes detonantes de un trastorno psicológico y determina un posible plan de tratamiento. Por ende, se define a la conducta como la relación entre lo cognitivo y los estímulos o factores del entorno, por lo tanto, se intenta explicar cómo el modelo cognitivo-conductual es de gran importancia dentro del ámbito deportivo.

Además de ello, ingresan diversos factores determinantes que impactan en el desempeño del atleta, los cuales son; su aspecto físico, sus habilidades motoras, sus expectativas, entre otros. Todos estos factores influyen las características psicológicas del sujeto, es decir, determinan la presencia de la confianza, que a su vez determina la concentración, ya que todo se relaciona por ser de índole cognitivo y puede determinar la actuación del sujeto dentro de una competición.

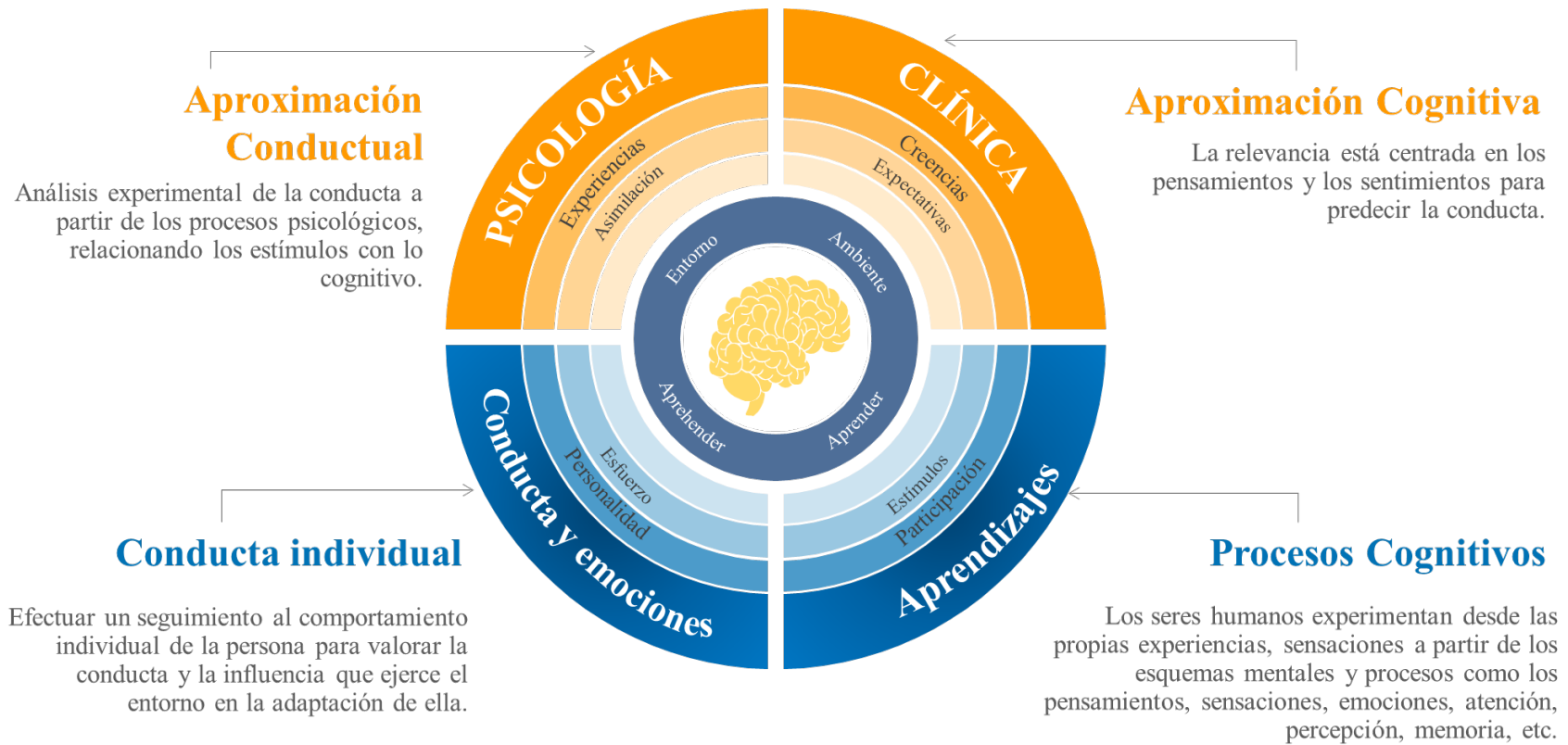
En el ejercicio de las actividades de entrenamiento deportivo en la faena diaria del atleta, éste recibe un sinnúmero de estímulos susceptibles a valoración, a través de estudios que permitirán conocer una orientación conductual que está vinculado con los elementos presentes en el entorno donde lleva a cabo las tareas físicas, en cuyo caso el esfuerzo y el castigo son claves en la influencia de la conducta, quedando en un segundo plano los pensamientos, personalidad y las percepciones (Dasil, 2002).

En efecto, Battle (2008) revela que el componente conductual del enfoque está, íntimamente, relacionado con la manera en que la conducta de los seres humanos asimila, adquiere y aprende por medio de las experiencias que experimentan, a partir de los postulados que brinda la teoría del aprendizaje, donde las personas pueden ser susceptible a observación individual para valorar el comportamiento de la conducta que toma en cuenta todos los elementos medioambientales que pudieran influir en la adaptación de la conducta propiamente.

En la siguiente figura, se presenta una representación gráfica de los aspectos más importantes del enfoque cognitivo conductual, relacionado con el comportamiento de los seres humanos en el marco de los procesos de aprendizaje, a los cuales se enfrenta en el día a día en diferentes situaciones de la vida, a partir de lo documentado por los diversos teóricos e investigadores señalados en esta sección.

Figura N° 1

Representación del enfoque cognitivo conductual



Fuente: Elaboración propia con información de Mahoney (1974); Dosil (2002); Batlee (2008) y Carbó y Pardo (2021).

Teoría de la Frustración (Amsel, 1994; Harrington, 2005)

La contribución de Amsel, desde el proceso de construcción de la teoría de la frustración en el marco de la recompensa, se remonta entre las décadas del 50 y 70 del siglo pasado como un estudioso de los temas inherentes con el comportamiento y la psicología; de acuerdo con los postulados teóricos en la etapa de adquisición, el animal aprende a anticipar la recompensa recibida dentro del escenario de un experimento asociado a una serie de elementos que demuestra la presencia y lo anuncian (Baquero y Gutiérrez, 2007).

En función a los planteamientos de Flaherty (1996, como se citó en Baquero y Gutiérrez, 2007), esta construcción teórica estuvo centrada en exponer un conjunto de efectos incoherentes relativos con el refuerzo y la magnitud de la recompensa, el proceso de variabilidad cuando se está en una situación en la que se retrasa la entrega del refuerzo, es decir, la variabilidad en la dimensión de refuerzo entregada, las actividades que se derivan del sobre entrenamiento y la disminución inesperada de recompensa propiamente.

De allí que, cuando no se produce de manera imprevista la recompensa como consecuencia del esfuerzo, se muestra un comportamiento que libera en el animal como respuesta a la situación, una postura emocional innata y aversiva, la cual se denomina frustración, que fue un mecanismo anticipado por los eventos que previamente avisaban que existiría una recompensa al respecto. Tal acontecimiento crea un clima de conflictividad en el ecosistema del entrenamiento, en virtud que tanto la frustración como la recompensa están pronosticadas por condicionamiento clásico ante los mismos estímulos condicionados (Baquero y Gutiérrez, 2007).

De acuerdo con la teoría de la frustración, a este estado emocional pueden atribuirse otros fenómenos comportamentales encontrados consistentemente luego de la omisión sorpresiva de la recompensa. Bajo ciertas circunstancias, las claves de no recompensa desencadenan la evitación de las mismas de forma que hay un deterioro de la respuesta en curso, como, por ejemplo, la reducción de la velocidad de carrera hacia el final de un

pasillo donde ya no encuentra refuerzo y la aparición de una desorganización conductual en este sector del aparato. (Baquero y Gutiérrez, 2007, p. 664)

Desde los argumentos de Mustaca (2018), en la teoría de la frustración de Amsel, las personas que son sometidos a reforzamiento interrumpido asimilan por contra condicionamiento dentro de los estímulos, tanto en la presencia y ausencia o reducción del reforzador apetitivo (alejamiento y estado interno de estrés). Entonces, “los procesos asociativos de contra condicionamiento deberían producir un decremento en la activación generalizada, que provocaría una reducción de todas las reacciones a la frustración” (Mustaca, 2018, p. 80).

Amsel como investigador, a lo largo de la carrera en campo de la investigación científica sobre las teorías y enfoques que explican los procesos del comportamiento humano, hizo énfasis en los mecanismos de recompensa, el impacto en términos psicológicos que genera la no recompensa y las distintas reacciones psíquicas en el instante que no se asume y en el que se asimila el fenómeno de la frustración (Haykal, 2017).

En ese mismo sentido, otro de los teóricos que dedicó estudios a la frustración fue Neil Harrington, quien cimentó la teoría de la tolerancia a la frustración con un enfoque multidimensional, fundamentado en las experiencias que experimentan los seres humanos a partir de los procesos cognoscitivos desde los pensamientos, percepción, emociones y sentimientos, que en función de los resultados se identificará una tolerancia a la frustración (Harrington, 2011, como se citó en Begoña et al., 2018).

Para contextualizar, en el ejercicio práctico de la frustración, sostuvo González (2002) ésta está presente cuando un atleta experimenta resultados por debajo o muy por debajo de estándares mínimos esperados en términos cuantitativos o cualitativos, donde se le dificultó lograr las metas, objetivos y expectativas previstas, por ende, los factores personales que se ven perturbados son la confianza, autoestima, motivación, entre otros más.

Intolerancia a la Frustración

La intolerancia a la frustración desde la visión de Harrington (2005, como se citó en Begoña et al., 2018), comprende un proceso de evaluación de una serie de elementos relacionados con las creencias que se encuentran arraigadas en el ideario de las personas en el contexto del quehacer cotidiano diario de las actividades que desempeñan dentro de una determinada realidad, donde están presentes expectativas y el fuerte rechazo a que no lo sean.

Más aún, Ellis (1995, como se citó en Mopty, 2019) destaca la relevancia de esas creencias previas con las que disponen los individuos que son fundamentales para darle respuesta y explicación al fenómeno de la frustración, las cuales permitirán profundizar la intolerancia que se genera en el contexto de una realidad que sea moldeada a las demandas de ellos, lo que dista de las expectativas, anhelos, deseos y la realidad propiamente.

Hay que mencionar, además, que para Medrano et al. (2019), este concepto de intolerancia a la frustración tiene el interés de llevar a cabo actividades de investigación en diferentes campos y áreas de estudios focalizadas, principalmente, en el comportamiento humano, con hincapié en aquellos que presentan continuos cuadros de agresividad, a los fines de detectarlas y aplicar las estrategias más apropiadas e idóneas que lo pueden regular emocionalmente. Igualmente, este tipo de conductas donde se presentan altos niveles de intolerancia a la frustración fue llamada por Ellis como una de las causas de los síntomas neuróticos que, generalmente, deriva en cuadros de depresión, ansiedad y hostilidad (Filipello et al., 2014).

De tal manera que, cuando se produce un acontecimiento dentro de una realidad que fue valorado en una situación peor de lo estimado, se generan un sinnúmero de consecuencias con características emocionales, cognoscitivas, de comportamientos y neurales que reflejan un estado de frustración, donde se identifican factores ligados con la ansiedad, afectación fisiológica, emocional, conductas inapropiadas para escapar de la situación *per se*, etc.; en la cual se considera que pueden existir altos niveles de intensidad en términos de duración de las

reacciones que, generalmente, van a estar supeditadas a los aprendizajes cultivados previamente (Begoña et al., 2018).

En definitiva, la intolerancia a la frustración para Lubroth (2014) constituye un componente que tiene presencia en las personas, que se desarrolla y manifiesta en el proceso evolutivo de cada ser humano, variable que está catalogada como sinónimo de la tolerancia a la frustración ante creencias con cualidades irracionales basadas en la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) inmersas dentro de los eventos de perturbaciones psicológicas. Como parte de las dimensiones que acompañan la variable de intolerancia a la frustración, esta cuenta con cuatro factores psicológicos que representan las dimensiones de esta investigación, que se describen a continuación.

Tabla N° 1

Factores psicológicos asociados a la intolerancia a la frustración

Factores	Descripción
Autoafirmación	Representa la creencia de que los deseos deben cumplirse y que otras personas no deben frustrar estos deseos. El concepto de autoafirmación consta de dos facetas: justicia ("No puedo tolerar que se aprovechen de mí") y gratificación inmediata ("No puedo soportar tener que esperar por algo que quiero") (Harrington, 2005, como se citó en Wilde, 2012).
Intolerancia Emocional	Representa las creencias que tienen los seres humanos para ejercer el control de los estados emocionales displacenteros como parte de una necesidad, que contempla los problemas que se les presentan para tolerarlos. (Medrano et al., 2018)
Intolerancia al Malestar	Representa la creencia de que la vida debe ser fácil, cómoda y libre de problemas. El más alto. Se relaciona con creencia común de que perseverar ante la incomodidad como una forma de alcanzar las metas propias es un rasgo de carácter deseable (Wilde, 2012)
Frustración de Expectativas	Representa la creencia de que no se debe impedir que las personas alcancen sus metas. Se relaciona con la frustración derivada del perfeccionismo y la intolerancia de no cumplir con los objetivos propios (Wilde, 2012).

Nota. Dimensiones que componen la variable intolerancia a la frustración de acuerdo a diferentes autores. Fuente: Wilde (2012) y Medrano et al. (2018).

Modelo Psicológico del Rendimiento Deportivo (Gimeno et al., 2001)

El modelo psicológico de rendimiento deportivo es un mecanismo que permite valorar una serie de factores psicológicos que guarda una estrecha relación con las actividades físicas de rendimiento de los atletas en una determinada disciplina deportiva, lo que además formará parte de un diagnóstico situacional sobre el rendimiento, a los efectos que los entrenadores puedan desarrollar estrategias hacia el cumplimiento de los objetivos (Gimeno et al., 1997).

Se debe agregar que, este modelo psicológico emplea la técnica de la encuesta a través de un instrumento tipo cuestionario, cuyo interés centró los esfuerzos en el escenario de las actividades de entrenamiento y torneos deportivos para medir factores psicológicos con garantías psicométricas y un conjunto de escalas que facilitan la valoración de los atletas dentro de la llamada disciplina de la psicología deportiva (Gimeno et al., 1997). Tomaz (2014), ha señalado que el modelo psicológico de rendimiento deportivo promovido por Gimeno et al. (2001), que se ha operacionalizado por la vía de las Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo CPRD, aborda una serie de aspectos claves para mejorar las condiciones físicas y mentales de los deportistas:

1. Relación interpersonal con los miembros del equipo.
2. Nivel de satisfacción trabajando con los otros miembros del equipo.
3. La actitud más o menos individualista con relación al grupo.
4. La importancia que se le concede al espíritu de equipo.

Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo

Dentro del propósito que persigue el modelo que abarca el estudio de las características psicológicas en el contexto del rendimiento deportivo desarrollado por Gimeno et al. (2001), está integrado por cinco grandes factores que en esta investigación son parte de las dimensiones para estudiar: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación deportiva, habilidad mental y cohesión de equipo, los cuales se conceptualizan y describen a continuación.

Control de estrés

En función de los planteamientos de Gimeno et al. (2002), este factor “hace referencia a situaciones potencialmente estresantes en las que es necesario el control, y a las respuestas del deportista con relación a las demandas del entrenamiento y la competición” (p. 9). En otras palabras, cuando un atleta alcanza altos niveles en la puntuación, se interpreta que el deportista cuenta con capacidades, potencialidades y recursos psicológicos para hacer frente a situaciones negativas que le permitan gestionar y controlar el estrés dentro de las actividades de entrenamiento en la disciplina deportiva (Gimeno et al. 2002).

Además, señalan que la evaluación del estrés en el marco del rendimiento deportivo debe estar asociada a diferentes situaciones que pueden afectar de distintas maneras a los atletas: acontecimientos potencialmente estresantes, factores personales como la ansiedad, autoconfianza y la competición, que pueden explicar la interpretación de la situación estresante y los recursos propios que tendría cada deportista a la hora de hacer frente a ello, y por último las propias manifestaciones de estrés (Gimeno et al. 2002).

