



ESCUELA DE PSICOLOGIA

TEMA:

ANSIEDAD COMPETITIVA Y AUTOEFICACIA EN TENISTAS DE ALTO RENDIMIENTO DEL ECUADOR. ESTUDIO COMPARATIVO ANTES Y DURANTE EL CURSO DE COMPETENCIAS DEPORTIVAS.

Proyecto de Investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

Línea de Investigación:

Desarrollo Humano y Salud Mental

Autor:

ALVARO JOSE JARAMILLO TAPIA

Director:

Paúl Marlon Mayorga Lascano; Dr. Mg.

Ambato - Ecuador

Junio 2018

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

SEDE AMBATO

HOJA DE APROBACIÓN

Tema:

ANSIEDAD COMPETITIVA Y AUTOEFICACIA EN TENISTAS DE ALTO
RENDIMIENTO DEL ECUADOR. ESTUDIO COMPARATIVO ANTES Y DURANTE
EL CURSO DE COMPETENCIAS DEPORTIVAS.

Línea de Investigación:

Desarrollo Humano y Salud Mental

Autor:

ALVARO JOSE JARAMILLO TAPIA



Paúl Marlon Mayorga Lascano, Dr. Mg.
CALIFICADOR

f.

Carlos Rodrigo Moreta Herrera, Ps. MS.
CALIFICADOR

f.

Adriana Lorena León Tamayo, Ps. Cl. Mg.
CALIFICADORA

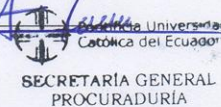
f.

Ana del Rocío Martínez Yacelga, Dra.
DIRECTORA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f.

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.
SECRETARIO GENERAL PUCESA

f.



Ambato – Ecuador
Junio 2018

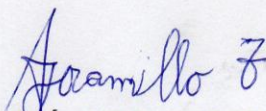
DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD Y RESPONSABILIDAD

DECLARACIÓN Y AUTORIZACIÓN

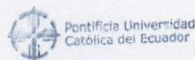
Yo: **ALVARO JOSÉ JARAMILLO TAPIA**, con CC. 180328565-7, autor del trabajo de graduación intitulado: “Ansiedad Competitiva y Autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador. Estudio Comparativo antes y durante el curso de competencias deportivas”, previa a la obtención del título profesional de **PSICÓLOGO CLÍNICO**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

- 1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
- 2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad

Ambato, Junio 2018



ALVARO JOSÉ JARAMILLO TAPIA
CC. 180328565-7



BIBLIOTECA

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres y mi hermana, por ser un apoyo incondicional todos los días, buscando que sea mejor cada día y cumpla las metas en mi vida, como también por no dejarme vencer por los obstáculos que se me presentan en la vida y tratando de que siempre pelee por lo que quiero.

Dedico también a mi abuelo Carlos, abuela Coca y abuela Cecilia, por ser un ejemplo de lucha y trabajo, por estar pendiente de mí, guiándome por el camino correcto y siendo un reflejo de honestidad y perseverancia.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi familia por ser mi guía y mi soporte durante este largo camino, por apoyarme en los momentos más difíciles que tuve en la carrera, por indicarme a luchar todo el tiempo para alcanzar todas mis metas, gracias por transmitirme sus conocimientos y todo el cariño que tienen hacia mí.

Agradezco a Dios por cuidarme y protegerme todos los días, por estar siempre presente y guiarme por el camino del bien.

Agradezco a mis profesores por enseñarme a entender de mejor manera la carrera, por medio de los conocimientos y teorías que comunican a lo largo de los semestres. Gracias por toda la paciencia que me tuvieron y toda la enseñanza que me dieron que me servirá para mi futuro.

Agradezco a mis amigos, entrenadores de CrossFit y tenis, por permitirme mejorar cada día y entender el sentido de comunidad.

RESUMEN

Los tenistas de alto rendimiento del Ecuador evidencian un patrón de comportamiento que afecta sus resultados en las competencias. El objetivo de la presente investigación es determinar las diferencias existentes en la Ansiedad Competitiva (AC) y la Autoeficacia (AE) en tenistas de alto rendimiento del Ecuador antes y durante el curso de una competencia deportiva. Se realizó una investigación de tipo cuasi-cuantitativo, con alcance descriptivo y comparativo de desarrollo histórico y diseño no experimental. La investigación contó con 60 tenistas de alta rendimiento del país, perteneciendo a las categorías superiores del ranking nacional. Se utilizó cuatro baterías psicológicas: Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2 (CSAI-2), Escala de Autoeficacia General (EAG), Escala de Autoeficacia Motriz (EAM) e Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED). En el estudio realizado se muestra que el 75% de los participantes son hombres, mientras que el 25% son mujeres. Los resultados obtenidos en el CSAI-2 durante las dos aplicaciones revelan un alto nivel de autoconfianza en los atletas, pero se evidencia niveles significativos de ansiedad cognitiva y ansiedad somática. Por otra parte, se encontró una alta autoeficacia en la EAG y la EAM en los deportistas antes y durante las competencias. Los resultados encontrados en el IPED, indican que la subescala de autoconfianza se mantuvo estable en las dos aplicaciones, mientras que las otras subescalas varían significativamente antes y durante las competencias. Finalmente el estudio muestra diferencias de Ansiedad Competitiva y Autoeficacia antes y durante competencias en tenistas de alto rendimiento.

Palabras clave: *ansiedad competitiva, autoeficacia, tenistas de alto rendimiento*

ABSTRACT

The elite tennis players of Ecuador show a pattern of behavior that affects their results during competitions. The main aim of this study is to determine the differences between competitive anxiety (CA) and self-efficacy (SE) in elite tennis players of Ecuador before and after sports competitions. A quasi-quantitative study was carried out with a descriptive and comparative approach with historical development and a non-experimental design. The study featured 60 elite tennis players from the country, belonging to senior national ranking. Four psychological batteries were used including the Illinois Competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI-2), the General Self-Efficacy Scale (GSS), the Self-Efficacy Motor Scale (SMS) and the Psychological Inventory of Sports Performance (PISP). The study reveals that 75% of the participants are men, while 25% are women. The results obtained on the CSAI-2 during the two applications depict a high level of self-confidence in the athletes, but significant levels of cognitive anxiety and somatic anxiety are seen. Furthermore, a high level of self-efficacy was found in the athletes on the GSS and the SMS before and after competitions. The results found on the PISP indicate that the self-confidence subscale remained stable during the two applications, but the other subscales vary significantly before and after competitions. Finally, the study indicates differences between competitive anxiety and self-efficacy before and after competitions in elite tennis players.

Key words: competitive anxiety, self-efficacy, elite tennis players

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PRELIMINARES

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD Y RESPONSABILIDAD.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTOS	v
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN	3
1.1. Antecedentes.....	3
1.2. Problema.....	8
1.2.1. Descripción del Problema	8
1.2.2. Preguntas Básicas	9
1.3. Justificación.....	10
1.4. Objetivos.....	12
1.4.1. Objetivo General	12
1.4.2. Objetivos Específicos.....	12
1.5. Hipótesis de Trabajo.....	13
1.6. Variables.....	13
1.7. Delimitación Funcional.....	13
1.7.1. Pregunta 1. ¿Qué será capaz de hacer el producto final del proyecto de titulación?	13

1.7.2.	Pregunta 2. ¿Qué no será capaz de hacer el producto final del proyecto de titulación?	13
CAPÍTULO II		15
2.	MARCO TEÓRICO.....	15
2.1.	Ansiedad Competitiva.....	15
2.1.1.	Aproximaciones conceptuales sobre Ansiedad Competitiva (AC).....	16
2.1.2.	Modelos Teóricos de Ansiedad Competitiva	19
2.1.3.	Características de la Ansiedad Competitiva.....	27
2.1.4.	Clasificación de la Ansiedad Competitiva	29
2.1.5.	Causas de la Ansiedad Competitiva en atletas de alta competencia	32
2.1.6.	Consecuencias de la Ansiedad Competitiva en atletas de alta competencia.....	34
2.2.	Autoeficacia en tenistas de alta competencia	37
2.2.1.	Aproximaciones conceptuales sobre Autoeficacia (AE).....	38
2.2.2.	Modelo Teórico de Autoeficacia.....	41
2.2.3.	Características de la Autoeficacia en el deporte.....	45
2.2.4.	Causas de la Autoeficacia en atletas de alta competencia.....	49
2.2.5.	Consecuencias de la Autoeficacia en atletas de alta competencia	51
CAPÍTULO III.....		55
3.	METODOLOGÍA	55
3.1.	Tipos y diseño de la investigación.....	55
3.2.	Técnicas.....	58
3.3.	Instrumentos.....	59
3.3.1.	Ficha Ad Hoc Sociodemográfica	59
3.3.2.	Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2).....	60
3.3.3.	Escala de Autoeficacia General (EAG).....	61

3.3.4.	Escala de Autoeficacia Motriz (EAM).....	62
3.3.5.	Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)	63
3.4.	Población y muestra de la investigación.....	64
3.5.	Procedimiento.....	65
CAPÍTULO IV		67
4.	RESULTADOS.....	67
4.1.	Análisis sociodemográfico de los participantes.....	67
4.2.	Análisis de las variables individuales.....	67
4.3.	Análisis de las variables sociodemográficas.....	71
4.4.	Análisis de las variables de carrera deportiva.....	75
4.5.	Análisis descriptivo etapa Pre-test y Post-test.....	82
4.5.1.	Análisis Pre y Post del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2	83
4.5.2.	Análisis Pre y Post de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz	87
4.5.3.	Análisis Pre y Post del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva.....	91
4.6.	Análisis comparativo de la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia.....	96
4.6.1.	Análisis comparativo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2	96
4.6.2.	Análisis comparativo de la Escala de Autoeficacia General.....	100
4.6.3.	Análisis comparativo de la Escala de Autoeficacia General.....	101
4.6.4.	Análisis comparativo del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva .	104
4.7.	Validación de datos.....	111
4.7.1.	Análisis de Fiabilidad del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)	111
4.7.2.	Análisis de Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia General (EAG).....	112
4.7.3.	Análisis de Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM).....	113

4.7.4.	Análisis de Fiabilidad del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)	114
CAPÍTULO V		116
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	116
5.1.	Conclusiones.....	116
5.2.	Recomendaciones.....	120
BIBLIOGRAFÍA.....		122
ANEXOS		140
ANEXO A: Hoja de presentación del proyecto de investigación.....		140
ANEXO B: Carta de Consentimiento informado.....		142
ANEXO C: Ficha <i>Ad Hoc</i> Sociodemográfica.....		143
ANEXO D: Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2).....		145
ANEXO E: Escala de Autoeficacia General (EAG).....		146
ANEXO F: Escala de Autoeficacia Motriz (EAM).....		147
ANEXO G: Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED).....		148

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICOS

Grafico 4.1. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre sexo</i>	68
Grafico 4.2. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre identificación étnica</i>	69
Grafico 4.3. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre situación económica</i>	70
Grafico 4.4. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre provincias</i>	72
Grafico 4.5. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre categorías</i>	73
Grafico 4.6. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre edad</i>	74
Grafico 4.7. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre lesiones</i>	76
Grafico 4.8. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre la presencia de equipo multidisciplinario</i>	77
Grafico 4.9. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre la presencia de un plan nutricional</i>	78
Grafico 4.10. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre edad de inicio e inicio competencias</i>	79
Grafico 4.11. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre años compitiendo</i>	80

Grafico 4.12. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre ranking nacional junior y ranking nacional abierto</i>	81
Grafico 4.13. <i>Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre horas de entrenamiento</i>	82
Grafico 4.14. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2) en la etapa pre-test</i>	84
Grafico 4.15. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2) en la etapa post-test</i>	86
Grafico 4.16. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz en la etapa pre-test</i>	88
Grafico 4.17. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz en la etapa post-test</i>	90
Grafico 4.18. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo del Inventario de Ejecución Deportiva (IPED) en la etapa pre-test</i>	92
Grafico 4.19. <i>Representación gráfica del análisis descriptivo del Inventario de Ejecución Deportiva (IPED) en la etapa post-test</i>	95

TABLAS

Tabla 4.1. <i>Distribución de los evaluados en sentido de las variables individuales</i>	68
Tabla 4.2. <i>Distribución de los evaluados en sentido de las variables globales</i>	71
Tabla 4.3. <i>Distribución de los evaluados en sentido de las variables de carrera deportiva</i>	75
Tabla 4.4. <i>Análisis descriptivo del CSAI-2 etapa pre-test</i>	83
Tabla 4.5. <i>Análisis descriptivo del CSAI-2 etapa post-test</i>	85
Tabla 4.6. <i>Análisis descriptivo de la EAG y EAM en la etapa pre-test</i>	87
Tabla 4.7. <i>Análisis descriptivo de la EAG y EAM en la etapa post-test</i>	89

Tabla 4.8. <i>Análisis descriptivo del IPED en la etapa pre-test</i>	91
Tabla 4.9. <i>Análisis descriptivo del IPED en la etapa post-test</i>	94
Tabla 4.10. <i>Análisis comparativo para muestras relacionadas del CSAI-2</i>	97
Tabla 4.11. <i>Resumen de contrastes de hipótesis del CSAI-2</i>	99
Tabla 4.12. <i>Análisis comparativo para muestras relacionadas de la EAG</i>	100
Tabla 4.13. <i>Resumen de contrastes de hipótesis de la EAG</i>	101
Tabla 4.14. <i>Análisis comparativo para muestras relacionadas de la EAM</i>	102
Tabla 4.15. <i>Resumen de contrastes de hipótesis de la EAM</i>	103
Tabla 4.16. <i>Análisis comparativo para muestras relacionadas del IPED</i>	104
Tabla 4.17. <i>Resumen de contrastes de hipótesis de la IPED</i>	110
Tabla 4.18. <i>Fiabilidad del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)</i>	112
Tabla 4.19. <i>Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia General (EAG)</i>	113
Tabla 4.20. <i>Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)</i>	113
Tabla 4.21. <i>Fiabilidad del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)</i>	114

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de titulación pretende identificar las diferencias entre ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento en Ecuador antes y durante el curso de competencias deportivas. Al ser un tema novedoso en los tenistas ecuatorianos, este trabajo proporcionará información sobre los distintos niveles de ansiedad competitiva y autoeficacia que tienen los atletas al competir, a través de los resultados analizados e interpretados. Actualmente, en nuestro país no se ha realizado investigaciones acerca de este tema, sin embargo en los tenistas de alto rendimiento estas dos variables que se estudiaron se presentan constantemente, generando emociones positivas y negativas al momento de competir. Para la realización del proyecto de investigación se ha dividido el trabajo en cinco capítulos, siendo cada uno detallado a continuación.

En el primer capítulo del proyecto de investigación se expone el planteamiento de la propuesta de investigación, en donde se busca exponer el problema de investigación, antecedentes, justificación, objetivos, hipótesis de trabajo y las variables de estudio.

El segundo capítulo del proyecto corresponde al marco teórico, en donde se sustenta teóricamente a través de citas bibliográficas y académicas, las variables de estudio que son: Ansiedad competitiva y Autoeficacia.

En el tercer capítulo se presenta la metodología manejada en el estudio, en donde se encuentra el tipo y diseño de investigación, las técnicas, los instrumentos psicológicos con los que se evaluaron, los participantes de la investigación y el procedimiento.

El cuarto capítulo concierne al análisis de los resultados obtenidos en las aplicaciones, por medio de los reactivos psicológicos utilizados, los mismos que fueron: Ficha *Ad Hoc* Sociodemográfica, Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2 (CSAI-2), Escala de Autoeficacia General (EAG), Escala de Autoeficacia Motriz (EAM) e Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED). Además, se interpreta los resultados encontrados a fin de aceptar o rechazar la hipótesis.

En el quinto capítulo se muestran las conclusiones y recomendaciones del proyecto de investigación.

Por último, se presentan las referencias bibliográficas e instrumentos psicológicos utilizados en el estudio.

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

En la actualidad existen investigaciones que tienen como objetivo analizar como la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia actúan en deportistas de alta competencia, estos trabajos muestran que el presente proyecto es un tema novedoso y llamativo, puesto que presenta diversas variables que inciden sobre el rendimiento de los deportistas de alta competencia antes y después de la competición. Adicionalmente, este tema de investigación al ser novedoso busca evidenciar si existen diferencias entre la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia en tenistas que se encuentran compitiendo. Por otra parte, los experimentos que se presentan a continuación fueron realizadas fuera del país, tomando en cuenta que las poblaciones van desde adolescentes hasta adultos jóvenes.

El estudio realizado por Cantallops y otros (2014), a 26 atletas divididos entre 17 gimnastas y 9 tenistas en Barcelona, evidencio que el Bienestar psicológico y la Ansiedad Competitiva en ocasiones son causantes de lesiones en deportistas, puesto que al tener un mayor desgaste y una mayor demanda por alcanzar un rendimiento óptimo durante la

competencia, provoca que el atleta se exija física y emocionalmente más, teniendo un alta probabilidad de lesionarse. Por otro lado, Bohórquez y otros (2012), busco identificar los niveles de ansiedad en 156 atletas de alto rendimiento en Sevilla, en donde se evidencio niveles de ansiedad somática y cognitiva, los cuales repercuten en el desempeño deportivo, y afectan la confianza del deportista. Así mismo, en un estudio realizado por Zanchó (2014), en la Universidad de Murcia sobre los niveles de ansiedad precompetitivos en atletas mayores de 35 años, obtuvo resultados significativos, el cual indico que la ansiedad antes de la competencia es ligeramente diferente entre hombres y mujeres, debido a la orientación del ego y las técnicas para engañar al otro.

Adicionalmente, Chirivella y otros (2015), señalaron que durante las competencias atléticas, un grupo de 213 deportistas experimentaron ansiedad y cambios en su bienestar psicológico, los cuales van a ser controlados por las distintas estrategias de afrontamiento que utilice cada sujeto durante el evento, buscando diferentes estilos de afrontamiento que sirvan para disminuir la ansiedad y mejorar su desempeño. Por otra parte, Griva y Ong (2016), investigaron como la Ansiedad Competitiva afecta la vida de atletas jóvenes en Inglaterra, obteniendo como resultados más llamativos los altos niveles de ansiedad competitiva, comprometiendo al control emocional durante los entrenamientos. Complementariamente, la AC en atletas de alta competencia no solo disminuye, sino que también se ve influenciado por la experiencia que tiene el atleta y como maneja las distintas situaciones que se le presenta, como postulan Fernández y otros (2014), en una investigación realizada a 267 atletas (196 hombres y 71 mujeres), en la Fundación Técnica y Científica de Brasil, mostrando como resultados que mientras

menos experiencia competitiva tenga el atleta menor nivel de autoconfianza tendrá y la angustia al fracaso disminuirá.

Por otro lado, Plantanou y Thanopoulos (2017), durante una investigación realizada en Grecia, trataron de identificar la ansiedad y su intensidad en 692 atletas de alta competencia que estaba dividido entre nadadores y jugadores de waterpolo, obtuvieron como resultados que las mujeres tienen mayor nivel de ansiedad somática y cognitiva que los hombres, sin embargo, los varones tienen más autoconfianza que las mujeres. Así también, se concluyó que jugadores de waterpolo presentan niveles más altos de ansiedad cognitiva que los nadadores. Además, los atletas de alta competencia presentan altos niveles de AC antes del evento como manifiesta Kumar (2016), en la investigación realizada en la Universidad de Ranchi, India a 30 jugadores de cricket, concluyendo que la AC antes del evento deportivo es similar a la que vive el atleta durante algunos momentos en el entrenamiento, siendo poco significativo.

Ahora bien, durante la competencia el atleta experimenta distintas emociones y sensaciones, las cuales en ocasiones afectan considerablemente su desempeño, como manifiestan Hong y otros (2015), en donde la presencia de un alto nivel de AC disminuyen notablemente las estrategias de juego y autoeficacia en el rendimiento de 278 atletas colegiales, no obstante si ambos patrones alcanzan altos niveles de funcionamiento los resultados mejoraran.

En atletas de alta competencia se evidencia que al elevarse los niveles de ansiedad la AE se ve afectada, disminuyendo el rendimiento durante la competencia, como manifiestan Álvarez y otros (2014), por medio de su investigación realizada en la Universidad de León a 43 atletas (33 hombres y 10 mujeres), estableciendo que las hombres tienen un mayor nivel de autoeficacia que las mujeres, en donde disminuye su rendimiento e influencia la participación en la competencia. Además, la AE en los atletas afecta positiva como negativamente, ya que puede motivar al atleta por los logros alcanzados con su rendimiento o puede ser causante de cuestionamientos sobre sus capacidades como atleta, así lo indican Lodewyk y Sullivan (2016), sobre un estudio realizado sobre 394 atletas que al no sentirse motivados los atletas, disminuyen su rendimiento, por ende no se sienten capaces, funcionales o eficaces durante la competencia, provocando que no logre alcanzar las metas. Por otra parte Barz y otros (2016), buscaron identificar la relación entre la AE y preparación de 166 deportistas, concluyendo que en la mayoría de atletas presentan un nivel bajo de AE, que se debe a su comportamiento y compromiso a la demanda, la cual se centra en alcanzar un rendimiento óptimo en el atleta.

Así mismo, Chang y otros (2014) intento identificar los niveles de AE en 42 atletas, durante la preparación y su posterior participación en las competencias, mostrando que un alto nivel de AE motiva y ayuda a culminar las tareas y lograr los objetivos planteados, además de ser un motor de rendimiento a lo largo del evento deportivo. Por otro lado, Parschau y otros (2014), busco identificar la importancia y la influencia de la AE en la actividad física en 1406 jóvenes alemanes, obteniendo como resultado que al tener mayor experiencia, auto-persuasión y reduciendo pensamientos negativos, el atleta

obtendrá niveles más altos de AE en su rendimiento. Adicionalmente Markland y otros (2014), buscaron evidenciar la relación entre AE y la influencia social por medio de 604 deportistas, teniendo como resultado que la AE varía dependiendo su manera de afrontar la competencia y la manera de resolución de situaciones dentro de la misma. Finalmente Guskowska y Zagórska (2014), trataron de evidenciar la importancia de la AE en actividades físicas de mucho desgaste en 26 atletas de alta competencia, concluyendo que cuando la persona tiene mayor experiencia los niveles serán altos y las emociones serán canalizadas correctamente, logrando que el rendimiento no disminuya, sin embargo, si los niveles bajan las emociones afectarían el desempeño atlético.

En conclusión, la AC y AE tienen una gran importancia en el rendimiento y en la vida de los deportistas, en donde atletas con mayor experiencia presentan un mejor manejo de la AC y un alto nivel de AE en su rendimiento. Así también, se pudo evidenciar que por medio de estas investigaciones la AC y AE influyen emocionalmente al atleta, puesto que genera miedo, estrés, poca efectividad y autonomía. Finalmente, los estudios mencionados en este documento son citados con la finalidad de ser un sustento científico de la propuesta de investigación a realizar y muestran la importancia del tema de interés.

1.2. Problema

1.2.1. Descripción del Problema

Las observaciones preliminares muestran que en un grupo de tenistas de alto rendimiento en el Ecuador, presentan síntomas como: miedo, preocupación, tensión, estrés y otros. Al parecer estos síntomas se relacionan con la ansiedad competitiva (AC); misma que es definida por Gómez y otros (2016) como el: “sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada de un incremento de la actividad fisiológica; ésta suele aparecer en contextos de gran demanda emocional y física” (p. 207). Esto quiere decir, que la ansiedad competitiva se identifica como un factor de desgaste físico y emocional, además de ser un sentimiento amenazante en los atletas durante el periodo competitivo.

Así mismo, durante las competiciones se percibe un bajo rendimiento competitivo, pérdida de confianza sobre su capacidad, pobres resultados, falta de efectividad para lograr la victoria, poca autonomía y disminución del deseo de competir, siendo indicadores de una baja autoeficacia en el deportista (AE). Según Carbonell y otros (1995), la AE se define como una: “capacidad percibida para ejecutar con éxito un determinado comportamiento y expectativas de resultados” (p. 140), lo que implica que la AE es la manera para realizar tareas de una forma eficiente que produzca resultados positivos y logros importantes, logrando un rendimiento aceptable en la persona. Adicionalmente, Reigal y Videra (2013), creen que la AE son los “juicios que posee

cada individuo sobre sus competencias, considerándose fundamentales en la organización y ejecución de sus actuaciones” (p. 108).

Explicando de mejor manera, la autoeficacia en los tenistas de alto rendimiento, es la forma de ejecutar exitosamente situaciones durante la competencia, para así alcanzar un buen rendimiento y objetivos que se plantearon.

Los niveles de AC y AE varían antes y durante la realización de competencias, aunque se desconoce si esta variación es estadísticamente significativa; por lo que se requiera de un estudio comparativo de desarrollo histórico.

Si bien se conoce que la preparación de un atleta de alta competencia demanda mucha dedicación, esfuerzo, disciplina y confianza; se desconocen los efectos de estos agentes estresores sobre su rendimiento y eficacia. Debido a ello la poca preparación psicológica en atletas, provocaría que los mismos no sepan manejar correctamente sus emociones ante situaciones difíciles.

1.2.2. Preguntas Básicas

¿Cómo aparece el problema que se pretende solucionar?

Aparece durante los eventos tenísticos a los que acuden los atletas para competir; donde presentan síntomas ansiógenos, preocupación, estrés, como también poca efectividad,

desconfianza y baja de rendimiento, la cual impide alcanzar un óptimo rendimiento y por ende lograr buenos resultados.

¿Por qué se origina?

Se origina por altos niveles AC y AE.

¿Qué lo origina?

La constante búsqueda de triunfar en las competencias tenísticas.

¿Cuándo se origina?

En periodo de competencias tenísticas.

¿Dónde se origina?

Durante las competencias tenísticas.

¿Dónde se detecta?

En los tenistas de alta competencia del Ecuador.

1.3. Justificación

El presente proyecto de investigación tiene como propósito reconocer las diferencias entre Ansiedad Competitiva (AC) y Autoeficacia (AE) en tenistas de alta competencia en Ecuador, antes y durante eventos deportivos.

La investigación es novedosa, puesto que no se ha estudiado anteriormente y es un tema nuevo en nuestra población, teniendo en cuenta que ambas variables en el contexto ecuatoriano no se han solucionado adecuadamente, pues son poco relevantes en los deportistas del país. Además, este estudio es útil, ya que permite entender de mejor manera el fenómeno y así poder encontrar soluciones a la problemática, ya que en la actualidad tanto la ansiedad Competitiva como la Autoeficacia provocan dificultades en el rendimiento atlético de los tenistas ecuatorianos.

Esta investigación se interesa en evidenciar si existen diferencias entre ansiedad competitiva y autoeficacia en atletas de alto rendimiento de Ecuador, y como estas dos variables afectan a su rendimiento deportivo frente a las competencias. Pues, al encontrarse en situaciones complicadas y adversas el atleta comienza a disminuir su confianza hacia sí mismo e impide que se alcance un rendimiento óptimo durante las competencias, como indican Babkes y otros (2005), que al no sentirse cómodo y percibir que la situación es desfavorable, es decir es estresante el atleta pierde el disfrute frente a la competencia y su bienestar durante esa etapa será poco gratificante. Por otra parte, no solo la situación estresante disminuye el rendimiento, sino también las creencias que se tiene sobre uno mismo, pues al dudar de las capacidades como atleta el sujeto crea ideas erróneas sobre sí mismo, así manifiesta Pozo (2007), que al tener creencias negativas sobre sí mismo, las capacidades como atleta disminuirán y su forma de actuar durante la competencia será menor a lo esperado.

Finalmente, esta investigación es factible ser realizada, puesto que se puede estudiar el fenómeno de una manera más real, debido al contacto y acceso que se tiene con la población, quienes formaran parte del estudio.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Determinar las diferencias existentes de la Ansiedad Competitiva y la Autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador antes y durante la realización de una competencia.

1.4.2. Objetivos Específicos

1. Fundamentar los aspectos teóricos relacionados con la ansiedad competitiva y la autoeficacia en deportistas de alta competencia.
2. Evaluar los niveles de ansiedad competitiva y autoeficacia en un grupo de tenistas de alta competencia en Ecuador.
3. Realizar un análisis comparativo de desarrollo entre la ansiedad competitiva y autoeficacia anterior y durante la realización de una competencia tenística.
4. Diseñar un modelo empírico explicativo de las diferencias existentes entre ansiedad competitiva y autoeficacia antes y durante una competencia tenística.

1.5. Hipótesis de Trabajo

Los niveles de Ansiedad Competitiva y Autoeficacia varían antes y durante la realización de competencias en un grupo de tenistas entre 16 y 26 años de edad del Ecuador.

1.6. Variables

Variable 1: Ansiedad Competitiva.

Variable 2: Autoeficacia.

1.7. Delimitación Funcional

1.7.1. Pregunta 1. ¿Qué será capaz de hacer el producto final del proyecto de titulación?

Como resultado final de la investigación aportará con un informe que explica las diferencias entre la Ansiedad Competitiva (AC) y Autoeficacia (AE) en los y las tenistas de alta competencia en Ecuador, y su impacto antes y durante competencias deportivas.

1.7.2. Pregunta 2. ¿Qué no será capaz de hacer el producto final del proyecto de titulación?

No aplica

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Ansiedad Competitiva

En la sociedad deportiva en general la palabra competencia se entiende cómo medir y comparar el rendimiento tanto individual como grupal frente a otras personas, como también en participar en eventos deportivos que premien y califiquen su rendimiento, sin embargo estas premisas no siempre son ciertas, puesto que atletas que compiten solo lo hacen para buscar superarse a sí mismo y demostrar que si pueden ser mejores cada día. Así, mencionan Nickel y otros (2004) que “las competencias deportivas contribuyen de manera creciente a una superación objetiva” (p. 11). Esto quiere decir, que durante las competencias el atleta no solo participa por alcanzar un logro o reconocimiento externo, sino también busca alcanzar y mejorar logros personales, en donde sienta que ha hecho un buen trabajo. Además, Arribas y otros (2011) señalan que la competencia es percibida de distinta manera por las atletas, pues cada uno presenta distinto tipo de creencia sobre sus habilidades como deportista y como superar la situación que se le presente.

