

Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

**FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DEL DEPORTE**

Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas

**“NIVEL DE AFRONTAMIENTO EN ATLETAS
JUVENILES DE VOLEIBOL FEMENINO Y
MASCULINO DE GUATEMALA”**

**Yessica Miloska Ramos Montenegro
Carne: 9713433**

Ciudad de Guatemala, Julio 2,014

ACTO QUE DEDICO

- A Dios: *Por mostrarme siempre su amor e infinito poder, permitiéndome alcanzar este triunfo.*
- A mis padres: *Alfonso Ramos (King Chocolate) (Q.E.P.D.) y Marina Montenegro, por darme la vida y guiarme siempre para ser una mujer de bien.*
- A mi Hija: *Melannie (Nonis) porque tú presencia me enseñó que el amor a primera vista sí existe, gracias princesa por motivarme a ser una mejor persona y buscarnos un mejor futuro.*
- A Mateo *Por estar siempre en mi corazón.*

AGRADECIMIENTOS

- A mi Familia:** *A mi madre porque le ha tocado ser una madre más para mí hija y sin su apoyo no lo hubiera logrado. A mi hija por el tiempo que le robe en esta investigación.*
- Al Rector:** *Dr. Eduardo Suger Cofiño, por otorgarme la beca, ya que sin su apoyo jamás hubiera sido posible cumplir este sueño, infinitamente gracias.*
- A mis amigos:** *Mi familia adoptada en la vida y en él deporte, porque me han acompañado y conocen mis sube y baja en este mundo, gracias, por estar conmigo en los buenos y malos ratos. En especial a Nancy, Flory y Mayra porque más que amigas, son mis hermanas y a Ervin por siempre estar ahí.*
- A Patricia** *Por recibirme en APROVI , por ser luz en mi camino y por motivarme a escribir, pasión que ahora compartimos.*
- Al docente:** *Lic. Alfonso Saravia Silézar, gracias por brindarme su tiempo y conocimientos en mi tiempo de estudiante.*

A mi Asesor: *Msc. Osniel Urquijo, muchísimas gracias, por su valioso tiempo y dedicación desinteresada ya que fue vital el apoyo en ésta investigación.*

A Susi: *Por su amistad y el apoyo brindado en el trabajo.*

A los entrenadores: *Profesora Celeste Cifuentes, Lic. William Hernández Lic. Alvinsi Peláez, Lic. Prospero Guillermo Gómez y Prof. David Aldana por permitirme realizar mi investigación con sus atletas.*

A los Atletas: *Por aceptar ser parte de este estudio.*

A usted: *Por tomarse el tiempo en leerlo.*

R E S U M E N

La presente Tesis tiene como objetivo presentar un Diagnostico del Nivel de Afrontamiento en Atletas Juveniles de Voleibol de Salón, de Guatemala entre las edades comprendidas de 14 a 16 años.

Para el presente estudio se tiene como base el Cuestionario identificado A.C.S.I.-28 en inglés Athletic Coping Skills Inventory por el cual se examinaron 7 variables de Afrontamiento específicas del Deporte y fue aplicado a 45 atletas de ambos sexos de Selección Nacional Juvenil Nacional y Departamental.

Para el trabajo se toma como base los conceptos generales del entrenamiento Deportivo y centrándose en la Preparación Psicológica y las variables de Afrontamiento como o factor de importancia para desarrollar el Potencial Deportivo del Atleta.

PALABRAS CLAVE:

Afrontamiento, Preparación Psicológica, Variables Psicológicas, Diagnostico.

1 Contenido

INTRODUCCIÓN	9
2 CAPITULO I	10
2.1 MARCO CONCEPTUAL	10
2.2 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	10
2.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN	13
2.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
2.4 ALCANCES Y LIMITES	14
2.4.1 ALCANCES:.....	14
2.4.2 LIMITES:.....	14
CAPITULO II	15
2. MARCO TEORICO.....	15
2.1 EL VOLEIBOLDE SALÓN.....	15
2.1.1 CARACTERÍSTICAS DEL VOLEIBOL DE SALÓN	15
2.2 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:	16
2.3 PLANIFICACION DEL ENTRENAMIENTO	16
2.4 COMPONENTES DE LA PLANIFICACIÓN DEPORTIVA.....	17
2.4.1 MACROCICLO	17
2.4.2 MESOCICLO	17
2.4.3 MICROCICLO.....	18
2.5 UNIDADES DE ENTRENAMIENTO :	18
2.6 ETAPAS : Se dividen en General y Especifica	18
2.6.1 Etapa de Preparación General :	18
2.6.2 Etapa de Preparación Específica:	19
2.7 COMPONENTES DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA SON :.....	19
2.7.1 PREPARACIÓN FÍSICA:	19
2.7.2 PREPARACIÓN TÉCNICA:	19