Influencia de la evaluación del rendimiento

A diferencia de las demás, la influencia de la evaluación del rendimiento no se concentra en una sola variable, esta hace referencia al impacto que tienen los errores propios del deportista junto con las decisiones, críticas, comentarios y gestos de otras personas relevantes que implican una evaluación del deportista en el funcionamiento psicológico que este experimenta (Buceta y Gimeno, 2010).

Hace referencia a las características de las respuestas del deportista ante situaciones en las que este evalúa su propio rendimiento, o se plantea que lo están evaluando personas significativas a él; además, incluye también la valoración respecto a los antecedentes que pueden originar una valoración del rendimiento deportivo del deportista. (Gimeno et al. 2002, p. 9)

Adicionalmente, señala Gimeno et al. (2002), que cuando un atleta consigue resultados en términos cuantitativo de puntuación elevada, refleja que este puede ejercer el control sobre el impacto de valoraciones desfavorables que se desprenden de las actividades deportivas sobre el rendimiento. Otro aspecto en este factor tiene que ver con los antecedentes que pueden originar o llevan implícita una valoración del rendimiento del deportista, esto hace alusión a los juicios que se puedan emitir sobre la ejecución del deportista, los juicios que se puedan emitir sobre el rendimiento deportivo y malas actuaciones deportivas (Buceta, 2001).

Motivación deportiva

Otro factor importante para el deportista, en el contexto de las actividades inherentes con el rendimiento deportivo, es la motivación que, en el discurso de Acevedo et al. (2019), consiste en un proceso desde las actuaciones de los atletas para mantener presente las aspiraciones de alcanzar metas, objetivos y logros cualitativos y cuantitativos en el ejercicio de los entrenamientos deportivos y de competiciones.

Hace referencia a la motivación básica por el rendimiento y logros deportivos, y a la motivación cotidiana por el entrenamiento diario o la competición. Una puntuación alta indica que el deportista se encuentra muy motivado para la práctica deportiva competitiva. (Gimeno et al. 2002, p. 9)

Por otra parte, la motivación está más ligada al deporte: debido a que es una variable psicológica que mueve al individuo hacia la realización. Orientación, mantenimiento y/o abandono de las actividades físico-deportivas, y suele estar determinada por la asociación cognitiva que el sujeto hace de las diferentes situaciones (si es positiva, mayor motivación; si es negativa, menor motivación; si es neutra, dependerá de la construcción cognitiva que realice por la influencia del entorno y de sus propias convicciones) en función de una serie de factores individuales, sociales, ambientales y culturales. (Dosil, 2008).

Seguidamente, motivación cotidiana está relacionada con la actividad que se lleva a cabo día a día y la satisfacción que ésta podría generar dentro de las diferentes actividades de

entrenamiento deportivo de manera individual y colectiva, que también se verá reflejada en las competiciones, se ve representada en el interés y gratificaciones en cada entrenamiento, competencia u otra actividad del día (Buceta y Gimeno, 2010).

Habilidad mental

Así mismo, la habilidad mental va direccionada a indagar por los conocimientos o capacidades de aplicar técnicas de autorregulación, que traería consecuencias positivas en el rendimiento deportivo. Esta escala surge por antecedentes investigativos de los años setenta y ochenta, donde se esbozó que atletas con mayor éxito solían utilizar estas técnicas (Buceta y Gimeno, 2010). En ese mismo orden de ideas, la habilidad mental “hace referencia al uso de una serie de habilidades que pueden repercutir en el funcionamiento del deportista en beneficio de su rendimiento. Una puntuación alta indica que el deportista dispone de unos recursos que pueden ayudarlo a rendir mejor” (Gimeno et al. 2002, p. 10).

A su vez, destaca dos elementos importantes: la cohesión de tarea y la cohesión social. La primera está relacionada con la colaboración y unión de los miembros para alcanzar los objetivos y metas comunes. La segunda ligada, más al grado en que los miembros se relacionan entre ellos (amistad, compañerismo, realizar actividades juntos, extradeportivas). Cuando equipos buscan un máximo rendimiento. Es importante que la primera deba estar por encima de la segunda, ya que la cohesión existente podría llegar a ser perjudicial (Buceta y Gimeno, 2010).

Cohesión de equipo

En lo concerniente con el factor de la cohesión del equipo, se corresponde con las interacciones y relaciones personales e interpersonales con todos los integrantes del grupo deportivo en una disciplina en específica que se puede observar en la satisfacción existente entre ellos en términos de rendimiento, motivación y el espíritu deportivo que le impulsan a todas las actividades (Buceta y Gimeno, 2010). Desde otra mirada, para Navarro et al. (2016), la cohesión

de equipo es proceso holístico, íntegro, integral y dinámico en el que un grupo busca sinergia y mantenerse unido para alcanzar objetivos y metas que han sido definidas para conseguir satisfacción de todos los miembros.

En definitiva, este factor es conceptualizado por Gimeno et al. (2002), como aquel que “hace referencia al grado en que el deportista se siente atraído e identificado con el grupo deportivo. Una puntuación alta indica que el deportista está integrado y presenta una buena disposición a trabajar con el equipo” (p. 10).

Rendimiento Deportivo

En términos de resultados, se indica que el rendimiento deportivo es el resultado que se produce dentro de la competición en el deporte. (Martín, 2001). Por otro lado, se propone que es la capacidad que tiene un sujeto en un contexto deportivo de poner a funcionar todos sus recursos orientados a una meta y en determinadas condiciones. (Pardo, 2010). Una visión más amplia del concepto de rendimiento deportivo, la brinda Billat (2002), quien la define como:

Una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales. Por lo tanto, podemos hablar de rendimiento deportivo, cualquiera que sea el nivel de realización, desde el momento en que la acción optimiza la relación entre las capacidades físicas de una persona y el ejercicio deportivo a realizar. (p.1)

Con relación a lo anterior, estas van asociadas a la energía y la forma en que se emplean a la hora de competir, al conocimiento del funcionamiento de los músculos y su relación con la energía invertida y también se suman factores externos y sus repercusiones como el caso de la altitud y la temperatura (Billat, 2002). Asimismo, dentro del rendimiento deportivo, la valoración de las destrezas y capacidades en términos psicológicos de los atletas, se pueden emplear una variada gama de estrategias y acciones psicológicas por medio de intervenciones apropiadas, encaminadas a mejorar el rendimiento dentro de la disciplina que ejercita, favoreciendo de ese modo los resultados cuantitativos y cualitativos (Olmedilla et al., 2017).

El rendimiento del atleta está supeditado por un sinnúmero de componentes y condicionantes, como las habilidades psicológicas, los cuales son trabajados dentro de las actividades e itinerario de entrenamiento deportivo para que estos sean demostrados dentro de una competición con resultados que reflejan la preparación desde los esquemas mentales, ejercitando las capacidades, recursos y potencialidades cognitivas que han sido cultivadas, permitiendo que sean atletas con posibilidades de éxitos o no, en función de las metas y objetivos, que están alineadas con: autoconfianza, control atencional, motivación, ansiedad, etc. (Dasil, 2008).

En las actividades de entrenamiento y en las competiciones, los entrenadores, en todo momento, están efectuando la medición sobre los rendimientos de los atletas, son datos e información que van a explicar el comportamiento de los resultados para contribuir con la mejora sustancial en una disciplina deportiva, lo que, además, está relacionado con las conductas (Vales et al., 2015). Para Álvarez y Castillo (2016), este rendimiento deportivo guarda una estrecha relación con los resultados alcanzados al término de la ejecución motriz en las actividades de entrenamiento, que se van valorando con instrumentos observables en función de las exigencias en las diversas disciplinas del deporte.

A nivel institucional, la medicina al servicio del deporte, es decir, la medicina deportiva. Evalúa el rendimiento deportivo a través de estudios médicos rigurosos. Estos exámenes son revisados de manera sistemática, permitiendo concluir el estado de forma en el que se encuentran los deportistas, datos que son relevantes a la hora de predecir lesiones o la capacidad para poder llevar a cabo un máximo rendimiento deportivo (De La Cruz, 2012).

Ejes Temáticos

Psicología del Deporte

La psicología del deporte para Weinberg y Gould (2010, como se citó en Ursino et al.2018), representa una disciplina dentro de las ciencias deportivas, que está centrada en llevar a

cabo actividades de investigación con características científicas sobre los comportamientos y procesos psicológicos en el marco de los eventos deportivos, considerando desde la etapa de entrenamientos hasta llegar a las competiciones. Esta disciplina tiene como propósito principal comprender en qué medida los factores psicológicos mantienen, incrementan o disminuyen el rendimiento de los atletas, otro de los objetivos, los describen Ursino et al. (2018), como el:

Impacto de los factores psicológicos sobre el rendimiento deportivo. Por ende, es esencial comprender la Operacionalización y evaluación del rendimiento en el ámbito deportivo. Resulta prioritario avanzar en este tópico para facilitar la comparación y replicación de los estudios empíricos. (p. 419)

También, dentro de este campo, el nivel del rendimiento que pueden lograr los atletas puede valorarse utilizando múltiples técnicas y herramientas metodológicas como los auto informes, guías de entrevistas y cuestionarios para identificar con mayor precisión los aspectos que hacen hincapié los entrenadores deportivos dentro de las actividades físicas y psicológicas en la faena diaria (Palmi y Solé, 2016). Otra definición mucho más amplia, la contextualizaron Nachon y Nascimbene (2001, como se citó en Favero, 2020), como:

Aquella ciencia dedicada a estudiar, como, porque y bajo qué condiciones los deportistas, los entrenadores y espectadores se comportan en el modo que lo hacen, así como también investigar la mutua influencia entre actividad física y la participación en el Deporte y el bienestar psicofísico, la salud y el desarrollo personal. (p. 2)

Todavía cabe señalar, una aproximación teórica del concepto que contempla una serie de acciones o actividad de entrenamiento deportivo que evalúa los tiempos que se emplean en tales tareas, las puntuaciones logradas y, en caso de competiciones, los triunfos obtenidos (Martín y Lehnertz, 2001).

Karate

El karate como una disciplina de la mente tuvo el origen en Okinawa, influenciado por los valores de la cultura china y grupos indígenas, que fue conocido como boxeo chino, tiempo más tarde se le dio la denominación de Karate para describir la lucha a partir de eventos de enfrentamientos para lograr efectividad, usando las capacidades musculares y la fuerza (Ortega, 2011).

Por su parte, para Nagamine (2018), el karate no está situado como una disciplina deportiva que refleja lucha, enfrentamientos y competencia entre personas en el contexto de la violencia, tampoco se puede considerar como enfrentamiento físico por asociarlo al elemento básico de enfrentamiento físico, éste se refiere, en el más sentido amplio, en un perfeccionamiento de la mente y el cuerpo, creando una simbiosis entre ambos componentes para comprenderse el ser humano a sí mismo y todo lo que le rodea en el planeta.

De tal manera que, se está en presencia del auto perfeccionamiento, donde las personas cultivan la mente y el cuerpo para alcanzar un alto grado de sabiduría, ubicando las diferencias existentes en sí mismo, cómo ha avanzado para ser mucho más eficiente, efectivo y obtener confianza como sujeto, donde las recompensas están presentes en el tiempo de aquí y ahora para que experimente cualquier situación con el esfuerzo que requiere, fomentando el control sobre la mente. Dentro de las principales actitudes con las que deben respetarse dentro de las actividades de entrenamiento del karate, en el discurso de Nagamine (2018), ha identificado las siguientes:

1. El karate inicia y termina con una postura de cortesía, lo que requiere ser cortés con las personas adultas, menores de edad, familiares, amigos e inclusive con quienes son considerados enemigos, permitiendo purificar la mente para cultivar paz física y mental.
2. En las actividades prácticas es necesario suprimir de la mente cualquier pensamiento que represente individualismo y preocupación, a los fines de poder concentrarse con un máximo vigor en todos los movimientos para alcanzar energía vital que se expande.
3. Es necesario que en la práctica exista armonía entre la respiración y acción, lo que demanda aprender a ajustar la respiración hasta lograr un estado que, cada respiración, coincida con cada movimiento.

4. Al culminar la ejecución de cada tarea se alcance la terminación perfecta, lo que amerita una articulación entre la mente y la fuerza para máxima potencia.
5. Desarrollar el karate tomando en cuenta el contexto histórico y las tradiciones cultivadas.
6. Estudiar y practicar los katas de manera sistemática, estricta, correcta, donde siempre existe algo que aprender con el tiempo.
7. Desarrollar la estructura muscular y la potencia física, empleando para ello, una serie de técnicas y métodos como: saltar la cuerda, gimnasia, pesas, etc.
8. Incorporar el entrenamiento del Zen en las actividades de ejercicio del karate, a los efectos de conseguir mayores esfuerzos de lamente.

Adolescencia y Adultez Joven

La etapa de adolescencia para la Defensoría del Pueblo y el Fondo de Población de Naciones Unidas (2013), se corresponde con una fase en el ciclo de la vida del ser humano, la cual se origina cuando se cumplen los 13 años de edad hasta alcanzar la mayoría de edad, es decir, 18 años, donde el individuo ha logrado la independencia y está en capacidad de gestionar las responsabilidades, empleando para ello criterio propio para desarrollar un proyecto de vida. Asimismo, Castillo (1999) la describe como:

Una época de maduración y crecimiento especial. El adolescente es el que está creciendo, mientras que el adulto es el que ya ha crecido. Los cambios que se dan en esta etapa presentan la oportunidad para un cambio cualitativo en la persona. (p. 11)

Además, sostiene Bendeck (2018) que en esta etapa el ser humano entra en un proceso de desarrollo y transición entre la infancia y la adultez joven, que abarca procesos con realidades divergentes y complejas en el ejercicio de los cambios que experimenta en la vida cotidiana.

Ahora bien, a juicio de Lara et al. (2016), la etapa de la adultez joven se inicia cuando los jóvenes alcanzan los 20 años de edad, aproximadamente, que se identifica en el período de adultez joven o juventud, que va desde los 20 hasta los 40-45 años de edad. Por su parte, el proceso de la juventud se origina cuando finaliza la fase de la adolescencia, cuya evolución está

sujeta con las actividades llevadas a cabo dentro del desarrollo, etapa cargada de recursos y potencialidades enlazados con la energía, fuerza y resistencia de las capacidades físicas de la persona (Papalia, 1997).

En ese mismo contexto, esta etapa tiene cualidades que son esenciales conocer, aquí las personas cuentan con una capacidad de mucha fuerza física, altos niveles de energía como parte de las potencialidades, así como también, sentidos de resistencia agudos que la fortalece. Está concentrada, generalmente, entre los 25 años y los 30 años de edad, que, a partir de allí, el ser humano experimenta un proceso de descenso en las condiciones físicas (García, 2008).

En el marco de la finalidad que persigue este trabajo de investigación inherente con las actividades deportivas y rendimiento de los atletas, sobre las etapas de adolescencia y adultez joven, manifestó Rice (1997), que está caracterizada por las potencialidades, habilidades, destrezas y fuerza física, un estado en condiciones de plenitud corporal que se ve representado por la energía y la resistencia del individuo, donde el estado de máxima energía se localiza cuando la persona alcanza los 25 a 30 años edad. Asimismo, en esta etapa, describió con detalle Rice (1997) que en:

La actividad física ayuda en el mantenimiento del peso, tonificación de los músculos, fortalecimiento del corazón y pulmones, protege contra ataques cardíacos, cáncer y osteoporosis, alivia ansiedad y depresión. El fumar y el beber en exceso están estrechamente relacionados con problemas de tipo cardíaco, gastrointestinal y cáncer. “El abuso de alcohol es la principal causa de los accidentes automovilísticos fatales”. (p. 451).

Finalmente, en lo concerniente al aspecto de la personalidad sostienen Lara et al. (2016), que en este periodo se originan un conjunto de cambios físicos, emocionales y sociales importantes que van a depender del entorno social donde interactúe; aquí la socialización forma parte de la columna vertebral para ir fortaleciendo la personalidad de los jóvenes y adultos para que vigoricen la estructura de valores.