Ahora bien, durante las competencias los atletas viven momentos buenos y malos, como también situaciones estresantes que se presentan antes y durante las competencias, que dificultan el rendimiento físico y mental del atleta. Balaguer y otros (2011) manifiestan

que el atleta al sentirse presionado no alcanza un adecuado rendimiento, ya que cree que va a fracasar fácilmente y su confianza para revertir la situación no se dará. Así también, otros factores estresantes pueden generar tensión en los atletas como señalan Cecchini y otros (2014) “valoraciones reflejadas por los padres, entrenadores y compañeros predijeron la competencia” (p. 285). Es decir, que al percibir manifestaciones producidas por terceros, el atleta siente que no está realizando un buen trabajo y esto le genera tensión durante la competencia.

2.1.1. Aproximaciones conceptuales sobre Ansiedad Competitiva (AC)

Según Fenoll y otros (2002), la ansiedad competitiva es “una función de un proceso de evaluación cognitiva, siendo los factores situacionales y personales” (p. 142). Esto quiere decir, que los factores cognitivos afectan el desenvolvimiento deportivo de los individuos, ya que a partir de experiencias positivas o negativas el atleta va formando su identidad deportiva. Adicionalmente, Guillén y Sánchez (2003), sustentan que la ansiedad competitiva es una situación de presión y aceleración corporal y mental, de experiencias o sucesos recientes de desconfianza, que pueden ser verdaderos o de fantasía.

Así mismo, Bohórquez et al. (2012), afirman que en las actividades de larga duración, la ansiedad es considerada como un factor que disminuye el rendimiento del atleta, además de ser causante de estrés. Además, Del Pilar Méndez-Sánchez y otros (2016), comentan que la ansiedad competitiva no solo afecta y disminuye el rendimiento atlético, sino que

es “una actividad que exige mucho esfuerzo y tenacidad” (p. 207), provocando que las personas al momento de entrenar o competir creen estrés y ansiedad por lograr las metas. Como se entiende la ansiedad competitiva es un aspecto significativo en la vida de los atletas, puesto que incrementa la activación de la persona y crea tensión en los individuos.

Por otra parte, Urra Tobar (2014), define a la ansiedad competitiva como una adecuación del atleta en condiciones particulares de manera equivocada, aumentando y alterando la actividad emocional y el desempeño deportivo. Así también, Del Pilar Méndez-Sánchez y otros (2016), indican que la ansiedad competitiva es un “sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada de un incremento de la actividad fisiológica; ésta suele aparecer en contextos de gran demanda emocional y física” (p. 207). Es decir que la ansiedad competitiva es un factor de estrés que provoca un desgaste físico y emocional, además de ser un sentimiento amenazante en los atletas, ya que al ser estresante, puede provocar pensamientos negativos de sí mismo.

Así mismo, De La Llave y otros (2016), conceptualizan que la ansiedad competitiva es un factor que influye en el rendimiento deportivo de manera negativo y disminuye el óptimo desempeño del atleta. Sin embargo, Cruz y otros (2015), mencionan que depende de la situación estresante que viva el atleta disminuirá su rendimiento y se agudizará aún más debido a la “percepción del individuo de dicha situación” siendo “desafiante, potencialmente peligrosa o dañina” (p. 4). Esto se explica de mejor manera, que la ansiedad competitiva no solo es un factor que genera tensión y estrés en los atletas, sino

que impide que el sujeto se desarrolle correctamente, siendo esto percibido de manera amenazante y peligrosa para cada uno.

Por otra parte, Prieto, Labisa y Olmedilla (2014), definen a la ansiedad competitiva como un “estado emocional displacentero, cognitivo y fisiológico, del deportista ante las situaciones competitivas, pudiéndose presentar de forma cognitiva o somática” (p. 139). Es decir, que este estado estresante que se desarrolla durante las competencias y es poco placentero para la persona, se presenta por medio de manifestaciones corporales y también por medio de pensamientos negativos que se tiene sobre lo que se está percibiendo en ese momento, siendo poco alentador para el sujeto.

Finalmente, la psicología en el deporte anteriormente era relegada, ya que no se le consideraba como un aspecto importante en la vida de los atletas, sin embargo un atleta que sepa manejar su parte mental en momentos tensos tendrá ventaja sobre otros atletas como indican Guillén y Sánchez (2003), en donde, afirman que “la ansiedad se basaba sobre todo en su consideración como una propiedad de la personalidad estable, poco diferenciada y unidimensional” (p. 214). Se entiende que la ansiedad en los atletas es un factor estable y no se ve complicada en el rendimiento físico, pero en realidad la ansiedad en la mayoría de atletas, genera tensión y posteriormente una disminución en el rendimiento atlético.

2.1.2. Modelos Teóricos de Ansiedad Competitiva

Existen diversos modelos al respecto de la ansiedad competitiva, que atañen a factores físicos, emocionales y conductuales, a continuación se exponen algunos de ellos.

2.1.2.1. Teoría del Impulso

Esta teoría se considera con una de las primeras investigaciones sobre el nivel de activación o arousal y el rendimiento deportivo. Pues bien, esta teoría fue creada por Hull (1943) y reformada por Spence y Spence (1966), indican que el atleta durante la competencia va a ir aumentando el nivel de activación de manera progresiva, es decir que el atleta mientras más siga compitiendo su nivel de activación aumentara y por ende su rendimiento mejorara. Así, mencionan Carretero y otros (2012), que la Teoría del Impulso se da cuando el atleta tiene un “mayor nivel de activación fisiológica mayor sería el rendimiento, entendiendo una relación lineal” (p. 28). Esto quiere decir, que el deportista mientras más activado se encuentre mejor será su desenvolvimiento, dándose este fenómeno de manera progresiva.

Además, González y otros (2013), explican de una mejor manera la presencia de este fenómeno, basándose en la fórmula de la Teoría de Impulso o Drive, la misma que es “ $P = H \times D$, donde P representa ejecución o rendimiento, H es la fuerza del hábito y D hace alusión a drive o impulso” (p. 20). Es decir, que el rendimiento del atleta será el resultado de las acciones y el nivel de activación que presente el sujeto, indicando que

cuando el sujeto tenga un nivel de activación alto su rendimiento será óptimo. Por otro lado, Viñoles Britos (2015), manifiesta que el desenvolvimiento del atleta se deberá al patrón normal de comportamiento junto con el nivel de activación y habilidades personales que presente durante las competencias, explicando que atletas con experiencia mejoraran y tendrán un mejor rendimiento a medida de que su nivel de arousal aumente, mientras que atletas inexpertos no mejoraran, sino que disminuirán su rendimiento a medida de que aumente su arousal.

Sin embargo, esta teoría fue invalidada puesto que, no siempre se cumple la premisa de que mientras más alto sea su arousal mejor será su rendimiento. Encontrándose el atleta en un estado de hiperactivación fisiológica, presentado síntomas como sudoración de manos, aumento de ritmo cardíaco y ventilación, provocando que su rendimiento no mejore sino que disminuya.

2.1.2.2. Teoría de la U Invertida

Esta nueva teoría fue creada, ya que la anterior teoría antes mencionada perdió su validez debido a la falta de sustento científico, puesto que no todos los atletas mejoran su rendimiento cuando su nivel de activación es alto. Es ahí donde aparece la teoría de la u invertida creada por Yerkes y Dodson en 1908, caracterizándose por que el rendimiento va en aumento acorde a nivel de activación que tenga el atleta pero llega a un punto de rendimiento, donde si pasa la barrera del punto más alto su rendimiento comienza a disminuir. Presentándose alteraciones que manifiesta el atleta como es

nerviosismo, ansiedad, tensión, entre otros fenómenos. Es decir, que esta teoría es más aceptada, puesto que el deportista al competir percibe distintos niveles de activación, en donde si el rendimiento aumenta se debe a que su nivel de activación está incrementándose, pero se espera que el sujeto no supere el nivel de activación óptimo, ya que su rendimiento comenzara a decaer.

Según García y Núñez (2017) indican que dentro de la teoría de la u invertida “existe un punto óptimo de activación para la obtención del máximo rendimiento, y que por encima o por debajo de dicho punto el rendimiento decrece, sea por excesiva activación o por falta de activación” (p. 173). Esto se explica de mejor manera, que el atleta al sobrepasar el punto normativo de activación durante las competencias provocara que su rendimiento se disminuya, sea esto por nivelas excesivamente altos o excesivamente bajos, ya que al encontrarse fuera de la norma altera el funcionamiento óptimo del atleta. Adicionalmente, Viñoles Britos (2015), indican que “a medida que aumenta el arousal desde la somnolencia al estado de alerta, hay un progresivo incremento en la eficiencia de la ejecución” (p. 18). Lo mencionado anteriormente señala que al aumentar el nivel de activación desde los puntos más bajos y dirigirse hacia el punto óptimo del rendimiento la forma de realizar la tarea aumentara, sin embargo no se debe rebasar la punto de inflexión en la activación, ya que como se conoce se deteriorara el rendimiento.

Por otra parte, González y otros (2013), comentan que “la relación entre la activación o la ansiedad y el rendimiento es curvilínea, es decir que en niveles bajos o altos de ansiedad el rendimiento será bajo” y cuando se encuentre en “niveles moderados, se

observa un nivel de rendimiento óptimo” (p. 21). Esto quiere decir, que cuando el arousal del atleta sea bajo o sobrepase la línea normal de activación el rendimiento será desfavorable para el sujeto, mientras que si el nivel se encuentra dentro de la normal su rendimiento será favorable. Así mismo, Carretero y otros (2012), manifiestan que el atleta al tener un nivel de activación mayor a la norma, su rendimiento disminuirá y su activación fisiológica aumentará.

2.1.2.3. Teoría de las Zonas de Funcionamiento Óptimo

En esta siguiente teoría, la cual fue creada por el psicólogo deportivo Yuri Hanin en 1995, indica que no todos los atletas llegan a tener un punto exacto de funcionamiento óptimo, pues cada sujeto tiene su propio nivel de activación, el cual le permite actuar mejor en una situación específica, mientras que otro atleta tendrá otro nivel de activación que le ayude a competir de una manera más favorable en la misma circunstancia. En otras palabras, cada atleta tiene su propia zona de funcionamiento óptimo, en donde no se necesita que el individuo sienta que este sumamente activado para alcanzar un rendimiento aceptable. Además, como cada sujeto es un ser completamente distinto cada uno asimila de distinta manera su zona de funcionamiento óptimo, por ejemplo algunos atletas necesitan estar relajado para alcanzar un funcionamiento óptimo, mientras que otros atletas necesitan alcanzar un nivel de activación alto para tener un buen funcionamiento.

Carretero y otros (2012), argumentan que en esta teoría “los deportistas tienen una zona de estado óptimo de la ansiedad en el que se produce el máximo rendimiento, de forma que fuera de dicho rango de ansiedad, el rendimiento es inferior” (p. 28). Pues bien, el atleta al tener una zona óptima en su funcionamiento su rendimiento aumentara, pero esto varía dependiendo el actuar y la forma de ser del sujeto. También, Viñoles Britos (2015), señala que la ZFO “determina que un deportista alcanzará sus mejores rendimientos cuando su ansiedad precompetitiva se sitúe dentro de un estrecho rango o zona óptima de funcionamiento (ZOF)” (p. 19). Esto se explica, que el atleta mejorara su desempeño cuando su nivel de activación sea óptimo para él, es decir que su rendimiento aumentara cuando sienta que su activación es la adecuada para competir, ya que cada sujeto se activa de distinta manera que otro.

Por otra parte, Capdevilla y otros (2009), sustentan que la ZFO muestra que “cada deportista tiene su propio nivel de ansiedad-activación y una zona individual de intensidad” (p. 38). Esto indica que cada deportista es un ser único e inigualable, es por eso que cada uno presenta una zona de rendimiento óptimo y funciona con el nivel de activación que cada uno posea. Adicionalmente, Hernández-Pozo y Oliva (2009), menciona que esta teoría “intenta identificar los estados emocionales de la ansiedad y la agresión colérica individuales ideales para rendir al máximo nivel” (p. 83). Como se observa, la zona de funcionamiento óptimo estaba basada en el accionar y forma de ser de cada atleta, además de cómo se encuentre la persona, es decir como este su estado emocional y su nivel de activación para así rendir en la competencia.

2.1.2.4. Teoría de la Inversión

La teoría de la inversión fue establecida por Apter en 1982, se basa en que cada atleta percibe e interprete como se siente en ese momento, siendo placentero cuando el nivel de activación incrementa su rendimiento y displacentero cuando el individuo presenta una disminución en su rendimiento. Hernández-Pozo y Oliva (2009), indica que cada sujeto atleta se activara debido a como perciba la situación y como sienta que se encuentra “su propio estado, de manera que un alto nivel de activación puede sentirse como placentero o relajante, o, por el contrario, un bajo nivel de activación puede excitar su contrario, un bajo nivel de activación puede excitar su conducta” (p. 82). Esto quiere decir que cada atleta interpreta de distinta manera su estado que permite que se active, siendo en ocasiones positivo y en otras ocasiones negativo, perjudicando su rendimiento.

También, Macías y otros (2004), manifiestan que esta teoría tiene sus principios en la motivación y la forma de actuar que tiene cada sujeto basándose “en la alternancia o inversión entre pares de estados metamotivacionales, estos estados metamotivacionales son estructuras mentales que van a guiar a las personas en su modo de interpretar las causas o motivos en un momento dado (...), no van a determinar las causas o afectar necesariamente al comportamiento, sino que están interesados en como interpretan ellos sus motivos” (p. 24). Pues bien, el atleta interpreta su estado emocional el cual le permite incrementar su nivel de activación o disminuir su activación, siendo factores importantes en el rendimiento del atleta, ya que cuando el sujeto al tener un nivel de

activación alto se siente motivado para alcanzar los logros, pero al disminuir su nivel de activación percibe lo contrario.

2.1.2.5. Teoría de la Catástrofe

Esta siguiente teoría fue creada por Hardy en 1990, teniendo mucha relación con la teoría de la u invertida, en donde si el atleta se encuentra relajado y su nivel de ansiedad es bajo, su rendimiento mejorara. Pero, si el atleta presenta niveles altos de ansiedad, es decir se encuentra sumamente preocupado y alcanzo un nivel de activación elevado, su rendimiento decaerá drásticamente, provocándole una catástrofe en su funcionamiento deportivo. Según Viñoles Britos (2015), comentan que el deportista al percibir una “preocupación elevada, tan pronto tienen lugar el exceso de activación y la catástrofe, la ejecución deportiva empeora” (p. 20). Es decir, que mientras más activado este el atleta y la preocupación por realizar mal la tarea, que en este caso sería la competencia, su rendimiento bajara rápidamente provocándole lo que se llama catástrofe.

Chirivella y otros (2012), señalan que la “ansiedad cognitiva actúa en realidad como un factor de división que decidirá si el arousal fisiológico será suave y pequeño o grande y catastrófico” (p. 88). Si bien el atleta al tener un alto nivel de ansiedad, segrega su rendimiento y producirá un efecto de catástrofe, el cual inducirá a tener un descenso considerable en su desenvolvimiento como deportista. Por otro lado, Correché y otros (2007), dicen que no solo sirve tener un nivel de activación o arousal óptimo, sino que

también se debe controlar la ansiedad (preocupación) que se presente en situaciones complicadas para el deportista.

2.1.2.6. Teoría Multidimensional de la Ansiedad Competitiva

Smith y Smoll en 1996 propusieron este nuevo modelo teórico, en donde se basa que el nivel de activación o arousal y la ansiedad cognitiva actúan e intervienen de distintas maneras en el rendimiento del atleta, como también no existe alguna relación entre los dos factores. Según, Cervelló y otros (2010), esta teoría indica presenta “que sus componentes son independientes porque tienen diferentes antecedentes, características temporales y consecuencias en la ejecución, en particular, influyen de forma distinta en el comportamiento” (p. 142). Los componentes que presentan actúan de manera independiente en el rendimiento del atleta, teniendo distinta funcionalidad y no se encuentra alguna relación entre ellos, influyendo de distinta manera en el sujeto.

Continuando, Campos y otros (2012), comentan que la “ansiedad tanto cognitiva como somática influyen en el rendimiento de manera diferente, a través de una fuerte relación lineal negativa entre ansiedad-estado cognitiva y rendimiento (a mayor inquietud o preocupación, peor rendimiento)” (p. 20). Esto quiere decir, que la activación y la ansiedad actúan en el deportista indistintamente, ya que cada uno de los síntomas ansiógenos tienen su estructura y su manera de desarrollarse en el rendimiento del individuo, dándose de una manera lineal.

2.1.3. Características de la Ansiedad Competitiva

Según Pozo (2007), comenta que una de las principales características en la ansiedad competitiva es la disminución del rendimiento atlético, debido a la participación cognitiva, que se ve involucrada dominado el pensamiento del atleta, siendo la mayor parte negativo. Adicionalmente, Cruz y otros (2007), afirman que la ansiedad competitiva se caracteriza por ser “una situación potencialmente estresante” (p. 21). Esto se explica de mejor manera que la ansiedad competitiva es una situación difícil de sobrellevar en las personas, ya que provocan cuestionamientos internos sobre sí mismo, disminuyendo el rendimiento esperado por el atleta.

Así también, De La Llave y otros (2016), señalan que una de las características de la AC son los efectos negativos que ocurren sobre el atleta, como es la falta de satisfacción y su posterior disminución del rendimiento durante las competencias. Esto quiere decir, que al sentir tensión o presión el atleta al momento de la competencia, disminuye las ganas de seguir hacia adelante y comienzan a tener momentos adversos los cuales complican su desempeño y su confianza para alcanzar los resultados planteados. Además, la ansiedad que se presenta en los atletas no solo genera problemas emocionales como es el estrés, sino también produce problemas físicos como indican Cantallops y otros (2014), que al presentarse situaciones estresantes para el atleta, los músculos se atrofian durante las competencias y producen lesiones por la situación en la que se encuentra el sujeto.

Por otro lado, Grossbard y otros (2009), comentan que otra de las características de la ansiedad competitiva está relacionado con la desconcentración, siendo “la dificultad del deportista para focalizarse en los aspectos claves de la tarea a realizar y que impide pensar con claridad durante la competición” (p. 153). Explicando, que la ansiedad durante las competencias produce algunos resultados negativos en los atletas, como es la falta de atención que se tiene, imposibilitando el óptimo desarrollo y por ende no se cumple de manera correcta las tareas que están realizando. Además, Castuera y otros (2017), manifiestan que la AC se caracteriza por presentar “sentimientos de aprensión y tensión asociados a la activación del organismo que se produce en situaciones de competición” (p. 440). La ansiedad en competencias deportivas es uno de las alteraciones psicológicas más comunes, en donde el atleta tiene diversos sentimientos que impiden su funcionamiento adecuado, como menciona el autor anteriormente teniendo como síntomas la tensión y presión dificultando su correcto funcionamiento al momento de competir.

Blanco y otros (2017), comentan que la ansiedad competitiva también se caracteriza por disminuir la autoconfianza que tiene el atleta, es decir cómo se percibe la persona como atleta y como siente que es en el deporte, ya que al disminuir la autoconfianza los pensamientos negativos aparecerán y se evaluara de mala manera, obteniendo resultados contradictorios para él/ella.

Así, la AC se caracteriza por un deterioro en el rendimiento del deportista, debido a que ideas pesimistas sobre el funcionamiento personal.

- La tensión, fatiga y problemas externos pueden provocar que la ansiedad aumente.
- Por otra parte, la ansiedad en competencias se incrementa, debido a la necesidad de triunfar, creando temor a no cumplir los objetivos y por ende fracasar.

Ahora bien, al manifestarse pensamientos negativos sobre la persona no solo dificulta el rendimiento deportivo, sino que se producen alteraciones fisiológicas que impiden un funcionamiento adecuado en el soma de la persona. Además, al encontrarse en una situación de tensión, el miedo a fracasar y no poder alcanzar los resultados esperados se agudiza cada vez, provocando que se tenga ideas contrarias de sus propias capacidades como atleta.

2.1.4. Clasificación de la Ansiedad Competitiva

La ansiedad competitiva se clasifica en tres tipos que son: cognitiva, somática y psicológica, como indica Pozo (2007), la clasificación de ansiedad en el deporte:

2.1.4.1. Ansiedad Cognitiva

Flores-Allende y otros (2016), definen a la ansiedad cognitiva dentro del deportivo como “sensaciones negativas que el sujeto tiene sobre su rendimiento y las consecuencias del

resultado” (p. 110). Es decir, que la ansiedad cognitiva son pensamientos erróneos sobre su rendimiento que impiden alcanzar los resultados planeados. Además, se caracteriza por tener elementos negativos en el rendimiento del atleta, siendo ideas, pensamientos o experiencias que tiene el atleta y percibe en su vida. Ahora bien, Lira y otros (2016), indican que en la ansiedad cognitiva se presenta síntomas como “intranquilidad, sensación de inseguridad, expectativas negativas y pérdida de concentración” (p. 2). Siendo poco favorable para el atleta, puesto que al presentarse negativos en el atleta, genera momentos de poca confianza e inseguridad durante la competencia, también le genera una sensación de incomodidad que no se podrá controlar fácilmente. Por otro lado, se centra en la autoconfianza, pero personas que no tienen confianza en sí mismo, este factor puede ser perjudicial en su vida, debido a las preocupaciones y pensamientos negativos.

Así, Calvo y otros (2016), manifiestan que la ansiedad cognitiva se caracteriza por la “creencia o el grado de certeza que los individuos poseen acerca de su habilidad” (p. 529). Es decir, que es la idea o percepción que se tiene sobre sí mismo y como se siente que es cada atleta, por medio de sus habilidades y cualidades que tiene, como también la confianza que cada uno tiene sobre sí. Finalmente, Andreu (2017), caracteriza a la ansiedad cognitiva como “expectativas negativas sobre el éxito o por autoevaluación negativa” (p. 51). Esto quiere decir, que la ansiedad cognitiva está basada por las creencias y pensamientos negativos que tiene cada atleta, y que por medio de eso tienen una evaluación desfavorable de cómo se desempeñan y logran triunfar.

2.1.4.2. Ansiedad Fisiológica

Se caracteriza por componentes simpáticos y resultados positivos, evidenciándose por un aumento de sudoración, aceleración cardíaca y opresión en el pecho. (ibid) menciona que la ansiedad fisiológica es una “percepción de indicadores fisiológicos de la ansiedad, como tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago” (p. 110). Es decir, que la ansiedad fisiológica es el malestar que se presentan en el cuerpo, generado por la situación que vive la persona, provocando que su funcionamiento sea inadecuado.

Adicionalmente, Cheng, Hardy y Markland (2009), señalan que la ansiedad fisiológica o somática como también se lo conoce “es el resultante directo del incremento de la activación del sistema nervioso autónomo” (p. 271). Esto se explica, que cuando el deportista siente una presión en sus músculos, se debe a la activación que se está generando en el sujeto, siendo esto durante situaciones estresantes y alta carga emocional. Por otra parte, Lira y otros (2016), manifiestan que en la ansiedad fisiológica se presenta síntomas como “nerviosismo y síntomas corporales tales como taquicardia, sudoración” (p. 2). La ansiedad fisiológica se caracteriza por presentar síntomas corporales que se producen de las emociones que tiene el atleta durante la situación estresante, provocándole cambios en el cuerpo que no son placenteros.

Finalmente, Andreu (2017), caracteriza a la ansiedad somática como “elementos afectivos y fisiológicos de la experiencia de ansiedad derivados directamente de la

activación autonómica” (p. 51). Es decir, que la ansiedad somática son emociones y sentimientos que se manifiestan en el cuerpo y automatización por medio de la situación en la que viva cada sujeto.

2.1.5. Causas de la Ansiedad Competitiva en atletas de alta competencia

De la Vega y otros (2013), afirman que una de las causas que está relacionado a la ansiedad competitiva, es el estado de ánimo que se ve alterado, ya que se puede cambiar en las personas, debido a la situación y al estado en el que se encuentre el atleta, ya que podrá estar alterado por ideas y experiencias que ha tenido, siendo ideas positivas como negativas. Adicionalmente, Portilla Del Hierro (2016), indica que la ansiedad competitiva causa alteraciones en el “funcionamiento psicológico y fisiológico y pueden afectar el desempeño del atleta” (p. 1). Pues bien, se observa que el funcionamiento del atleta se ve afectado por situaciones de tensión que vive la persona antes, durante y después de la acción, generando malestar y tensión muscular, además de tener constantes pensamientos negativos sobre sí mismo y sobre la situación.

También, Castuera y otros (2017), manifiestan que durante las competencias el estado de ánimo juega un papel importante, en donde si la persona se siente tensa tendrá pensamientos negativos, sintiéndose un atleta poco competitivo y su confianza disminuirá considerablemente. Así, Arias y otros (2017), mencionan que al sentirse estresado el atleta, la confianza se ve vulnerable, por ende al comenzar a fracasar la

motivación para seguir adelante se ve disminuida, sintiendo el atleta que no va a poder hacerlo bien y no logra concluir la tarea.

Así mismo, Márquez (2006), comenta que la ansiedad causa “situaciones estresantes durante las competencias deportivas lleva en muchas ocasiones a alteraciones del funcionamiento psicológico tales como una menor capacidad de concentración, una pérdida del foco atencional” (pp. 360-361). Pues bien, el estrés en competencias provoca ansiedad en atletas de elite, disminuyendo su concentración y creando tensión en la persona, además de reducir su rendimiento. Así mismo, con una disminución de concentración la presión comienza a tener más peso en los atletas, haciendo que sus ejecuciones o actuaciones disminuyan.

También, Gutiérrez y otros (2017), manifiestan que al ser un factor estresante la ansiedad provoca una “deformación y tensión interna que sufre un cuerpo bajo la acción de fuerzas externas de determinada magnitud que llegan a tener respuestas adaptativas o de incapacidad para contrarrestar la nocividad” (pp. 199-200). Ahora bien, se sabe que la ansiedad es una sensación de tensión en el cuerpo y que genera estrés en los humanos, durante las competencias los atletas sufren situaciones muy estresantes que no les permite desarrollarse correctamente y no realizar las tareas de manera adecuada, debido a la situación en la que viven, por eso al percibir esas situaciones el atleta provoca cambios displacenteros en su cuerpo, los cuales no le permiten sentirse cómodo.

2.1.6. Consecuencias de la Ansiedad Competitiva en atletas de alta competencia

La ansiedad competitiva al ser un sentimiento amenazante o distorsionado en los atletas, provoca una situación de mucha tensión y gran intensidad, además de otros aspectos significativos como menciona, Pozo (2007), donde indica que la ansiedad competitiva no solo depende de la intensidad “sino de que el deportista la perciba como favorable o desfavorable para alcanzar un buen rendimiento” (pp. 138-139). Si bien, la ansiedad en el deporte puede ser buena o mala, depende de la situación y como afecte al atleta.

Por otra parte, una consecuencia en la ansiedad competitiva, es la disminución de concentración debido a la presión interna o externa, al momento de buscar alcanzar un rendimiento óptimo en el atleta para poder lograr los resultados anhelados. Así, indica Prieto (2016), que la ansiedad competitiva causa distintos efectos en los atletas, siendo la mayoría de carácter negativo, puesto que un alto nivel de sensibilidad relacionado con niveles altos de ansiedad “pueden experimentar una caída dramática en el rendimiento deportivo durante la condición de alta presión” (p. 194). Esto quiere decir, que al presentarse altos niveles de estrés durante la competencia, causa una disminución del rendimiento deportivo y por ende dificulta alcanzar los objetivos planteados, generando esto frustración y desmotivación en el atleta por no llegar a lo anhelado.

Así también, Castro-Sánchez y otros (2017), manifiestan que otro de las causas de la ansiedad competitiva, se da que durante las situaciones de tensión que tiene el atleta, este no sabe cómo sobreponerse a la adversidad, generándole preocupación y miedo a

seguir fracasando y no poder alcanzar las metas que aspira llegar el atleta. Pues bien, al no tener confianza para realizar las cosas, el atleta no sobra ni podrá sobreponerse a las situaciones negativas que se le presentan, puesto que al no sentir confiado que puede realizar las cosas, no encontrara las maneras para alcanzar los resultados o la capacidad de lograrlo, como indican Oriol-Granado y otros (2016), que la persona confiada de sí mismo, cree que si puedo lograr superar cualquier situación, aunque parezca difícil.

Por otro lado, existen algunas consecuencias en la ansiedad en el deporte:

- La ansiedad competitiva provoca cambios emocionales y conductuales en desempeño dentro y fuera de la cancha, debiéndose a la satisfacción o frustración por su rendimiento.
- La ansiedad competitiva aumenta o disminuye el rendimiento del atleta, dependiendo de la situación y los resultados que se tenga, pero en la mayoría de ocasiones disminuye el rendimiento, debido a resultados negativos.
- Por otra parte, la ansiedad competitiva lleva a situaciones estresantes, que pueden provocar desilusión y frustración en el atleta.
- Sin embargo, un aumento en la ansiedad del atleta puede ocasionar problemas en la mente y cuerpo, causando problemas físicos y psicológicos.

- Así mismo, la ansiedad competitiva no solo provoca situaciones estresantes, en donde se disminuye el rendimiento del atleta, sino que puede provocar lesiones debido a la exigencia y la tensión en el soma del atleta.