Fundamento Normativo

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999)

Dentro de la Carta Magna, que rige la conducta de todos los ciudadanos que conviven en la sociedad venezolana, las personas tienen garantías para el desarrollo de actividades deportivas y de esparcimiento de manera individual o colectiva, así lo establece el artículo 111 del texto constitucional. Según, la Asamblea Nacional Constituyente de la República Bolivariana de Venezuela (1999):

Artículo 111. Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley. El Estado garantizará la atención integral de los y las deportistas sin discriminación alguna, así como el apoyo al deporte de alta competencia y la evaluación y regulación de las entidades deportivas del sector público y del privado, de conformidad con la ley. (p. 84)

De acuerdo al artículo citado, toda persona tiene derecho al deporte y a la recreación, hace referencia a las destrezas deportivas y a la actividad física, indica que el Estado garantiza la atención integral de los y las deportistas sin discriminación alguna, dando apoyo a atleta de alta competencia, debido a que considera al deporte como fundamental para la formación integral del ciudadano.

Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física (2011)

Una de las vinculaciones que tiene esta investigación dentro del marco normativo nacional está incluida en la Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física,

donde se estipulan un conjunto de artículos que le otorgan responsabilidades y competencias a las autoridades políticas de la nación para promover políticas públicas en el sector deportivo, cultural y recreativo, que asegure bienestar físico y mental. Para la Asamblea Nacional de la República Bolivariana de Venezuela (2011):

Artículo 8: Todas las personas tienen derecho a la educación física, a la práctica de actividades físicas y a desarrollarse en el deporte de su preferencia, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes deportivas y capacidades físicas, sin menoscabo del debido resguardo de la moral y el orden público. El Estado protege y garantiza indeclinablemente este derecho como medio para la cohesión de la identidad nacional, la lealtad a la patria y sus símbolos, el enaltecimiento cultural y social de los ciudadanos y ciudadanas, que posibilita el desarrollo pleno de su personalidad, como herramienta para promover, mejorar y resguardar la salud de la población y la ética, favoreciendo su pleno desarrollo físico y mental como instrumento de combate contra el sedentarismo, la deserción escolar, el ausentismo laboral, los accidentes en el trabajo, el consumismo, el alcoholismo, el tabaquismo, el consumo ilícito de las drogas, la violencia social y la delincuencia.

Artículo 11: Se declaran de utilidad pública e interés social, el fomento, la promoción, el desarrollo y la práctica del deporte, así como la construcción, dotación, mantenimiento y protección de la infraestructura deportiva a nivel nacional.

Artículo 12: Se declara como prioridad de la política deportiva nacional, la masificación de las buenas prácticas del deporte, la actividad física y la educación física y se incorporan como elementos transversales de las políticas Estatales en materia de vivienda y hábitat, pueblos indígenas, trabajo, mujer e igualdad y equidad de género, juventud, educación, salud, seguridad, defensa, comunicación, organización popular, entre otras. (pp. 2-3)

Por lo tanto, toda persona tiene derecho a participar en el deporte de su elección, la única limitación proviene de sus habilidades motrices y físicas. Por ello, el Estado busca proteger y garantizar este derecho, porque es un medio de formación de la identidad nacional, de construcción de una cultura, posibilita el desarrollo integral de los ciudadanos, tanto física como mentalmente, de esta manera se relaciona con la presente investigación debido a que se busca el

bienestar psicológico en el atleta para que de esta manera pueda promover, mejorar y proteger sus derechos, e impulsar a la población a la práctica de algún deporte.

Código de Ética del Psicólogo Profesional de Venezuela (1981)

Ahora bien, como una norma específica, las autoridades organizadas en la federación de profesionales de la psicología de la nación, promulgaron el Código de Ética del Psicólogo Profesional, el cual data de la década de los 80 del siglo XX, con la finalidad de regular todas las actuaciones (deberes y derechos) de los especialistas de este campo de las ciencias de la salud. Para Federación de Psicólogos de Venezuela (1981):

Artículo 11: El Psicólogo debe presentar la información psicológica de manera objetiva y precisa.

Artículo 54: La investigación en Psicología debe inspirarse en los más elevados principios éticos y científicos.

Artículo 55: La investigación en Psicología deberá ser realizada y supervisada por personas técnicamente entrenadas y científicamente calificadas.

Artículo 60: El investigador deberá garantizar el anonimato de las respuestas de los sujetos sometidos a investigaciones y evitar aminorar la posibilidad de cualquier daño moral a aquellos. (pp. 1-3).

Como se constituye en los artículos mencionados del Código de Ética del Psicólogo Profesional de Venezuela, estos contribuyen con que sean aplicados principios éticos en el desarrollo de las actividades de investigación deportiva desde el campo de la psicología para promover cambios que favorezcan los niveles de rendimiento de los atletas, creando un equilibrio entre la mente y el cuerpo.

Cabe resaltar que, el presente estudio cuenta con la asesoría y supervisión de un tutor calificado, quien aporta información pertinente al presente estudio. Además, se adquirirá el consentimiento informado de cada uno de los participantes, así como se les garantizará el anonimato con respecto a sus respuestas. Por último, se trata alcanzar los objetivos previstos que serán de gran beneficio para los jóvenes atletas.

Definición de Términos Básicos

Ansiedad: Bellack (1982), consiste en el estado del organismo que emite respuestas fisiológicas y motoras, reflejadas también en la percepción cognitiva, representando una situación desfavorable, perturbadora y que puede llevar a ser nociva.

Competencia: “Característica subyacente de un individuo que está causalmente relacionada con un nivel estándar de efectividad y/o con un desempeño superior en un trabajo o situación” (Spencer y Spencer, 1993).

Deporte: “Cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo” (Romero, 2001).

Deportista: “Es una persona que practica algún deporte, por afición o profesionalmente, o persona aficionada a los deportes o entendida en ellos” (Real Academia Española, 2021).

Karate: “Modalidad de lucha japonesa. Tiene dos acentuaciones válidas en español: la llana karate es la etimológica y la más extendida en América; en España es más habitual la esdrújula kárate” (Real Academia Española, 2021).

Motivación: Se refiere al proceso o condición que puede ser fisiológica o psicológica, interno o externo, al organismo, el cual determina porqué, respecto a qué, se inicia la conducta, se guía, se mantiene, se selecciona o finaliza: este fenómeno también se refiere al estado por el cual determinada conducta se logra o se desea (Littman, 1958, como se citó en Balaguer, 1994).

Psicología del Deporte: Área de la psicología que se centra en el estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física (Robert y Weinberg, 2010).



Rendimiento Deportivo: “Capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas” (Gil, 2013).

Salud Mental: “Es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» Una importante consecuencia de esta definición es que considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales” (Organización Mundial de la Salud, 2022).

Sistema de Variables

Variables Relacionadas

1. Intolerancia a la Frustración
2. Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo

Variables de Control

- Karatecas jóvenes adultos en edades comprendidas de 15 a 30 años, pertenecientes a diferentes Dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.
- Que tenga una asistencia regular a las actividades de entrenamiento a diferentes Dojos.
- Que participen de manera activa en actividades en fases de entrenamientos deportivos, eventos clasificatorios y competiciones.

Variables Intervinientes

- Antigüedad del atleta.
- Clima familiar del atleta.
- Nivel socioeconómico del atleta.
- Diferencias individuales.

Matriz de Variables

A continuación, se presenta la Operacionalización de las variables de la investigación que se desprenden de los objetivos específicos que han sido definidos previamente, siendo las variables definidas, de acuerdo con Espinoza (2019), como construcciones que están focalizadas en conocer un fenómeno u objeto de estudio en particular, que adopta la cualidad de cambiante frecuentemente o susceptible a mejorarse en el tiempo.

Por lo tanto, se diseñó la tabla de matriz de variables, herramienta metodológica compuesta por 8 columnas que señalan los objetivos específicos del trabajo de investigación, las variables, dimensiones, indicadores, técnicas, instrumentos e ítems, que representa el accionar procedimental que seguirán los investigadores para materializar la fase teórica y empírica que se pretende.

Formulación de Hipótesis

Hipótesis de Investigación (H_i)

Existe una relación estadísticamente significativa entre las variables intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Hipótesis Nula (H_0)

No existe una relación estadísticamente significativa entre las variables intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Tabla N° 2
Matriz de Variables

Objetivo Específico	Variable	Dimensión	Definición	Indicadores	Técnicas	Instrumento	Ítems
1. Conocer el nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.	Intolerancia a la frustración	-----	Perturbación por la incomodidad. Es una creencia irracional que acompaña a las perturbaciones psicológicas que se deben a la naturaleza exigente o preferencial de las creencias. ¹	-----	Cuestionario auto aplicado	Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015)	-----
		Autoafirmación	Creencias relacionadas con las demandas de gratificación inmediata y de equidad. El tema central de esta dimensión se relaciona con el control de los demás y la poca sumisión. ²	Necesidad de validación			2, 14,
				Control sobre otros			6, 10, 18
				Soberbia			22, 26
		Intolerancia emocional	Creencia que refleja la intolerancia al malestar emocional. Esta dimensión se relaciona con la ansiedad que generan las perturbaciones emocionales. ²	Malestar contextual			15, 23
				Malestar cognitivo-afectivo			3, 7, 11, 19, 27

Nota. Operacionalización de la variable intolerancia a la frustración. Fuente: Dryden y David (2008, citados en Lubroth, 2014) ¹; Harrington (2005) ². Adaptación de Montilla y Vivas (2022).

Tabla N° 2 (Continuación)
Matriz de Variables

Objetivo Específico	Variable	Dimensión	Definición	Indicadores	Técnicas	Instrumento	Ítems
-----	-----	Intolerancia al malestar	Creencias relacionadas con demandas de que la vida debería ser fácil, cómoda y libre de problemas. ²	Solución de problemas	Cuestionario auto aplicado	Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015)	1, 17
				Dificultad de tareas			5, 9, 13, 21, 25
		Frustración de expectativas	Creencias relacionadas con frustración en la realización de tareas. Se asocia con el perfeccionismo y el fracaso en las metas propuestas. ²	Expectativas de potencial			4, 12, 28
				Logro de objetivos			8, 16, 20, 24

Nota. Operacionalización de la variable intolerancia a la frustración. Fuente: Harrington (2005) ². Adaptación de Montilla y Vivas (2022).

Tabla N° 2 (Continuación)
Matriz de Variables

Objetivo Específico	Variable	Dimensión	Definición	Indicadores	Técnicas	Instrumento	Ítems
2. Medir las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.	Características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo	-----	Información específica sobre las necesidades y recursos de los atletas de competición sobre estrés, rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo. ³	-----			-----
		Control de estrés	Recursos psicológicos del atleta para controlar el estrés en la participación de competiciones deportivas. ³	Concentración	Cuestionario autoaplicado	Cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (Gimeno et al., 2001).	1,10,13, 17,41 y 43
			Influencia de la evaluación y ansiedad social, y autoevaluación inapropiada que él atleta realiza de su rendimiento. ³	Confianza			3,8,14,19, 21,24,26, 32 y 54
	Influencia de la evaluación del rendimiento		Gestión de emociones	12,20,30 y 36			
				Evaluación interna			6,9,16,28 y 51
				Evaluación externa			34,35,42, 44,46,47, 52 y 53

Nota. Operacionalización de variable características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo. Fuente: Gimeno et al.(2001) ³.

Adaptación de Montilla y Vivas (2022).

Tabla N° 2 (Continuación)
Matriz de Variables

Objetivo Específico	Variable	Dimensión	Definición	Indicadores	Técnicas	Instrumento	Ítems
-----	-----	Motivación	Interés del atleta por entrenar y superarse día a día para cumplir metas y objetivos. ³	Intrínseca			4,15,3 3,49 y 55
		Habilidad mental	Destrezas psicológicas orientadas a favorecer el rendimiento deportivo. ³	Extrínseca			29,31 y 39
				Definir objetivos		Cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (Gimeno et al., 2001).	37 y 50
				Regulación Cognitiva	Cuestionario autoaplicado		2,7,23, 25,40, 45 y 48
		Cohesión de equipo	Proceso de integración del atleta con los miembros del equipo deportivo. ³	Relaciones interpersonales			5
				Trabajo en equipo			18,22 y 38
				Sentido de pertenencia			11,27

Nota. Operacionalización de variable características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo. Fuente: Gimeno et al., (2001)³.

Adaptación de Montilla y Vivas (2022).

Tabla N° 2 (Continuación)
Matriz de Variables

Objetivo Específico	Variable	Dimensión	Definición	Indicadores	Técnicas	Instrumento	Ítems
3. Establecer el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.	Correlación	Estadística	Coeficiente de <i>Pearson</i> , es una prueba estadística para analizar la relación entre variables medidas en un nivel por intervalos o de razón. ⁴	Valores entre -1 y 1 Hi ≠ 0 H0 = 0	Estadística Inferencial Coeficiente de correlación de <i>Pearson</i> (r).		$r = \frac{N \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$

Nota. Operacionalización de las variables medidas en el objetivo específico 3 de la investigación. Fuente: Hernández et al., (2014).⁴
Adaptación de Montilla y Vivas (2022).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

Paradigma Cuantitativo de la Investigación

El paradigma de investigación cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base a la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamientos y probar teorías (Hernández et al., 2018). Asimismo, la corriente del pensamiento filosófico positivista está alineada con la lógica deductiva y objetivista de naturaleza cuantitativa para garantizar la máxima objetividad posible (Piñero y Rivera, 2013). De tal forma, los estudios de paradigma cuantitativo deben seguir un modelo estructurado durante el proceso para que se puedan generar resultados en un grupo o muestra de una población.

El paradigma cuantitativo persigue un esquema riguroso a partir de una serie de fases, etapas o pasos que los investigadores deben adoptar de manera sistemática para comprobar variables que le permita verificar la tendencia de la relación. Desde otra perspectiva, en este paradigma para Muñoz (2011) la “recolección de datos es numérica, estandarizada y cuantificable, y el análisis de información y la interpretación de resultados permiten fundamentar la comprobación de una hipótesis mediante procedimientos estadísticos, los cuales ofrecen la posibilidad de generalizar los resultados” (p. 21).

Por tanto, el dato es la expresión genuina que se utilizará para medir las variables, en este caso particular intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en atletas que practican karate, a través de dos instrumentos que facilitan la obtención de datos estadísticos para llevar adelante el respectivo análisis deductivo sobre el comportamiento estructurado de estas, lo que permitirá conseguir la objetividad del conocimiento que rodea la problemática existente.

Diseño y Tipo de Investigación

De acuerdo al diseño de investigación, Arias (2016) lo describe como las estrategias, procedimientos y pasos que se deben seguir para abordar un estudio, lo que encierra un conjunto de procedimientos racionales y sistemáticos llevados a cumplir con la solución del problema general. Por otro lado, Hernández et al. (2018), indican que el término de diseño se refiere al plan que visualiza el investigador para obtener la información que se desea y así dar respuestas a las preguntas de la investigación.

De esta manera, la investigación está basado en un diseño no experimental, que para Hernández et al. (2018) definen como aquellos estudios que se desarrollan sin que exista interferencia y manipulación de las variables que han sido identificadas, de modo que el objeto de análisis estará en el ambiente natural donde se generan los hechos. Asimismo, el tipo de investigación es de campo, que en palabras de Balestrini (2006) corresponde con investigaciones “donde se observan los hechos estudiados tal y como se manifiestan en su ambiente natural, y en ese sentido, no se manipulan de manera intencional las variables” (p. 132).

Fases Metodológicas de la Investigación

Fase I: Conocimiento del nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Actividades:

- Seleccionar la población y muestra.
- Aplicar la Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015), identificada en el anexo B, a los efectos de conocer el nivel de intolerancia a la frustración presente en los adultos jóvenes atletas practicantes de karate de diferentes dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.
- Proceso de organización, tabulación y representación gráfica de los datos obtenidos, acompañados por la descripción, análisis, interpretación y contrastación teórica de la información para sustentar los hallazgos.



- *Resultado esperado:* Nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de karate de diferentes dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.

Fase II: Medición de las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Actividades:

- Aplicar el Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) de Gimeno et al. (2001), reflejado en el anexo C, con la finalidad de medir las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de karate de diferentes dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.
- Proceso de organización, tabulación y representación gráfica de los datos obtenidos, acompañados por la descripción, análisis, interpretación y contrastación teórica de la información para sustentar los hallazgos.

Resultado esperado: características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de karate de diferentes dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.

Fase III: Establecimiento del tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate.

Actividades:

- Aplicar las técnicas seleccionadas previamente.
- Calcular el coeficiente de correlación Rho de Spearman de las variables intolerancia a la frustración y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.
- Proceso de organización, tabulación y representación gráfica de los datos obtenidos, acompañados por la descripción, análisis, interpretación y contrastación teórica de la información para sustentar los hallazgos.

Resultado esperado: Relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de karate de diferentes dojos del municipio Valencia, estado Carabobo.

Nivel y Modalidad de la Investigación

El nivel de investigación, de acuerdo con Arias, (2016) se define como el grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio. Por lo tanto, cabe resaltar que, la investigación se adecúa a un nivel descriptivo correlacional, que llevará a cabo “el registro, análisis e interpretación de los procesos físicos y sociales que acontecen en la realidad” (Ugas, 2011). En consecuencia, de los sujetos de estudios se procederá a partir de los datos logrados en los dos instrumentos de recolección de información, aspectos sociales y psicológicos susceptibles a registro, interpretación, análisis y contrastación con referente teóricos para conocer el comportamiento dentro de la disciplina deportiva.

Por otra parte, la modalidad de investigación se circunscribe a un estudio correlacional, conceptualizada por Tamayo y Tamayo (1994, como se citó en Figueroa y Jiménez, 2012), consiste en el establecimiento de relaciones estadísticas entre variables, características o fenómenos, que no necesariamente indica causa-efecto entre estos. De la misma forma, Palella y Martins (2012), sostiene que:

Su propósito principal es determinar el comportamiento de una variable conociendo el comportamiento de otra. Esta correlación puede ser positiva o negativa. Es positiva

cuando un grupo presenta valores altos para las variables y negativa cuando un grupo con valores altos en una variable tienden a mostrar valores bajos en la otra. (p. 94)

Población y Muestra

Flores (2015), define la población como conjunto de individuos, objetos, elementos o fenómenos en los cuales puede presentarse determinada característica susceptible de ser estudiada. Por lo tanto, se entiende que la población es la entidad en la cual se realizara nuestra investigación, de tal forma es importante definir que el presente trabajo de investigación es de tipo finita, lo cual refiere a una agrupación en la que se conoce la cantidad de unidades que la integran. Además, existe un registro documental de dichas unidades (Arias, 2016). En lo concerniente al trabajo, la población estará constituida por (20) atletas jóvenes adultos que desarrollan actividades de entrenamiento deportivo en diferentes dojos del municipio Valencia, Estado Carabobo.

Del mismo modo, Arias (2016) señala que la muestra es un subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible. Para comparar otra visión del término, en el discurso de Palella y Martins (2012), la muestra “no es más que la escogencia de una parte representativa de una población, cuyas características reproduce de la manera más exacta posible” (p. 106).

Como parte de las actividades de investigación para la selección de la muestra, se procedió con un tipo de muestreo no probabilístico, donde Hernández et al. (2018), afirman que “suponen un procedimiento de selección orientado por las características de la investigación, más que por un criterio estadístico de generalización” (p. 190).

Por tanto, se utilizó un muestreo censal que para Ramírez (1997), todas las unidades de investigación son consideradas como muestra. En definitiva, la muestra estará compuesta por (20) atletas jóvenes adultos que practican el karate en un conjunto de dojos localizados en la ciudad Valencia, estado Carabobo, Dojo Nagayama; Dojo Oyama; Dojo Javier Tineo; Dojo

Cefik y Dojo Seishin Tamashi, los cuales no disponen del registro del total de personas que tienen afiliadas, por ende, la población asume una característica de infinita.

Criterios de selección de la muestra

- Karatecas jóvenes adultos en edades comprendidas de 15 a 30 años, pertenecientes a diferentes dojos del Municipio Valencia, estado Carabobo.
- Que tenga una asistencia regular a las actividades de entrenamiento en diferentes dojos del Municipio Valencia. Estado Carabobo.
- Que participen de manera activa en actividades en fases de entrenamientos deportivos, eventos clasificatorios y competiciones.

Tabla N° 3

Muestra

Sujeto	Edad	Sexo	Dojos	Correo
1	23	Masculino	Dojo Oyama	acesar885@gmail.com
2	15	Masculino	Dojo Oyama	joseangeltelleria864@gmail.com
3	17	Masculino	Dojo Oyama	soljoseda@gmail.com
4	18	Masculino	Dojo Oyama	juanvelizmoreno@gmail.com
5	18	Masculino	Dojo Oyama	Giovannyandre2508@gmail.com
6	15	Femenino	Dojo Nagayama	claverduque1177@hotmail.com
7	17	Femenino	Dojo Nagayama	kdayanarg2004@gmail.com
8	19	Masculino	Dojo Nagayama	yutut_59@hotmail.com
9	16	Masculino	Dojo Nagayama	eliasstak420@gmail.com
10	15	Masculino	Dojo Nagayama	gabrielriosbernal@gmail.com
11	16	Masculino	Dojo Nagayama	djsc2005@gmail.com
12	15	Femenino	Dojo Cefik	anvanuto@gmail.com
13	16	Masculino	Dojo Cefik	larryknunez53@gmail.com
14	15	Masculino	Dojo Cefik	angeraguilera1234@mail.com
15	29	Masculino	Dojo Seishin Tamashi	alejandrobordones36@gmail.com
16	21	Femenino	Dojo Seishin Tamashi	219005063@uam.edu.ve
17	24	Masculino	Dojo Javier Tineo	felipetineo20@gmail.com
18	17	Masculino	Dojo Javier Tineo	carrizalescarrasco875@gmail.com
19	17	Femenino	Dojo Javier Tineo	wilmarys.tineo.aguiar@gmail.com
20	22	Masculino	Dojo Javier Tineo	randy.pumero27@gmail.com

Nota: Datos recogidos de la muestra del estudio. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Descripción de la Muestra

La muestra del estudio estuvo conformada por 20 atletas practicantes de karate provenientes de cinco dojos de la ciudad de Valencia (15 hombres y 5 mujeres), entre los 15 y 29 años de edad (Media: 18,25 y Desviación Estándar: 3,75). Con respecto a la edad, se observó que los datos arrojados presentaron una asimetría positiva (AS: 1,55), con una curva de forma leptocúrtica (Ku: 2,22) y un coeficiente de variación (CV) de 20,54%. Es decir, la mayoría de los valores se encuentran cercanos a la media y la muestra es homogénea.

Tabla N° 4

Características de la muestra

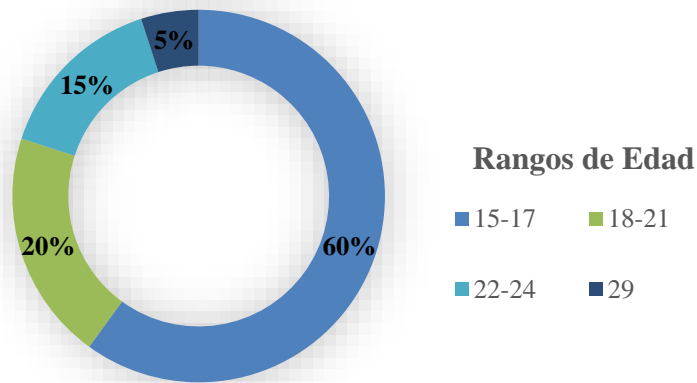
Variables	Frecuencia	Porcentaje	Acumulado
Edades			
15	5	25%	25%
16	3	15%	40%
17	4	20%	60%
18	2	10%	70%
19	1	5%	75%
21	1	5%	80%
22	1	5%	85%
23	1	5%	90%
24	1	5%	95%
29	1	5%	100%
Género			
Masculino	15	25%	25%
Femenino	5	75%	100%
Dojo de Procedencia			
Dojo Oyama	5	25%	25%
Dojo Nagayama	6	30%	55%
Dojo Cefik	3	15%	70%
Dojo Seishin Tamashi	2	10%	80%
Dojo Javier Tineo	4	20%	100%

Nota. Distribución de frecuencias de las variables sociodemográficas de la muestra de estudio.

Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Figura N° 2

Distribución de la Muestra por Edad



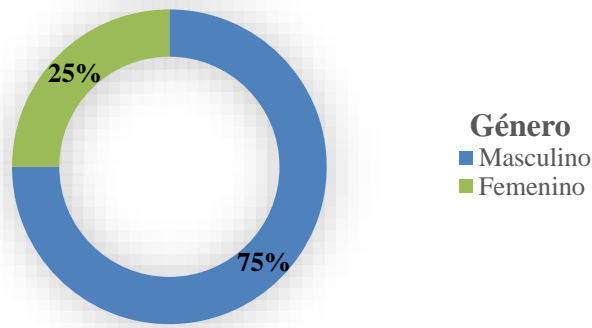
Nota. La figura muestra la distribución de la muestra del estudio según su edad. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

La Tabla N°3 y la Figura N°2 muestran que en el estudio hubo predominancia de atletas con edades entre 15 y 17 años de edad, representando en sumatoria el 60% del total, seguidos por aquellos con 18 y 21 años de edad que corresponden al 20%; luego se encontraron atletas entre 22 y 24 años, representando el 15%, y finalmente el 5% restante estuvo conformado por atletas de 29 años. Estos datos permiten comprender cómo los adolescentes emplean el potencial de crecimiento en el desarrollo de actividades deportivas para aprovechar las capacidades físicas, potencialidades y habilidades por las cuales va transitando como parte de las transformaciones cualitativas, tal como los planteamientos de Bendeck (2018), quien sostiene que el adolescente experimenta una evolución significativa entre la infancia y adultez joven.

Un aspecto que resaltar en la tendencia de la distribución de la muestra por edad, es que para la Defensoría del Pueblo y el Fondo de Población de Naciones Unidas (2013), los adolescentes en esta fase evolutiva del desarrollo están en la capacidad de asumir responsabilidades con disciplina, y en el contexto deportivo que le permite fomentar el componente de independencia y criterio propio, en este caso particular asociados con actividades deportiva de karate.

Figura N° 3

Distribución de la Muestra por Género

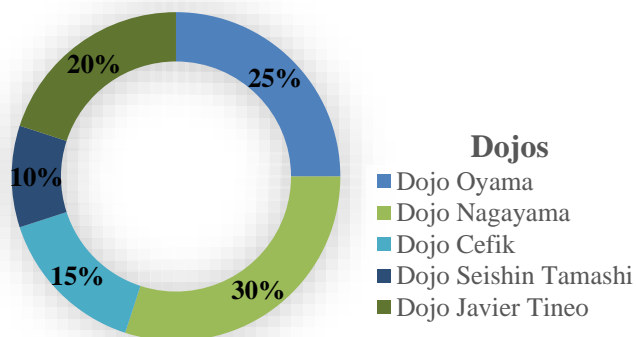


Nota. La figura muestra la distribución de la muestra del estudio según su género. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Con relación al género, la tabla y la figura anterior reflejan que el 75% de la muestra pertenecen al género masculino, mientras que el 25% restante era de femenino. En tal sentido, esta gran diferencia con respecto al género, puede estar asociada con actividades de este arte marcial, que para Ortega (2011) demandan capacidades musculares y fuerza para ser efectivo; además, Nagamine (2018), agrega que se debe desarrollar la estructura muscular.

Figura N° 4

Distribución de la Muestra por Dojo de Procedencia



Nota. La figura muestra la distribución de la muestra del estudio según el dojo al cual pertenecen. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Con relación al dojo al que pertenecían los miembros de la muestra, el 30% formaba parte del Dojo Nagayama, el 25% del Dojo Oyama, el 20% del Dojo Javier Tineo, seguidos por 15%

del Dojo Cefik y 10% del Dojo Seishin Tamashi, todos ubicados en la ciudad de Valencia, estado Carabobo.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de información

Descripción de los Instrumentos

Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015)

Esta escala fue construida por Neil Harrington en el año 2005, está compuesta por un total de 28 ítems que tienen como propósito de medir la intolerancia a la frustración. Para esta investigación se empleará la traducción al español realizada por Lubroth (2015), quien propone los siguientes nombres para las cuatro dimensiones del instrumento: autoafirmación (*entitlement*), intolerancia emocional (*emotional intolerance*), intolerancia al malestar (*discomfort intolerance*) y frustración de expectativas (*achievement frustration*). A continuación, se detallan, cada uno de las definiciones de acuerdo a la propuesta teórica original del instrumento:

- **Intolerancia emocional (*emotional intolerance*):** El primer factor se denominó intolerancia emocional, con ítems que reflejaban intolerancia a la angustia emocional. El ítem con la carga más alta en este factor fue "Necesito estar absolutamente libre de sentimientos molestos lo antes posible, si continúan no lo podré soportar". Los ítems incluían creencias con respecto a la incertidumbre, controlabilidad y aversión de la emoción (Harrington, 2005, p. 378).
- **Autoafirmación (*entitlement*):** El segundo factor se denominó autoafirmación. El elemento de mayor carga fue "No puedo tolerar que no se valore lo que hago". Este factor incluye demandas de gratificación inmediata y de equidad. Si bien muchos de los ítems se refieren a las relaciones personales, estas creencias no están asociadas con la autoestima o la obtención de aprobación (Harrington, 2005, p. 378).

- **Intolerancia al malestar (*discomfort intolerance*):** El tercer factor fue llamado intolerancia al malestar, se refiere a las demandas de que la vida debería ser fácil, cómoda y libre de problemas. El elemento de mayor carga fue "No soporto hacer tareas que estime demasiado difíciles" (Harrington, 2005, p. 378).
- **Frustración de expectativas (*achievement*):** El cuarto factor fue denominado frustración de expectativas, los ítems se referían a la frustración relacionada con las tareas. El elemento de carga más alta fue "No soporto la idea de dar por acabado un trabajo con el que no estoy totalmente satisfecho". Este factor evalúa la intolerancia a la frustración luego del fracaso de la meta propuesta a lograr (Harrington, 2005, p. 378).

Tabla N° 5
Baremos Originales del FDS-R contruidos para una muestra estadounidense.

FDS-R Student Group		Intolerancia al Malestar	Autoafirmación	Intolerancia Emocional	Frustración de las Expectativas	Total
Media		17,63	19,52	18,49	20,70	76,35
Desv. Estándar		4,65	4,41	5,09	5,03	15,30
Percentiles	5	10	11	10	12	49
	10	12	14	12	14	55
	20	14	16	13	16	65
	25	15	16	15	17	66
	50	18	20	19	21	77
	75	20	23	23	24	89
	80	21	23	23	26	91
	90	23	25	26	27	95
	95	27	26	27	29	100

Fuente: Harrington (2005, como se citó en Lubroth, 2015).

Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), Gimeno et al. (2001)

Se utilizará el Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) (Gimeno et al., 2001). Este cuestionario fue desarrollado por Fernando Gimeno y José María Buceta a inicios de los años 90, a lo largo de este tiempo sufrió algunas modificaciones, se adaptó para ser utilizada en diferentes países y se llegó a especializar para ser

utilizada en deportes específicos (Gimeno y Buceta, 2010). Es una batería ampliamente utilizada en el entorno deportivo. Como lo dice su nombre, la prueba mide características que se presumen están relacionadas con el rendimiento deportivo (Cárdenas et al., 2013). El instrumento está formado por un total de 55 ítems (ver anexo C), que se encuentran agrupados en 5 factores psicológicos:

- **Control del estrés:** compuesto por 20 ítems, focalizado en el número de recursos psicológicos con los que cuenta el atleta para ejercer el control del estrés como fenómeno cuando participa en torneos deportivos (Gimeno et al. 2001).
- **Influencia de la evaluación del rendimiento:** constituido por 12 ítems, este aspecto va centrado en la influencia del estrés, pero, valorando elementos como la ansiedad en término social, donde el atleta se evalúa de modo inapropiado por las actividades que efectúa desde el propio rendimiento deportivo (Gimeno et al., 2001).
- **Motivación:** contiene 8 ítems, identifica la motivación e interés de los atletas cuando se encuentran dentro de las actividades de entrenamiento en el quehacer cotidiano diario, definiendo objetivos y metas deportivas (Gimeno et al., 2001).
- **Habilidad mental:** dispone de 9 ítems que contextualizan una serie de habilidades psicológicas del atleta que son claves para el rendimiento deportivo, permitiendo definir objetivos, realizar el análisis de esos objetivos, que además contempla la autorregulación cognitiva en términos de la conducta (Gimeno et al., 2001).
- **Cohesión de equipo:** cuenta con 6 ítems para conocer el proceso de integración del atleta dentro del grupo deportivo, identificando el tipo de relación interpersonal con los demás pares, cómo es el nivel de satisfacción con respecto a la socialización con ellos, actitud y espíritu de equipo (Gimeno et al., 2001).