Ahora bien, los atletas durante las competencias viven distintos tipos de emociones, siendo positivas y negativas, una de ellas son las situaciones estresantes que se producen al momento de competir, generando un bloqueo en los pensamientos del atleta. Además, de generar tensión emocional y corporal, produciendo en ocasiones lesiones debido al estado poco favorable que vive el atleta. Finalmente, estas situaciones estresantes que vive el atleta provocan que su rendimiento no sea el adecuado y los resultados no sean los esperados, generando frustración y desmotivación sobre sí mismo.

2.2. Autoeficacia en tenistas de alta competencia

En el deporte las personas creen que para ser un atleta de alta competencia necesitan tener talento y recibir la aprobación de terceros, sin embargo estas hipótesis en su mayoría no se cumplen, ya que para ser un atleta de alta competencia no solo basta con poseer aspectos externos, sino también que se necesita que la persona crea en sus habilidades como atleta y como persona, para poder resolver de buena manera situaciones adversas que se le presenta. Según Márquez (2006), la autoeficacia en el deporte es “la fuerza de la convicción propia de que se puede ejecutar adecuadamente la conducta necesaria para tener éxito” (p. 365). Esto quiere decir, que la autoeficacia es la creencia que tiene cada uno sobre sus habilidades y como utilizar esas capacidades para resolver la situación de una manera adecuada. Además, Cámara y otros (2013), señalan que cada atleta cree de distinta manera sobre sus habilidades, siendo esto importante, ya que atletas con alta eficacia, tienden a desafiar más a la situación, puesto que confían en solucionar de mejor manera la misma.

Ahora bien, durante las competencias los atletas perciben distintas situaciones, en donde la creencia sobre sus habilidades actúa sobre el rendimiento deportivo, así Álvarez y otros (2016), mencionan que la autoeficacia “influye en la ejecución deportiva” (p. 91). Así también, De La Vega y otros (2016), manifiestan que la autoeficacia en los atletas juega un papel fundamental, puesto que al tener distintas creencias sobre sus habilidades deportivas y su manera de competir en las distintas situaciones que se le presenta,

involucra su motricidad, siendo en ocasiones de mucha ayuda en su rendimiento y en otras ocasiones perjudican el mismo.

2.2.1. Aproximaciones conceptuales sobre Autoeficacia (AE)

Según Capdevilla y otros (2002), la autoeficacia es “la creencia de que uno es capaz de ejecutar con éxito un determinado comportamiento requerido para obtener unos determinados resultados” (p. 211). Esto quiere decir, que la autoeficacia es la idea que tiene cada atleta para realizar alguna actividad, en este caso en competir, tratando de alcanzar logros positivos. Adicionalmente, López y Manuel (2010), definen a la autoeficacia como “la creencia mantenida por un individuo respecto a su propia capacidad para organizar y ejecutar los cursos de acción que posibilitan la consecución de un resultado pretendido” (p. 101). Es decir, el atleta desarrolla herramientas por medio de sus pensamientos e ideas acerca de sus habilidades, siendo estas las que permiten que el sujeto se desenvuelva y alcance los resultados deseados.

Así mismo, Álvarez y otros (2016), conceptualizan a la autoeficacia como los “juicios que realizan las personas sobre sus capacidades para ejecutar con éxito un determinado comportamiento” (p. 91). Esto se explica, que las creencias y juicios que desarrollan las personas sobre sus capacidades deportivas, sirve para realizar la tarea de la manera que cada sujeto crea que es bueno, es decir cada atleta al competir de distinta manera de actuar como cree que es correcta y le ayudara a alcanzar el triunfo, debiéndose a su creencia. Además, Bonilla y otros (2013), comentan que la autoeficacia no solo se debe

a la creencia que tiene el individuo sobre sus capacidades que le ayudan a obtener resultados positivos, sino también a las experiencias que ha tenido el atleta durante su carrera deportiva, el cual ayuda a que cada situación sea resuelta mejor, debido a lo que ha aprendido durante las situaciones que ha vivido.

Por otra parte, Martin y Palmi (2014), definen a la autoeficacia como la manera de “superar un determinado reto en la actividad y mejora de sus propias capacidades” (p. 153). Es decir, que la autoeficacia es la forma personal de superar la situación y lograr la meta establecida, en donde la persona busca herramientas y utiliza sus capacidades para sobresalir a lo que se enfrenta. Así también, Guillén Rojas (2007), indican que la ansiedad competitiva es un “percepciones y valoraciones que el deportista tiene acerca de su propia capacidad para realizar correctamente una tarea” (p. 22). Pues bien, cada atleta percibe de distinta manera como resolver problemas durante la competencia y así lograr culminar la .tarea correctamente, siendo por medio de sus capacidades y valores que tengan como persona.

Así mismo, Aguado y otros (2014), conceptualizan que la autoeficacia esta “modulada por estrategias cognitivas centradas en la tarea” (p. 440). Esto explica, que la forma de realizar y efectuar la tarea se debe a la estrategia que cada sujeto desarrollo, basándose en su creencia y habilidad personal que tengan en el deporte, además de como perciba el atleta que debe ser realizado. Adicionalmente, Garoz y otros (2011), mencionan que la autoeficacia es un “sentimiento de competencia ante retos que acontecen en la vida de las personas, de forma que éstas pueden afrontar esas situaciones con la sensación de

poder controlarlas y reducir, satisfactoriamente” (p. 14). Esto quiere decir, que es una emoción que tienen los atletas durante la competencia, que se presenta a lo largo de su vida y ayuda a enfrentar los distintos momentos que se presentan y que debe ser solucionadas adecuadamente para ser satisfactorios para el deportista.

Por otra parte, Ortega (2005), indica que son “creencias que una persona posee sobre su capacidad para ejecutar con éxito un determinado comportamiento requerido para obtener unos resultados específicos o juicio emitido sobre la propia capacidad para alcanzar un cierto nivel de ejecución” (p. 24). Es decir, que son ideas propias que tiene cada sujeto acerca de sus capacidades y cualidades deportivas, las cuales le ayudan a competir frente a otros atletas, buscando siempre ser el triunfador y realizar la tarea de una manera correcta y efectiva, para así poder sobresalir por su accionar.

Finalmente, un atleta que crea en sus habilidades y capacidades al momento de competir podrá realizar efectivamente su tarea como indican, Gil y otros (2014), en donde, afirman que son “percepciones que determinan el uso de las habilidades personales, pues funcionan independientemente de éstas y elevan la confianza para ponerlas en práctica” (p. 562). Se entiende que la autoeficacia en los atletas es un aspecto que ayuda a mejorar el rendimiento, debido que eleva la confianza del individuo por medio de las creencias que cada uno tiene de sí mismo, no obstante al no tener confianza sobre sus habilidades sus creencias disminuyen y la efectividad de la tarea se verá disminuida.

2.2.2. Modelo Teórico de Autoeficacia

2.2.2.1. Teoría de Autoeficacia de Bandura

Esta teoría fue creada por Albert Bandura en (1977) e indica que el atleta durante la competencia va a crear y percibir distintas emociones, pensamientos y sentimientos, los mismos que ayudan a la realización de la acción y logro de la meta, involucrando sus cualidades deportivas. Así, mencionan Aplablaza y otros (2013), que esta teoría planteada por Bandura se fundamenta en un punto o eje principal que es “el pensamiento autorreferente, actúa mediando la conducta y la motivación en las personas”, además para que funcione necesita que el “pensamiento autorreferente sea convergente y coherente con el pensar, sentir y actuar, requiere de la calidad del autoconocimiento y la opinión de eficacia personal que se tenga” (p. 108). Esto quiere decir, que el deportista al tener creencias positivas para solucionar acciones que se le presente en la competencia, su actitud y conducta serán de igual manera aspectos afirmativos para él y le motive a llegar a lo esperado.

Adicionalmente, Gumbau y otros (2012), afirman que la teoría planteada por Bandura tiene como bases fundamentales a “la persuasión verbal de los demás, el aprendizaje vicario y la activación emocional (...), la motivación, el afecto, el pensamiento y la acción” (p. 312). Dicho de otra manera, la teoría establecida por este autor se centra en las creencias o juicios propias capacidades de realizar la tarea, sin embargo estas creencias se consolidan con la percepción del sujeto sobre su entorno y como ellos

actúan sobre él, también de las experiencias que ha tenido el individuo y por último como se siente emocionalmente la persona. No obstante, Sánchez (2006), afirma que para que las bases de esta teoría funcionen se requiere de la autorregulación de la conducta, puesto que sirve como efecto en la intensidad y persistencia en cada atleta al enfrentar momentos adversos.

Por otro lado, Canto (2011), complementa que “las personas crean y desarrollan sus auto percepciones acerca de su capacidad, mismas que se convierten en los medios por los cuales siguen sus metas y controlan lo que ellos son capaces de hacer para controlar” (p. 46). En otras palabras, cada sujeto percibe y controla sus capacidades de distinta forma, siendo las herramientas para ejecutar la acción y poder alcanzar el objetivo deseado, buscando que la conducta sea favorable para el individuo. Así pues, es fundamental que cada atleta tenga un adecuado control sobre sus propios sentimientos, pensamientos y emociones, ya que al tener emociones negativas hacia sí mismo perjudicará y disminuirá la creencia sobre sí mismo, provocando que su percepción se errónea.

Así mismo, Bayrón (2012), señala que dentro de la teoría creada por Bandura es esencial la “convicción de una persona en su habilidad para realizar ciertas tareas determinará si este las intentará y cuán bien las realizar” (p. 32). Esto quiere decir, que el individuo debe confiar en sus habilidades y capacidades de ejecución de la tarea, siendo consciente si podrá realizar la tarea correctamente y si lograra alcanzar la meta establecida. Además, se requiere de la intensidad y el esfuerzo que deposite la persona en la

realización de la acción, ya que individuos que se esfuerzan más en la ejecución de la tarea son quienes confían más en sus capacidades y obtienen mejores resultados.

Además, Aguado y otros (2014), señalan que “deportistas con mayores niveles de autoeficacia probablemente se marcarán metas más retadoras, llevarán a cabo mayores esfuerzos y persistirán ante la adversidad por lo que podrían estar expuestos a un mayor riesgo” (p. 439). Es decir, que cada atleta desarrolla distintos niveles de autoeficacia a lo largo de su competencia, pero deportistas que presentan niveles altos de autoeficacia, aluden a que confían y creen mucho en sus habilidades y capacidades para ejecutar la tarea y obtener resultados aceptables, siendo desafiantes y confiados de lo que son. Por otro lado, Llewellyn Sánchez (2008), manifiesta que la autoeficacia está presente en los atletas, pero esta no siempre es desarrollada adecuadamente, puesto que no todos son capaces de confiar en sus cualidades y capacidades deportivas, las cuales ayudan a que el individuo realice y ejecute la tarea de una mejor manera y el desgaste personal no sea tan fuerte, además atletas que confían y creen que pueden realizar la tarea correctamente, son sujetos que desafían lo que se les presenta durante la competencia, es decir no presentan miedo frente a situaciones poco agradables, ya que sienten que sí podrán superar ese momento.

Sin embargo, esta teoría no fue la única que se realizó acerca del rol que ocupa la autoeficacia en las personas, pues Hoover-Demsey y Sandler, propusieron otra teoría distinta a la mencionada anteriormente.

2.2.2.2. Teoría de Autoeficacia de Hoover-Dempsey y Sandler

La siguiente teoría fue creada por Hoover-Dempsey y Sandler 1995, manifiestan que no solo se debe a aspectos personales para que el atleta desarrolle niveles altos de autoeficacia, sino también a aspectos externos como son los padres, quienes apoyan e influyen en las creencias de los deportivos y en su ejecución. Así, comentan Serpa y Teques (2009), que esta teoría presenta una “influencia parental considerando una perspectiva integrada, a través de la combinación de variables estructurales y dinámicas” (p. 237). Esto explica, que no solo existe una relación entre la creencia que tiene el atleta sobre su capacidad de ejecutar la tarea, sino también de la influencia que tiene por parte de sus padres, ya que son en su gran mayoría son un apoyo y un ejemplo a seguir, además son quienes le ayudan a elevar su confianza y la forma de afrontar la situación de mejor forma.

Así mismo, Castro y otros (2017), argumentan que la interacción y participación de los padres influyen en las creencias que tienen sus hijos sobre sus capacidades de ejecución, siendo quienes evalúan y aprueban lo realizado por su hijo. Pero en ocasiones la tarea realizada no es aprobada por los padres, provoca que el sujeto desconfíe de sí mismo y sienta que sus capacidades no son las adecuadas. Sin embargo, Holloway y Petrie (2006), señalan que el apoyo de los padres es fundamental en la consolidación de los juicios que tiene el niño sobre sus capacidades en realizar la tarea, pero se necesita que los progenitores tengan claro sus creencias “acerca de su función en respaldar la formación..., y sus percepciones respecto a su eficacia para hacerlo” (p. 2). Esto quiere

decir, que el niño se sentirá capaz de ejecutar cualquier acción, si primero los padres le transmite seguridad y confían al chico, para que luego él se quien realice la tarea de la mejor manera.

Complementariamente, García y otros (2017), afirman que la autoeficacia en el niño depende de la confianza que tengan sus padres sobre cada uno y como “se perciben los padres para ayudar a que su hijo tenga éxito” (p. 4). Esto explica, que depende de la confianza que tenga los padres sobre ellos mismos y sientan que son capaces para ejecutar y terminar la tarea, ayudaran al niño a tener mejores resultados. Por último, Franco Vega (2017), sostiene que por esta teoría “los padres que se involucran en la educación normalmente obtienen algún nivel de resultados positivos y tienen la tendencia de atribuir estos, en parte por lo menos, a su propio esfuerzo y al del niño” (p. 13). Eso quiere decir, que los padres que se esfuerzan en el crecimiento (formación) y transmiten confianza sobre el niño, ayudan a que tengan seguridad sobre sí mismo para poder superar cualquier situación que se le presente.

2.2.3. Características de la Autoeficacia en el deporte

Según Capdevilla y otros (2002), comenta que una de las principales características en la autoeficacia es el estado de ánimo que tiene el atleta al momento de realizar la tarea y como cree que deberá ser realizado, ya que si el atleta se encuentra motivado y con niveles altos de confianza sobre sí mismo realizara un buen trabajo, mientras que si el sujeto siente que va a fracasar y no va alcanzar el objetivo la acción no se ejecutara

adecuadamente. Adicionalmente, Aguado y otros (2014), afirman que la autoeficacia en deportistas se caracteriza por que “influyen factores como los logros de ejecución, la experiencia vicaria, la persuasión visual y los estados fisiológicos” (p. 562). Esto se explica de mejor manera que la autoeficacia se construye por creencias propias sobre cualidades deportivas, estado en el que se encuentre la persona, la percepción que tenga el sujeto sobre las situaciones y la manera de realizar lo que se le pide que haga, es decir de la forma de ejecutar el trabajo.

Así también, Reigal y Videra (2013), señalan que una de las características de la autoeficacia tiene que ver con “el bienestar de las personas” (p. 108). Esto quiere decir, que el atleta al sentirse animado y percibir que es capaz de realizar la acción correctamente, sus capacidades atléticas mejoraran y por ende su rendimiento deportivo incrementara, pero si el sujeto no se siente bien consigo mismo el sentimiento a fracasar aumentara y disminuirá su efectividad para ejecutar el trabajo. Además, la autoeficacia que se presenta en los atletas no solo genera problemas emocionales como es fracaso, desmotivación, desconfianza como indican Gil y otros (2014), problemas emocionales, el sujeto tiende a ejecutar los ejercicios erróneamente, generándole frustración y desconfianza sobre sus propias cualidades personales.

Por otro lado, Fuster-Parra y otros (2014), comentan que otra de las características es el estilo de afrontar la situación, es decir la manera que el atleta actúa y responde frente a la situación, buscando culminar el trabajo efectivamente y alcanzar el triunfo, esto se logra cuando tanto las creencias y las habilidades personales están conectadas y se

muestran de forma positiva en el atleta. Además, Ruiz Barquín (2012), manifiestan que en la AE se ve relacionada con la “personalidad y estados de ánimo” los cuales permiten a entrenadores interpretar “e incluso predecir, el comportamiento deportivo” (p. 92). La autoeficacia en competencias deportivas es uno de los aspectos más importantes en los atletas, ya que por medio de sus creencias y su accionar lograra sus resultados, no obstante cada sujeto es distinto a otro, presentando distinta percepción de cómo actuar frente a una situación específica, debido a su personalidad y también de cómo se encuentre el atleta.

Casáis y Lago (2010), comentan que la autoeficacia se caracteriza por tener pensamientos y esfuerzos por lograr que la acción sea realizada de buena manera, es decir que el atleta sabe cómo manejar y dirigir sus capacidades para alcanzar el objetivo, pero no conoce lo que se le presentara a lo largo del camino, en donde cada individuo se esfuerza para llegar a la meta establecida. Asimismo, Aedo y Ávila (2009), sustentan que la autoeficacia es “la confianza en los resultados que tiene una persona al decidir cambiar o mantener cierta acción o conducta” (p. 325), esto quiere decir la autoeficacia antes y durante la competencia cambia en el atleta, dependiendo de cómo se sienta sobre sí mismo y como este realizando la tarea, es decir su desenvolvimiento y resultados esperados.

Así, la AE se caracteriza por creencias o juicios personales que tiene el atleta para realizar adecuadamente la acción, presentándose y desarrollándose de distinta manera en cada atleta.

- La confianza e ideas positivas, incrementan los niveles de autoeficacia en el atleta.
- La autoeficacia se caracteriza por ser un mecanismo de autorreflexión, puesto que evalúa sus acciones y genera pensamientos positivos o negativos en el sujeto sobre lo realizado.
- Por otra parte, la autoeficacia en competencias se incrementa, debido a los pensamientos que tiene el atleta y el cumplimiento de la tarea que se establece, cumpliéndose cuando los pensamientos no son negativos.
- Además, se caracteriza por relacionarse con experiencias vividas, ayudando a estas a mejorar el pensamiento que tiene el deportista hacia sí mismo y posteriormente a la ejecución de la tarea.
- Otra característica en la autoeficacia es la forma de actuar que tiene cada atleta frente a las distintas situaciones que experimentan en las competencias, debido a las creencias que tiene cada uno sobre sus capacidades y habilidades.
- La autoeficacia no solo está conectada con aspectos personales, es decir habilidad y capacidad de ejecutar correctamente la acción, sino también del apoyo e influencia de los padres.

- Así mismo, la autoeficacia en ocasiones se caracteriza por estar relacionado con los pensamientos positivos que transmiten otras personas hacia el deportista, ayudando a consolidar sus creencias y confianza hacia sí mismo, no obstante si los pensamientos son negativos la autoeficacia disminuirá.
- Finalmente, otra característica de la autoeficacia es el sentimiento de aprobación de terceras personas sobre la ejecución de la tarea, es decir del desempeño deportivo durante entrenamientos y competencias, obteniendo refuerzos y reconocimientos positivos sobre su rendimiento atlético.

Ahora bien, al manifestarse pensamientos positivos sobre la persona ayuda a tener un mejor rendimiento deportivo, como también de incrementar las creencias sobre sus habilidades como deportista y como persona. Además, durante la competencia la autoeficacia cumple un rol fundamental, puesto que puede mejorar o disminuir gradualmente el rendimiento, debiéndose a los pensamientos que cada uno tiene sobre sus cualidades y su manera de ejecutar la acción que se le presenta durante la competencia.

2.2.4. Causas de la Autoeficacia en atletas de alta competencia.

Herrera y Salazar (2013), afirman que una de las causas que está relacionado a la autoeficacia, es la creencia que “posea una persona se convierte en una competencia

deseable que se debe desarrollar en cualquier ámbito” (p. 2). Es decir, que el juicio que posee cada persona sobre sí mismo al momento de competir se puede presentar en cualquier momento, ya que al estar implícito en cada uno esta idea de cómo actuar y ejecutar acciones para alcanzar la meta se debe a la capacidad de que tiene cada sujeto. Adicionalmente, Zubiaur González (2005), indica que la autoeficacia causa cambios en el pensamiento de cada atleta, ya que actúa el “dialogo interno sobre las propias capacidades y los estados psicológicos asociados a las diversas situaciones de experiencias motoras” (pp. 91-92). Pues bien, se observa que la autoeficacia son creencias o juicios propios que tiene cada atleta de como competir y ejecutar las tareas que se le presentan, involucrando el diálogo interno durante la competencia y siendo quien comanda como participar, como también como sentirse en ese momento.

También, Gómez Ardila y otros (2015), manifiestan que la autoeficacia causa distintos fenómenos tanto positivos como negativos, en donde se encuentran efectos significativos que influyen y relaciona con “ansiedad competitiva sobre el rendimiento deportivo” (p. 109). Esto quiere decir, que los pensamientos que tiene el sujeto sobre sí mismo para competir, en ocasiones genera tensión y síntomas ansiógenos, ya que al no realizar el trabajo como se desea y se cree que se debe hacer el sujeto comienza a tener ideas negativas y estrés por no estar haciendo como quisiera. Así mismo, Ortega y Meseguer (2009), mencionan que al sentirse estresado el atleta, tiene juicios negativos sobre sus habilidades de resolución y ejecución de la tarea, es decir de competir generándole tensión y frustración por no alcanzar lo establecido.

Por otro lado, la autoeficacia causa efectos positivos en los atletas, así señalan Olivari Medina y Urra Medina (2007), que atletas que tienen niveles altos de autoeficacia no solo obtienen buenos resultados, sino que alcanzan una regularidad significativa durante sus entrenamientos y competencias deportivas. Además, si la autoeficacia se mantiene positiva ayuda a que su autoconfianza se encuentre estable y sirva de apoyo en su rendimiento, sin embargo si el atleta presenta niveles bajos de autoeficacia su regularidad y confianza disminuirá considerablemente, provocando que su rendimiento no sea el adecuado. Sin embargo, Bastos y otros (2005), argumentan que los atletas que no logran autorregularse no obtendrán resultados aceptables causándoles desconfianza sobre sus habilidades por realizar la tarea deportiva y sus propias expectativas por alcanzar la meta establecida se reducirán.

2.2.5. Consecuencias de la Autoeficacia en atletas de alta competencia

La autoeficacia al ser los juicios propios sobre la habilidad para terminar el trabajo, forma sentimientos y valores como atleta, además de otros aspectos significativos como mencionan, De Barrant y Otros (2009), donde indica que la autoeficacia no solo influye en la creencia que tiene el individuo para ejecutar la acción, sino también en el rendimiento que tiene el deportista durante la competencia, puesto que al sentirse capaz de concluir la faena deportiva su rendimiento mejora, pero si es lo contrario esto no será realizado correctamente. Así también, indican Ramírez y otros (2004) que al exigir al atleta para tratar de que logre y llegue a la meta se tiende a “someter al alumno a presiones constantes o cargarlo de exigencias que él no está en condiciones de poder

afrontar, puede marcarlo de tal manera que condicione o limite su futura participación en el deporte” (p. 8). Esto se explica, que no solo el sujeto se exige creyendo que va a lograr terminar lo establecido, sino que en ocasiones otras personas presionan y exigen al atleta para intentar alcanzar un rendimiento que le lleve a triunfar.

Por otra parte, otra consecuencia que indican Carrasco Ortiz y Del Barrio Gandara (2002), que niveles altos de autoeficacia “aumentarán su funcionamiento sociocognitivo en muchos dominios y afrontarán las tareas difíciles percibiéndolas como cambiables, más que como amenazantes” (p. 324). Es, que al tener un elevado nivel de autoeficacia la persona desafeara más lo que se le presenta, ya que confía y siente que puede ejecutar y lograr terminar lo que se le da sin mayor problema. Adicionalmente, López y Manuel (2010), señalan que dependen de la situación y como perciba el sujeto, la autoeficacia puede ser concreta o puede ser relativo, explicándose mejor que puede presentarse todas las características de este fenómeno o solo pueden aparecer partes del mismo.

Por otro lado, existen algunas consecuencias de la autoeficacia en el deporte.

- La autoeficacia provoca cambios emocionales y conductuales en el desempeño dentro y fuera de la cancha, debiéndose a la satisfacción o frustración por su rendimiento, al igual de la confianza que tiene el atleta sobre sí mismo.
- La autoeficacia aumenta o disminuye el rendimiento del atleta, dependiendo de la situación y el estado emocional que presente el atleta en esos momentos.

- Por otra parte, el deportista que tenga una autoeficacia positiva, puede aumentar la confianza sobre sí mismo, pero si es lo contrario puede disminuir su confianza y rendimiento deportivo, dependiendo del estado emocional que presente el atleta.
- Además, el aumento de autoeficacia, es decir de ideas positivas sobre su propia manera de ejecución, puede provocar un sobreesfuerzo y por ende lesiones en los atletas, ya que al tratar de alcanzar la meta puede generar que el sujeto se exija más de lo que realmente puede.
- Sin embargo, atletas que tienen ideas negativas sobre sus capacidades para realizar la tarea, presentan dificultades al ejecutar acciones en momentos críticos de las competencias y desisten de competir, indicando que su nivel de autoeficacia es bajo y se sienten disminuidos frente a los demás.
- Así también, otra consecuencia de la autoeficacia en el deporte tiene que ver con el estilo de ejecución de la tarea y afrontamiento de las distintas situaciones que experimenta el atleta durante las competencias, siendo en ocasiones favorables o desfavorables para el individuo, teniendo en cuenta que no siempre el atleta encuentra herramientas adecuadas para afrontar la situación y la tarea no es realizada correctamente.

- Los atletas con altos niveles de autoeficacia muestran más esfuerzo y persistencia para ejecutar las acciones que se les presentan a pesar de la dificultad, buscan algunas alternativas para realizar la tarea y así poder alcanzar la meta establecida.
- Por último, el deportista al tener juicios negativos sobre sí mismo no solo provocara desconfianza y disminución en su rendimiento, sino también que su cuerpo se tense y tenga movimientos poco fluidos, debido a que los niveles de ansiedad y estrés aumentaran considerablemente.

Ahora bien, los atletas durante las competencias perciben y experimenta distintos tipos de emociones, siendo buenas y malas, en donde la valoración propia tiene gran importancia, puesto que al evaluarse y creerse como deportista, provoca que sienta no siempre estas ideas sean reales sobre sí mismo. No obstante, si las ideas sobre sus capacidades son negativas, el atleta sentirá que es incapaz de realizar la tarea y desconfiara de sus propias habilidades. Además, al evaluarse como atleta, el sujeto buscara dar lo mejor de sí, siendo en la mayoría de veces realizada con un nivel de esfuerzo que superior a lo normal, provocando que se lastime el cuerpo tanto física como mentalmente. Finalmente, dependerá del nivel de autoeficacia que tenga el atleta para que la tarea sea realizada y el objetivo sea cumplido, ya que personas con alto nivel de autoeficacia confían en que ejecutar la acción correctamente y cumplirán lo anhelado.

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Tipos y diseño de la investigación

El estudio de la presente investigación es de tipo cuasi-cuantitativo, alcance descriptivo y comparativo de desarrollo histórico y diseño no experimental. Además, el método de la investigación es científico y el diseño es longitudinal, puesto que se realizara en dos momentos específicos antes y durante la competencia tenística.

La presente investigación es tipo cuasi-cuantitativo, puesto que las variables establecidas para la investigación son medibles, como lo indica Martínez (2006), que las investigaciones cuasi-cuantitativas se basan en “teoría(s) ya existente(s) a partir de una serie de hipótesis surgidas de la misma, siendo necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno objeto de estudio” (p. 169). Esto quiere decir, que las investigaciones cuasi-cuantitativas se caracterizan por tener como base teorías existentes y que sirva para intervenir en una población determinada, sin embargo no se tiene el control total de la investigación. Así también, al ser cuasi-cuantitativo las variables proporcionan información sobre su validez, las cuales serán sujeto de un análisis de desarrollo histórico, en donde se puede establecer hipótesis para poder comprobarlas y llegar a conclusiones más reales.

Así mismo, Sarduy Domínguez (2007), señala que las investigaciones cuasi-cuantitativas se encargan de “recoger, procesar y analizar datos cuantitativos o numéricos sobre variables previamente determinadas” (p. 8). Es decir, que las investigaciones cuantitativas al recolectar información, identifican los puntos más importantes y analiza estadísticamente sus resultados, sustentando científicamente los mismos.

Además, esta investigación se realizará a través de un alcance descriptivo. Así, Martínez (2006), menciona que en el alcance descriptivo “se pretende identificar los elementos clave o variables que inciden en un fenómeno” (p. 170). Es decir, que el diseño descriptivo tiene la finalidad que identificar fenómenos las cuales van a ser descritas y analizados que participen dentro del estudio. Por otro lado, Dominick & Wimmer (1996), comentan que el estudio o diseño descriptivo como su nombre lo dice tiene el objetivo de describir fenómenos, situaciones, acciones o sucesos que son de mucha relevancia y tenga una gran influencia en el entorno.

Por otra parte, esta investigación al ser comparativo de desarrollo histórico, se realizara en dos momentos específicos los cuales son antes y durante competencias tenísticas, buscando identificar si la ansiedad competitiva y la autoeficacia producen cambios significativos en los atletas. Así, Caïs (1997), comenta que la investigación comparativa de desarrollo histórico “consiste en variar las circunstancias de un fenómeno con la intención de eliminar variables y factores accesorios para llegar a los que es constante y fundamental” (p. 6). Esto se explica, que este tipo de investigación analiza como las

variables influye en el estudio en dos momentos específicos, para así poder identificar como en se presenta en cada momento el fenómeno. Según Colino (2004), el objetivo de las investigaciones comparativas es “identificar la variedad de pautas causales que dan lugar a un fenómeno, que de saber cuántas veces ocurre cada caso del fenómeno o se puede esperar que ocurra” (p. 24). Es decir, que las investigaciones comparativas tratan de identificar como el fenómeno que se estudia ocurre en distintos momentos y como participa en las personas.