Para los autores de este instrumento, los resultados que se obtengan de él, reflejados en puntuaciones, transitan por un procedimiento para transformarlos de forma lineal hacia una escala percentil, que va a permitir el proceso de distribución y, finalmente, análisis e interpretación. De tal modo que, cuando se gestionan datos con percentiles, las características

universalmente aceptadas en la comunidad académica y científica está determinada por el atributo medido apropiado o no dentro de los percentiles 25 y 75, respectivamente. Si el atleta valorado logra una calificación ubicada entre el percentil 26 y 74, se localiza en lo que señala la norma universal. Si una calificación es igual o mayor al percentil 75, se catalogan como puntuación alta, mientras que aquellas situadas en una posición igual o menor al percentil 25, son bajas (Gimeno et al., 2001).

Tabla N° 6

Baremos del Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)

Centiles	Puntuaciones directas				
	Control del estrés	Influencia de la evaluación del rendimiento	Motivación	Habilidad mental	Cohesión de equipo
99	77-80	42-45	30-31	31-34	24
95	69	38	27	28	–
90	64	34	26	26	23
85	61	33	25	25	22
80	58	31	23	24	–
75	56	29	–	–	21
70	54	28	22	23	–
65	52	27	21	–	20
60	50	–	20	22	–
55	48	26	–	21	19
50	46	24	19	–	–
45	44	23	18	20	18
40	42	22	17	–	–
35	40	21	–	19	17
30	39	20	16	18	16
25	36	19	15	17	–
20	34	18	–	16	15
15	30	16	14	–	14
10	27	15	12	15	13
5	21	12	11	13	11
1	0-14	0-7	0-8	0-11	0-1
N	485	485	485	485	485
Media	46,16	25,11	19,59	21,16	18,48
Desviación típica	14,44	7,63	5,06	4,60	4,31

Fuente: Gimeno et al. (2001).

Validez y Confiabilidad

Para contextualizar ambos conceptos, Hernández et al. (2018), indican que la confiabilidad es el: “grado en el que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes” (p. 277); mientras que la validez para Arias (2016) “significa que las preguntas o ítems deben tener una correspondencia directa con los objetivos de la investigación. Es decir, las interrogantes consultarán solo aquellos que se pretende conocer o medir” (p. 79).

Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015)

Los análisis de la escala de intolerancia a la frustración han encontrado evidencia sólida de sus propiedades psicométricas, teniéndose coeficientes Alpha de Cronbach de .86 en la escala de intolerancia emocional, .88 en el factor de intolerancia al malestar, .85 en la dimensión autoafirmación y .84 en frustración de expectativas; siendo el coeficiente Alpha para la escala total de .94 (Wilde, 2012). Asimismo, la validez de constructo fue determinada a través de un análisis factorial confirmatorio, obteniéndose una solución de cuatro factores que dan validez estructural al instrumento; asimismo, se obtuvieron resultados favorables en la evidencia de validez obtenida de la correlación entre subdimensiones, tomándose en cuenta el criterio de que la correlación con corrección por atenuación debida a la falta de fiabilidad debía ser mayor que las fiabilidades de la subescala. De manera que, este instrumento se muestra válido y confiable para medir la variable intolerancia a la frustración (Harrington, 2005).

Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)

El Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), para Gimeno et al. (2001), alcanzó unos niveles aceptables de consistencia interna por medio del coeficiente alfa de Cronbach ubicado en 0,85 en términos globales del instrumento para el rendimiento deportivo, lo que se corresponde con una fiabilidad alta, mientras que para la dimensión control de estrés es 0,88; seguida de la de influencia de la evaluación de rendimiento con un 0,72; cohesión de equipos 0,78; motivación se encuentra por debajo con 0,67 y la escala de habilidad mental es la que posee una consistencia interna demasiado débil de 0,34. Por otra parte, la fiabilidad del cuestionario en conjunto se encuentra ponderada con un 0,85 lo cual lo

hace un instrumento válido, confiable y bastante aceptable para la obtención de información pertinente a cualquier deportista (Gimeno et al., 2001).

Técnicas de Análisis

En función del tipo y modalidad de investigación, la técnica de análisis que se empleó primero una prueba de bondad de ajuste, que se materializó con la prueba Kolmogórov-Smirnov corrección de Lilliefors. En segundo lugar, para la correlación entre las variables de intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo es el coeficiente de correlación de *Pearson* (r), conceptualizado por Hernández et al. (2018), como “una prueba estadística para analizar la relación entre variables medidas en un nivel por intervalos o de razón” (p. 311).

Para estos autores, este puede asumir una valoración desde 0.01, que le otorga un 99% de seguridad para generalizar y un 1% en contra de las hipótesis planteadas, hasta 0.05, que constituye un 95% de seguridad para generalizar y un 5% en contra de la hipótesis (Hernández et al., 2018). En efecto, se presenta la fórmula para calcularlo:

$$r = \frac{N \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Dónde:

r : Coeficiente de correlación de *Pearson*

$\sum xy$: Sumatoria de los productos de ambas variables

$\sum x$: Sumatoria de los valores de la variable independiente

$\sum y$: Sumatoria de los valores de la variable dependiente

$\sum x^2$: Sumatoria de los valores al cuadrado de la variable independiente

$\sum y^2$: Sumatoria de los valores al cuadrado de la variable dependiente

N : Tamaño de la muestra

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Dentro de las actividades de investigación, en este capítulo se plasma la etapa de recopilación y análisis de los datos, a través de la aplicación de dos instrumentos validados previamente, el primero se trató de la Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015), integrada por 28 ítems en total, agrupados en 4 factores psicológicos: autoafirmación, intolerancia emocional, intolerancia al malestar y frustración de expectativas.

El segundo instrumento, se correspondió con el Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) de Gimeno et al. (2001), compuesto por 55 ítems en total que recogen información de 5 factores psicológicos: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo; suministrados a una muestra de 20 atletas deportivos de karate en cinco dojos de la ciudad de Valencia, estado Carabobo.

En esta sección se presenta el procedimiento de organización y tabulación de los datos, a partir de tablas y gráficos por cada una de las variables y dimensiones que se midieron, con las respectivas frecuencias absolutas y relativas, así como también, los indicadores derivados de la estadística descriptiva y la correlación.

Finalmente, es preciso acotar que, el proceso para recopilar los datos con la aplicación de los dos instrumentos, se llevó a cabo a través de las bondades de las tecnologías, por medio de la herramienta digital Google forms, donde se incorporaron los diferentes ítems a medir de las dos encuestas, y se les remitió a los correos electrónicos de la muestra, tal como se reflejan en la tabla N° 3 del capítulo anterior.

Fase I: Conocimiento del nivel de intolerancia a la frustración presente en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate

Para dar cumplimiento a la primera fase de la investigación y obtener los niveles de intolerancia a la frustración presentes en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate, se aplicó la Escala de Intolerancia a la Frustración versión revisada (FDS-R) (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015) a la muestra seleccionada de 20 atletas provenientes de diversos dojos en la ciudad de Valencia, Venezuela. A continuación, se presentan los resultados obtenidos diferenciados por dimensión:

Tabla N° 7

Estadísticos Descriptivos de la Muestra en la Escala FDS-R Intolerancia a la Frustración

Descriptivos	Autoafirmación	Intolerancia Emocional	Intolerancia al Malestar	Frustración de Expectativas	Total
N	20	20	20	20	20
Intervalo	9 – 33	8 – 32	9 – 27	7 – 33	33 – 118
Rango	24	24	18	26	85
Media	22,2	20,15	18,05	23,85	84,25
Mediana	21,5	21	18	24,5	84
Moda	18	17	21	24	33
Desviación Estándar	6,73	6,56	5,66	5,68	21,57

Nota. Medidas de tendencia central y de dispersión de los resultados pertenecientes a la variable Intolerancia a la Frustración. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

En la Tabla N° 7, se presentan los indicadores de tendencia central y dispersión para la distribución formada por los resultados de la muestra en la Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015). El primer factor, autoafirmación, mostró puntuaciones entre 9 y 33 puntos, teniendo una puntuación media de 22,2 puntos, mientras que la mediana fue de 21,50, con una moda de 18 puntos y una desviación de 6,73. El segundo factor, encargado de medir la intolerancia emocional, tuvo puntuaciones entre 8 y 32 puntos, con una media de 20,15 puntos, una mediana de 21 puntos y una moda de 17, para dispersarse con una desviación de 6,56 puntos.

Por su parte, el factor intolerancia al malestar, mostró una media de 18,05 puntos, una mediana de 18 y una moda de 21, con puntuaciones entre los 9 y 27 puntos y una desviación estándar de 5,66. Asimismo, el factor frustración de expectativas, obtuvo puntuaciones que oscilaron entre 7 y 33 puntos, con una media de 23,85, una mediana de 24,5, una moda de 24 puntos y una desviación estándar de 5,68. Por último, en la intolerancia a la frustración total, la muestra presentó una media de 84,25 puntos, obteniendo una mediana de 84 y una moda de 33, con puntuaciones entre los 33 y 118 puntos, y una desviación estándar de 21,57.

En efecto, partiendo de los resultados de las medias obtenidas en las diferentes dimensiones en comparación con el baremo de la Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015), el factor autoafirmación se ubicó en el rango medio de la prueba 22,2 de media (baremo fue de 19,52); intolerancia emocional 20,15 de media (baremo, 18,49); intolerancia al malestar 18,05 de media (baremo, 17,63); frustración de expectativas 23,85 de media (baremo, 20,70) y el total de intolerancia a la frustración 84,25 de media (baremo, 76,35).

En tal sentido, todas las medias tuvieron fluctuaciones diferentes a las que se obtuvieron en la muestra normativa y en las documentadas en el estudio de Harrington (2005). Ahora bien, seguidamente, se describieron y analizaron las dimensiones desde el punto de vista individual, teniendo en cuenta el baremo.

Tabla N° 8

Distribución de Frecuencias por Niveles de Intolerancia a la Frustración

Rangos	Autoafirmación	Porcentaje	Intolerancia Emocional	Porcentaje	Intolerancia al Malestar	Porcentaje
Bajo	2	10%	3	15%	6	30%
Medio	9	45%	9	45%	5	25%
Alto	9	45%	8	40%	9	45%
Totales	20	100%	20	100%	20	100%

Nota. Niveles de intolerancia a la frustración en las dimensiones autoafirmación, intolerancia emocional e intolerancia al malestar de acuerdo a baremos del instrumento. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

La Tabla N°8 muestra la distribución de frecuencias de acuerdo a los niveles de cada factor de la variable intolerancia a la frustración, en donde el 45% de la muestra puntuó en un alto en el factor autoafirmación, seguido por el 45% con un nivel medio y 10% con un nivel bajo. La tendencia evidencia que los sujetos de estudios le otorgaron mayor relevancia al nivel medio y alto de la autoafirmación en el contexto de las creencias para materializar metas, lo que efectivamente se vincula con los planteamientos de Harrington (2005), que implica intolerancia a las metas de logro frustradas, constituyendo un aspecto significativo para enfrentar situaciones difíciles que le permitan conseguir los objetivos y logros que se han trazado.

Por otro lado, en el factor intolerancia emocional, el 45% de la muestra se encontró en un nivel medio, un 40% en un nivel alto y, apenas 15% en nivel bajo. Hecho que revela que la mayoría de los deportistas situaron este factor en un nivel medio con relación a las situaciones y estados de angustia emocional como componente aversivo a los que pueden estar expuestos, brindando así, un punto intermedio para que gestionen y controlen esas emociones que reduzcan los niveles de intolerancia a la frustración como un elemento, los cuales influyen, significativamente, en las actividades de la faena deportiva, es así que, la muestra está en capacidad de manejar las emociones negativas que, habitualmente, se originan por elementos externos durante los entrenamientos o competiciones.

Así lo ha planteado Harrington (2005), que en la medida que se origina este factor implica intolerancia a los estados o situaciones en el que los individuos están en angustia emocional como un elemento generador de incomodidad. También, ratificado por Baquero y Gutiérrez (2007), en el marco de la teoría de la frustración el estado emocional puede atribuirse a fenómenos comportamentales, es decir, el individuo está en capacidad de gestionarlo.

Asimismo, en la intolerancia al malestar, se observó que el 45% de los participantes se ubicó en un nivel alto, mientras que el 30% obtuvo un nivel bajo y 25% un nivel medio, de manera que, los sujetos de estudios no tienen capacidades para manejar las molestias ocasionadas por las dificultades presentadas en las tareas asociadas con el deporte. En el caso de Karate, este es una disciplina que requiere manejo de situaciones imprevistas, y dado que niveles altos de intolerancia están asociados con problemas de regulación emocional, la muestra estudiada es

propensa a presentar conductas desadaptativas para lidiar con las situaciones de malestar a lo largo de su vida (Begoña et al.,2018). Esto se respalda en los argumentos de Harrington (2005), lo que está asociado con la intolerancia a la incomodidad, que implica intolerancia a las dificultades y molestias.

Tabla N° 8 (Continuación)

Distribución de Frecuencias por Niveles de Intolerancia a la Frustración

Rangos	Frustración de Expectativas	Porcentaje	Intolerancia a la Frustración Total	Porcentaje
Bajo	2	10%	3	15%
Medio	5	25%	8	40%
Alto	13	65%	9	45%
Totales	20	100%	20	100%

Nota. Niveles de intolerancia a la frustración en las dimensiones frustración de expectativas y en la escala total de acuerdo a baremos del instrumento. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Continuando con los resultados de la Tabla N°8 y tal como se muestra en la Figura N°5, el 65% de la muestra se ubicó en un nivel alto en el factor frustración de expectativas, lo que es indicador que los atletas participantes del estudio se sitúan en un grado alto con respecto a las creencias de las personas focalizadas en el logro de las expectativas como manifestara Harrington (2005), que implica la intolerancia a la injusticia y la gratificación frustrada sobre los intereses que persiguen.

Estos hallazgos evidencian, que la muestra posee un grado elevado de problemas al momento de superar periodos conflictivos y hostiles en el escenario de las actividades de entrenamiento y competiciones deportivas. Sobre esto, Harrington (2005) señala que la frustración de expectativas se relaciona con el perfeccionismo, y en el caso del Karate, este es un deporte que requiere practica y dominio de actividades específicas, por lo que los atletas se ven expuestos a grandes exigencias física y mental que derivan en frustración al no ver logrado un potencial optimo.

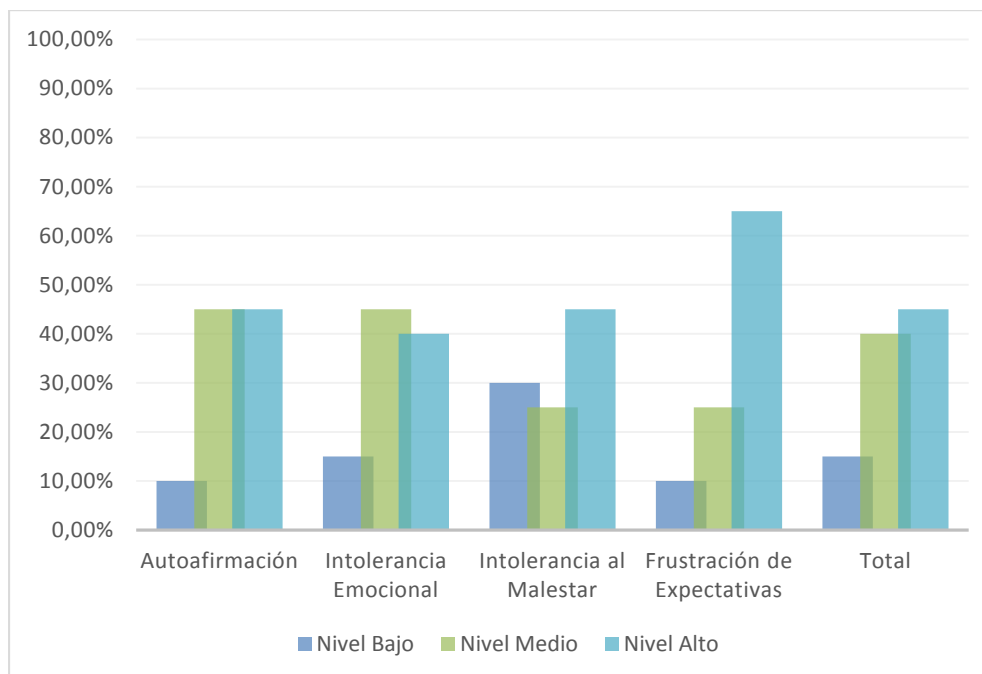
De igual forma, en relación con la intolerancia a la frustración total, el 45% mostró un nivel alto, mientras que 40% un nivel medio y el 15% un nivel bajo, de esta manera que, en

términos generales, esta variable en todas las dimensiones tuvo un comportamiento de nivel medio y alto, como se visualiza en la figura N°5; en ese sentido, los atletas encuestados no son capaces de manejar situaciones conflictivas y adversas, hecho que puede relacionarse con una elevada intensidad de malestar cognitivo, afectivo y fisiológico al momento de escapar de la fuente frustración, siendo comunes los problemas de regulación de las emociones y las respuestas desadaptativas en contextos sociales (Begoña et al., 2018).

Entonces, la muestra está manejando los elementos perturbadores de la intolerancia a la frustración, tal como lo describió Harrington (2011, como se citó en Begoña et al., 2018), los factores de carácter multidimensional que se presentan en las experiencias de los seres humanos desde los procesos cognoscitivos, pensamientos, percepción, emociones y sentimientos; que además, las consecuencias pueden derivar en múltiples problemas de carácter emocional, conductual que generan inestabilidad, e inclusive de autoestima, como ha referido Harrington (2005).

Figura N° 5

Distribución de Frecuencias por Niveles de Intolerancia a la Frustración



Nota. Niveles de Intolerancia a la Frustración de acuerdo al baremo del instrumento. Fuente: Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Fase II. Medición de las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate

En relación al segundo objetivo de la investigación, se midieron las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en la muestra de 20 atletas practicantes de karate, a través de la aplicación del Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (Gimeno et al., 2001). De manera que, se presentan los resultados de acuerdo a los lineamientos del instrumento:

Tabla N° 9

Estadísticos Descriptivos de la Muestra en el Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo

Descriptivos	Control del estrés	Evaluación del Rendimiento	Motivación	Habilidad Mental	Cohesión de Equipo
N	20	20	20	20	20
Intervalo	14 – 62	4 – 40	17 – 30	7 – 30	11 – 23
Rango	48	36	13	23	12
Media	45,6	25,7	23,5	22,40	17,051
Mediana	47,5	27,5	23,5	25,50	17
Moda	42	30	23	27	13
Desviación Estándar	12,55	8,28	3,52	7,25	3,24

Nota. Medidas de tendencia central y de dispersión de los resultados pertenecientes a la variable características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

En la Tabla N° 9, se visualizan los indicadores de tendencia central y dispersión para la distribución formada por los resultados de la muestra en las cinco dimensiones del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo de Gimeno et al. (2001). La primera dimensión, control de estrés, refleja puntuaciones entre 14 y 62 puntos, teniendo una puntuación media de 45,6 puntos; mientras que la mediana fue de 47,5, con una moda de 42 puntos y una desviación estándar de 12,55. La segunda dimensión, encargada de medir la evaluación del rendimiento, presentó puntuaciones entre 4 y 40 puntos, con una media de 25,7 puntos, una mediana de 27,5 puntos y una moda de 30, para dispersarse con una desviación estándar de 8,28 puntos.

Asimismo, la tercera dimensión asociada con motivación, reveló una media y mediana de 23,5 puntos, ambas inclusive, una moda de 23, con puntuaciones entre los 17 y 30 puntos y una desviación estándar de 3,52. En ese mismo orden de ideas, la cuarta dimensión relativa con la habilidad mental, alcanzó puntuaciones que oscilaron entre 7 y 30 puntos, una media de 22,4, mediana de 25,5, moda de 27 puntos y una desviación estándar de 7,25. Finalmente, la quinta dimensión denominada cohesión de equipo, presentó una media de 17,051 puntos, logrando una mediana de 17 y una moda de 13, con puntuaciones entre los 11 y 23 puntos, y una desviación estándar de 3,24.

Estos resultados permiten inferir que, la mayoría de las puntuaciones medias están situadas por encima de la normativa del baremo establecido por Gimeno et al. (2001), específicamente, las dimensiones evaluación del rendimiento (media obtenida 25,57; media del baremo 25,11); motivación (media obtenida 23,5; media del baremo 19,58) y habilidad mental (media obtenida 22,4; media del baremo 21,16). No obstante, solo dos dimensiones lograron puntajes inferiores a la normativa del baremo, el control de estrés (media obtenida 45,6; media del baremo 46,16) y cohesión de equipo (media obtenida 17, media del baremo 18,48).

Tabla N° 10
Distribución de Frecuencias por Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo

Rangos	Control del estrés	Porcentaje	Evaluación del Rendimiento	Porcentaje	Motivación	Porcentaje
Muy Bajo	4	20%	2	10%	0	0%
Bajo	4	20%	4	20%	2	10%
Medio	2	10%	2	10%	1	5%
Alto	6	30%	8	40%	3	15%
Muy Alto	4	20%	4	20%	14	70%
Totales	20	100%	20	100%	20	100%

Nota. Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo en las dimensiones control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento y motivación de acuerdo al baremo del instrumento. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

La Tabla N°10 muestra la distribución de frecuencias de acuerdo a los niveles de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en las dimensiones control

del estrés, evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, donde en la primera el 30% de la muestra puntuó en un nivel alto, el control de estrés, seguido por 20% de muy alto; bajo y muy bajo respectivamente, y 10% con un nivel medio.

La tendencia de los rangos en los resultados de la dimensión de control de estrés, expresa una sumatoria de un 60%, entre muy alto (20%), alto (30%) y medio (10%), lo que le otorga a la muestra de atletas un cúmulo de capacidades para ejercer el control y gestionar el estrés y las tensiones que se generan en los ambientes de las actividades de entrenamiento y competiciones deportivas, que además puede manejarse a través de la concentración y confianza del atleta.

Estos datos están por encima de los alcanzados en el estudio de Perales (2017), donde 52% de los atletas valorados están en capacidad de ejercer el control de estrés dentro de las actividades deportivas en la disciplina del karate; lo cual está fundamentado por Gimeno et al. (2002), al estar el deportista con capacidades, potencialidades y recursos psicológicos para hacer frente a situaciones negativas que le brinde herramientas para controlar el estrés.

Los resultados de la dimensión en la evaluación del rendimiento, comprueba que el 40% de la muestra puntuó en un nivel alto, seguido por un 20% de muy alto y bajo, respectivamente, el 10% con niveles de medio y muy bajo. Por tanto, la tendencia de los rangos fue de un 70% (entre alto 40% muy alto 20% y medio 10%), lo que constituye un nivel significativo asumido por los atletas de este arte marcial, esforzándose para mejorar los resultados de las actividades de entrenamiento y rendimiento deportivo, gestionando el estrés y situaciones de ansiedad. Estos hallazgos se vinculan con los conseguidos por Perales (2017), donde el factor de influencia de la evaluación del rendimiento se ubicó en un nivel promedio con el 62%.

Seguidamente, en la dimensión de motivación, el 70% de la muestra puntuó en un nivel muy alto, acompañado por un 15% de alto; un 10% con niveles bajo y el 5% medio. En efecto, la sumatoria de la tendencia en los rangos, alcanzó un 90% (muy alto 70%, alto 15% y medio 5%), favorable a este factor de motivación, lo que permite inferir que estos atletas están comprometidos por el desarrollo de las actividades de entrenamiento para las competiciones, que le brinden alternativas para conseguir los objetivos y metas que se han planteado.

Es así que, los datos guardan una estrecha relación con la investigación de Ramos (2018), donde la motivación alcanzó un nivel de “muy alto” en futbolista en un club deportivo en el Ecuador, y que, además, superaron de manera demostrativa lo que consiguió Perales (2017), en la medición de los atletas de karate de la selección de Perú, que se ubicó en la dimensión motivación en un promedio con el 62%.

Tabla N° 10 (Continuación)

Distribución de Frecuencias por Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo

Rangos	Habilidad Mental	Porcentaje	Cohesión de Equipo	Porcentaje
Muy Bajo	5	25%	7	35%
Bajo	1	5%	7	35%
Medio	0	0%	0	0%
Alto	1	5%	4	20%
Muy Alto	13	65%	2	10%
Total	20	100%	20	100%

Nota. Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo en las dimensiones habilidad mental y cohesión de equipo acuerdo al baremo del instrumento. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

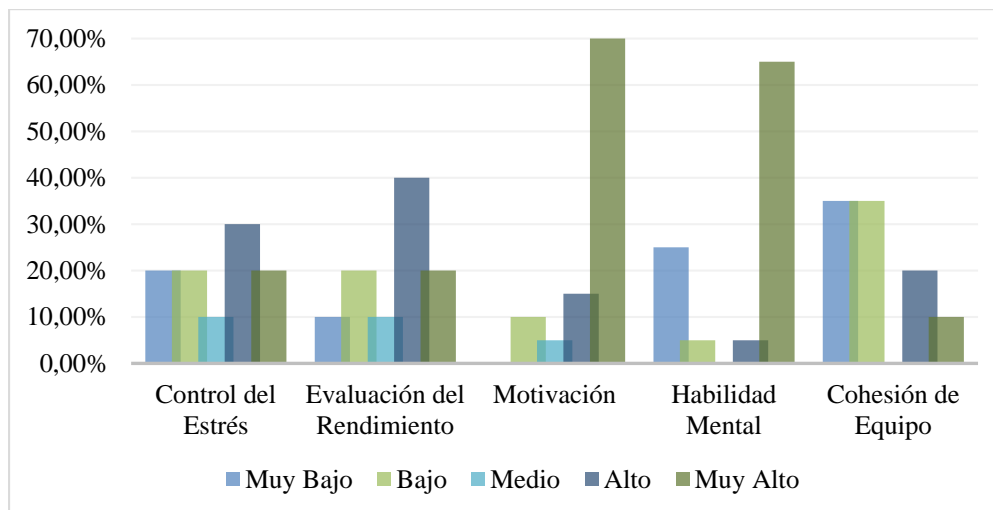
En lo concerniente, a la dimensión habilidad mental, el 65% de la muestra puntuaron en un nivel muy alto, seguido por un 25% de muy bajo y un 5% con niveles alto y bajo, respectivamente. Por ende, la sumatoria de la tendencia en los rangos, sitúan un 70% (muy alto 65% y alto 5%), favorable para estos atletas, en virtud que esta disciplina deportiva requiere una serie de capacidades y destrezas que se derivan de los esquemas mentales, proceso cognoscitivo y funciones cerebrales para conseguir autorregulación cognitiva como parte clave para elevar el rendimiento.

Esto pudiera estar ejerciendo influencia positiva en la concentración, confianza y seguridad para obtener objetivos y metas en los entrenamientos y competiciones. Los resultados son vinculantes con los documentados por Perales (2017), en los atletas pertenecientes a la selección peruana de karate, que promediaron la habilidad mental en un 62% y Ramos (2018) que en este particular se localizó en un nivel alto.

Por último, la dimensión cohesión de equipo, donde el 35% de la muestra puntuaron un nivel muy bajo y bajo respectivamente, luego un 20% alto y un 10% muy alto. En resumen, la sumatoria de la tendencia situó un 70% (muy bajo y bajo 35%), desfavorable para una disciplina deportiva que amerita participación, socialización, actitud, sinergia y espíritu de equipo de trabajo, según Gimeno et al. (2011), hallazgos que se contraponen con las investigaciones de Perales (2017) y Ramos (2018).

Figura N° 6

Distribución de Frecuencias por Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo



Nota. Niveles de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo de acuerdo al baremo del instrumento. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Fase III. Establecer el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración con las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de jóvenes atletas practicantes de Karate

Para dar cumplimiento a la última fase metodológica de la investigación, debe conocerse el tipo distribución estadística que forman los datos recogidos previamente. Considerando esto, se procedió a la aplicación de la prueba de bondad de ajuste Shapiro-Wilk (Ver Tabla N°11), la

cual mostró un grado de significancia mayor a 0,05 en todas las dimensiones de las variables estudiadas, por tanto, se acepta la hipótesis que los datos obtenidos siguen una distribución gaussiana. Así pues, al cumplirse el supuesto de normalidad, se procedió a realizar un análisis paramétrico, razón por la cual se escogió la prueba paramétrica *r* de *Pearson* para calcular los coeficientes de correlación de los datos, sus resultados se presentan en las Tablas N° 11 y 12.

Tabla N° 11
Prueba de Normalidad Shapiro-Wilk

Variable	Escala	Estadístico	Sig.
Intolerancia a la Frustración	Autoafirmación	.941	.254
	Intolerancia Emocional	.972	.791
	Intolerancia al Malestar	.954	.437
	Frustración de Expectativas	.904	.500
	Escala Total	.974	.836
Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	Control del Estrés	.925	.124
	Evaluación del Rendimiento	.940	.240
	Motivación	.956	.473
	Habilidad Mental	.826	.200
	Cohesión de Equipo	.978	.900

Nota. Resultados de la prueba de bondad de ajuste de los datos recogidos de la muestra. Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Tabla N° 12
Matriz de Correlación entre la Intolerancia a la Frustración Total y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo

r de Pearson		Intolerancia a la Frustración	
Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	Control del Estrés	<i>Pearson</i>	-,544*
		<i>p.</i>	,013
	Evaluación del Rendimiento	<i>Pearson</i>	-,217
		<i>p.</i>	,358
	Motivación	<i>Pearson</i>	-,297
		<i>p.</i>	,203
	Habilidad Mental	<i>Pearson</i>	-,552*
		<i>p.</i>	,012
	Cohesión de Equipo	<i>Pearson</i>	-,352

Nota. Correlación entre las puntuaciones totales de Intolerancia a la Frustración y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). Fuente: Montilla y Vivas (2022).

La matriz de correlación presentada en la tabla N°12, refleja los resultados del coeficiente de correlación r de Pearson al cruzarse las dimensiones de la variable características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo con el total de intolerancia a la frustración, observándose una correlación estadísticamente significativa e inversamente proporcional moderada en las dimensiones control de estrés y habilidad mental, lo que se interpreta que a mayor nivel de control del estrés y habilidad mental menor nivel de intolerancia a la frustración.

Esto significa que, aquellos atletas que mejor controlan el estrés y poseen mayores habilidades mentales son más tolerantes a la frustración, probablemente porque disponen de más herramientas de afrontamiento. En este sentido, conviene mencionar que, los deportistas que disponen de recursos psicológicos para controlar el estrés obtienen altos niveles en este factor (Gimeno et al., 2001).

Estos resultados son esperables, dentro de la disciplina deportiva que se estudia, ya que, como se ha señalado, la práctica regular del Karate, confiere a los artistas marciales, una serie de atributos, que otros deportes no, como lo son la concentración, confianza en sí mismo, seguridad y mejora del estado mental. La situación descrita, pudiera traducirse en que, a través de esta práctica deportiva, los atletas aprenden conforme van participando, interactuando e interviniendo en las distintas actividades que involucra la práctica deportiva, especialmente, aquellas en las que reciben confirmación de avance, como los exámenes de promoción de cinta o la premiación en las competiciones.

No obstante, el contexto venezolano, ha creado condiciones desfavorables, que han impactado negativamente en los atletas, situación, que pudiera explicar, que el coeficiente de correlación entre control del estrés y habilidad mental y, la intolerancia a la frustración, no sea

más elevado, como cabría esperar, habida cuenta que, las personas poseen la destreza para definir aquello que puede alterar la concepción y jerarquización que tienen de sí mismos y de los demás dentro del ecosistema donde participan (ambiente). Es decir que, el comportamiento individual es una respuesta al aprendizaje, ya sea por propia experiencia o a través del modelado de conductas de terceros (Batle, 2008). Bajo este enfoque cognitivo conductual, el entorno adverso que actualmente ofrece Venezuela, ha repercutido tanto en la intolerancia a la frustración como en el rendimiento deportivo y, consecuentemente, en las dimensiones que lo determinan.