Adicionalmente, la investigación tiene un diseño no experimental, según Gómez & Roquet, (2012), en este diseño el investigador no controla las variables independientes, puesto que el fenómeno que se está analizando ya ha sucedido o no se ha encontrado la manera correcta de control las variables independientes establecidas.

Por otra parte, la presente investigación es científica, según Zapata-Ros (2015), la investigación científica tiene un “carácter marcadamente formativo, regulando la propia actividad con el resultado de la interacción” (p. 2), Esto se explica, que la investigación científica ayuda a formar a las personas, buscando llenar un vacío en la ciencia, es decir que entrega conocimientos a las personas sobre aspectos que son de ignorancia para cada uno. También, Maya (2014) dice que el propósito de la investigación científica es “buscar una aproximación más exacta al estudio de cualquier problema que se plantee en la sociedad” (p. 15). Es decir, que por medio de la investigación científica se planea tener una mejor idea sobre el fenómeno que se está estudiando, como también se puede conocer mejor de cómo se produce el mismo.

Finalmente, este estudio es longitudinal, puesto que se realizara en dos momentos distintos, siendo antes y durante competencias tenísticas. Cauas (2015), menciona que el estudio longitudinal se caracteriza por ser estudiar y analizar el fenómeno en tiempos lineales distintos, para probar como se presenta el fenómeno y si la diferencia entre los dos tiempos es significativa. Por otro lado, (ibid) comenta que el estudio de corte longitudinal, se centra en experimentar el fenómeno en dos épocas distintas de tiempo y como se presenta en cada época el fenómeno.

3.2. Técnicas

Las técnicas utilizadas para esta investigación fueron la observación científica y la entrevista psicológica estructurada el uso de psicometría, siendo estos medios de gran ayuda para poder determinar si se comprueba o no la hipótesis establecida anteriormente con los resultados obtenidos, además de establecer conclusiones y recomendaciones de lo investigado.

Si bien, la observación científica permite identificar, analizar y comprobar de una manera más real al fenómeno de estudio, como manifiestan Campos & Martínez (2013), que la observación científica busca “captar de la manera más objetiva posible, lo que ocurre en el mundo real, ya sea para describirlo, analizarlo o explicarlo desde una perspectiva científica” (p. 3). Es decir, la observación científica identifica y analiza el fenómeno desde una realidad más concreta, puesto que se involucra y evidencia como

verdaderamente el problema que se estudia. Así también, Sabino (2014), indica que la observación científica explora de una manera más directiva la problemática, pues busca tener una realidad más valedera para analizar.

Por otro lado, se encuentra la entrevista psicológica estructurada como otra técnica de investigación, pues sirve para poder recolectar información y datos significativos que ayuden a la investigación, obteniéndose por medio de test psicológicos estandarizados. Así, Fernández-Ballesteros (2014), comenta que la entrevista estructurada, es una herramienta para poder recabar información sobre los participantes, por medio de preguntas estandarizadas y que buscan medir una problemática específica. Adicionalmente, Perpiñá (2014), señala que la entrevista estructurada en psicología tiene como objetivo obtener datos por medio de test, los cuales serán analizados e interpretados técnicamente.

3.3. Instrumentos

3.3.1. Ficha Ad Hoc Sociodemográfica

En la presente investigación los instrumentos técnicos que se utilizaron fueron: Ficha de observación, en donde se utilizó ficha sociodemográfica y test psicológicos. En la ficha sociodemográfica se recolecto información como: datos personales, carrera deportiva (ranking nacional e internacional, logros deportivos, e inicio), situación económica,

lesiones, situación nutricional, equipo multidisciplinario y horas de entrenamiento de los tenístas ecuatorianos.

Por otra parte, Anastasi & Urbina (1998), indican que los test psicológicos “son herramientas, y para obtener información y beneficios que proporcionan para tener una idea más clara de la situación real del paciente” (p. 2). Es decir, los test psicológicos no solo son instrumentos de aplicación en la terapia, sino que sirve para obtener más información sobre la situación en la que se encuentran los atletas y corroborar con lo observado anteriormente.

3.3.2. Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)

El cuestionario de autoevaluación de Illinois (CSAI-2) fue creado por Martens, Burton, Vealey, Bump & Smith en el año 1990 y su objetivo fue identificar y evidenciar los efectos de la ansiedad en los atletas. Sin embargo, esa versión fue actualizada por Cox, Martens & Russell en 2003 y adaptada al español en 2007 por Andrade, Lois & Arce. Ahora bien, Cruz y otros (2010), mencionaron que la versión original estaba conformado por 102 ítems, pero los autores del test decidieron suprimir y clasificar los ítems hasta llegar a un número considerable, no obstante el objetivo del test siempre se mantuvo, siendo identificar los efectos de la ansiedad en los atletas. Adicionalmente, Caracuel & Jaenes (2005), mencionan que el test actualizado y adaptado al español, buscando identificar como la ansiedad afecta a los atletas en sus competencias.

Este reactivo psicológico tiene 27 preguntas, las cuales se califican bajo una escala Likert de 4 puntos, siendo 1.- Muy en desacuerdo; 2.- En desacuerdo; 3.- Indiferente y 4.- En acuerdo. El instrumento se califica por medio de tres subescalas que son: Ansiedad Cognitiva (conformada por los ítems 1,4,7,10,13,16,19,22 y 25), Ansiedad Somática (conformada por los ítems 2,5,8,11,14,17,20,23,26) y por ultimo Autoconfianza (conformada por los ítems 3,6,9,12,15,18,21,24,27).

Por otra parte, el análisis factorial de esta batería psicológica, indica que la confiabilidad que fue medida a través del alfa de Cronbach oscila entre 0.79 y 0.90 en su escala total (Arribas Galarraga y otros, 2012, p. 545). Es decir que el CSAI-2 contiene las adecuadas propiedades psicométricas para la investigación, teniendo una correcta validez e indicando que es de mucha ayuda para evaluar ansiedad competitiva en atletas.

3.3.3. Escala de Autoeficacia General (EAG)

La escala de autoeficacia general (EAG) fue creado por Baessler & Schwarzer en el año 1973, constando de 20 ítems y su objetivo fue evaluar los pensamientos y sentimientos personales frente a la manera de actuar frente a una competencia. No obstante, en 1983 el número se redujo a los 10, quedando establecido hasta la actualidad. Pues bien, esa versión fue analizada y adaptada al castellano por García y otros en 2003, manteniendo el objetivo y el número de ítems que se tenían desde su creación. De la misma manera, Barriga y otros (2010) adaptaron y validaron la EAG a Latinoamérica por

investigaciones realizadas a una comunidad específica, indicando que la escala puede servir para ser analizada en nuestro medio.

Este reactivo psicológico tiene 10 preguntas y se califican bajo una escala Likert de 4 puntos, siendo 1.- Desacuerdo; 2.- Ni de acuerdo ni desacuerdo; 3.- De acuerdo y 4.- Totalmente de acuerdo. El instrumento se califica sumando todos los puntos de los 10 ítems, siendo 10 bajo y 40 alto, esto quiere decir que lo mínimo que se puede alcanzar es 10 y lo máximo que se puede alcanzar es 40.

Por otro lado, el análisis factorial de este reactivo psicológico, presenta una confiabilidad buena, indicando que alfa de Cronbach es de 0.84 (García y otros, 2003, p. 8). Es decir, que la EAG tiene las correctas propiedades psicométricas, las cuáles indican que puede ser utilizado en investigaciones posteriores.

3.3.4. Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)

La escala de autoeficacia motriz (EAM) fue tomada de la escala de autoeficacia general creado por Baessler & Schwarzer en el año 1996 y adaptada al deporte, teniendo como objetivo evaluar los pensamientos, sentimientos y actuaciones personales frente a situaciones estresantes que se presentan en competencias deportivas. Ahora bien, Sanjuán y otros (2000), señalan que este test fue adaptado al español y fue utilizado en investigaciones deportivas, encontrando datos significativos de cómo las creencias personales se ve alteradas en momentos estresantes de las competencias. Por otro lado,

Hernández-Álvarez y otros (2011) indican que la EAM fue utilizada en una investigación escolar española y adaptada a la lengua castellana.

Este reactivo psicológico contiene 10 preguntas, las cuáles se califican bajo una escala Likert de 4 puntos, siendo 1.- Nada de acuerdo; 2.- Poco de acuerdo; 3.- Bastante de acuerdo y 4.- Totalmente de acuerdo. El instrumento se califica igual que la EAG, en donde se suma todos los puntos de los 10 ítems, siendo 10 bajo y 40 alto, esto quiere decir que lo mínimo que se puede alcanzar es 10 y lo máximo que se puede alcanzar es 40.

El análisis factorial de este test psicológico, presenta una fiabilidad alfa de 0.82, siendo aceptable para investigaciones (Hernández-Álvarez y otros, 2011, p. 17). Esto quiere decir, que la EAM presentan adecuadas propiedades psicométricas y puede ser utilizado correctamente en posteriores investigaciones.

3.3.5. Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

El inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED) fue creado por Hernández-Mendo en 2006, siendo adaptado por Hernández-Mendo, Morales-Sánchez, & Peñalver en 2014, teniendo como objetivo identificar las fortalezas y debilidades de los atletas, identificando distintos rasgos significativos y momentos específicos durante la práctica deportiva. Este test psicológico tiene 42 preguntas, en donde se califican por medio de una escala Likert de 5 puntos, siendo 1.- Casi siempre; 2.- Muchas veces; 3.- A veces sí,

a veces no; 4.- Pocas veces y 5.- Casi nunca. El reactivo se califica por medio de siete subescalas las cuáles son: Autoconfianza (conformada por los ítems 1, 8, 15, 22, 29 y 36), Control de Afrontamiento Negativo (conformada por los ítems 2,9,16,23,30,37), Control Atencional (conformada por los ítems 3,10,17,24,31,38), Control Visoimaginativo (conformada por los ítems 4,11,18,25,32,39), Nivel Motivacional (conformada por los ítems 5,12, 19, 26, 33, 40), Control de Afrontamiento Positivo (conformada por los ítems 6, 13,20, 27, 34, 41) y por último Control Actitudinal (conformada por los ítems 7, 14, 21, 28, 35 y 42).

Finalmente, el análisis factorial de este reactivo psicológico, indica que la confiabilidad medida por medio del alfa de Cronbach es de 0.90, siendo bueno (Hernández-Mendo, Morales-Sánchez, & Peñalver, 2014, p. 314). Es decir que el IPED presenta propiedades psicométricas apropiadas para ser utilizado en investigaciones.

3.4. Población y muestra de la investigación

La población de interés para la presente investigación comprende a los y las Tenistas de Alta Competencia en el Ecuador, que se encuentran en las categorías de 16 años, 18 años y Abierto entre los 16 y 26 años de edad. Por lo que el número total de casos de interés contabilizados por la FET en el actual año son alrededor de 400 casos. En esta población se han identificados algunos síntomas significativos como poca eficacia en el rendimiento deportivo, angustia, tensión, estrés, disminución significativa en el

rendimiento atlético, desconfianza en sus capacidades como atleta y poca autonomía, por lo cual el presente trabajo es novedoso.

Para el avance del presente proyecto de investigación será fundamental evaluar psicológicamente a los casos de interés, no obstante estas evaluaciones no se realizarán a todos los casos de interés, debido a que existe una alta probabilidad de dificultades sobre la aplicación de dichas evaluaciones, por lo cual se trabajará con un grupo de 60 sujetos para el análisis comparativo, cantidad que permitirá predecir un efecto mediano al ser analizado a través de W de Wilcoxon. Según Morales (2012) indica que un número ideal de casos de interés para un estudio comparativo histórico, tiene como requerimiento 60 casos de interés (p. 17), cumpliendo con lo mencionado anteriormente.

3.5. Procedimiento

La presente investigación comenzó con una indagación bibliográfica, donde se buscó toda la información posible acerca del tema y que sirva para entender de mejor manera la problemática, para así estudiar y analizar estadísticamente los resultados obtenidos. Seguidamente se seleccionó los instrumentos psicométricos de evaluación de las variables de estudio. Por otra parte, la población fue comprendida por tenistas de alta competencia, es decir con atletas que se encontraban en competencias constantemente y su nivel de competición era significativo. La recolección de datos se realizó durante dos momentos específicos los cuales fueron antes y durante de una competencia deportiva, teniendo datos importantes y confidenciales, cuyo fin fue netamente científico.

Los tenistas colaboraron con la aplicación, contestando rápidamente lo que se les presento, en donde se les pidió que completen la carta de consentimiento informado; seguido de la ficha sociodemográfica, buscando obtener datos importantes para su respectivo análisis y para terminar se les presento los reactivos psicológicos que fueron: Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2) de Martens, Vealey & Burton (1990); Escala de Autoeficacia, Escala de Autoeficacia Motriz y por último Inventario Psicológico de Ejecución Deportivo (IPED) de Hernández-Mendo, (2006)). Ahora bien, los datos conseguidos en las aplicaciones se introdujeron, tabularon y analizaron por medio del programa de análisis estadístico SPSS versión 21. Pues bien, con el análisis estadístico se pudo identificar los distintos aspectos que influyen e incrementan la ansiedad competitiva en los tenistas de Ecuador y como la autoeficacia se presenta en los mismos.

CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS

4.1. Análisis sociodemográfico de los participantes

En esta sección del estudio se comprende el análisis sociodemográfico que presentan los participantes en la investigación y está dividido en tres segmentos principales. La primera es el análisis de las variables globales que presenten los datos de los participantes las categorías y provincias que representan, seguido a esto viene el segundo análisis que contiene las variables individuales y finalmente el último análisis indica las variables relacionadas con la carrera deportiva. La investigación fue realizada a 60 tenistas de alto rendimiento de Ecuador, siendo utilizada la información para fines científicos.

4.2. Análisis de las variables individuales

En la Tabla 4.1 se muestran la distribución de los evaluados en sentido de las variables individuales como son: sexo, identificación étnica y situación económica.

Tabla 4.1.*Distribución de los evaluados en sentido de las variables individuales*

Variables	Frec.	%
Sexo		
Masculino	45	75%
Femenino	15	25%
Identificación étnica		
Mestizo/a	51	85%
Indígena	0	0%
Afro	0	0%
Blanco/a	9	15%
Situación económica		
Muy buena	13	21.7%
Buena	44	73.3%
Regular	3	5%
Mala	0	0%

Nota: 60 participantes.

En la variable sexo se identificó una prevalencia del sexo masculino sobre el femenino teniendo el primero 45 participantes y un porcentaje del 75%, mientras en el sexo femenino solo intervinieron 15 tenistas, siendo 25% de la muestra (Ver gráfico 4.1).

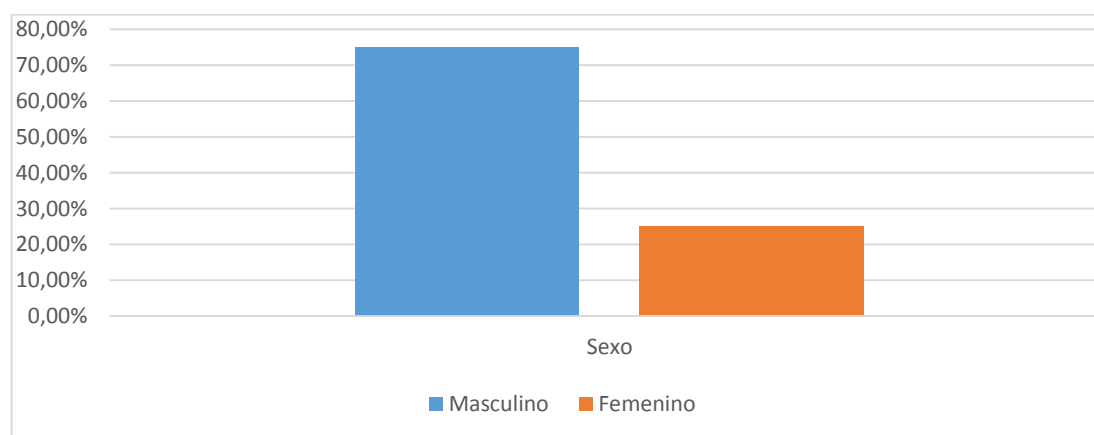


Gráfico 4.1. Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre sexo

La representación gráfica señala que el sexo masculino tuvo mayor participación que el sexo femenino, debido a que más tenistas varones se encuentran en niveles altos de competencia, mientras que en el sexo femenino este tipo de deportistas no se localizan fácilmente, puesto que en categorías altas gran parte de las mujeres dejan de competir.

En la variable identificación étnica se encontró cuatro tipos distintos entre los participantes, siendo la etnia mestizo/a la que mayor cantidad de participantes tuvo con 51 tenistas representando el 85% del total de la muestra. Luego se mostró a la etnia blanco/a, con 9 tenistas y un porcentaje de 15%, finalmente se encontraron la etnia Indígena y Afro con 0 sujetos, siendo esto poco relevante para el estudio (Ver gráfico 4.2).

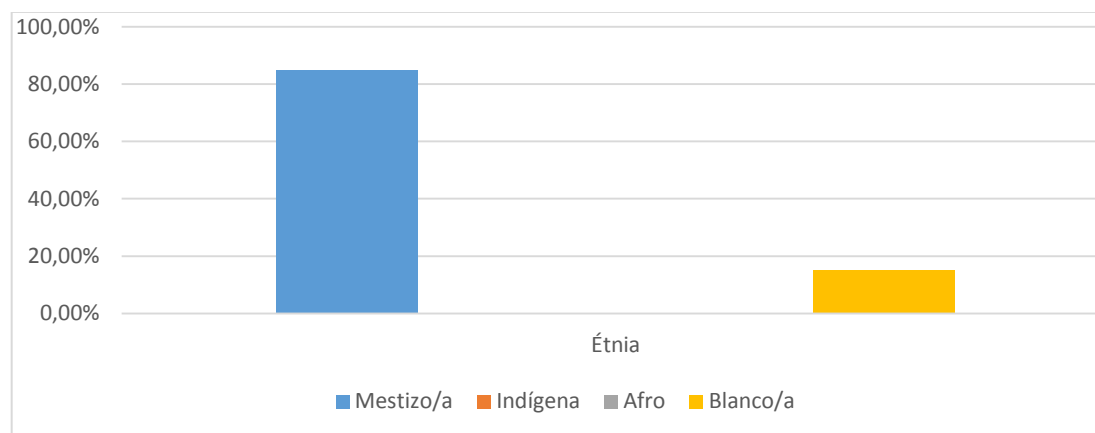


Gráfico 4.2. Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre identificación étnica

La representación gráfica indica que la etnia mestizo/a tuvo mayor identificación que las otras etnias, siendo importante entender que en el país la etnia mestiza tiene un alto

porcentaje en la población. No obstante, un número más pequeño siente que su etnia es blanco/a.

En la variable situación económica se observó que la situación que predomina entre los participantes es la situación buena, teniendo 44 participantes representando el 73.3% del total de la muestra. Seguido a esto se encontró a la situación muy buena con 13 sujetos y un porcentaje de 21.7%. Por último, se evidencio que 3 participantes se encontraban en una situación económica regular, siendo el 5% (Ver gráfico 4.3).

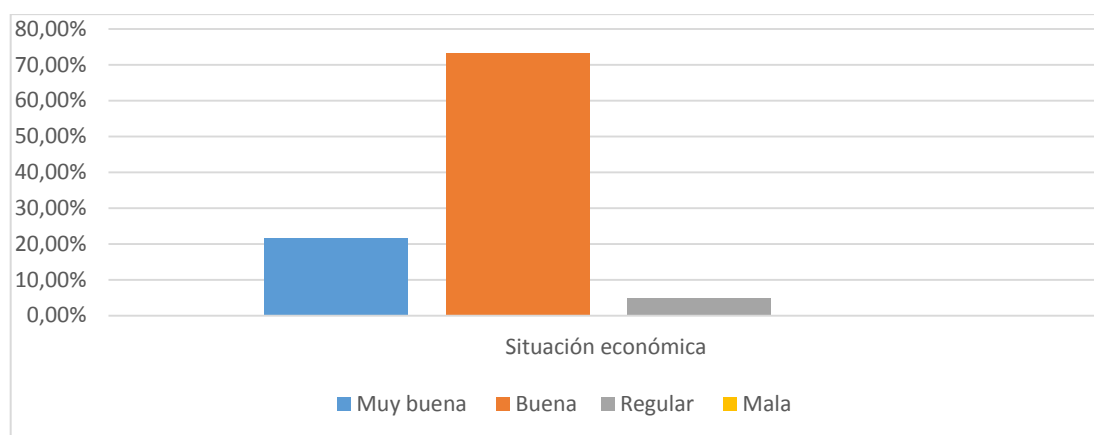


Gráfico 4.3. Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre situación económica

La representación gráfica muestra que gran parte de los participantes se encuentran en una situación económica buena, sin embargo, es significativo observar que 13 tenistas están en una situación económica muy buena, sabiendo que la parte económica es un factor limitante sobre los tenistas, ya que demanda un gasto elevado en las personas.

4.3. Análisis de las variables sociodemográficas

En la segunda sección trata sobre el análisis de los resultados globales de las variables: provincia, categoría y edad. Estos resultados se obtienen de los 60 participantes, quienes fueron evaluados. Dentro las variables cualitativas se encuentran frecuencia (f) y la representación porcentual (%), mientras que en las variables cuantitativas se maneja por la media (\bar{X}) y la desviación estándar (s). La prueba de contraste para identificar diferencias entre las variables, es la prueba W de Wilcoxon (W) (Ver tabla 4.2).

Tabla 4.2.
Distribución de los evaluados en sentido de las variables globales

<i>Variables</i>	<i>Frec.</i>	<i>%</i>
Provincia		
Tungurahua	5	8.3%
Pichincha	29	48.3%
Guayas	22	36.7%
Manabí	2	3.3%
Imbabura	2	3.3%
Categoría		
16 años	28	46.7%
18 años	14	23.3%
Abierto	15	25.0%
Profesional	3	5.0%
	\bar{X}	s
Edad	18.08	3.24

Nota: 60 participantes.

En la variable provincia se evidencio entre los participantes que Pichincha presento la mayor cantidad de participantes con un número total de 29 tenistas representando el 48.3% de los encuestados, seguido se encontró a Guayas con 22 participantes siendo el 36.7%. Luego se mostró a Tungurahua, al ser la tercer provincia con 5 tenistas y un

porcentaje de 8.3%, finalmente se encontraron a Manabí e Imbabura con 2 participantes cada una y un porcentaje de 3.3% (Ver gráfico 4.4).

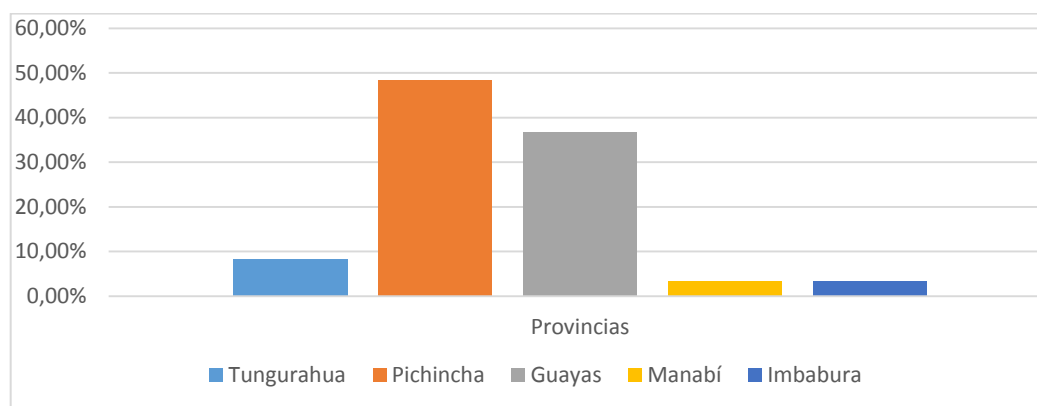


Gráfico 4.4. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre provincias*

La representación gráfica indica una mayor participación de tenistas que representan a la provincia de Pichincha sobre las otras provincias, no obstante Guayas presenta un número considerable de tenistas, siendo ambas provincias las que mayor número de atletas tienen. Esto quiere decir, que en las dos provincias el nivel tenístico es muy alto y es donde los tenistas de alta competencia se desarrollan de mejor manera.

En la variable categoría se encontró cuatro grupos distintos entre los participantes, siendo la categoría de 16 años con la mayor cantidad de participantes con un número total de 28 tenistas representando el 46.7% del total de la muestra, luego se ubicó la categoría abierto caracterizándose por tener tenistas que compiten en torneos profesionales y tiene más de 18 años con 15 participantes siendo el 25%. Luego se mostró a la categoría de 18 años, con 14 tenistas y un porcentaje de 23.3%, finalmente se

encontraron a la categoría profesional con 3 participantes y un porcentaje de 5%, cabe recalcar que esta última categoría indico un numero sumamente bajo, puesto que el profesionalismo demanda mucho esfuerzo y gasto económico y no siempre los tenistas lograr llegar a esa categoría (Ver gráfico 4.5).

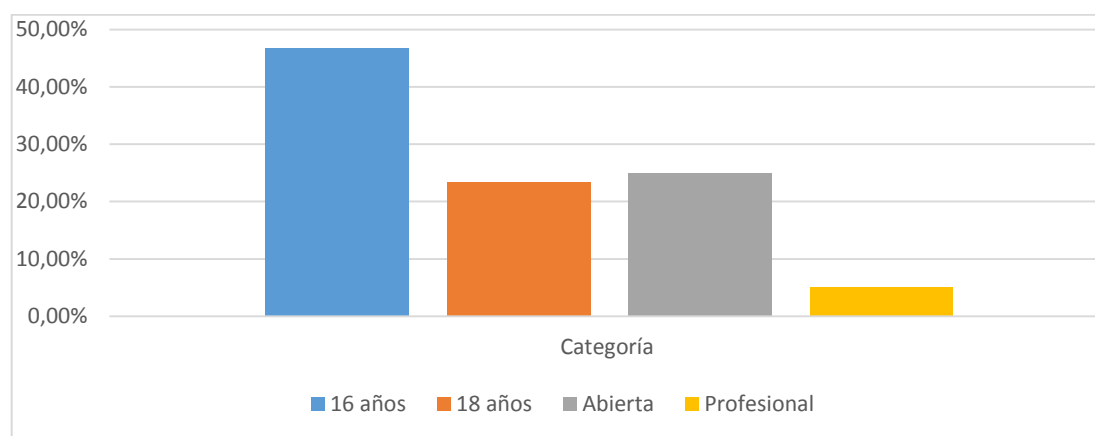


Gráfico 4.5. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre categorías*

La representación gráfica indica un gran número de tenistas que pertenecen a la categoría de 16 años, siendo la categoría que tienen la mayor cantidad de participantes y se encuentra por encima de las otras categorías. Además, en la representación gráfica se observa que tanto la categoría abierto y categoría de 18 años tienen una diferencia de un solo participante entre las dos. Finalmente, un dato significativo se evidencia en la categoría profesional, puesto que el número de participantes es sumamente inferior, debido a la demanda económica y deportiva que no todos pertenecen.

En la variable edad se observó entre los participantes, que la edad promedio es $\bar{X}=18.08$; $s= 3.24$ (Ver gráfico 4.6).

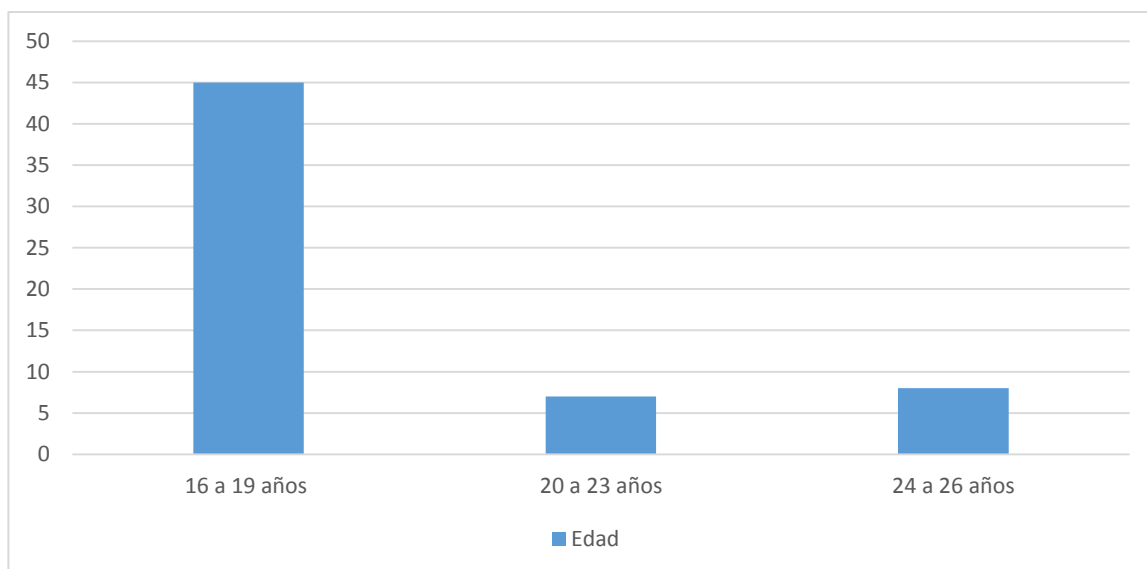


Gráfico 4.6. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre edad*

La representación gráfica indica que 45 tenistas tienen entre 16 y 19 años de edad, siendo gran parte de los encuestados. Seguido a esto, se revela en el gráfico que 8 atletas tienen entre 24 y 26 años de edad. Por último, se observa que 7 tenistas tienen en 20 y 23 años de edad. A partir de los datos analizados en el gráfico, se señala que la edad promedio en la investigación es de 18 años 1 mes, es decir que los participantes son adultos jóvenes, siendo sujetos en desarrollo y crecimiento deportivo.