Tabla N° 13

Matriz de Correlación entre las Dimensiones de Intolerancia a la Frustración y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo

r de Pearson			Intolerancia a la Frustración			
			Autoafirmación	Intolerancia Emocional	Intolerancia al Malestar	Frustración de Expectativas
Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo	Control del Estrés	<i>Pearson</i>	-,456*	-,535*	-,454*	-,456*
		<i>p.</i>	,044	,015	,044	,043
	Evaluación del Rendimiento	<i>Pearson</i>	-,203	-,154	-,197	-,209
		<i>p.</i>	,391	,516	,404	,376
	Motivación	<i>Pearson</i>	-,096	-,248	-,260	-,470*
		<i>p.</i>	,689	,292	,268	,036
	Habilidad Mental	<i>Pearson</i>	-,468*	-,641**	-,486*	-,318
		<i>p.</i>	,038	,002	,030	,172
Cohesión de Equipo	<i>Pearson</i>	-,452*	-,430	-,273	-,034	
	<i>p.</i>	,045	,059	,244	,887	

Nota. Correlación entre las puntuaciones de los factores de Intolerancia a la Frustración y las Dimensiones de la variable Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral). **La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral). Fuente: Montilla y Vivas (2022).

Ahora bien, al realizar la correlación entre las dimensiones de la intolerancia a la frustración y las dimensiones de la variable características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, se encontró, como era de suponer, de acuerdo con los hallazgos de la Tabla N° 13, que se mantiene la correlación negativa.

En concreto, se observó que entre las dimensiones control del estrés y habilidad mental existe moderada correlación negativa con las dimensiones autoafirmación, intolerancia emocional, intolerancia al malestar y frustración de expectativas, esta última con excepción en habilidad mental. Esto significa que, en la medida que los deportistas tienen mayor control del estrés y habilidad mental, menor es su intolerancia a la frustración en sus múltiples dimensiones.

La intolerancia emocional y la intolerancia al malestar, por su parte, tienen que ver con la incapacidad de soportar el dolor y las situaciones displacenteras tanto en el plano físico como emocional (Medrano et al., 2018), por ello, cuanto mayor sea el control del estrés y la habilidad mental, menor será esta intolerancia. Ahora bien, la frustración de expectativas está asociada con la incapacidad de alcanzar los anhelos, esperanzas y deseos del individuo (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015), por lo que, cuanto mayor control del estrés y habilidad mental experimente el individuo menor será su frustración.

Para la dimensión cohesión de equipo se observa una correlación inversamente proporcional con la dimensión autoafirmación de la intolerancia a la frustración. Mientras que, en la dimensión motivación se observa una correlación inversamente proporcional con la dimensión frustración de las expectativas de la escala FDS-R.

Estos resultados son consistentes con la hipótesis de investigación planteada, en la que se presumía la existencia de una relación estadísticamente significativa entre las variables intolerancia a la frustración y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en una muestra de adultos jóvenes atletas practicantes de Karate, en consecuencia, se acepta la referida hipótesis.

CONCLUSIONES

Este estudio cuantitativo tuvo como objetivo general, analizar el tipo de relación entre la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en una muestra de adolescentes y adultos jóvenes, atletas practicantes de Karate en diferentes Dojos que hacen vida en la capital del estado Carabobo, empleando para ello, el Coeficiente de Correlación r de *Pearson* como una técnica de análisis acreditada.

Los resultados logrados por medio de la aplicación de los instrumentos Escala de Intolerancia a la Frustración (Harrington, 2005, traducción de Lubroth, 2015) y el Cuestionario de Características Psicológicas del Rendimiento Deportivo de Gimeno et al. (2001); cuyos datos se tabularon, organizaron en tablas y gráficos con los respectivos valores absolutos y relativos, acompañados de la descripción, análisis, interpretación y contrastación teórica originaron hallazgos interesantes que se describen a continuación.

En lo inherente con la muestra utilizada para el desarrollo de la investigación, participaron 20 atletas practicantes de karate, los cuales están afiliados a cinco Dojos de la ciudad de Valencia, cuyas edades oscilaron entre 15 y 29 años, con una media de edad de 18,25 en años. Adicionalmente, el 75% de ellos fueron hombres (15) y el 25% mujeres (5). Conviene destacar que, en el 60% de la muestra hubo predominancia de atletas en etapa de adolescentes, es decir, entre 15 y 17 años de edad.

En cuanto a la primera variable, Intolerancia a la Frustración, en términos generales se obtuvo un nivel alto de 45% y medio de 40% en el valor total reflejado, y las diferentes dimensiones; autoafirmación en la muestra alcanzó un nivel alto y medio con un 55% respectivamente; para la intolerancia emocional, un nivel medio con 45%; seguidamente, la intolerancia al malestar, la puntuación con un 45% localizado en el nivel alto y para el factor frustración de expectativas en la muestra fue el nivel alto de 65%.

Con lo cual, en términos generales, la tendencia muestra un nivel alto hacia la intolerancia a la frustración, donde los atletas practicantes de karate escuestado no están siendo

capaces de gestionar las emociones, sensaciones, sentimientos y cualquier otro tipo impulso negativo con características aversivas, que puedan influenciar en las actividades de entrenamiento y competiciones deportivas, reduciendo los niveles de intolerancia a la frustración que se conviertan en ansiedad o depresión, cuyas consecuencias pueden originar problemas emocionales, individuales e inclusive que afecten la autoestima.

Por su parte, en la variable características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo de 20 atletas practicantes de karate, en cuanto al factor de control de estrés, la tendencia de los rangos en los resultados reflejó una sumatoria de un 60%, (entre los niveles de muy alto 20%, alto 30% y medio 10%), favoreciendo las capacidades de control, gestión de estrés y tensiones que se producen en el ámbito de las actividades de entrenamiento y competiciones en estos deportistas de una disciplina que amerita concentración mental, respiración, equilibrio y confianza. Además, el factor de evaluación del rendimiento tuvo una tendencia de rangos de un 70% (entre muy alto 20%, alto 40% y medio 10%), aspectos positivos que reducen las situaciones estresantes, de ansiedad que puedan perturbar las actividades físicas y mentales en el desempeño y rendimiento propiamente.

Adicionalmente, en el factor motivación, la sumatoria de la tendencia en los rangos, puntuaron un 90% (muy alto 70%, alto 15% y medio 5%), aspecto positivo que disponen la muestra de atletas de karate en los Dojos de la ciudad de Valencia, que tiene potencial interés para prepararse dentro de las actividades de la faena deportiva que fomenten el rendimiento, fortaleciendo la responsabilidad, disciplina y comprometidos para materializar los objetivos y metas individuales y colectivas. Para el factor, habilidad mental, la sumatoria de la tendencia en los rangos, sitúan un 70% (muy alto 65% y alto 5%), elemento favorable y más para una disciplina de arte marcial que demanda de un potencial de concentración y equilibrio cognitivo para crear una armonía entre el cuerpo y la mente, que logre la autorregulación cognitiva para aumentar el rendimiento.

En el último factor, cohesión del equipo, la sumatoria de la tendencia fue de 70% (nivel muy bajo y nivel bajo 35%), lo que influencia de modo negativo en la socialización de las relaciones interpersonales, sinergia, participación, espíritu y trabajo en equipo para conseguir

altos niveles de satisfacción dentro del desempeño y rendimiento deportivo tanto en los entrenamientos como en las competiciones.

Finalmente, la aplicación de la prueba de bondad de ajuste Shapiro-Wilk mostró un grado de significancia mayor a 0,05 en todas las dimensiones de las variables estudiadas, por tanto, se acepta la hipótesis que los datos obtenidos siguen una distribución gaussiana. En la muestra estudiada se encontró, a través del coeficiente de *r Pearson*, que existe una correlación negativa y proporcional entre la intolerancia a la frustración total y las dimensiones de la variable características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, que en el caso de control de estrés y habilidad mental fue moderada. Finalmente, existe una correlación inversamente proporcional de débil a moderada entre las dimensiones de intolerancia a la frustración y las dimensiones de la variable características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

En conclusión, en la medida en que los atletas canalicen las dimensiones del rendimiento deportivo como el estrés que generan las actividades de entrenamiento y competiciones deportivas, la constante valoración sobre el rendimiento por parte de los entrenadores, jurados, público presente, así como, fortalezcan las habilidades mentales y el trabajo colaborativo que deriva en cohesión de equipo, acompañada con la motivación como un factor dinamizador para mejorar el funcionamiento psicológico del deportista, en esa misma medida se mejorarán los componentes inherentes con la intolerancia a la frustración: autoafirmación, intolerancia emocional, al malestar y la frustración de expectativas para crear armonía y equilibrio.

RECOMENDACIONES

Después de todo el proceso de análisis, interpretación y discusión de los datos recolectados por fuentes primarias en los cinco Dojos de karate de la ciudad de Valencia, a continuación, se presenta un conjunto de recomendaciones que pueden ser asumidas por los miembros de estas asociaciones deportivas, los atletas que practican esta disciplina, así como también, a investigadores y demás actores dentro de las instituciones de educación superior universitaria del país, con énfasis en la Universidad Arturo Michelena.

Se sugiere, a quienes están desarrollando investigaciones similares a esta, emplear un universo diferente a los atletas deportivos de los Dojos en la capital del estado Carabobo; aspecto que enriquecerá los nuevos conocimientos que se originan en el campo de las ciencias de la salud, con hincapié en la psicología del deporte, a los fines de documentar desde otras perspectivas el fenómeno de la problemática de la intolerancia a la frustración y las características psicológicas asociadas con el rendimiento deportivo.

Ahora bien, en el contexto de la aceleración de las transformaciones que está generando la industria conectada en el campo de los deportes en red, en la categoría de deportes electrónicos o digitales, desarrollar nuevas líneas de investigación para documentar los factores psicológicos que pueden impactar en el comportamiento de adolescentes, jóvenes y adultos que se dediquen a estas actividades en tiempo real dentro de un ecosistema virtual, que tuvieron un espacio en los juegos olímpicos de Tokio 2021, y la tecnología avanza exponencialmente.

Finalmente, que la casa de estudios superiores, UAM, continúe por la senda de la promoción, desarrollo y difusión de las actividades de investigación desde diversos paradigmas y enfoques, como un área medular dentro de los centros de formación universitaria para contribuir con la profesionalización del talento humano necesario para la sociedad venezolana, siempre teniendo como horizonte aportar a la reconfiguración y regeneración del tejido socioeconómico de la nación, superando el *statu quo*, y el campo de la psicología representa un ámbito fundamental para garantizar bienestar físico y mental de las generaciones presentes y futuras.

REFERENCIAS CONSULTADAS

Fuentes Bibliográficas

- Acevedo, J., Ríos, J., y Londoño, J. (2019). *Relación entre la motivación deportiva, autoestima y autoeficacia con el estilo parental en una muestra de adolescentes, deportistas profesionales pertenecientes al INDER de Envigado*. [Tesis de pregrado no publicada]. Institución Universitaria de Envigado.
- Álvarez, E., y Castillo, I. (2016). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), pp. 51-64.
- Aponte, M. (2020). *Relación entre Concentración, Motivación en el Deporte y Ansiedad Competitiva en Atletas de Patinaje Artístico con edades comprendidas entre los 9 a 12 años*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Arturo Michelena.
- Arias, F. (2016). *El proyecto de investigación: introducción a la metodología científica (7ª ed.)*. Caracas: Editorial Episteme.
- Arias, L., Cardoso, T., Haney, L., y Arenas, J. (2016). Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto. *Psicogente*, 19(35), pp. 25-36.
- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte: Principios implicaciones*. Valencia: Albaratos- Educación.
- Balestrini, M. (2006). *Cómo se elabora el proyecto de investigación*. Caracas: Consultores Asociados.
- Baquero, A., y Gutiérrez, G. (2007). Teoría de la frustración y aprendizaje disposicional. *Revista Latinoamericana de Psicología* (3), pp. 663-667.
- Batlee, S. (2008). *Clasificación en paidopsiquitría. Conceptos y enfoques: Enfoque Cognitivo-Conductual*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Begoña, M., Franco, P., y Mustaca, A. (2018). Intolerancia a la Frustración y Regulación Emocional en adolescentes. *ConCiencia EPG*, pp. 12-33.
- Bellack, M. (1982). *Interpersonal dysfunction; International handbook of behavior modification and therapy*. New York: Plenum.
- Bendeck, N. (2018). *De la adolescencia a la adultez*. [Tesis de postgrado no publicada]. Universidad de Navarra.



- Billat, V. (2002). *Psicología y metodología del entrenamiento deportivo, de la teoría a la práctica*. Madrid, España: Paidotribo.
- Buceta, J. G.-L. (2001). *El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. Análise Psicológica*. Madrid, España: Dykinson.
- Buceta, J., y Gimeno, F. (2010). *Evaluación psicológica en el deporte. El cuestionario CPRD*. Madrid: Editorial Dykinson.
- Cárdenas, D., Conde, J., y Perales, J. (2015). El papel de la carga mental en la planificación del entrenamiento deportivo. *Revista de psicología del deporte*, 24(1), pp. 91-100.
- Cárdenas, D., Jaenes, J., y López, I. (2013). Adapatación para los futbolistas (CPRD-F) del cuestionario "características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Cuadernos de psicología del deporte*, pp. 21-30.
- Castillo, G. (1999). *Tus hijos adolescentes*. Madrid. Ediciones Palabra S.A.
- Cirami, L. y. (2016). *El problema Teórico del rendimiento deportivo en la psicología del deporte*. Buenos aires: Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires .
- Defensoría del Pueblo y el Fondo de Población de Naciones Unidas. (2013). *Adolescencia: camino hacia la adultez. Adolescencia como etapa vital*. DP-UNDEPA: Caracas.
- Dosil, J. (2002). *Psicología clínica del deporte, El Psicólogo del Deporte: Asesoramiento e intervención*. Madrid: Editorial síntesis.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid, España: McGraw – Hill/Interamericana de España.
- Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid, España: McGRAW – HILL/INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S.A.U.
- Duarte, L. (2020). *Ansiedad estado competitiva y motivación deportiva en adolescentes practicantes de futbol*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Arturo Michelena.
- Espinosa, E. (2019). *Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte*. *Conrado*, 15(69), pp. 69-171.
- Favero, P. (2020). *Psicología del Deporte*. La Plata, Argentina: Universidad Nacional de la Plata.
- Figuroa, G., y Jiménez, J. (2012). *Epistemología e Investigación: para investigar con éxito*. Maracaibo: Moral y Lucas.

- Filipello, P., Harrington, N., Buzzai, C., Sorrenti, L., y Costa, S. (2014). The relationship between frustration intolerance, unhealthy emotions, and assertive behaviour in Italian students. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 32(4), pp. 257-278.
- Flores, A. (2015). *Población y muestra*. Texcoco: Universidad autónoma del estado de México.
- Funakoshi, G. (2006). *Karate Jutsu. Las enseñanzas originales del gran maestro Funakoshi*. Madrid: Hispano Europea.
- Gimeno, y Buceta, J. (2010). *La evaluación psicológica en el deporte de competición*. Madrid, España: Dykinson.
- Gimeno, F., Buceta, J., y Pérez, M. (2001). 1 cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. *Análisis Psicológico*, pp. 93-113.
- Gimeno, F., Buceta, J., y Pérez, M. (2002). El cuestionario Características Psicológicas Relacionadas al Rendimiento Deportivo. *Revista Analise Psicológica*, 1(9), pp. 93-113.
- Gimeno, F., Pérez, C., Buceta, M., López, A., y Esquerro, M. (1997). El cuestionario "Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo" CPRD: un estudio con la escala de control del estrés. *Revista Electrónica de motivación y emoción*.
- Harrington, N. (2005). The frustration discomfort scale: Development and psychometric properties [Escala de Intolerancia a la Frustración: Desarrollo y propiedades psicometricas]. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 12(5), 374-387.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2018). *Metodología de la Investigación (6ª ed.)*. Ciudad de México: Editorial McGraw-Hill.
- Iglesias, C., y Moral, M. (2021). Rendimiento deportivo en atletas federados y su relación con autoestima, motivación e inteligencia emocional. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 6(2).
- Jaramillo, R. (2016). *Factores que afectan el rendimiento deportivo en los atletas*. [Tesis de posgrado no publicada]. Universidad de Guayaquil.
- Jiménez, A. (2014). *Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala, en el Departamento de Sacatepéquez*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Rafael Landívar.
- Lafuente, J. E. (2000). Entrenamiento en técnicas cognitivo-conductuales para la elevación de rendimiento en un equipo deportivo. *Revista ciencia y cultura*.