4.4. Análisis de las variables de carrera deportiva

En la Tabla 4.3 se muestran la distribución de los evaluados en sentido de las variables sobre la carrera deportiva siendo los siguientes: lesiones, equipo multidisciplinario, plan nutricional, edad de inicio e inicio en competencias, años compitiendo, ranking nacional junior y ranking nacional abierto, finalmente hora de entrenamiento.

Tabla 4.3.

Distribución de los evaluados en sentido de las variables de carrera deportiva

Variables	Frec.	%
Lesiones		
Si	41	68.3%
No	19	31.7%
Equipo Multidisciplinario		
Si	26	43.3%
No	34	56.7%
Plan Nutricional		
Si	19	31.7%
No	41	68.3%
	\bar{X}	s
Edad de inicio	6.53	2.44
Edad de inicio competencias	9.23	1.96
Años compitiendo	8.50	4.51
Ranking nacional junior	6.65	8.26
Rankin nacional abierto	3.56	1.83
Horas de entrenamiento	5.75	1.83

Nota: 60 participantes.

En la variable lesiones se identificó que entre los participantes que formaron parte de la investigación 41 sujetos no han tenido ningún tipo de lesiones a lo largo de su vida como tenista representando el 68.3%, mientras 19 tenistas si han tenido algún tipo de lesión en su vida siendo el 31.7% (Ver gráfico 4.7).

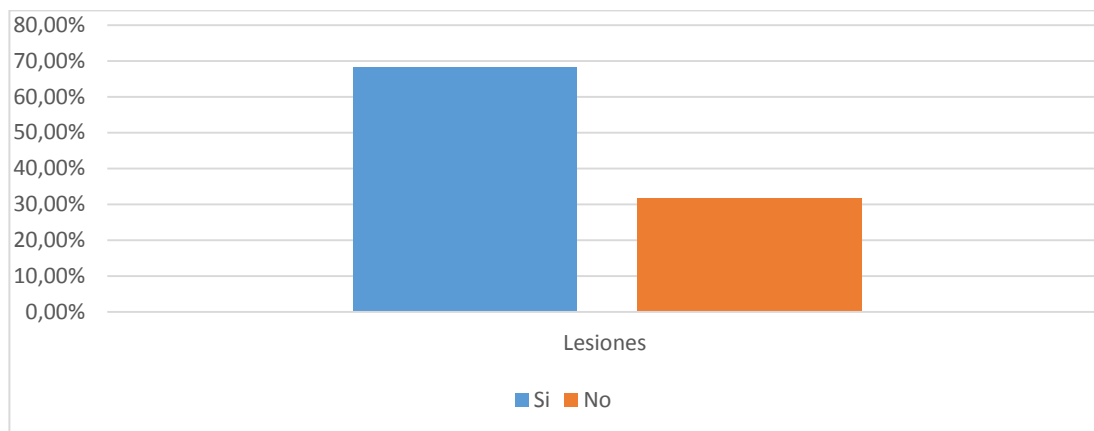


Grafico 4.7. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre lesiones*

La representación gráfica muestra que la mayoría de participantes no presentan algún tipo de lesión, siendo un aspecto positivo, puesto que al tener un gran desgaste físico los atletas presentan un adecuado cuidado y descanso físico, no obstante es significativo observar que exista un número considerable de tenistas con lesiones, debido a que su esfuerzo físico es fuerte.

En la variable sobre la presencia de equipo multidisciplinario se encontró un aspecto negativo, ya que 34 sujetos que formaron parte de la investigación no tienen un equipo multidisciplinario simbolizando el 56.7%, en cambio 26 tenistas si tienen un equipo multidisciplinario en su carrera deportiva siendo el 43.3% (Ver gráfico 4.8).

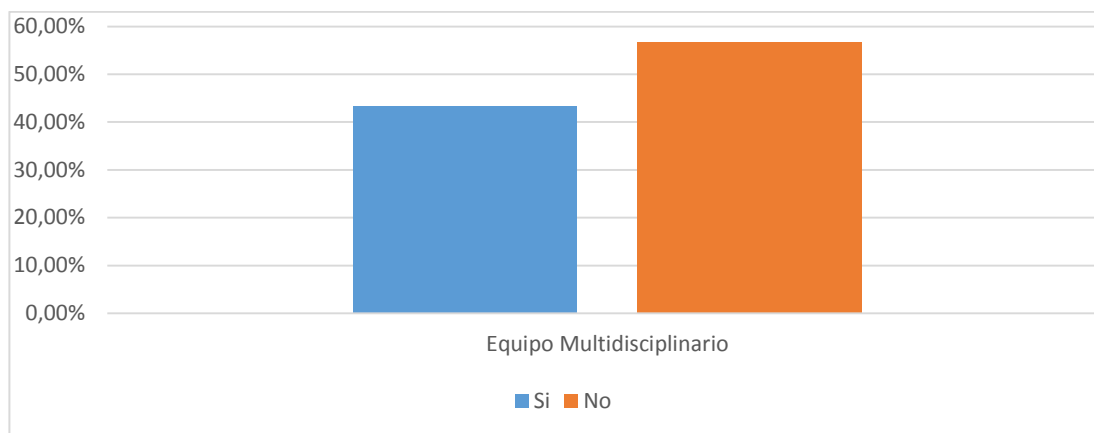


Grafico 4.8. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre la presencia de equipo multidisciplinario*

La representación gráfica señala que en los tenistas de alto rendimiento en Ecuador la presencia de un equipo multidisciplinario no es primordial, puesto que en gran parte de los encuestados no presentan o requieren de estos servicios, sin embargo en el nivel competitivo que ellos tienen es necesario la presencia de un equipo que ayude su carrera. No obstante, un grupo considerable de atletas si indican que al momento tienen equipo multidisciplinario que les ayuda en la parte física, mental y deportiva.

En la variable plan nutricional se identificó que entre los participantes que fueron investigados 19 atletas si están sujetos a un plan nutricional estable representando el 31.7% mientras 41 tenistas no tienen en la actualidad algún plan que establezca su nutrición siendo el 68.3% (Ver gráfico 4.9).

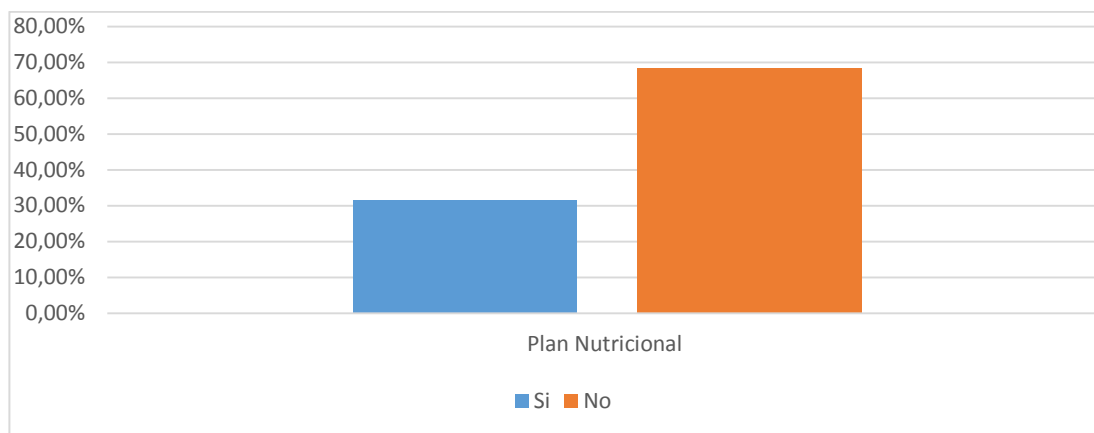


Grafico 4.9. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre la presencia de un plan nutricional*

La representación gráfica señala que la mayoría de los tenistas que fueron investigados no tienen un plan nutricional, significando un aspecto negativo en los atletas, puesto que al no tener una adecuada nutrición su rendimiento y aspecto físico en ocasiones limitara su desarrollo deportivo. Mientras que una porción mucho más pequeña si tienen un plan que balancee su alimentación, simbolizando como algo necesario en su rendimiento.

En la variable edad de inicio se observó entre los participantes, que la edad promedio de inicio entrenando tenis es $\bar{X}= 6.53$; $s= 2.44$. Por otro lado, la variable de edad de inicio en competencias se identificó que la edad promedio es $\bar{X}= 9.23$; $s= 1.96$ (Ver gráfico 4.10).

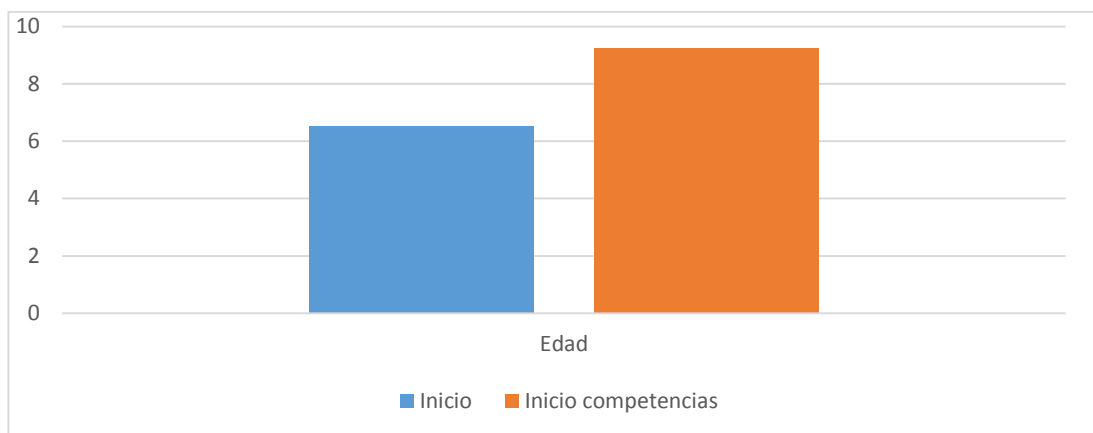


Grafico 4.10. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre edad de inicio e inicio competencias*

La representación gráfica indica que la edad promedio de inicio en tenis es de 6 a 7 años, es decir que los participantes comienzan a practicar este deporte desde edades tempranas, debido a un gusto por el deporte o porque los padres deciden que es necesario para sus hijos. Por otra parte, tenistas que empiezan en edades tempranas no siempre compiten desde el inicio, ya que el estudio indica que la edad de inicio en competencias es de 9 años, constituyendo una edad más madura y prudente para iniciar a competir.

En la variable años compitiendo se evidenció que entre los participantes, el promedio de tiempo compitiendo es $\bar{X}= 8.50$; $s= 4.51$ (Ver gráfico 4.11).

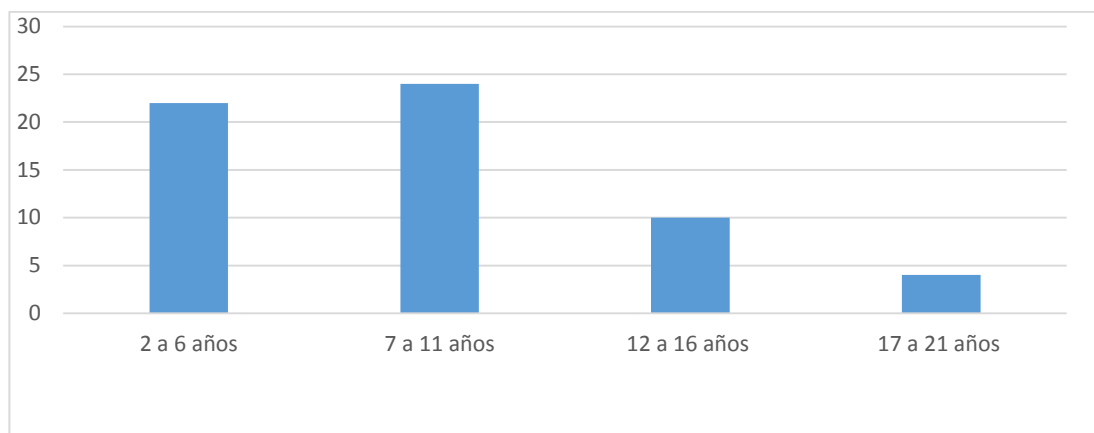


Grafico 4.11. Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre años compitiendo

La representación gráfica indica que 24 tenistas llevan compitiendo entre 7 y 11 años, significando una etapa de consolidación en el deporte. Mientras, que 22 atletas solo van compitiendo entre 2 y 6 años, siendo un período de prueba y adaptación en eventos deportivos. Por otro lado, se evidencia que 10 encuestados van participando en competencias alrededor de 12 y 16 años, representando un mejor crecimiento y afrontamiento frente a las distintas situaciones que vive el atleta. Finalmente, se muestra en el gráfico que 4 tenistas tienen una amplia experiencia en competencias, puesto que han competido entre 17 y 21 años. En función de lo expuesto en el gráfico, el promedio de años compitiendo esta entre 8 y 9 años, siendo un tiempo significativo, ya que los tenistas han experimentado y conocido aspectos que les sirven para mejor y desarrollarse mejor en las competencias, además de adquirir habilidades y destrezas sobre las distintas situaciones que viven los atletas al momento de competir.

En la variable ranking se encontró que entre los participantes, el promedio de ranking nacional en la categoría junior es $\bar{X}= 6.65$; $s= 8.26$. Mientras que en la variable ranking nacional abierto se vio que el promedio es $\bar{X}= 3.56$; $s= 1.83$ (Ver gráfico 4.12).

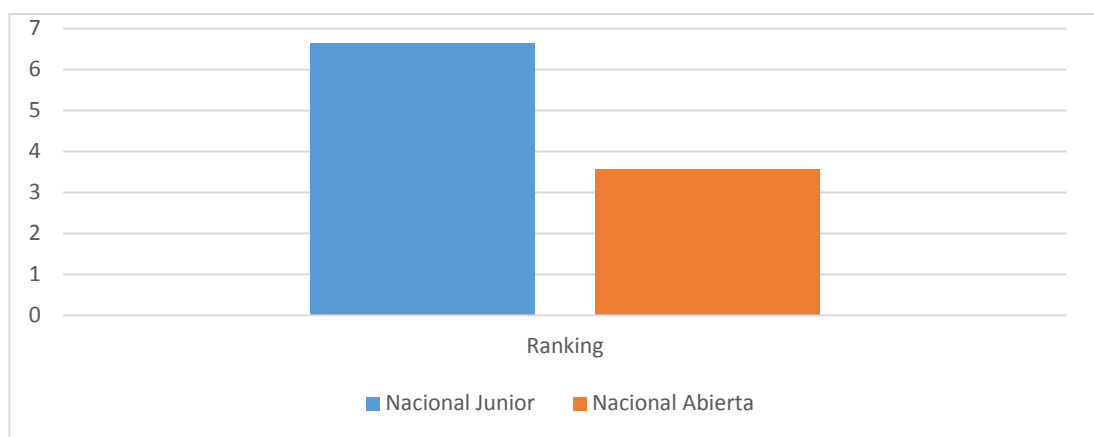


Gráfico 4.12. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre ranking nacional junior y ranking nacional abierto*

La representación gráfica presenta que el promedio de ranking nacional junior es alto, puesto que en el estudio solo se realizó a tenistas de alta competencia, los cuales se encontraban entre los diez primeros del país, al igual que los tenistas que pertenecen al ranking nacional abierto, quienes son los mejores exponentes en la actualidad al momento de hablar de este deporte.

En la variable horas de entrenamiento se visualizó que entre los participantes, el promedio de horas que entrenan estos atletas es $\bar{X}= 5.75$; $s= 1.83$ (Ver gráfico 4.13).

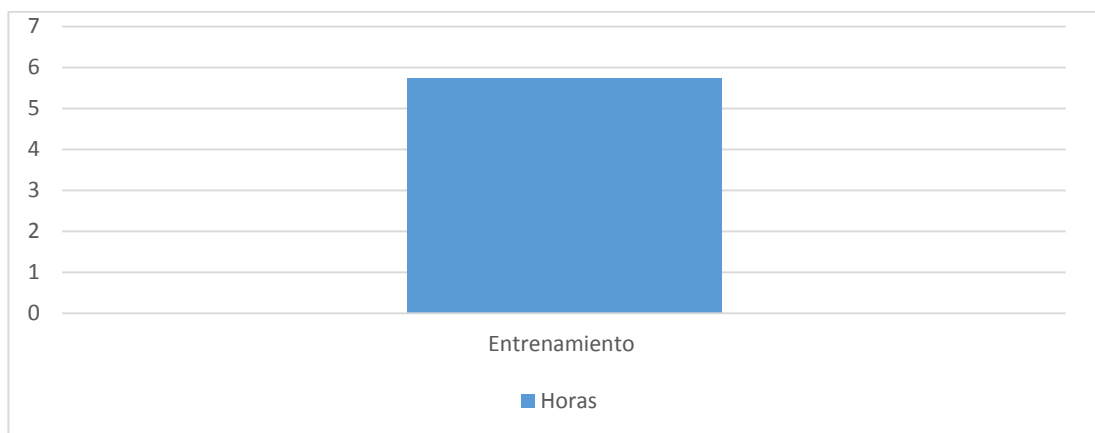


Grafico 4.13. *Representación gráfica de la distribución de los participantes de la investigación sobre horas de entrenamiento*

La representación gráfica indica que los atletas que fueron encuestados entrenan entre 5 y 6 horas diarias, siendo un número considerable de tiempo que se otorga para entrenar, no obstante en su nivel de competencia este tiempo es designado para entrenar y mejorar en la parte tenística, como también en su acondicionamiento físico y mental, buscando que todas las áreas logren un óptimo desarrollo.

4.5. Análisis descriptivo etapa Pre-test y Post-test

En el proyecto realizado se obtuvieron algunos resultados significativos antes y durante las competencias, los cuales son analizados a continuación.

4.5.1. Análisis Pre y Post del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2

Durante esta primera etapa de evaluación se busca identificar las distintas manifestaciones que presentan los tenistas frente a la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia antes de las competencias por medio de los reactivos psicológicos seleccionados, analizándose estadísticamente con la media (\bar{X}) y la desviación estándar (s) (Ver tabla 4.4).

Tabla 4.4.
Análisis descriptivo del CSAI-2 etapa pre-test

<i>Variables</i>	<i>Punto de corte</i>	\bar{X}	s	<i>Mínimo</i>	<i>Máximo</i>
Ansiedad Cognitiva	23	23.85	5.47	14.00	36.00
Ansiedad Somática	23	19.68	4.58	11.00	31.00
Autoconfianza	23	30	4.27	20.00	36.00

Nota: 60 participantes.

En la variable ansiedad cognitiva se encontró que entre los participantes se obtuvo un *mínimo*= 14.00 y *máximo*= 36.00, además se obtiene un promedio de \bar{X} = 23.85, s = 5.47; encontrándose en un nivel medio, siendo significativo. Por otra parte, la otra variable que califica el test es sobre ansiedad somática, tuvo un *mínimo*= 11.00 y *máximo*= 31.00, presentándose una \bar{X} = 19.68 y s = 4.58, ubicándose debajo del nivel medio. Finalmente, se observó a tercera y última variable que es la autoconfianza, la cual presentó una \bar{X} = 30, s = 4.27, teniendo un *mínimo*= 20.00 y *máximo*= 36.00 (Ver gráfico 4.14).

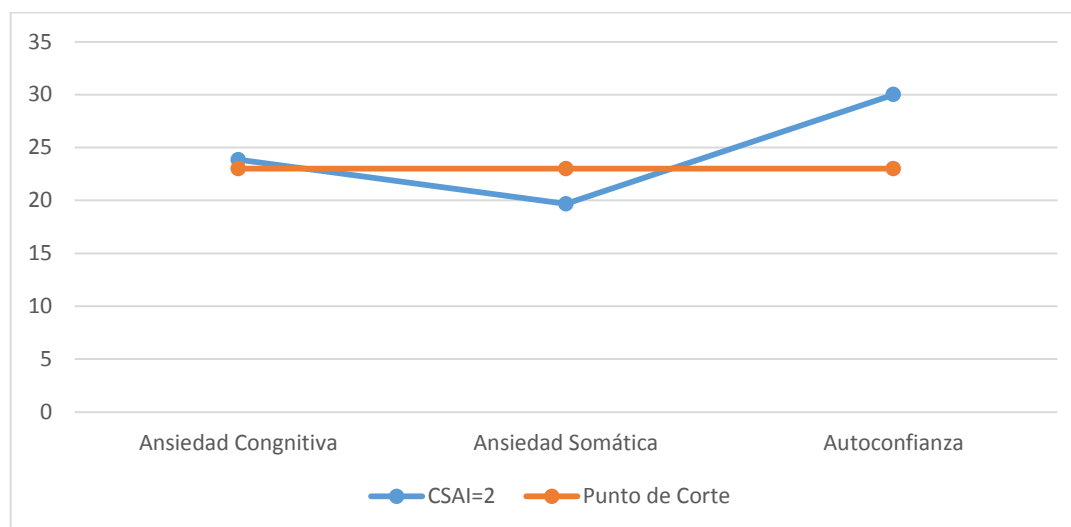


Gráfico 4.14. *Representación gráfica del análisis descriptivo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2) en la etapa pre-test*

La representación gráfica señala que la subescala con mayor puntaje es la de autoconfianza, presentando un nivel alto, siendo esto significativo, puesto que indica que los atletas sienten y creen mucho en sus cualidades, como también en sus aptitudes como deportivas, no obstante se encontró niveles significativos de ansiedad cognitiva, debido a las distintas creencias e ideas estresantes que tienen antes de las competencias. Así, Guillén Rojas y Velásquez Velásquez (2007), indican que los atletas que confían más en sus propias habilidades obtienen mejores resultados, sin importar si la situación que enfrentan al momento de competir es adversa, a diferencia de los atletas que presentan niveles bajos de autoconfianza los resultados son negativos y perjudican a su rendimiento. Ahora bien, se evidencia en el gráfico que las subescalas de Ansiedad Cognitiva (23.85) y Autoconfianza (30) sobrepasan el punto de corte, mientras que la subescala de Ansiedad Somática se encuentra debajo del corte, que es 23.

Durante la segunda etapa de evaluación se busca identificar las distintas manifestaciones que presentan los tenistas frente a la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia durante las competencias por medio de los reactivos psicológicos seleccionados, analizándose estadísticamente con la media (\bar{X}) y la desviación estándar (s) (Ver tabla 4.5).

Tabla 4.5.
Análisis descriptivo del CSAI-2 etapa post-test

Variables	Punto de corte	\bar{X}	s	Mínimo	Máximo
Ansiedad Cognitiva	23	26.30	4.71	15.00	36.00
Ansiedad Somática	23	24.20	3.59	15.00	33.00
Autoconfianza	23	30.85	3.74	20.00	36.00

Nota: 60 participantes.

En la variable ansiedad cognitiva se evidenció que la media fue $\bar{X}= 26.30$ y $s= 4.71$ entre los participantes, además de tener un *mínimo*= 15.00 y *máximo*= 36.00. Por otra parte, la otra variable que se encontró el test es acerca de ansiedad somática, teniendo una $\bar{X}= 24.20$; $s= 3.59$, *mínimo*= 15.00 y *máximo*= 33.00, ubicándose arriba del nivel medio. Por último, se identificó una última variable que es la autoconfianza, presentando una $\bar{X}= 30,85$, $s= 3.74$, *mínimo*= 20.00 y *máximo*= 36.00 (Ver gráfico 4.15).

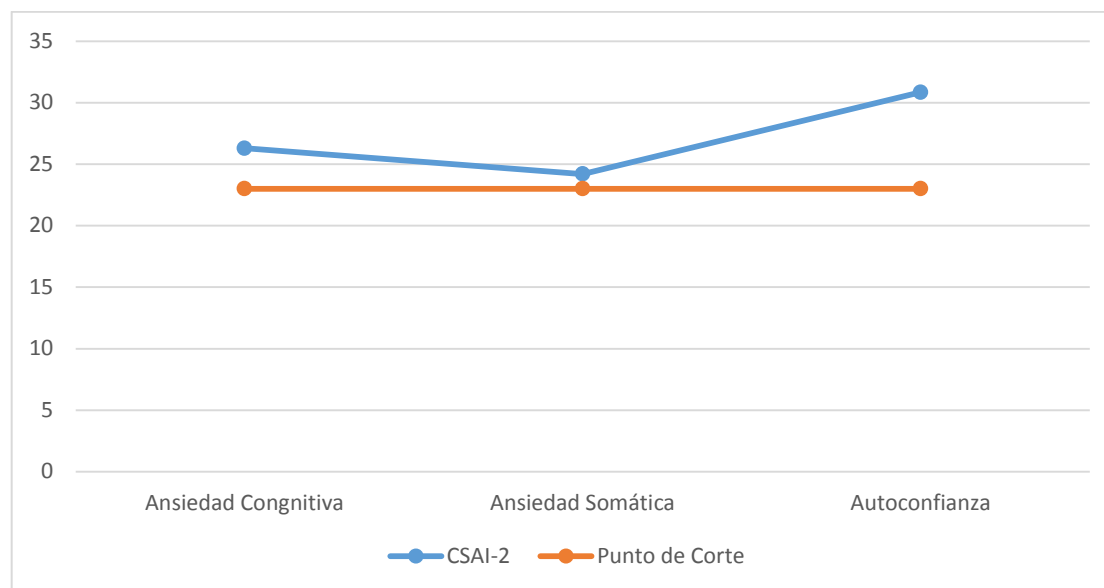


Gráfico 4.15. *Representación gráfica del análisis descriptivo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2) en la etapa post-test*

La representación gráfica señala que la subescala más alto es la de autoconfianza, ubicándose en un nivel alto, siendo esto significativo, ya que manifiesta que los atletas confían en sus habilidades y destrezas como deportivas, ayudándoles a que tengan pensamientos positivos sobre sí mismos, no obstante se encontró niveles significativos de ansiedad cognitiva, debido a las situaciones que tienen los atletas y las distintas emociones que ellos viven durante las competencias. Así, López-Walle y otros (2015), comentan que atletas que se sienten seguros de sí mismos y de sus habilidades, son quienes presentan altos niveles de autoconfianza, no obstante si la autoconfianza se muestra disminuida “puede conllevar a más ansiedad cognitiva” (p. 8), esto quiere decir, que los deportistas que desconfían de sus habilidades y capacidades atléticas generan más tensión y el estrés se agudiza al momento de competir, siendo perjudicial para sí mismo. A partir de los resultados expuestos en el gráfico se observa que las tres

subescalas que tiene el cuestionario, se encuentran por encima del punto de corte y se revela mejores resultados en la segunda aplicación que en la primera.

4.5.2. Análisis Pre y Post de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz

Por otra parte, en la Tabla 4.6 se exponen los resultados de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz realizada a los participantes antes de la competencia.

Tabla 4.6.

Análisis descriptivo de la EAG y EAM en la etapa pre-test

<i>Variables</i>	<i>Punto de corte</i>	\bar{X}	<i>s</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Máximo</i>
Escala de Autoeficacia General Total	25	33.48	4.44	19.00	40.00
Escala de Autoeficacia Motriz Total	25	32.55	4.92	20.00	40.00

Nota: 60 participantes.

En la variable EAG se evidenció que en el análisis cuantitativo los participantes presentaron un *mínimo*= 19.00, *máximo*= 40.00, \bar{X} = 33.48 y *s*= 4.44; mientras que en la otra variable el análisis cuantitativo de EAM mostró un *mínimo*= 20.00, *máximo*= 40.00, \bar{X} = 32.55 y *s*= 4.92 (Ver gráfico 4.16).

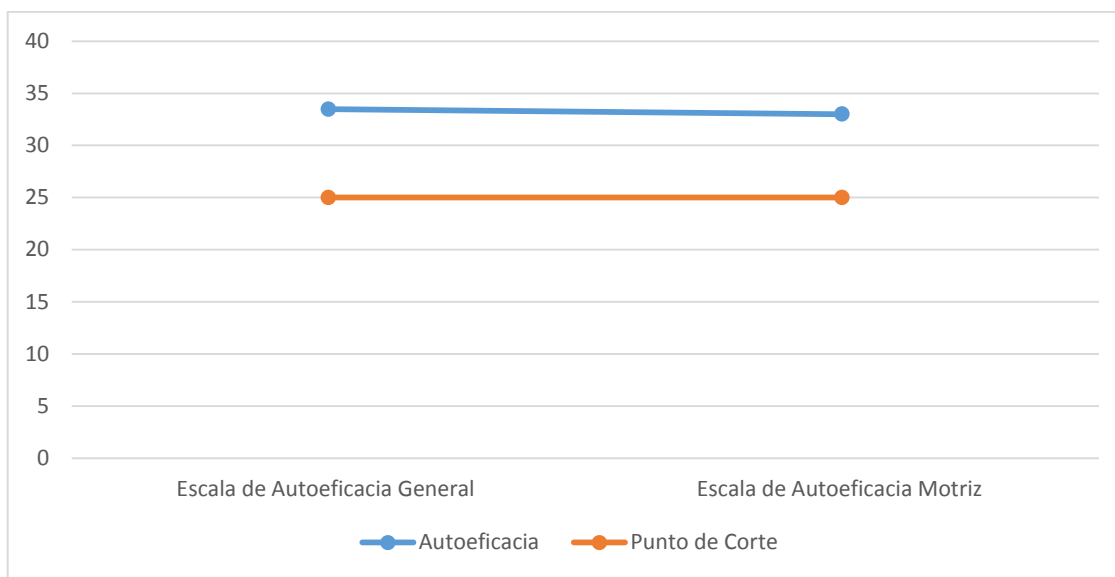


Gráfico 4.16. *Representación gráfica del análisis descriptivo de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz en la etapa pre-test*

La representación gráfica indica que tanto la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz presentan un puntaje alto, señalando que la mayoría de los atletas creen y tienen herramientas para solucionar conflictos, así también para buscar soluciones prácticas que les ayuden a lograr sus objetivos de una mejor manera. No se encontró datos estadísticamente significativos entre las dos escalas nombradas. Maurí, Sanz y Villamarín (2007), afirman que los deportistas que confían plenamente en sus capacidades de ejecución y resolución durante las competencias, presentan niveles altos de autoeficacia, esto quiere decir que se siente capaces de superar cualquier obstáculo que se le presentan en las competencias. Adicionalmente, Arribas y otros (2011), manifiestan que atletas con alto nivel de autoeficacia controlan y regulan de mejor manera su conducta antes y durante las competencias.

Luego de mostrar los resultados obtenidos en la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz durante la primera aplicación, se evidencia que las dos escalas están por encima del punto de corte.

Con respecto a la Tabla 4.7 se revelan los resultados de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz realizada a los participantes durante de la competencia.

Tabla 4.7.
Análisis descriptivo de la EAG y EAM en la etapa post-test

<i>Variables</i>	<i>Punto de corte</i>	\bar{X}	<i>s</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Máximo</i>
Escala de Autoeficacia General Total	25	34.45	3.72	23.00	40.00
Escala de Autoeficacia Motriz Total	25	33.40	4.07	23.00	40.00

Nota: 60 participantes.

En la variable EAG se encontró que entre los participantes presentaron una $\bar{X}= 34.45$, $s= 3.72$, *mínimo*= 23.00 y *máximo*= 40.00; mientras que en la otra variable el análisis cuantitativo de EAM mostró una $\bar{X}= 33.40$, $s= 4.07$, *mínimo*= 23.00 y *máximo*= 40.00 (Ver gráfico 4.17).

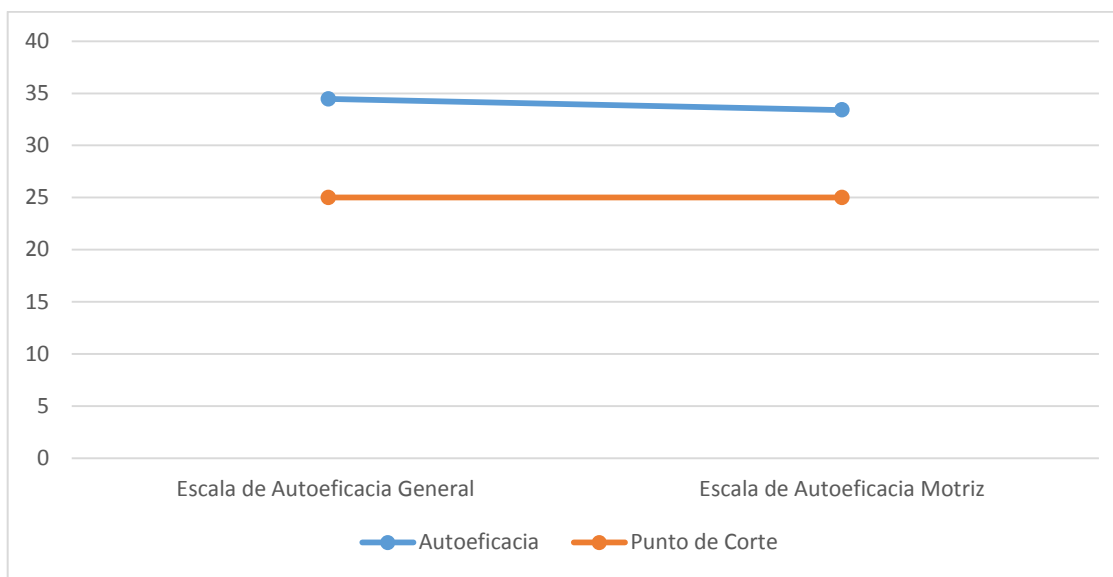


Gráfico 4.17. *Representación gráfica del análisis descriptivo de la Escala de Autoeficacia General y Escala de Autoeficacia Motriz en la etapa post-test*

La representación gráfica señala que ambas escalas muestran un nivel alto sobre autoeficacia, señalando que la mayoría de los atletas creen y tienen herramientas para solucionar conflictos, así también para buscar soluciones prácticas que les ayuden a lograr sus objetivos de una mejor manera. Sin encontrar datos estadísticamente significativos entre las dos escalas nombradas. Moreno y otros (2017), sustenta que los atletas que tienen una alta autoeficacia no solo confían en sus capacidades de realizar la tarea correctamente, sino también que se sienten satisfechos de cómo lo realizaron. Sin embargo, Gómez Ardila y otros (2015), mencionan que no siempre se da que atletas con alta autoeficacia obtengan un rendimiento óptimo, debido a que pueden existir factores externos que disminuyan su rendimiento.

En el gráfico se constata que los resultados obtenidos por parte de los evaluados sobrepasan el punto de corte, señalando que los atletas confían plenamente en sus

capacidades de ejecución. Adicionalmente, los deportistas alcanzaron mejores resultados en la segunda aplicación.

4.5.3. Análisis Pre y Post del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva

Por último, en la Tabla 4.8 se exponen los resultados del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) realizada a los participantes antes de la competencia.

Tabla 4.8.
Análisis descriptivo del IPED en la etapa pre-test

<i>Variables</i>	<i>Punto de corte</i>	\bar{X}	<i>s</i>	<i>Mínimo</i>	<i>Máximo</i>
Autoconfianza	18	16.63	3.63	9.00	30.00
Control de Afrontamiento Negativo	18	19.26	3.55	11.00	30.00
Control Atencional	18	18.33	3.44	10.00	30.00
Control Visoimaginativo	18	14.93	5.51	6.00	30.00
Nivel Motivacional	18	14.50	3.84	9.00	30.00
Control de Afrontamiento Positivo	18	14.25	4.23	6.00	30.00
Control Actitudinal	18	13.91	4.67	7.00	30.00

Nota: 60 participantes.

En lo que se respecta al test IPED, se encontró siete subescalas, siendo la primera variable autoconfianza que presento una $\bar{X}= 16.63$ y $s= 3.63$, además de tener un *mínimo*= 9.00 y *máximo*= 30; seguido a esto se identificó al control de afrontamiento negativo como la segunda variable y se evidenció que en esta variable la $\bar{X}= 19.26$, $s= 3.55$, *mínimo*= 11.00 y *máximo*= 30. Por otro lado, la siguiente variable que califica el test es control atencional, teniendo una $\bar{X}= 18.33$, $s= 3.44$, *mínimo*= 10.00 y *máximo*=

30. Luego, se observó a otra variable la cual fue control visoimaginativo la cual presento una $\bar{X}= 30$, $s= 4.27$, *mínimo*= 6.00 y *máximo*= 30. Adicionalmente a las anteriores variables, se encontró a nivel motivacional como otra variable, entregando una $\bar{X}= 14.50$, $s= 3.84$, *mínimo*= 9 y *máximo*= 30; mientras que en la sexta variable se ubicó al control de afrontamiento positivo, teniendo una $\bar{X}= 14.25$, $s= 4.23$, *mínimo*= 6.00 y *máximo*= 30. Finalmente, se evidencio que en la variable control actitudinal, se tuvo una $\bar{X}= 13.91$, $s= 4.67$, *mínimo*= 7.00 y *máximo*= 30 (Ver gráfico 4.18).

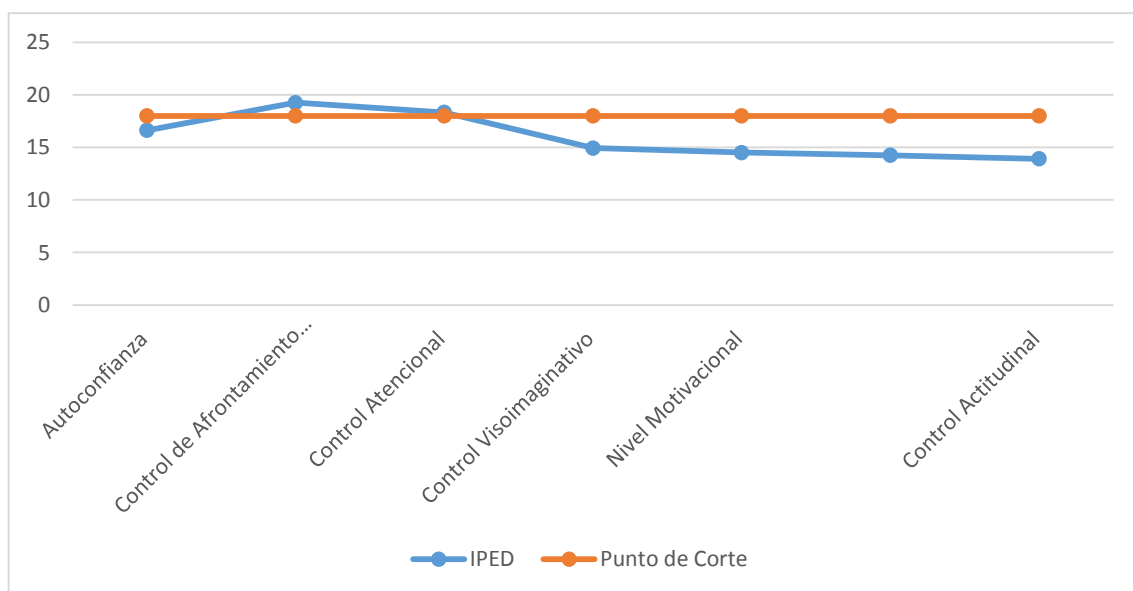


Gráfico 4.18. Representación gráfica del análisis descriptivo del Inventario de Ejecución Deportiva (IPED) en la etapa pre-test

La representación gráfica presenta que la subescala de Control de Afrontamiento Negativo tiene el puntaje más alto entre todas las subescalas, señalando que los atletas logran tener un mejor afrontamiento en situaciones estresantes, ya que al experimentar situaciones críticas, los atletas logran solucionar en la mayoría de casos de una manera

más rápido. Por otro lado, la escala de Control Atencional y Autoconfianza, muestran puntajes significativos, siendo dos aspectos importante en la vida de los atletas, pues antes y durante las competencias su foco atencional debe mantenerse activado para alcanzar un buen rendimiento y al alcanzar eso el atleta puede lograr sentirse capaz de lograr sus objetivos sin importar lo que se le presente. Por último, algo significativo es el bajo puntaje que se alcanzó en la subescala actitudinal, señalando que la conducta de los atletas no es la adecuada, marcando como algo negativo en ellos.

Charry Domínguez (2013), afirma que gran parte de los deportistas al enfrentar situaciones críticas y estresantes utilizan adecuadas herramientas de afrontamiento, las cuales le sirven para poder sobrepasar la situación y convertirla a su favor, pero esto no se da solo puesto que se necesita del nivel de confianza que tenga el sujeto sobre sí mismo y su actitud que tenga frente a esta situación. Adicionalmente, se requiere que el individuo esté atento y concentrado todo el tiempo, ya que puede pasar de una etapa favorable a algo desfavorable para el atleta. A partir de los resultados encontrados durante la primera aplicación, las subescalas de Control de Afrontamiento Negativo y Control Atencional están por encima del punto de corte, mientras que las demás subescalas se encuentran debajo del punto de corte.

En cuanto los resultados de la tabla 4.9 sobre el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) realizada a los participantes durante de la competencia, se observa lo siguiente:

Tabla 4.9.
Análisis descriptivo del IPED en la etapa post-test

Variables	Punto de corte	\bar{X}	s	Mínimo	Máximo
Autoconfianza	18	16.63	2.83	12.00	24.00
Control de Afrontamiento Negativo	18	17.48	2.98	11.00	25.00
Control Atencional	18	17.73	3.12	10.00	24.00
Control Visoimaginativo	18	14.60	5.28	6.00	30.00
Nivel Motivacional	18	13.91	3.04	9.00	23.00
Control de Afrontamiento Positivo	18	13.06	3.54	6.00	23.00
Control Actitudinal	18	13.31	4.01	7.00	22.00

Nota: 60 participantes.

En lo que se respecta al test IPED, se encontró siete subescalas, siendo la primera variable autoconfianza que fue dando como $\bar{X}= 16.63$ y $s= 2.83$, además de tener un *mínimo*= 12.00 y *máximo*= 24.00; seguido a esto se identificó al control de afrontamiento negativo como la segunda variable y se evidenció que en esta variable la $\bar{X}= 17.48$, $s= 2.98$, *mínimo*= 11.00 y *máximo*= 25.00. Por otro lado, la siguiente variable que califica el test es control atencional, teniendo una $\bar{X}= 17.73$, $s= 3.12$, *mínimo*= 10.00 y *máximo*= 24.00. Luego, se observó a otra variable la cual fue control visoimaginativo la cual presento una $\bar{X}= 14.60$, $s= 5.28$, *mínimo*= 6.00 y *máximo*= 30.00. Adicionalmente a las anteriores variables, se encontró a nivel motivacional como otra variable, entregando una $\bar{X}= 13.91$, $s= 3.04$, *mínimo*= 9.00 y *máximo*= 23.00; mientras que en la sexta variable se ubicó al control de afrontamiento positivo, teniendo una $\bar{X}= 13.06$ y $s= 3.54$, como también un *mínimo*= 6.00 y *máximo*= 23.00. Finalmente, se evidencio que en la variable control actitudinal, se tuvo una $\bar{X}= 13.31$, $s= 4.01$, *mínimo*= 7.00 y *máximo*= 22.00 (Ver gráfico 4.19.).

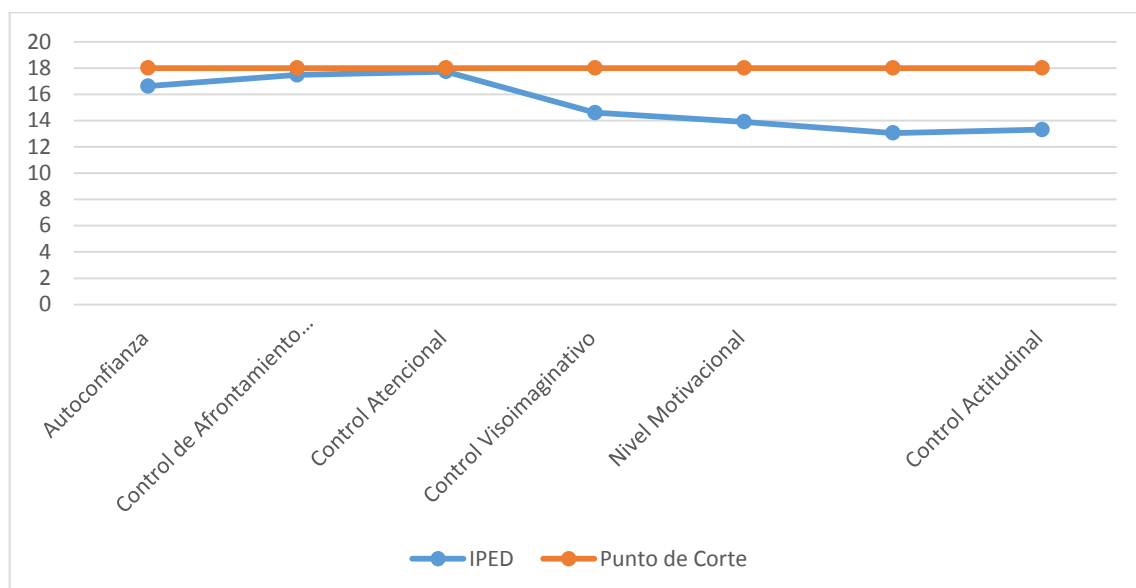


Grafico 4.19. Representación gráfica del análisis descriptivo del Inventario de Ejecución Deportiva (IPED) en la etapa post-test

La representación gráfica presenta que la subescala de Control de Afrontamiento Negativo tiene el puntaje más alto entre todas las subescalas, señalando que los atletas logran tener un mejor afrontamiento en situaciones estresantes, ya que al experimentar situaciones críticas, los atletas logran solucionar en la mayoría de casos de una manera más rápido. Por otro lado, la escala de Afrontamiento Positivo, muestra un puntaje significativamente inferior, al igual que la escala de Control Actitudinal, indicando que el comportamiento de los atletas no es el adecuado, puesto que muestran que cuando no se sienten cómodos no actúan de una manera aceptable. Ahora bien, León Salcedo (2015), menciona que los competidores que se muestren más calmadas afrontaran de mejor manera las situaciones estresantes durante el juego, obteniendo mejores resultados, pero se necesita de una actitud positiva y pensamientos positivos sobre sí

mismo, puesto que si los sentimientos son negativos los resultados no serán buenos y la actitud no será la correcta.

Finalmente, los datos que se encuentran en el gráfico indican que todas de las subescalas están por debajo del punto de corte, puesto que todas presentan puntajes menores a 18.

4.6. Análisis comparativo de la Ansiedad Competitiva y Autoeficacia.

En esta sección se analizara e identificara si existen diferencias estadísticamente significativas entre las etapas pre-test y post-test, siendo analizados por medio de la W de Wilconxon.

4.6.1. Análisis comparativo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2

En cuanto los resultados de la tabla 4.10 sobre el análisis comparativo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2 (CSAI-2) se observa lo siguiente:

Tabla 4.10.***Análisis comparativo para muestras relacionadas del CSAI-2***

Subescalas	Rangos	n	Rango Promedio	Suma de Rangos	Contraste	
					Z	Sig.
Ansiedad Cognitiva	Rangos Negativos	0	.00	.00	-5.949	.000
	Rangos Positivos	46	23.50	1081.00		
	Empates	14				
Ansiedad Somática	Rangos Negativos	0	.00	.00	-6.229	.000
	Rangos Positivos	51	26.00	1326.00		
	Empates	9				
Autoconfianza	Rangos Negativos	4	7.75	31.00	-3.581	.000
	Rangos Positivos	23	15.09	347.00		
	Empates	33				

Nota: 60 participantes.

En la variable ansiedad cognitiva se evidencia, que en 0 participantes tuvieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, mientras que 46 participantes subieron y alcanzaron mayor nivel de ansiedad cognitiva luego de la primera aplicación; y por último en 14 atletas alcanzaron los mismos valores durante las dos aplicaciones. Por otra parte, en la variable ansiedad somática se observa que en 0 participantes obtuvieron valores más altos en la primera aplicación que en segunda aplicación, en cambio 51 participantes subieron y alcanzaron mayor nivel de ansiedad somática luego en la segunda aplicación; y por último en 9 atletas consiguieron los mismos valores durante las dos aplicaciones.

Finalmente, en la variable autoconfianza se indica que 4 participantes lograron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, por lo contrario que 23 participantes subieron y alcanzaron mayor nivel de ansiedad somática luego en la segunda aplicación; y por último en 33 atletas obtuvieron los mismos valores durante las dos aplicaciones, esto quiere decir que su nivel de confianza sobre sí mismo no varía

entre los dos momentos, puesto que se consideran capaces de sobrepasar las adversidades y tener buenos resultados con su rendimiento.

Ahora bien, en las tres variables se evidencia que las diferencias encontradas son estadísticamente significativa ($p < .05$), esto quiere decir que los niveles de ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza se incrementan durante las competencias. Así, comentan Ruiz-Juan y Zarauz (2013), que al aumentar la ansiedad en el atleta durante las competencias, en ocasiones perjudica el rendimiento deportivo y no obtiene los resultados deseados, debido a la presencia de pensamientos y sentimientos negativos; mientras que al disminuir la ansiedad en el atleta se beneficia y mejora su rendimiento, puesto que sus ideas y pensamientos son positivos sobre sí mismo.

Por otra parte, Buceta y otros (2003), afirman que “la ansiedad somática suele ser inferior a la ansiedad cognitiva en los días anteriores a la competición deportiva (...), la ansiedad cognitiva se mantiene más estable durante todo el período previo a la competición, disminuyendo o aumentando una vez que ésta ha comenzado en función de que se cumplan, o no, las expectativas” (p. 274). Es decir, que la ansiedad somática presenta síntomas minutos antes de la competición, dependiendo como se sienta el atleta frente a la situación, mientras que la ansiedad cognitiva se presenta días antes de la competencia y se mantiene durante la competencia, debido a las ideas que tenga cada atleta sobre la competencia y sobre sí mismo.

A partir de los resultados expuestos en la tabla 12, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, debido a que en las tres subescalas del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2 que son: Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática y Autoconfianza, se evidencian diferencias estadísticamente significativas.

(Ver tabla 4.11).

Tabla 4.11.
Resumen de contrastes de hipótesis del CSAI-2

Resumen de contrastes de hipótesis				
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRECSAI.ACOGNITIVA y POSCSAI.ACOGNITIVA es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRECSAI.ASOMÁTICA y POSCSAI.ASOMÁTICA es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PRECSAI.AUTOCONFIANZA y POSCSAI.AUTOCONFIANZA es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

4.6.2. Análisis comparativo de la Escala de Autoeficacia General

Con respecto a los resultados obtenidos de la tabla 4.12 sobre el análisis comparativo de la Escala de Autoeficacia General (EAG) se muestra lo siguiente:

Tabla 4.12.

Análisis comparativo para muestras relacionadas de la EAG

<i>Rangos</i>	<i>n</i>	<i>Rango Promedio</i>	<i>Suma de Rangos</i>	<i>Contraste</i>	
				<i>Z</i>	<i>Sig.</i>
Rangos Negativos	6	15.33	92.00		
Rangos Positivos	28	17.96	503.00	-3.547	.000
Empates	26				

Nota: 60 participantes.

En la Escala de Autoeficacia General se presenta, que 6 participantes alcanzaron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, es decir han su nivel de autoeficacia es mayor antes de la competencia, mientras que 28 participantes subieron y obtuvieron un mayor nivel autoeficacia luego de la primera aplicación; y finalmente 26 atletas presentan los mismo valores de autoeficacia antes y durante de las aplicaciones, es decir que se sienten capaces y confiados de sus habilidades.

En la Escala Total de Autoeficacia General, se identifica una diferencia estadísticamente significativa ($p < .05$), esto quiere decir que los niveles de autoeficacia varían antes y durante las competencias. Según Lázaro y Villamarín (2007), la autoeficacia se presenta de distinta manera en cada atleta antes y durante la competencia, ya que cada deportista realiza la tarea y busca obtener resultados positivos y que le lleve a la meta establecida. Paralelamente, Cantón Chirivella y Checa Esquivá (2012), establecen una razón

cognitiva para explicar este fenómeno, ya que la percepción de alta autoeficacia genera emociones agradables sobre sí mismo y su rendimiento, obteniendo resultados exitosos y alcanzando mejores reconocimientos.

En función de los resultados mostrados en la tabla, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, debido a que se muestran diferencias estadísticamente significativas entre las dos aplicaciones de la EAG (Ver tabla 4.13).

Tabla 4.13.
Resumen de contrastes de hipótesis de la EAG

Resumen de contrastes de hipótesis				
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre rangos con PREEAG y POS.EAG es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

4.6.3. Análisis comparativo de la Escala de Autoeficacia General

Continuando con el análisis comparativo se encuentra la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM), en donde se observa los siguientes datos (Ver tabla 4.14):

Tabla 4.14.***Análisis comparativo para muestras relacionadas de la EAM***

Rangos	N	Rango Promedio	Suma de Rangos	Contraste	
				Z	Sig.
Rangos Negativos	8	18.25	146.00	-3.462	.001
Rangos Positivos	31	20.45	634.00		
Empates	21				

Nota: 60 participantes.

En la Escala de Autoeficacia Motriz se presenta, que 8 participantes tuvieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, es decir han su nivel de autoeficacia motriz es mayor antes de la competencia, mientras que 31 participantes subieron y alcanzaron un mayor nivel autoeficacia motriz luego de la primera aplicación; y finalmente 21 atletas presentan los mismo valores de autoeficacia motriz antes y durante de las aplicaciones, es decir que se sienten sus capacidades atléticas son buenas y son capaces de llegar a la meta sin problemas.

En la Escala Total de Autoeficacia Motriz, se presenta una diferencia estadísticamente significativa ($p < .05$), lo que implica que los niveles de autoeficacia motriz se modifican antes y durante las competencias, dependiendo cómo se valore como deportista. Así, Aguado y otros (2014), argumentan que la autoeficacia motriz varía en el rendimiento del atleta debido a “sus creencias al respecto de en qué medida serán capaces de llevar a cabo la acción” (p. 439), es decir de como el deportista crea que pueda realizar la acción y si esta será realizada efectivamente, sintiéndose capaz de culminar la tarea de forma correcta. Por otra parte, Cervelló y otros (2006), manifiestan que la autoeficacia motriz aumenta en los deportistas con la práctica y el esfuerzo que cada atleta entregue diariamente, además que mantener creencias positivas sobre sí mismo frente a cualquier

situación que se le presente. Sin embargo, Gómez Ardila y otros (2015), sostienen que durante las competencias los atletas incrementan su autoeficacia motriz, pero su rendimiento no siempre es el adecuado, puesto que una “autoeficacia alta no siempre va estar asociada a un alto rendimiento en una tarea” (p. 79); es decir que al presentar creencias positivas sobre sus capacidades de ejecución de la tarea no siempre se alcanzara un desenvolvimiento adecuado y no se lograra los resultados deseados.

Según los resultados observados, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa, puesto que se encuentran diferencias estadísticamente significativas entre la primera y segunda aplicación de la EAG (Ver tabla 4.15), se señala lo siguiente:

Tabla 4.15.
Resumen de contrastes de hipótesis de la EAM

Resumen de contrastes de hipótesis				
	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre rangos con PREEAM y POS.EAM es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los signo para muestras relacionadas	,001	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

4.6.4. Análisis comparativo del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva

Por último, se presenta el análisis comparativo del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), en donde se revela lo siguiente (Ver tabla 4.16):

Tabla 4.16.

Análisis comparativo para muestras relacionadas del IPED

Subescalas	Rangos	N	Rango Promedio	Suma de Rangos	Contraste	
					Z	Sig.
Autoconfianza	Rangos Negativos	12	13.25	159.00	-1.289	.197
	Rangos Positivos	17	16.24	276.00		
	Empates	31				
Control de Afrontamiento Negativo	Rangos Negativos	37	20.47	757.00	-5.165	.000
	Rangos Positivos	2	11.25	22.50		
	Empates	21				
Control Atencional	Rangos Negativos	17	15.24	259.00	-2.647	.008
	Rangos Positivos	8	8.25	66.00		
	Empates	35				
Control Visoimaginativo	Rangos Negativos	13	8.19	106.50	-2.026	.043
	Rangos Positivos	3	9.83	29.50		
	Empates	44				
Nivel Motivacional	Rangos Negativos	13	7.00	91.00	-3.266	.001
	Rangos Positivos	0	.00	.00		
	Empates	47				
Control de Afrontamiento Positivo	Rangos Negativos	29	17.28	501.00	-4.008	.000
	Rangos Positivos	4	15.00	60.00		
	Empates	27				
Control Actitudinal	Rangos Negativos	15	9.77	146.50	-2.088	.037
	Rangos Positivos	4	10.88	43.50		
	Empates	41				

Nota: 60 participantes.

En la variable autoconfianza se presentó que en 12 participantes obtuvieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, mientras que 17 participantes subieron y alcanzaron mayor nivel de confianza sobre sí mismo luego de la primera aplicación; y por último en 31 atletas adquirieron los mismos valores durante las dos aplicaciones. Seguido se encontró a la variable control de afrontamiento negativo,

con 37 participantes que tuvieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, siendo mayor en la primera aplicación que en la segunda aplicación, en cambio que 2 participantes mejoraron y alcanzaron mayor nivel de afrontamiento frente a situaciones negativas, luego de la primera aplicación; y finalmente 21 atletas lograron los mismos valores durante las dos aplicaciones. Por otro lado, se evidencio una tercera variable que fue control atencional, teniendo 17 participantes valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, por lo contrario 8 participantes subieron y alcanzaron un mayor nivel de atención luego de la primera aplicación; y por último en 35 atletas consiguieron los mismos valores durante las dos aplicaciones.

Continuando con el análisis se observó otra variable que fue control visoimaginativo, teniendo 13 participantes resultados más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, mientras que 3 participantes mejoraron y alcanzaron un mayor nivel imaginación y visión del juego luego de la primera aplicación; y por último en 44 atletas alcanzaron los mismos valores durante las dos aplicaciones. Por otra parte, en la variable nivel motivacional, se identificó 13 participantes con valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, en cambio 0 participantes subieron y alcanzaron mayor nivel motivacional luego de la primera aplicación; y por último en 47 atletas se mantuvieron durante las dos aplicaciones.

También, se evidencio otra variable que fue control de afrontamiento positivo, 29 participantes tuvieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, mientras que 4 participantes mejoraron y alcanzaron un mayor nivel de

afrontamiento frente a situaciones positivas luego de la primera aplicación; y por último en 27 atletas alcanzaron los mismos valores durante las dos aplicaciones. Finalmente, se encontró fue control actitudinal, 15 participantes consiguieron valores más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, por lo contrario 4 atletas subieron y alcanzaron una mejor actitud luego de la primera aplicación; y por último en 41 atletas adquirieron los mismos valores durante las dos aplicaciones.