- Lara, E., Martínez, C., Pandolfi, M., Penroz, K., Perfetti, R., y Pino, G. (2016). *Adulto Joven. Seminario de Psicología Adulto Joven*. Santiago de Chile: Universidad de Concepción.
- Lubroth, A. (2014). *Trabajo de Fin de Grado de Psicología. Selección 2011-2014. Influencia de la sociedad actual en la Psicología y valores de la persona: "La intolerancia de la frustración en la cultura de la inmediatez"*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad CEU San Pablo.
- Mahoney, J. (1974). *Cognition and behavior modification*. Ballinger, USA: Cambridge.
- Martín, C., y Lehnertz, K. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo.
- Mechan, R. (2021). *Caracterización física y psicológica de los deportistas en categoría lite mayores Word Karate Federation: Una revisión sistemática*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Cesar Vallejo.
- Medrano, A., Franco, P., y Mustaca, E. (2018). Adaptación Argentina de la "Escala de intolerancia a la frustración". *Behavioral Psychology*, 26(2), pp. 303-321.
- Medrano, A., Franco, P., Flores, E., y Mustaca, E. (2019). Intolerancia a la frustración y estrategias cognitivas de regulación emocional en la predicción de la agresividad. *Suma Psicología*, 26(1), pp. 19-27.
- Mei, M. (2019). *Me rindo, no se puede! Baja tolerancia a la frustración: una revisión sistemática*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Señor de Sipán, Pimentel.
- Montoya, S. (2019). Las percepciones de la frustración en un grupo de deportistas de alto rendimiento de muaythai en Medellín. *Universidad Eafit*, pp. 1-36.
- Mopity, A. (2019). *Intolerancia a la frustración y fortaleza mental en gamers, de entre 18 y 50 años*. [Tesis de pregrado no publicada]. Una Gran Universidad.
- Mahamud, J., Tuero, C., y Márquez, S. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y percepción de los deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(2), pp. 237-251.
- Mustaca, E. (2018). Frustración y conductas sociales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), pp. 65-81.
- Nagamine, S. (2018). *La esencia del Karate Do*. Buenos Aires: Ricardo Fuchs Camani.
- Navarro, R., Mecías, M., Basanta, S., y Lojo, C. (2016). Análisis de la cohesión grupal de los equipos de fútbol sala de máxima categoría en Galicia (España). *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), pp. 247-251.



- Núñez, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*, 172.
- Olmedilla, A., García, A., y Ortega, E. (2017). Características psicológicas para el rendimiento deportivo en jóvenes jugadores de fútbol, rugby y baloncesto. *Acción Psicológica*, 14(1), pp. 7-16.
- Ortega, J. (2011). *Karate Do Historia*. KJS.
- Ortín, F., Martín, M., Mena, L., Izquierdo, T., y López, J. (2018). Análisis cualitativo sobre aspectos psicológicos y rendimiento deportivo en Lucha Olímpica. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte*, pp. 1-33.
- Palella, S., y Martins, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa*. Caracas: Fedeupel.
- Palmi, J., y Solé, S. (2016). Intervenciones basadas en Mindfulness (Atención Plena) en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), pp. 147-155.
- Papalia, D. (1997). *Desarrollo humano*. México: Mc. Graw-Hill.
- Perales, M. (2017). *Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Cesar Vallejo.
- Piñero, M., y Rivera, M. (2013). *Investigación cualitativa: orientaciones procedimentales*. Barquisimeto: UPEL-IPB.
- Quito, P., y Arteaga, D. (2017). Tolerancia a la frustración en deportistas adolescentes seleccionados de la Federación Deportiva del Azuay ante el fracaso en una competencia durante el año 2016-2017. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 71.
- Ramos, A. (2018). *Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Técnica de Ambato.
- Ramírez, Tulio. (1997). *Cómo Hacer un Proyecto de Investigación*. Caracas. Editor Tulio A. Ramírez C.
- Rice, F. (1997). *Desarrollo humano, estudio del ciclo vital*. México: Prentice Hall.
- Robert, S., y Weinberg, G. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y ejercicio físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana S.A.



- Rodríguez, N., Guanipa, I., y Sánchez, R. (2019). Habilidades mentales de las integrantes del equipo de voleibol femenino. *Revista Electrónica de ciencias de la educación, humanidades, artes y bellas artes*, pp. 4-23.
- Romero, S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Sarabia, R. (2017). *Características psicológicas en el rendimiento deportivo y la agresión en los adolescentes de la Selección Peruana de Karate. Pregrado*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad César Vallejo.
- Serrato, L. (2009). Características psicométricas de la versión corta de la prueba para evaluar rasgos psicológicos en deportistas PAR P1-R. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9 (1), pp. 21-38.
- Spencer, L., y Spencer, M. (1993). *Competence at Work*. New York: John Wiley and Sons. New York: John Wiley and Sons.
- Tomaz, M. (2014). *Percepción de los factores psicológicos que afectan el rendimiento en deportistas juveniles de fútbol sala de tres categorías en dos equipos deportivos*. [Tesis de pregrado no publicada]. Universidad Central de Venezuela.
- Ugas, G. (2011). *La articulación, método, metodología y epistemología: Taller permanente de Estudios Epistemológicos en Ciencias Sociales*. San Cristóbal: Ediciones TAPECS.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertadores. (2016). *Manual de Trabajos de Grado, de Especialización, Maestría y Tesis Doctorales*. Caracas: FEDEUPEL.
- Ursino, D., Cirami, L., y Barrios, R. (2018). Aportes de la Psicología del Deporte para conceptualizar, operacionalizar y maximizar el rendimiento deportivo. *Anuario de Investigaciones*, pp. 331-339.
- Vaca, M., Egas, S., García, O., Feriz, L., y Rodríguez, A. (2017). Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2), pp. 70-78.
- Vales, A., Blanco, H., Areces, A., y Arces, C. (2015). Perfiles de rendimiento de selecciones ganadoras y perdedoras en el Mundial de fútbol Sudáfrica 2010. *J Sport Psychol*, 24(1), pp. 111-118.
- Wilde, J. (2012). The Relationship between Frustration Intolerance and Academic Achievement in College [Relación entre la intolerancia a la frustración y el rendimiento académico en la universidad]. *International Journal of Higher Education*, 1(2), 1-8.



Fuentes Electrónicas

- Carbó, I., y Pardo, I. (06 de Mayo de 2021). *Modelo Cognitivo Conductual*.
<https://gabinetepsicologiagranollers.com/modelo-cognitivo-conductual/>
- De La Cruz, A. (2012). *Así son los exámenes médicos de un futbolista que llega al Junior*.
<https://www.elheraldo.co/deportes/asi-son-los-examenes-medicos-un-futbolista-271019>.
- García, E. (2008). *Adulto joven, adultezdulto joven, adultezdulto joven, adultez*.
<https://bit.ly/2L7T91F>
- Gil, S. (19 de Julio de 2013). *Gil, S. (19 de Julio de 2013). Rendimiento Deportivo*. <https://g-se.com/rendimiento-deportivo-bp-A57cfb26e69ca4>
- González, L. (2002). *La tolerancia a las frustraciones en el deportista*.
<http://www.efdeportes.com/efd45/stress.htm>
- Gutiérrez, M. (2021). *El karate no escapa de la crisis venezolana*. <https://bit.ly/3UT5FZt>
- Haykal, I. (2017). *La Teoría de la Frustración de Abram Amsel*.
<https://psicologiaymente.com/psicologia/teoria-frustracion-abram-amsel>
- Maldonado, A. (2017). *Nutrición del deportista venezolano en tiempo de crisis*.
<https://bit.ly/3dUaL7f>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud Mental*. <https://bit.ly/2uCYyJH>
- Porta, F. (22 de Abril de 2021). El deportista debe equilibrar cuerpo y mente. (B. Regader, Entrevistador)
- Real Academia Española. (2021). *Deportista*. <https://dle.rae.es/deportista>

Fuentes Normativas

- Asamblea Nacional Constituyente de la República Bolivariana de Venezuela (1999). Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999). *Gaceta Oficial de la República de Venezuela, 5.453 (Extraordinario), Marzo 24, 2000*. Asamblea Nacional de la República Bolivariana de Venezuela, Caracas.
- Asamblea Nacional de la República Bolivariana de Venezuela. Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física. *Gaceta Oficial 39.741, 2 de agosto*. AN, Caracas.
- Federación de Colegio de Psicólogos de Venezuela. (1981). Código de Ética del Psicólogo Profesional de Venezuela. *Código de Ética del Psicólogo Profesional de Venezuela*. FCPV, Caracas.





ANEXOS

ANEXO A. Consentimientos Informados

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Orangel Alejandro Miranda Bordonos, titular de la Cédula de Identidad N° V-21.154.238, en mi condición de Sensei del Dojo Seishin Tamashi, por medio de la presente, **AUTORIZO** a los Bachilleres: Montilla, Diego y Vivas Desiree titulares de la Cédulas de Identidad N° V-28.079.482 y V-26.803.103, quienes se encuentran en proceso de elaboración de su Trabajo de Grado para optar al título de Licenciado en Psicología de la Universidad Arturo Michelena, para que publique en el mencionado informe lo que he afirmado, con la finalidad de cumplir con el precepto de veracidad y confiabilidad de los datos obtenidos.

Constancia que se entrega a solicitud de parte interesada a los 30 días del mes de Mayo del 2022



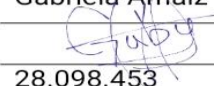
Orangel Alejandro Miranda Bordonos
C. I.V- 21154238
Dirección Dojo Seishin Tamashi



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Gabriela Laleshka Amaiz Hernandez , titular de la Cédula de Identidad N° V-28.098.453, en mi condición de practicante de Karate del Dojo Seishin Tamashi, por medio de la presente, **AUTORIZO** a los Bachilleres: Montilla, Diego y Vivas Desiree titulares de la Cédulas de Identidad N° V- 28.079.482 y V-26.803.103, quienes se encuentran en proceso de elaboración de su Trabajo de Grado para optar al título de Licenciado en Psicología de la Universidad Arturo Michelena, para que publique en el mencionado informe lo que he afirmado, con la finalidad de cumplir con el precepto de veracidad y confiabilidad de los datos obtenidos.

Constancia que se entrega a solicitud de parte interesada a los 30 días del mes de Mayo de 2022

Nombre de la fuente:	Gabriela Amaiz
Firma	
Cédula de Identidad N°:	28.098.453



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Antonio Cesar Román Telleria, titular de la Cédula de Identidad N° V- 26.581.533, en mi condición de Sensei del Dojo Oyama, por medio de la presente, **AUTORIZO** a los bachilleres: Montilla, Diego y Vivas, Desirée , titulares de la Cédula de Identidad N° V- 28.079.48203 y V-26.803.103 quienes se encuentran en proceso de elaboración de su Trabajo de Grado para optar al título de Licenciado en Psicología de la Universidad Arturo Michelena, para que publique en el mencionado informe lo que he afirmado, con la finalidad de cumplir con el precepto de veracidad y confiabilidad de los datos obtenidos.

Constancia que se entrega a solicitud de parte interesada a los 23 días del mes de Septiembre del 2022.

Antonio Román Telleria
Antonio Cesar Román Telleria

C.I.V-26.581.533

Dirección Dojo Oyama









ANEXO B. Escala de Intolerancia a la Frustración de Harrington (Traducción al Español de Lubroth, 2015)

Seguidamente, se muestran un conjunto de planteamientos relacionados con pensamientos y creaciones habituales en las personas que se encuentran en una situación de angustia o frustración.

Marque la casilla que mejor indique la fuerza de ésta creencia

ESCALA DE CALIFICACIÓN: nada = 1 un poco = 2
moderadamente = 3 bastante = 4 mucho = 5

1. Necesito solucionar un problema de la manera más fácil, no soporto pasar un mal rato

1 2 3 4 5

2. No soporto tener que esperar para conseguir lo que quiero inmediatamente

1 2 3 4 5

3. Necesito estar absolutamente libre de sentimientos molestos lo antes posible, si continúan no lo podré soportar

1 2 3 4 5

4. No puedo soportar que se me impida desarrollar todo mi potencial

1 2 3 4 5

5. No soporto hacer tareas que estime demasiado difíciles

1 2 3 4 5

6. No puedo soportar que la gente actúe en contra de mis deseos

1 2 3 4 5

7. No puedo soportar la idea de estar perdiendo el juicio

1 2 3 4 5



8. No puedo soportar la frustración de no alcanzar mis objetivos

1 2 3 4 5

9. No soporto hacer tareas cuando mi estado de ánimo no es el adecuado

1 2 3 4 5

10. No soporto que otras personas se interpongan en el camino de lo que quiero conseguir

1 2 3 4 5

11. No soporto el hecho de tener ciertos pensamientos

1 2 3 4 5

12. No puedo tolerar disminuir mis expectativas, incluso si fuera conveniente hacerlo

1 2 3 4 5

13. No soporto tener que esforzarme en hacer ciertas tareas

1 2 3 4 5

14. No puedo tolerar que no se valore lo que hago

1 2 3 4 5

15. No soporto las situaciones donde podría sentirme molesto

1 2 3 4 5

16. No soporto la idea de dar por acabado un trabajo con el que no estoy

totalmente satisfecho

1 2 3 4 5

17. No soporto la molestia de tener que hacer las cosas inmediatamente

1 2 3 4 5

18. No soporto tener que ceder a las exigencias de otras personas

1 2 3 4 5

19. No puedo soportar tener sentimientos desagradables

1 2 3 4 5

20. No soporto hacer un trabajo si no soy capaz de hacerlo bien

1 2 3 4 5

21. No soporto tener que hacer tareas que conlleven muchas molestias

1 2 3 4 5

22. No soporto tener que rectificar cuando los demás son los responsables

1 2 3 4 5

23. No puedo seguir adelante con mi vida o ser feliz, si las circunstancias no cambian

1 2 3 4 5

24. No soporto la idea de no estar al día en mi trabajo

1 2 3 4 5

25. No soporto el hecho de tener que seguir haciendo tareas desagradables

1 2 3 4 5

26. No tolero la crítica sobre todo cuando sé que tengo razón

1 2 3 4 5

27. No soporto perder el control de mis sentimientos

1 2 3 4 5

28. No puedo tolerar ningún tipo de flaqueza en mi autodisciplina

1 2 3 4 5



ANEXO C. Cuestionario “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD, Gimeno et al. 2001)

Instrucciones:

Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando en qué medida se encuentra de acuerdo con ellas. Como podrá observar existen seis opciones de respuesta, representadas cada una de ella por un círculo. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con una cruz el círculo correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz el círculo de la última columna.



*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Mientras duermo, suelo «darle muchas vueltas» a la competición (o el partido) en la que voy a participar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Tengo una gran confianza en mi técnica.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Algunas veces no me encuentro motivado(a) por entrenar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Rara vez me encuentro tan tenso(a) como para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o de empezar a jugar en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. En la mayoría de las competiciones (o partidos) confío en que lo haré bien.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>



* PREGUNTAS:

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
12. A menudo estoy «muerto(a) de miedo» en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Durante mi actuación en una competición (o en un partido) mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo(a) antes de que comience una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>

*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer, me «veo» haciéndolo como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Cuando me preparo para participar en una prueba (o para jugar un partido), intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, haré o notaré cuando la situación sea real.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Mi confianza en mí mismo(a) es muy inestable.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Cuando mi equipo pierde me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me pongo muy ansioso.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Soy eficaz controlando mi tensión.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Mi deporte es toda mi vida.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. Tengo fé en mí mismo(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>

*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición (o durante los partidos) como consecuencia de las decisiones de los árbitros o jueces que considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Cuando cometo un error durante una competición (o durante un partido) suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien que esté entre los espectadores.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100% en lugar de objetivos que no dependen sólo de mí.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. En las competiciones (o en los partidos) suelo animarme con palabras, pensamientos o imágenes.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición (o un partido) por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
42. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situaciones que debo corregir o mejorar.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición (o partido).	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/>



*** PREGUNTAS:**

	TOTALMENTE EN DESACUERDO	TOTALMENTE DE ACUERDO	NO ENTIENDO
51. Mi confianza en la competición (o en el partido) depende en gran medida de los éxitos o fracasos en las competiciones (o partidos) anteriores.	O O O O O		O
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	O O O O O		O
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición (o el partido).	O O O O O		O
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición (o de un partido).	O O O O O		O
55. Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.	O O O O O		O