En las todas las variables se evidencia una diferencia estadísticamente significativa ($p < .05$), excepto en la variable autoconfianza donde no existen diferencias, debido a que la persona no cambia su confianza sobre sí mismo durante los dos momentos, ya que la confianza parece ser algo propio de cada atleta. Así, Carmona y otros (2004), comentan que los deportistas que presentan los mismos niveles de autoconfianza en las competencias, son quienes confían completamente en sus habilidades y capacidades atléticas, sintiendo que sin importar la circunstancia en la que se encuentra esta será resuelta adecuadamente y los resultados serán favorables en su rendimiento. Asimismo, Cepero, García y Rojas (2010), manifiestan que los atletas con “más experiencia en su deporte tienen mayores niveles de autoconfianza” (p. 35), es decir que con lo que han vivido en su vida deportiva les ha llevado a confiar más en sí mismo y saber cómo afrontar los distintos momentos que se les presenta en su vida, en independencia de las circunstancias.

Por otro lado, se muestra en el Control de Afrontamiento Negativo y Control de Afrontamiento Positivo diferencias entre la primera y segunda aplicación, siendo algo

significativo, ya que manifiesta que los atletas al experimentar diferentes situaciones antes y durante las competencias logrando auto-controlarse en algunas ocasiones, mientras que en otras ocasiones no encuentran herramientas de control y de afrontamiento en situaciones desfavorables perjudiciales en su rendimiento; así menciona Márquez (2006), que al tener una estrategia de afrontamiento incorrecto “puede producir serias repercusiones negativas tanto sobre aspectos emocionales como sobre el rendimiento” (p. 362). Esto se explica, que antes y durante las competencias los atletas experimentan distintas emociones, provocándoles que desarrollen estilos de afrontamientos adecuados para superar el momento y controlar aspectos que pueden afectar el rendimiento.

Otro aspecto que presenta diferencias significativas es el Control Atencional, puesto que antes y durante las competencias se requiere que la atención no disminuya en ningún momento, ya que al disminuir esta función el rendimiento decaerá, así sostienen Cercós, Lusaar y Oyague (2005), que al controlar asertivamente la atención el rendimiento se mantendrá o incrementará, pero si la atención se pierde el rendimiento disminuirá provocando que los resultados sean negativos. Además, se evidencia diferencia estadísticamente significativa en Control Viso-imaginativo, ya que previo a las competencias y durante las competencias los atletas necesitan desarrollar más su creatividad y tener una mejor visualización del entorno para poder alcanzar el éxito. Según, Martínez-Moreno (2017), los deportistas que muestren altos niveles de control viso-imaginativo serán quienes son altamente creativos, alcanzan un rendimiento más óptimo y confían plenamente en sí mismo.

Por otro lado, se observa diferencias en el nivel motivacional antes y durante la competición, puesto que los atletas incrementan sus niveles motivacionales durante las competencias, muestran que se divierten compitiendo y se sienten satisfechos con su rendimiento. Complementando a lo anteriormente mencionado, López Becerra (2011), señala que atletas con alta motivación durante las competencias obtienen un mejor rendimiento atlético. Finalmente, otra subescala que indica diferencias significativas es el Control Actitudinal, en donde atletas que presentan una conducta positiva antes y durante las competencias mejoran su rendimiento, mientras que atletas con un bajo control actitudinal generan mayor ansiedad y por ende una disminución en su rendimiento, como indican González-Reyes, Moo Estrella y Olmedilla (2017), que atletas con un adecuado control actitudinal obtienen mejores resultados que atletas con conductas inadecuadas.

Si bien es cierto, cada atleta es un ser distinto y único, teniendo su propio perfil psicológico como mencionan Hernández-Mendo y otros (2016), que al conocer aspectos importantes de su perfil psicológico y su funcionamiento “permite obtener información acerca de sus habilidades psicológicas relacionadas con la competición y valorar los parámetros necesarios para controlar los procesos de ansiedad, prediciendo y mejorando el rendimiento deportivo” (p. 122). Esto quiere decir, que al obtener datos significativos del atleta ayudara a conocer su forma de competir y afrontar situaciones que se le presente en los eventos deportivos, además de cómo manejar síntomas ansiógenos que tenga el deportista buscando que no repercuta en su rendimiento. Adicionalmente,

Gomez Correa y otros (2012), sustentan que cada atleta posee habilidades y capacidades para competir, presentándose de distinta manera en cada sujeto, debido a que cada atleta compite y se desenvuelve en la cancha de diferente forma.

Finalmente, los resultados expuestos en la tabla, permiten que se rechace la hipótesis nula y se acepte la hipótesis alternativa en seis de las siete subescalas, debido a que se encuentran diferencias estadísticamente significativas, sin embargo, en la escala de Autoconfianza no se encontró ninguna diferencia y no se rechazó la hipótesis nula (Ver tabla 4.17) revelan los siguientes datos:

Tabla 4.17.

*Resumen de contrastes de hipótesis de la IPED***Resumen de contrastes de hipótesis**

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.AUTOCONFIANZA y POSIPED.AUTOCONFIANZA es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,197	Conserve la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.CONTROLDEAFRONTAMIENTONEGATIVO y POSIPED.CONTROLDEAFRONTAMIENTONEGATIVO es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.CONTROLATENCIONAL y POSIPED.CONTROLATENCIONAL es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,008	Rechace la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.CONTROLVISIOIMAGINATIVO y POSIPED.CONTROLVISIOIMAGINATIVO es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,043	Rechace la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.NIVELMOTIVACIONAL y POSIPED.NIVELMOTIVACIONAL es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,001	Rechace la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.CONTROLDEAFRONTAMIENTOPOSITIVO y POSIPED.CONTROLDEAFRONTAMIENTOPOSITIVO es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,000	Rechace la hipótesis nula.
1	La mediana de las diferencias entre PREIPED.CONTROLACTITUDINAL y POSIPED.CONTROLACTITUDINAL es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo para muestras relacionadas	,037	Rechace la hipótesis nula.

Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

A partir de los resultados encontrados en el Cuestionario de Autoevaluación de Illinois, la Escala de Autoeficacia General, la Escala de Autoeficacia Motriz y el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva, donde los valores del post-test fueron mayores que los del pre-test y dichas diferencias fueron estadísticamente significativas ($p < .05$), excepto en la subescala de Autoconfianza del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alternativa.

4.7. Validación de datos

En esta sección de la investigación se realizara el análisis estadístico de los reactivos psicológicos que fueron utilizados a lo largo del estudio.

4.7.1. Análisis de Fiabilidad del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)

El análisis de fiabilidad tiene como objetivo comprender las propiedades psicométricas que indica el Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2), presentando los resultados obtenidos durante las aplicaciones. La fiabilidad se realizara a través del análisis de Cronbach (α), el cual se encarga de medir la consistencia interna del test. En este análisis se calculó la consistencia interna de cada subescala y un total del reactivo (Ver tabla 4.18).

Tabla 4.18.***Fiabilidad del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)***

Factores	Ítems	Alfa
Ansiedad Cognitiva	9	.784
Ansiedad Somática	9	.667
Autoconfianza	9	.796
CSAI-2 Global	27	.716

Nota: 60 participantes.

En el factor Ansiedad Cognitiva se observa que tiene nueve ítems, teniendo una consistencia interna de $\alpha = .784$ correspondiente a una fiabilidad moderadamente confiable. Por otro lado, el factor Ansiedad Somática tiene igual nueve ítems, presentando una consistencia interna de $\alpha = .667$, siendo una confiabilidad moderada. Finalmente, el factor Autoconfianza tiene nueve ítems y una consistencia interna de $\alpha = .796$, equivalente a moderada. En general, el test presenta una confiabilidad moderada, ya que tiene presenta un $\alpha = .716$, correspondiente a moderadamente aceptable.

4.7.2. Análisis de Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia General (EAG)

El análisis de fiabilidad tiene como objetivo comprender las propiedades psicométricas que presenta la Escala de Autoeficacia General (EAG), presentando los resultados obtenidos durante las aplicaciones. La fiabilidad se realizara a través del análisis de Cronbach (α), el cual se encarga de medir la consistencia interna del test. En este análisis se calculó la consistencia interna global del test (Ver tabla 4.19).

Tabla 4.19.***Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia General (EAG)***

Factor	Ítems	Alfa
Global EAG	10	.817

Nota: 60 participantes.

En el análisis global del reactivo muestra que el instrumento que se utilizó en la aplicación consta de diez ítems, teniendo una consistencia interna de $\alpha = .817$, correspondiente a alta. Esto quiere decir, que el reactivo aplicado es altamente confiable.

4.7.3. Análisis de Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)

El análisis de fiabilidad tiene como objetivo comprender las propiedades psicométricas que presenta la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM), presentando los resultados obtenidos durante las aplicaciones. La fiabilidad se realizara a través del análisis de Cronbach (α), el cual se encarga de medir la consistencia interna del test. En este análisis se calculó la consistencia interna global del test (Ver tabla 4.20).

Tabla 4.20.***Fiabilidad de la Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)***

Factor	Ítems	Alfa
Global EAM	10	.868

Nota: 60 participantes.

En el análisis del reactivo indica que el instrumento que se manejó en la aplicación tiene de diez ítems, presentando una consistencia interna de $\alpha = .868$, correspondiente a alta. Esto quiere decir, que el reactivo aplicado es altamente confiable.

4.7.4. Análisis de Fiabilidad del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

El análisis de fiabilidad tiene como objetivo comprender las propiedades psicométricas que tiene el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), muestra resultados estadísticos alcanzados durante las aplicaciones. La fiabilidad se realizara a través del análisis de Cronbach (α), el cual se encarga de medir la consistencia interna del test. En este análisis se calculó la consistencia interna global del test (Ver tabla 4.21).

Tabla 4.21.

Fiabilidad del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

<i>Factores</i>	<i>Ítems</i>	<i>Alfa</i>
Autoconfianza	6	.461
Control de Afrontamiento Negativo	6	.423
Control Atencional	6	.453
Control Visoimaginativo	6	.835
Nivel Motivacional	6	.511
Control de Afrontamiento Positivo	6	.640
Control Actitudinal	6	.707
IPED Global	42	.893

Nota: 60 participantes.

En el factor Autoconfianza se observa que tiene 6 ítems, teniendo una consistencia interna de $\alpha = .461$ correspondiente a una fiabilidad baja. Seguido a esto, se encuentra el factor Control de Afrontamiento Negativo con seis ítems y una consistencia interna de $\alpha = .423$ correspondiente a una fiabilidad baja. Por otro lado, el factor Control Atencional tiene igual seis ítems, presentando una consistencia interna de $\alpha = .453$, siendo una confiabilidad baja. Adicionalmente, se encuentra el factor Control Visoimaginativo teniendo seis ítems y una fiabilidad de $\alpha = .835$, correspondiente a una fiabilidad alta. Luego, se presenta al factor Nivel Motivacional, conteniendo seis ítems y una consistencia interna de $\alpha = .51$, equivalente a baja. Continuado, se evidencia un sexto factor que es Control de Afrontamiento Positivo, constando de seis ítems y una consistencia interna de $\alpha = .640$, indicando una fiabilidad moderada. Finalmente, el factor Control Actitudinal tiene seis ítems y una consistencia interna de $\alpha = .707$, equivalente a modera. En general, el test presenta una confiabilidad modera, ya que tiene presenta un $\alpha = .893$, siendo un confiabilidad alta. Este particular es explicado por el aumento de ítems en la escala global, lo que permite mayor número de interrelaciones, e implica que la escala IPED funciona mejor como un modelo unifactorial.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

A través del proyecto de investigación realizado y por medio de la recolección de datos y su respectivo análisis de los resultados, se obtiene las siguientes conclusiones:

- En la investigación realizada a tenistas de alta competencia en Ecuador, existe una mayor participación de tenistas masculinos con un 75%, en donde la mayoría de los participantes pertenecen a la provincia de Pichincha con 29 atletas representando el 48.3%, seguido se encuentra Guayas como la segunda provincia con mayor número con 22 tenistas y 36.7%.
- Por otra parte, la edad promedio de los participantes es de 18 años 1 mes, teniendo lugar en las categorías superiores, así la categoría de 16 años tiene el mayor número de atletas con un 46.7% de participación. Según los atletas evaluados la edad promedio de inicio en la práctica tenística es de 6 años y 5 meses, mientras que la edad promedio de inicio en competencias es de 9 años y 2 meses, debido a que requerían de mayor preparación y entrenamiento.

- Los tenistas que fueron parte del proyecto llevan alrededor de 8 años y 6 meses compitiendo dentro y fuera del país, dedicando cerca de 6 horas al día de entrenamiento para así poder obtener buenos resultados y ocupar los primeros puestos en el ranking nacional junior y en el ranking nacional abierto. Sin embargo, la dedicación y esfuerzo en los tenistas ha provocado que un 68.3% de los encuestados tengan lesiones en su carrera. Así mismo, se revela que el 56.7% de tenistas no poseen un equipo multidisciplinario y el 68.3% no disponen de un plan nutricional en su vida.
- La mayoría de tenistas encuestados presentan una ansiedad competitiva moderada. Se encontró por medio del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois-2 presencia de ansiedad cognitiva y ansiedad somática moderada en los atletas, mientras que la autoconfianza fue alta antes de las competencias. Sin embargo durante las competencias los niveles de ansiedad cognitiva y ansiedad somática aumentaron en los deportistas, pero la autoconfianza se mantuvo igual en relación a la primera aplicación, siendo la escala con mayor puntaje en las dos aplicaciones.
- Los resultados obtenidos en el análisis descriptivo del Cuestionario de Autoevaluación de Illinois-2, revelan que las subescalas de Ansiedad Cognitiva (23.85) y Autoconfianza (30) sobrepasan el punto de corte en la primera aplicación, mientras que la subescala Ansiedad somática (19.68) se encuentra debajo del punto de corte. A diferencia de la segunda aplicación, en donde las

tres subescalas sobrepasan el punto de porte, teniendo Ansiedad Cognitiva (26.30), Ansiedad Somática (24.20) y Autoconfianza (30.85).

- Los tenistas de alta competencia de Ecuador presentan niveles altos de autoeficacia general y autoeficacia motriz. Los resultados encontrados en el análisis descriptivo de la Escala de Autoeficacia General, indican que en ambas aplicaciones los niveles de autoeficacia son altos, siendo en la primera 33.48 y en la segunda 34.35. Por otra parte, en la Escala de Autoeficacia Motriz, muestran un alto nivel de autoeficacia motriz antes (32.55) y durante (33.40) de las competencias.
- En los tenistas evaluados, los patrones psicoemocionales varían antes y durante las competencias, expresándose de distinta manera en cada atleta. Así pues los datos encontrados del análisis descriptivo del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva, presentan un incremento en Control de Afrontamiento Negativo, Control Atencional, Control Visoimaginativo, Nivel Motivacional, Control de Afrontamiento Positivo y Control Actitudinal, en la primera aplicación y decremento de estas subescalas en la segunda aplicación. A diferencia de la subescala de Autoconfianza que se mantuvo estable durante las dos aplicaciones.
- Los datos obtenidos de los análisis comparativos no paramétricos indican que existen diferencias entre las variables de Ansiedad Competitiva y Autoeficacia,

antes y durante las competencias, lo que corrobora a la hipótesis establecida. Así, los datos obtenidos de las evaluaciones psicológicas aplicadas revelan diferencias significativas entre la primera y segunda aplicación, excepto en la subescala de autoconfianza del IPED que no mostro ninguna diferencia.

5.2. Recomendaciones

Con el motivo de favorecer a investigaciones con la misma temática, se recomienda lo siguiente:

- Se recomienda promocionar a la psicología en los jóvenes tenistas del país, por medio de charlas o conferencias que ayuden a identificar la importancia de la salud mental en el deporte, promoviendo a los atletas para que sigan un proceso psicológico o asesoría, buscando que alcancen un estado más equilibrio en su vida deportiva.
- Se sugiere a las escuelas y asociaciones de tenis, evaluar periódicamente a sus atletas sobre su estado emocional durante las prácticas y competencias, evitando la fatiga emocional y el abandono deportivo por lo alcanzar sus objetivos. Adicionalmente, se propone que los entrenadores de las escuelas de tenis tengan capacitaciones y asesoramiento sobre psicología deportiva, para así poder controlar de mejor manera al atleta en situaciones adversas.
- Se recomienda la implementación de un profesional de la salud mental como parte del trabajo diario en los equipos ecuatorianos que participan en competencias sudamericanas y mundiales, buscando que la parte psicológica sea un punto favorable en el rendimiento deportivo.

- Se sugiere realizar actividades de relajación en tenistas antes, durante y después de competir, para poder disminuir los niveles de ansiedad que se presenta en el jugador.
- Para personas que deseen realizar estudios sobre esta temática, se recomienda investigar como los padres se involucran con sus hijos en las competencias tenísticas y si ellos provocan que los niveles de ansiedad aumenten en los atletas, debido a la presión que ejercen por triunfar y ser reconocidos como estrellas.
- Se sugiere a los padres de tenistas de alta competencia que asistan a charlas y asesoría psicológica, para que puedan controlar de mejor manera las emociones durante las competencias, evitando que el chico sienta tensión desde sus padres, y sean ellos un apoyo fundamental durante momentos críticos de los torneos.
- Se propone realizar otras investigaciones con las mismas variables en tenistas de Ecuador que no estén en los primeros lugares del ranking, para tener otros datos y poder comparar con esta investigación si los niveles de ansiedad y autoeficacia son los mismos entre los dos grupos.
- Se invita a las escuelas de tenis en el país a que estudien e involucren a la psicología deportiva en su trabajo cotidiano para crear mejores estrategias de afrontamiento en la práctica.

BIBLIOGRAFÍA

- Aedo, Á., & Ávila, H. (2009). Nuevo cuestionario para evaluar la autoeficacia hacia la actividad física en niños.
- Aguado, D., de la Vega, R., Hernández, J., Pujals, C., & M. Rubio, V. (2014). Autoeficacia y lesiones deportivas:¿ factor protector o de riesgo?. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2).
- Álvarez, O., Castillo, I., Estevan, I., & Falcó, C. (2014). Self-efficacy and performance of the roundhouse kick in taekwondo. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 9(2), 97-105.
- Álvarez, O., Castillo, I., & Estevan, I. (2016). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51-64.
- Anastasi, A., & Urbina, S. (1998). *Tests psicológicos*. Pearson Educación.
- Andreu, J. P. (2017). Experiencia deportiva, ansiedad y motivación en corredores populares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 1(1), 51-58.
- Apablaza, C. G. C., & Lira, M. M. (2013). La teoría de autoeficacia y el desempeño docente: El caso de Chile. *Estudios hemisféricos y polares*, 4(2), 107-123.
- Apter, M. J. (1982). Fawlty Towers: A reversal theory analysis of a popular television comedy series. *The Journal of Popular Culture*, 16(3), 128-138.
- Arias, N. J., Furlong, L. V., Mesón-DOI, P. C., Puente, C. P., & Serrano, Á. F. (2017). La motivación como variable influyente en la ansiedad y autoconfianza de los deportistas. *Información Psicológica*, (112), 14-28.

- Arribas, S., Arruza, J. A., González, O., Irazusta, S., Otaegi, O., & Ruiz, L. M. (2011). Percepción de competencia, estado de ánimo y tolerancia al estrés en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Anales de psicología*, 27(2).
- Arribas Galarraga, S., Arruza Gabilondo, J. A., Cecchini Estrada, J. A. González Rodríguez, O., & Palacios Moreno, M. (2012). Validación del competitive state anxiety inventory 2 reducido (csai-2 re) mediante una aplicación web. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 12(47).
- Arribas, S., Arruza, J. A., González, O., Irazusta, S., Otaegi, O., & Ruiz, L. M. (2011). Percepción de competencia, estado de ánimo y tolerancia al estrés en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Anales de psicología*, 27(2).
- Babkes, M. L., Scanlan, L. A., & Scanlan, T. K. (2005). Participation in sport: A developmental glimpse at emotion. En J. L. Mahoney, R. W. Larson y J. S. Eccles (Eds.), *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after school, and community programs*. (pp. 275-309). Mahwah, NJ: Erlbaum
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., & García Merita, M. L. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia. *Revista latinoamericana de psicología*, 36(3).
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191.
- Bandura, A., & Adams, N. E. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive therapy and research*, 1(4), 287-310.

- Barriga, O., Cid, P., & Orellana, A. (2010). Validación de la escala de autoeficacia general en Chile. *Revista médica de Chile*, 138(5), 551-557.
- Bastos, A. D. A., González-Boto, R., Márquez, S., & Salguero, A. (2005). Habilidad física percibida en nadadores de competición brasileños. *Cuadernos de psicología del deporte*, 5.
- Bayrón, C. E. (2012). Teoría Social Cognitiva y Teoría de Retención de Vincent Tinto: Marco Teórico para el estudio y medición de la auto-eficacia académica en estudiantes universitarios. *Revista Griot (Etapa IV-Colección completa)*, 5(1), 28-49.
- Bermúdez, J., Pérez, A. M^a. & Sanjuán, P. (2000). Escala de autoeficacia general: Datos psicométricos de la adaptación para la población española. *Psicothema*, 12 (sup-2), 509-513.
- Blanco, J. M. F., Calle, R. C., Cayetano, A. R., Muñoz, A. S., Muñoz, S. P., Ramos, J. M. D. M., & Vicente, R. A. (2017). Female Spanish athletes face pre-competition anxiety at the highest levels of competition. *Revista de psicología del deporte*, 26(4), 39-44.
- Bohórquez, M. R., Dueñas, K. G. N., Gómez, R. P., & Sánchez, J. C. J (2012). Ansiedad y autoconfianza precompetitiva en triatletas. *Rev Iberoam Psicol Ejerc El Deporte*, 7(1), 113-124.
- Bonilla, P. U., Vargas, J. C. G., & Vargas, R. G. (2013). Autoeficacia general, ansiedad precompetitiva y sensación de fluir en jugadores (as) de balonmano de la selección nacional de Costa Rica. *MHSALUD: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 10(2).

- Buceta, J. M., López de la Llave, A., Pino, M. D. D., Pérez Llantada, M. D. C., & Vallejo, M. (2003). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema, 15*(2).
- Calvo, A., Fuentes, I., & León-Prados, J. A. (2016). Relación entre ansiedad estado, autoconfianza percibida y rendimiento en baloncesto/Relationship between anxiety state, self-confidence and performance in basketball. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, (55)*.
- Cantallops, J., Escudero, J. T., Liberal, R., & Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a deportes de competición. *Revista de psicología del deporte, 23*(2).
- Cantón Chirivella, E., & Checa Esquivá, I. (2012). Los estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte, 21*(1).
- Cámara-Pérez, J. C., Izquierdo-Rus, T., Latorre-Román, P. A., & Pantoja-Vallejo, A. (2013). Factores psicoeducativos que determinan la propensión al accidente deportivo en escolares: Diseño y validación de un cuestionario de evaluación. *Anales de psicología, 29*(2), 462-469.
- Campos, A., Castañeda Vázquez, C., Del Castillo, O., & Ries, F. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de psicología del deporte, 12*(2), 9-16.
- Canto, J. E. (2011). Autoeficacia y educación. *Educación y ciencia (ISSN 2448-525X), 2*(18).

- Capdevila Ortís, L., Bueno García, J., & Fernández Castro, J. (2002). Sufrimiento competitivo y rendimiento en deportes de resistencia. *Revista de Psicología del deporte, 11*(2), 0209-226.
- Capdevila Ortís, L., Cervantes Blásquez, J. C., & Rodas, G. (2009). Perfil psicofisiológico de rendimiento en nadadores basado en la variabilidad de la frecuencia cardíaca y en estados de ansiedad precompetitiva. *Revista de psicología del deporte, 18*(1).
- Carmona, Á. M., Cecchini, J. A., Contreras, O., & González, C. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la autoconfianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema, 16*(1).
- Carrasco Ortiz, M. Á., & Del Barrio Gandara, M. V. (2002). Evaluación de la autoeficacia en niños y adolescentes. *Psicothema, 14*(2).
- Carretero, C. M., Gimeno, E. M. C., González, I., Moreno-Murcia, J. A., & Ponce, J. J. (2012). Ansiedad estado precompetitiva en judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas, 7*(1), 26-43.
- Casáis, L., & Lago, C. (2010). La influencia de los resultados iniciales en la clasificación final de los equipos en el fútbol de alto nivel. *Revista de psicología del deporte, 19*(2).
- Castro-Sánchez, M., Cepero-González, M., Chacón-Cuberos, R., Olmo-Extremera, M., Rodríguez-Fernández, S., & Zurita-Ortega, F. (2017). Análisis de la resiliencia, ansiedad y lesión deportiva en fútbol según el nivel competitivo. *Cultura, Ciencia y Deporte, 12*(35).

- Castro, S. B. E., Cuervo, A. A. V., & Domínguez, R. S. (2017). Participación de los padres en la educación: una prueba del modelo de Hoover-Dempsey y Sandler. *Perspectiva Educativa*, 56(2), 139-153.
- Castuera, R. J., García, J. P. F., & Pedrero, S. P. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3(3), 436-453.
- Cecchini Estrada, J. A., Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2014). Meta-percepciones de competencia de terceros significativos, competencia percibida, motivación situacional y orientaciones de deportividad en jóvenes deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2).
- Cepero, M., García, C. R., & Rojas, F. J. (2010). Efecto de la experiencia deportiva en las habilidades psicológicas de esgrimistas del ranking nacional español. *Cuadernos de psicología del deporte*, 10(2), 33-42.
- Cercós, J. F., Lusar, A. C., & Oyague, G. P. (2005). Propiedades psicométricas del cuestionario de habilidades psicológicas en escalada deportiva. *Cuadernos de psicología del deporte*, 5.
- Cervelló, E., García, T., Jiménez, R., Nerea, A., & Santos-Rosa, F. J. (2010). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *European Journal of Human Movement*, 9.
- Cervelló, E., González-Cutre, D., Moreno, J. A., & Sicilia, A. (2006). Creencias implícitas de habilidad en la actividad física y el deporte. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 17.

- Charry Domínguez, A. (2013). *Sobre la ansiedad y estrategias de afrontamiento en relación a la competencia deportiva en el atletismo: una revisión de temas primordiales [recurso electrónico]* (Doctoral dissertation).
- Cheng, W.; Hardy, L. & Markland, D. (2009). Toward a three dimensional conceptualization of performance anxiety: Rationale and initial measurement development. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 271-278. Doi: 10.1016/j.psychsport.2008.08.001.
- Chirivella, D. E. C., Esquiva, D. I. C., & Tort, D. B. E. (2012). *Bidimensionalidad de las emociones en el deporte: desarrollo y validación de un instrumento de evaluación* (Doctoral dissertation, Universitat de València).
- Correché, M. S., Mosconi, S., Penna, F., & Rivarola, M. F. (2007). Aplicación de la técnica de relajación en deportistas para mejorar su rendimiento. *Fundamentos en humanidades*, (16), 183-198.
- Cruz, J., Fuster-Parra, P., Garcia-Mas, A., Olmedilla, A., Palou, P., & Ponseti, F. J. (2015). Análisis bayesiano de la motivación, el clima motivacional y la ansiedad en jóvenes jugadores de equipo. *Anales de psicología*, 31(1), 355-366.
- De Baranda, P. S., Gómez, M. A. Toro, E. O., & Zafra, A. O. (2009). Relación del nivel de autoeficacia con indicadores de rendimiento y participación deportiva en baloncesto de formación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 64.
- De la Llave, A. L., Garcia-Mas, A., Pons, J., Pérez-Llantada, M. C., & Ramis, Y. (2016). Percepción de la Ansiedad Competitiva en relación al Nivel de Cooperación y Compromiso Deportivo en Jugadores de Baloncesto de Formación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 45-54.

- De la Vega, R., Gosálvez, J., & Ortín, F. (2013). Optimismo, ansiedad-estado y autoconfianza en jóvenes jugadores de balonmano. *Anales de psicología*, 29(3), 637-641.
- De la Vega-Marcos, R., Ruiz-Barquín, R., Tejero-González, C. M., & Vaquero-Maestre, M. (2016). Satisfacción con la vida y autoeficacia en jugadores de baloncesto en silla de ruedas. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1).
- Del Pilar Méndez-Sánchez, M., Gómez, R., Jaenes-Amarillo, P., & Sánchez, J. (2016). El poder explicativo de la ansiedad en los estados de ánimo de deportistas españoles (The explanatory power of anxiety in the mood of Spanish athletes). *Retos*, (30), 207-210.
- Dodson, J. D., & Yerkes, R. M. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of comparative neurology*, 18(5), 459-482.
- Dominick, J. L., & Wimmer, J. R. D. (1996). *La investigación científica de los medios de comunicación: una introducción a sus métodos*. Bosch,.
- Espinoza, I. (2016). Tipos de muestreo. Recuperado de: <http://www.bvs.hn/Honduras/Embarazo/Tipos.de.Muestreo.Marzo.2016.pdf>
- Fenoll, A., García, T., Gimeno, E., JiménezDe la Vega, R., Gosálvez, J., & Ortín, F. (2013). Optimismo, ansiedad-estado y autoconfianza en jóvenes jugadores de balonmano. *Anales de psicología*, 29(3), 637-641.
- Fernandes, M. G., Fernandes, H. M., Nunes, S. A. N., & Raposo, J. V. (2014). Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos/Effects of experience on the dimensions of intensity, direction and

frequency of the competitive anxiety and self-confidence: A study in athletes of individual and team sports. *Motricidade*, 10(2), 81.

Fernández-Ballesteros, R. (2014). *Evaluación psicológica*. Ediciones Pirámide.

Flores-Allende, G., Ruiz-Juan, F., & Zarauz Sancho, A. (2016). Ansiedad precompetitiva en corredores de fondo en ruta en función de sus variables de entrenamiento. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (30).

Franco Vega, I. (2017). Mecanismos y motivos asociados al involucramiento parental en educación en zonas rurales.

Fuster-Parra, P., Garcia-Mas, A., Núñez, A., Pujals, C., & J Rubio, V. (2014). Determinación de las variables psicológicas y deportivas relevantes a las lesiones deportivas: Un análisis bayesiano. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2).

García, A. M. P., Moreno, J. B., & Suárez, P. S. (2000). Escala de autoeficacia general: datos psicométricos de la adaptación para población española. *Psicothema*, 12(Suplemento), 509-513.

García Mas, A., & Núñez Prats, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (32).

García, M. T., Salas, M. E., & Torija, C. S. T. (2017). Clima escolar e involucramiento parental en dos muestras de escolares en educación básica, la percepción de los alumnos, un estudio exploratorio. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(1), 1.

- Garoz-Puerta, I., Hernández-Álvarez, J. L., Martínez-Gorroño, M., Tejero, C., & Velázquez-Buendía, R. (2011). Escala de Autoeficacia Motriz: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española. *Revista de Psicología del deporte, 20*(1).
- Gil, J., Reigal, R., & Videra, A. (2014). Práctica física, autoeficacia general y satisfacción vital en la adolescencia. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport, 14*(55).
- González-Reyes, A. A., Moo Estrella, J., & Olmedilla, A. (2017). Características psicológicas que influyen en las lesiones deportivas de triatletas amateurs de Yucatán, México. *Revista de psicología del deporte, 26*(2).
- González, M. K. G., San Juan, D. P., & Trejos, J. P. (2013). Relación entre Ansiedad y Rendimiento Deportivo en Futbolistas Categoría Sub-16 Asociación Deportivo Pasto.
- Gomez Correa, L., Raimundi, M. J., & Reyes Bossio, M. (2012). Programa de entrenamiento en habilidades psicológicas en jugadoras de voleibol de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 12*(1), 9-16.
- Gómez, P., López Pérez, E., Rodríguez Granada, L. M., & Rodríguez Salazar, M. C. (2015). Programa de entrenamiento en control de la activación, rendimiento y autoeficacia en golfistas infantiles: un estudio de caso. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10*(1).

- Gómez, J. M., Olmedilla, A., & Ortega, E. (2014). Influencia de la lesión deportiva en los cambios del estado de ánimo y de la ansiedad precompetitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 14*(1), 55-62.
- Gómez, R., Jaenes-Amarillo, P., Méndez-Sánchez, M., & Sánchez, J. (2016). El poder explicativo de la ansiedad en los estados de ánimo de deportistas españoles (The explanatory power of anxiety in the mood of Spanish athletes). *Retos, (30)*, 207-210.
- Gómez Ardila, P., López Pérez, E., Rodríguez Granada, L. M., & Rodríguez Salazar, M. C (2015). Programa de entrenamiento en control de la activación, rendimiento y autoeficacia en golfistas infantiles: un estudio de caso. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10*(1).
- Gómez, D. R., & Roquet, J. V. (2012). Metodología de la investigación. *México: Red Tercer Milenio. Recuperado de http://www.aliatuniversidades.com.mx/bibliotecasdigitales/pdf/axiologicas/Metodologia_de_la_investigacion.pdf*.
- Griva, K., & Ong, N. C. (2016). The effect of mental skills training on competitive anxiety in schoolboy rugby players. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 1-13*.
- Grossbard, J. R.; Smith, R. E.; Smoll, F. L. & Cumming, S. P. (2009). Competitive anxiety in young athletes: Differentiating somatic anxiety, worry and concentration disruption. *Anxiety, Stress and Coping, 22*(2), 153-166. Doi: 10.1080/10615800802020643
- Guillén Rojas, N. (2007). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico, 3*(9).

- Guillén, F., & Sánchez, R. (2003). La ansiedad en jugadoras de la liga española de baloncesto.
- Guillén Rojas, N., & Velásquez Velásquez, M. T. (2007). Regulación emocional en nadadores en proceso de formación deportiva, categoría infantil. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 112-125.
- Gumbau, R. G., Silla, J. M. P., & Soria, M. S. (2012). Efectos moduladores de la autoeficacia en el estrés laboral. *Apuntes de psicología*, 30(1-3), 311-321.
- Guszkowska, M., & Zagórska, A. (2014). A program to support self-efficacy among athletes. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 24(3), e121-e128.
- Gutiérrez, C. J. L., Lozano, E. G. M., Mendoza, E. J. M., Moreno, P. J. F., Pineda, L. T. B., Ruvalcaba, S. L. P., & Salazar, C. M. (2017). Fuentes, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés-competitivo en nadadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 199-209.
- Hanin, Y. L. (1995). Individual Zones of Optimal Functioning (IZOF) Model: An Idiographic Approach to Performance Anxiety. In K. Henschen and W. Straub (Eds.). *Sport Psychology: an Analysis of Athlete Behaviour* (pp.103-119). Longmeadow, MA: Movement Publications.
- Hardy, L. (1990). A catastrophe model of performance in sport.
- Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (1), 71-93

- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., & Peñalver, I. (2014). Replicación de las propiedades psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva. *Revista de Psicología del Deporte, 23*(2).
- Hernández-Mendo, A., Morillo Baro, J. P., & Reigal Garrido, R. E. (2016). Relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en jugadores de balonmano playa. *Revista de psicología del deporte, 25*(1).
- Hernández-Pozo, M. D. R., & Oliva, F. J. (2009). Efectos de la agresión colérica en el desempeño deportivo en deportes de contacto: una revisión empírica. *Journal of Behavior, Health & Social Issues, 1*(1).
- Herrera, A. S., & Salazar, C. C. (2013). Efecto de diversas actividades físicas y deportivas sobre la autoeficacia de estudiantes universitarios costarricense. *Actualidades Investigativas en Educación, 13*(3).
- Holloway, S. D, & Petrie, J. T. (2006). Las representaciones de madres acerca de la función de progenitores y programas preescolares en el fomento del desarrollo infantil. *Números, 17*(1).
- Hong, J. C., Hwang, M. Y., Lin, P. C., & Tai, K. H. (2015). Self-efficacy relevant to competitive anxiety and gameplay interest in the one-on-one competition setting. *Educational Technology Research and Development, 63*(5), 791-807.
- Hoover-Dempsey, K. V., & Sandler, H. M. (1995). Parental involvement in children's education: Why does it make a difference?. *Teachers college record*.
- Hull, C.L. (1943). *Principles of Behavior*. Nueva York: Appleton-Century-Crofts.

- Kumar, A. (2016). A study of pre-competitive anxiety involving male and female players competing in team versus individual events. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 3(1), 135-137.
- Lázaro, I., & Villamarín, F. (2007). Capacidad predictiva de la auto-eficacia individual y colectiva sobre el rendimiento en jugadoras de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 2(2).
- León Salcedo, J. D. (2015). Ansiedad de estado, estrategias de afrontamiento y sus efectos en el rendimiento de tenistas pre juveniles de competencia del equipo de la liga de tenis de Bogotá.
- Lira Mandujano, J., Paredes Cisneros, V., & Rodríguez Villa, I. G. (2016). Intervención Cognitivo-Conductual para el manejo de la Ansiedad Precompetitiva en nadadores adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 21(1).
- Lodewyk, K. R., & Sullivan, P. (2016). Associations between anxiety, self-efficacy, and outcomes by gender and body size dissatisfaction during fitness in high school physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(6), 603-615.
- Llewellyn, D. J. & Sánchez, X. (2008). Individual differences and risk taking in rock climbing. *Psychology of Sport & Exercise*, 9, 413-426.
- López Becerra, N. I. (2011). Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en precompetencia. *International Journal of Psychological Research*, 4(1).
- López, E. J. M., & Manuel, J. (2010). Expectativas de autoeficacia e inquietudes docentes de los aspirantes a maestros de Educación Física en el tratamiento del alumnado con sobrepeso. *Revista de Investigación Educativa*, 28(1), 99-118.

- López-Walle, J., Pineda-Espejel, A., & Tomás, I. (2015). Factores situacionales y disposicionales como predictores de la ansiedad y autoconfianza precompetitiva en deportistas universitarios. *Cuadernos de psicología del deporte, 15*(2), 55-70.
- Macías, M. I., Mendo, A. H., & Rodríguez, J. M. (2004). Debate conceptual abierto: violencia y deporte. *Revista Digital–Buenos Aires*.
- Markland, D., Murray, T. C., Rodgers, W. M., Selzler, A. M., & Wilson, P. M. (2014). Distinguishing perceived competence and self-efficacy: an example from exercise. *Research quarterly for exercise and sport, 85*(4), 527-539.
- Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 6*(2), 359-378.
- Martín, A., & Palmi, J. (2007). Las actividades físico-deportivas en el medio natural y sus efectos sobre la salud y la calidad de vida: factores psicológicos asociados. *Revista de Psicología del Deporte, 6*(2).
- Martínez Carazo, P. C. (2006). El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento & gestión, (20)*.
- Martínez-Moreno, A. (2017). Calidad en el deporte de élite: análisis de fortalezas y debilidades psicológicas en jugadores de balonmano. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 17*(1), 19-24.
- Maurí, C., Sanz, A., & Villamarín, F. (2007). Competencia percibida y motivación durante la iniciación en la práctica del tenis. *Revista de psicología del deporte, 7*(2).

- Maya, E. (2014). Métodos y técnicas de investigación. *Métodos y técnicas de Investigación*, 11-88.
- Morales Vallejo, P. (2012). Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos? *Estadística aplicada*, 24.
- Moreno, P. J. F., Ruvalcaba, S. L. P., & Salazar, C. M. (2017). Caracterización del estrés en jóvenes deportistas mexicanos durante una competición. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (416), 35-50.
- Nickel, H., Thiess, G., & Tschiene, P. (2004). *Teoría y metodología de la competición deportiva*. Editorial Paidotribo.
- Olivari Medina, C., & Urra Medina, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y enfermería*, 13(1), 9-15.
- Oriol-Granado, X., Martínez-Romero, M., & Molina, V. M. (2016). Desarrollo y validación del cuestionario de autoconfianza en competición CACD para deportes individuales y colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 13-20.
- Ortega, E. (2005). *Autoeficacia y deporte*. Sevilla: Wanceulen
- Ortega, E., & Meseguer, M. (2009). Evaluación de la autoeficacia percibida en jugadores de baloncesto y comparación con los valores reflejados por sus entrenadores.
- Parschau, L., Schüz, B., Schwarzer, R., Warner, L. M., Wolff, J. K., & Wurm, S. (2014). Sources of self-efficacy for physical activity. *Health Psychology*, 33(11), 1298.
- Perpiñá, C. (2014). *Manual de la entrevista psicológica*. Ediciones Pirámide.
- Pimienta Lastra, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Política y cultura*, (13), 263-276.

- Portilla del Hierro, F. (2016). Ansiedad competitiva y técnicas de afrontamiento en 27 futbolistas profesionales de la Universidad Internacional del Ecuador.
- Pozo, A. (2007). Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Revista de psicología del deporte*, 16(2), 137-150.
- Prieto, J. M. (2016). Relación entre competitividad, ansiedad social y compromiso con variables deportivas y académicas en futbolistas jóvenes. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 11(2).
- Prieto, J., Labisa, A. y Olmedilla, A. (2014). Lesiones deportivas y personalidad: Una revisión. *Apunts: Medicina de l'Esport*, 49(184), 139-149.
- Ramírez, W., Suárez, G. R., & Vinaccia, S. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios sociales*, (18), 67-75.
- Reigal-Garrido, R., & Videra-García, A. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*, 29(1), 141-147.
- Ruiz Barquín, R. (2012). Relaciones entre características de personalidad y estados de ánimo: un estudio con deportistas de combate universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(1).
- Ruiz-Juan, F., & Zarauz, A. (2013). Análisis de la ansiedad en el atletismo; un estudio con veteranos. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 9(33).
- Sabino, C. (2014). *El proceso de investigación*. Editorial Episteme.

- Sánchez, J. C. (2006). Efectos de la presentación del mensaje para realizar conductas saludables: el papel de la autoeficacia y de la motivación cognitiva. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3).
- Sancho, A. Z. (2014). Adicción, satisfacción, percepción y creencias sobre las causas del éxito en atletas veteranos españoles. *Adicciones*, 26(2), 106-115.
- Sarduy Domínguez, Y. (2007). El análisis de información y las investigaciones cuantitativa y cualitativa. *Revista cubana de salud pública*, 33(3), 0-0.
- Serpa, S., & Teques, P. (2009). Implicación parental: adaptación de un modelo teórico al deporte. *Revista de psicología del deporte*, 18(2).
- Smith, R. E., y Smoll, F. L. (1996). The coach as a focus of research and intervention in youth sports. En F.L. Smoll y R.E. Smith (Eds.). *Children and youth in sport: A Biopsychosocial Perspective* (pp. 125-141). Dubuque, IA: Brown and Benchmark.
- Spence, J. T., & Spence, K. W. (1966). The motivational components of manifest anxiety: Drive and drive stimuli. *Anxiety and behavior*, 291326.
- Urra Tobar, B. (2014). Evaluación de la efectividad del entrenamiento de estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad precompetitiva en tenimesistas. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 67-74.
- Viñoles Britos, M. (2015). Incidencia de la ansiedad en el fútbol juvenil de alto rendimiento.
- Zapata-Ros, M. (2015). La investigación y la edición científica en la web social: La ciencia compartida. *Revista de Educación a Distancia*, (3DU).

Zubiaur González, M. (2005). Algunas consideraciones sobre la utilización del modelado en la adquisición de habilidades motrices en niños. *Revista de psicología del deporte*, 14(1).

ANEXOS

ANEXO A: Hoja de presentación del proyecto de investigación



PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: ANSIEDAD COMPETITIVA Y AUTOEFICACIA EN TENISTAS DE ALTO RENDIMIENTO DEL ECUADOR. ESTUDIO COMPARATIVO ANTES Y DURANTE EL CURSO DE COMPETENCIAS DEPORTIVAS.

BATERIAS DE EVALUACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA Y PSICOLÓGICA

INFORMACIÓN ACADÉMICA

Fecha de evaluación: _____

Provincia: _____

Categoría:

16__

18__

Abierto__

INSTRUCCIONES

- Estos cuestionarios investigan algunos datos sociodemográficos, deportivos y personales así como la ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alta competencia.
- Por favor lea cuidadosamente cada pregunta o enunciado y conteste con la verdad.
- No hay respuestas buenas o malas, por tanto, no se preocupe por calificaciones.
- **NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER**, si tiene alguna duda, con toda confianza pregunte y con mucho gusto le orientaremos.
- La información que proporcione será confidencial.

Agradecemos su participación.

No de vuelta a la hoja hasta que se le indique

ANEXO B: Carta de Consentimiento informado

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr/a.: _____

Por medio de la presente, se solicita su autorización para su inclusión como participante en la investigación acerca de ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador. La presente investigación se llevará a cabo en la ciudad de Ambato durante el año 2016. La presente investigación es dirigida por el Dr. Marlon Mayorga, Mgs y guiada por los profesores., Ps. Rodrigo Moreta, Ms. y Ps. Aitor Larzabala, Mgs. docentes de la PUCE Ambato. El objetivo de esta investigación es determinar los niveles de Ansiedad Competitiva y Autoeficacia en los tenistas de alta competencia del Ecuador. Es decir, se desea evaluar el funcionamiento de esos aspectos con la experiencia de cursar estudios universitarios.

En esta carta se pide a más de su consentimiento para participar en ésta investigación, usar la información obtenida de su participación con fines científicos. En el caso de su aceptación Ud. tendrá que rellenar fichas de evaluación sociodemográfica e instrumentos de medición entorno a las temáticas señaladas. La colaboración en este estudio no le quitará mucho de su tiempo. Su participación será anónima y su nombre no aparecerá de ningún modo, ni en los instrumentos, ni en los informes de la investigación que se redactarán. Las encuestas llevarán un código desde el inicio que reemplazará a sus nombres. Los datos producidos por los instrumentos serán trasladados a una base de datos y será usada para realizar diversos análisis que permitan responder a las preguntas formuladas en el proyecto de investigación. Con los análisis realizados se escribirán reportes de investigación y artículos científicos que serán publicados en revistas especializadas. Le garantizamos la absoluta confidencialidad de la información. Además, usted podrá dejar de responder en cualquier momento este cuestionario si así lo desea, sin que por ello reciba sanción de ningún tipo. Así mismo, en caso que lo estime pertinente usted puede recurrir al director de la investigación para resguardar sus derechos si usted percibiese que éstos han sido vulnerados en algún sentido.

Por último, si usted acepta participar, llene esta carta de consentimiento, fírmela y devuelva a la persona que le ha solicitado esta autorización. Si tiene cualquier duda o pregunta no dude en realizarla al momento de firmar.

Autorizo ser encuestado para la investigación de la Escuela de Psicología.

Firma del participante

Investigadora Responsable

Cédula de Ciudadanía

ANEXO C: Ficha *Ad Hoc* Sociodemográfica

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Instrucciones: Lea detenidamente cada una de las indicaciones y marque con un X dentro del paréntesis en la respuesta correcta o complete la información solicitada.

1. Información general

Edad: _____ **Sexo:** Masculino () Femenino ()

Ciudad Domicilio actual: _____

Ubicación del domicilio: Sector urbano () Sector rural ()

Identificación étnica: Mestizo/a () Indígena () Afro () Blanco/a ()

Estado Civil: Soltero/a () Unión Libre () Casado/a () Separado/a () Divorciado/a () Viudo/a ()

Cargas familiares: No () Si () **¿Cuáles?:** Hijos/as () Esposo/a () Familiares cercanos ()

2. Carrera Deportiva

Edad de inicio entrenando tenis:

Edad de inicio en competencias tenísticas:

Número de años compitiendo:

Mayor ranking nacional:

Mayor ranking internacional:

¿Cuáles han sido los mayores logros personales y colectivos obtenidos?

Acontecimiento

Año

.....

.....

.....

.....

Lesiones: Si () No ()

¿Cuántas horas entrena diariamente?:

¿Posee con un equipo multidisciplinario actualmente (fisioterapeuta, psicólogo, entrenador personal, nutricionista)?:

3. Aspectos Personales

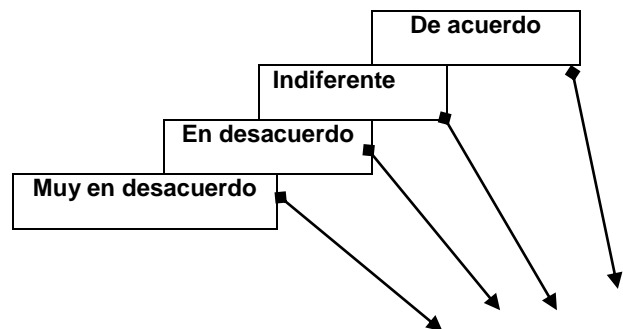
Situación económica familiar: Muy buena () Buena () Regular () Mala ()

¿Dispone de un plan nutricional actualmente? Sí No

ANEXO D: Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN DE ILLINOIS (CSAI-2)

A continuación, hay cinco afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.



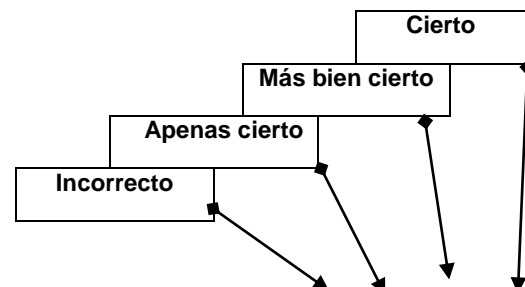
N°	Actitudes ante la competencia	1	2	3	4
1	Estoy preocupado por esta competencia	1	2	3	4
2	Me siento nervioso	1	2	3	4
3	Me siento a gusto	1	2	3	4
4	Me siento inseguro	1	2	3	4
5	Me siento inquieto	1	2	3	4
6	Me siento cómodo	1	2	3	4
7	Estoy preocupado porque es posible que no lo haga tan bien como podría en esta competencia	1	2	3	4
8	Mi cuerpo esta tenso	1	2	3	4
9	Tengo confianza en mí mismo	1	2	3	4
10	Me preocupa perder	1	2	3	4
11	Siento tenso el estomago	1	2	3	4
12	Me siento seguro	1	2	3	4
13	Me preocupa bloquearme por la presión	1	2	3	4
14	Mi cuerpo esta relajado	1	2	3	4

15	Confió en superar el reto	1	2	3	4
16	Me preocupa hacerlo mal	1	2	3	4
17	Mi corazón va muy deprisa	1	2	3	4
18	Confió en hacerlo bien	1	2	3	4
19	Me preocupa el poder alcanzar mi objetivo	1	2	3	4
20	Siento un nudo en el estomago	1	2	3	4
21	Mi mente esta relajada	1	2	3	4
22	Me preocupa que mi actuación no satisfaga a otros	1	2	3	4
23	Mis manos están húmedas	1	2	3	4
24	Estoy confiado porque veo que voy a cumplir mi objetivo	1	2	3	4
25	Me preocupa que no pueda concentrarme	1	2	3	4
26	Mi cuerpo esta rígido	1	2	3	4
27	Tengo confianza en superar la presión	1	2	3	4

ANEXO E: Escala de Autoeficacia General (EAG)

ESCALA DE AUTOEFICACIA GENERAL

A continuación, hay cuatro afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.



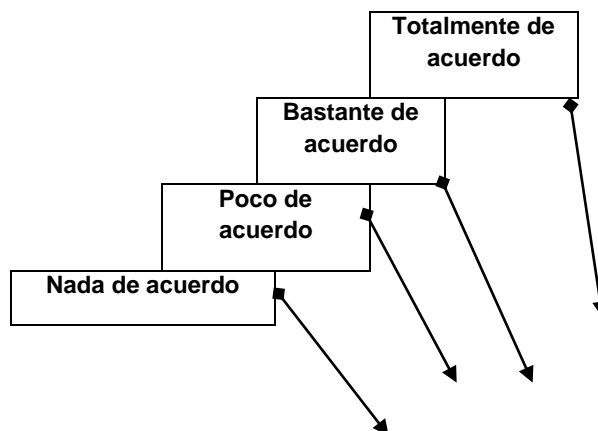
Nº	Cuestionario	1	2	3	4
1	Puedo encontrar la manera de obtener lo que quiero aunque alguien se me oponga.	1	2	3	4
2	Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	1	2	3	4
3	Me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.	1	2	3	4
4	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente acontecimientos inesperados.	1	2	3	4
5	Gracias a mis cualidades puedo superar situaciones imprevistas.	1	2	3	4
6	Cuando me encuentro en dificultades puedo permanecer tranquilo (a) porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.	1	2	3	4

7	Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.	1	2	3	4
8	Puedo resolver la mayoría de los problemas si me esfuerzo lo necesario.	1	2	3	4
9	Si me encuentro en una situación difícil, generalmente se me ocurre qué debo hacer.	1	2	3	4
10	Al tener que hacer frente a un problema, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.	1	2	3	4

ANEXO F: Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)

ESCALA DE AUTOEFICACIA MOTRIZ

A continuación, hay cinco afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.



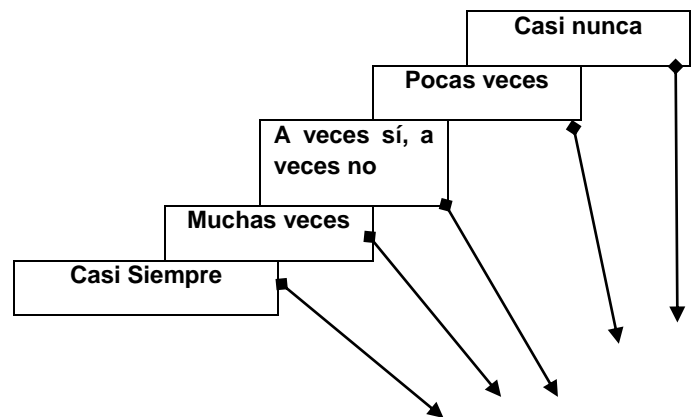
Ítem	Cuestionario	1	2	3	4
1	Durante un juego deportivo puedo conseguir resolver un problema aunque alguien se me oponga	1	2	3	4
2	Cuando compito, puedo resolver los problemas y situaciones difíciles que aparecen cuando me esfuerzo lo suficiente	1	2	3	4
3	Durante la práctica deportiva me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar	1	2	3	4
4	Tengo confianza en que podría manejar eficazmente situaciones inesperadas en la práctica deportiva.	1	2	3	4
5	Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas en la práctica de actividades físicas	1	2	3	4
6	Cuando me encuentro en dificultades durante un juego o un partido puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades	1	2	3	4

	necesarias para manejar situaciones difíciles				
7	Pase lo que pase durante el juego deportivo, por lo general soy capaz de manejar la situación.	1	2	3	4
8	Puedo realizar la mayoría de las actividades deportivas si me esfuerzo lo necesario	1	2	3	4
9	Si me encuentro en una situación difícil durante un juego deportivo, generalmente se me ocurre qué debo hacer	1	2	3	4
10	Al tener que hacer frente a un problema del juego deportivo, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo	1	2	3	4

ANEXO G: Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

INVENTARIO PSICOLÓGICO DE EJECUCIÓN DEPORTIVA (IPED)

A continuación, hay cinco afirmaciones con las cuales usted puede estar muy de acuerdo o muy en desacuerdo. Lea cada una de ellas y después encierre a aquella que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo.



N°	Actitudes ante el consumo de alcohol y otras drogas	1	2	3	4	5
1	Me veo más como un perdedor que como un ganador durante las competencias o partidos	1	2	3	4	5
2	Me enoja o me frustró durante las competencias o partidos	1	2	3	4	5
3	Me distraigo y pierdo la concentración durante las competencias o partidos	1	2	3	4	5
4	Antes de las competencias me imagino a mí mismo ejecutando mis acciones y rindiendo perfectamente	1	2	3	4	5
5	Estoy muy motivado/a para dar lo mejor de mí en cada competencia o partido	1	2	3	4	5
6	Puedo mantener emociones positivas durante las competencias	1	2	3	4	5
7	Durante las competencias o partidos pienso positivamente	1	2	3	4	5

8	Creo en mí mismo/a como deportista	1	2	3	4	5
9	Me pongo demasiado nervioso/a durante las competencias o partidos.	1	2	3	4	5
10	En los momentos críticos de las competencias me da la impresión de que mi cabeza va demasiado rápido (a mil kilómetros por hora)	1	2	3	4	5
11	Practico mentalmente mis habilidades físicas.	1	2	3	4	5
12	Trabajo y entreno duro gracias a los objetivos que yo me he fijado como deportista.	1	2	3	4	5
13	Disfruto durante las competencias o partidos, aunque me encuentre en dificultades.	1	2	3	4	5
14	Durante las competencias mantengo diálogos internos (conversaciones conmigo mismo) negativos.	1	2	3	4	5
15	Pierdo mi confianza fácilmente.	1	2	3	4	5
16	Los errores durante las competencias me hacen sentir y pensar negativamente sobre mí mismo.	1	2	3	4	5
17	Puedo controlar rápidamente mis emociones y recuperar la concentración.	1	2	3	4	5
18	Para mí es fácil pensar fotográficamente (en imágenes) acerca de mi deporte.	1	2	3	4	5
19	No necesito que me empujen para entrenar duro y competir con intensidad. Yo soy mi mejor motivador.	1	2	3	4	5
20	Cuando las cosas se vuelven contra mí durante las competencias, tiendo a "bajonarme" emocionalmente.	1	2	3	4	5
21	Pongo todo mi esfuerzo durante las competencias o partidos, pase lo que pase.	1	2	3	4	5
22	Puedo rendir por encima de mi talento y habilidades.	1	2	3	4	5
23	Durante las competencias siento que mis músculos se tensan y creo que no me van a responder	1	2	3	4	5
24	Tengo momentos de desconcentración durante las competencias o partidos.	1	2	3	4	5
25	Antes de las competencias me visualizo superando situaciones difíciles y ejecutando acciones complejas.	1	2	3	4	5
26	Daría lo que fuera por desarrollar todo mi potencial y alcanzar la cumbre como deportista.	1	2	3	4	5
27	Entreno con una intensidad alta y positiva.	1	2	3	4	5
28	Controlando mi pensamiento puedo transformar estados de ánimo negativos en positivos.	1	2	3	4	5
29	Soy un/a deportista fuerte mentalmente.	1	2	3	4	5
30	Cuando compito, las situaciones incontrolables, como el viento, las trampas de los contrarios, los malos arbitrajes, me alteran y hacen que me derrumbe.	1	2	3	4	5
31	Durante las competencias o partidos pienso en errores pasados o en oportunidades perdidas.	1	2	3	4	5
32	Durante las competencias utilizo imágenes que me ayudan a rendir mejor.	1	2	3	4	5
33	Estoy aburrido/a y quemado/a con respecto a mi deporte.	1	2	3	4	5
34	Las situaciones difíciles para mí suponen un desafío y me inspiran	1	2	3	4	5
35	Mi entrenador diría de mí que tengo una buena actitud.	1	2	3	4	5
36	La imagen que proyectó al exterior es la de ser un/a luchador/a.	1	2	3	4	5
37	Puedo permanecer tranquilo/a durante las competencias aunque aparezcan problemas perturbadores.	1	2	3	4	5
38	Mi concentración se rompe fácilmente.	1	2	3	4	5
39	Cuando me visualizo compitiendo o entrenando, puedo ver y sentir las cosas de forma muy real.	1	2	3	4	5
40	Al despertar por las mañanas me siento entusiasmado/a en relación con mis entrenamientos y competencias	1	2	3	4	5

41	Practicar este deporte me aporta un sentido genuino de disfrute y realización.	1	2	3	4	5
42	Yo puedo convertir una crisis en una oportunidad.	1	2	3	4	5