2.7.3	PREPARACIÓN TÁCTICA:.....	19
2.7.4	PREPARACIÓN PSICOLOGICA:	20
2.8	DEFINICIÓN DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA (P.D.):.....	20
2.9	UN POCO DE HISTORIA DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA	21
2.10	PSICOLOGO DEPORTIVO:	22
2.11	VARIABLES PSICOLOGICAS	24
2.12	FORTALEZA MENTAL:	24
2.13	AFRONTAMIENTO:	31
2.13.1	MARCO CONCEPTUAL DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO:	32
2.13.2	AFRONTAMIENTO ORIENTADO A LA TAREA:	33
2.13.3	AFRONTAMIENTO ORIENTADO A LA EMOCIÓN.	33
2.13.4	AFRONTAMIENTO DE ABORDAJE:	33
2.13.5	ESTILO DE AFRONTAMIENTO DE EVITACIÓN:	33
2.13.6	FACTORES QUE INFLUYEN EN LA EFECTIVIDAD DEL AFRONTAMIENTO ...	33
2.14	MOTIVACION:.....	33
2.14	TIPOS DE MOTIVACIÓN:.....	34
2.14.1	MOTIVACIÓN BASICA:.....	34
2.14.2	MOTIVACIÓN COTIDIANA:	34
2.14.3	MOTIVACIÓN INTRÍNSECA	35
2.14.4	MOTIVACIÓN EXTRINSECA:.....	35
2.15	ESTABLECIMIENTO DE METAS:	35
2.16	CONCENTRACIÓN:.....	36
2.17	FACTORES DISTRACTORES DE LA CONCENTRACIÓN.....	36
2.17.1	EL MODELO ATENCIONAL DE NIDEFFER:	37
2.17.2	Atención amplia - externa.....	38
2.17.3	Atención amplia - interna.	39

2.17.4	Atención estrecha - externa.....	39
2.17.5	Atención estrecha - interna.	39
2.18	LA PRESIÓN EN EL DEPORTE:	39
2.18.1	PRESIÓN PSICOLOGICA:	40
2.19	OPTIMISMO DISPOSICIONAL:.....	41
2.20	LA CONFIANZA:	42
2.21	AUTOCONFIANZA:.....	43
2.22	LA RESISTENCIA (Hardiness).....	43
3	CAPÍTULO III	43
3.1	MARCO METODOLOGICO	43
3.2	OBJETIVO GENERAL.....	43
3.3	OBJETIVOS ESPECIFICOS:.....	44
3.4	VARIABLES:.....	45
3.5	DEFINICIÓN CONCEPTUAL.....	45
3.6	LOS SUJETOS.....	45
3.7	MUESTRA.....	45
3.8	INSTRUMENTO:.....	45
	CAPITULO IV.....	46
4.	ANÁLISIS ESTADISTICO	46
4.1	PRESENTACIÓN DE DATOS	46
4.2	INFORME Y GRAFICAS:	46
4.3	RESULTADOS Y GRÁFICOS COMPARATIVOS POR SEXO	50
4.4	RESULTADOS OBTENIDOS SEGÚN EDAD.....	56
4.3	RESULTADOS PORCENTUALES DE PUNTAJE DE DE LAS SUB-ESCALAS :.....	1
4.4	RESULTADOS INDIVIDUALES POR CASO.....	65
4.5	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	89
4.6	COMPROBACIÓN DEL PROBLEMA:	90

4.7	CONCLUSIONES	90
4.7	RECOMENDACIONES	91
	BIBLIOGRAFIA	93
	ANEXOS	97

INTRODUCCIÓN

El presente estudio tiene como propósito diagnosticar el Nivel de Afrontamiento en Atletas Juveniles de Voleibol de Salón en la rama femenina y masculina, del Departamento de Guatemala. El documento consta de cuatro capítulos en su estructura general, en el primer capítulo se puede encontrar el Marco Conceptual por el cual se menciona parte de la problemática existente en cuanto a la cobertura y atención en la preparación psicológica de los Atletas Juveniles de Voleibol de Salón de Guatemala; asimismo la razón de la importancia que se realicen investigaciones orientadas al Fortalecimiento Mental de los Atletas. En el Capítulo II: Marco Teórico, se hace un breve descripción del voleibol de salón, los componentes de la planificación deportiva, la psicología deportiva y se mencionan los nombres de los personajes que han establecido teorías y elaborado instrumentos relacionados con la medición cognitiva, afrontamiento, fortaleza Mental, entre otros. En los Capítulo III y IV el Marco Metodológico y Análisis Estadístico se presentan los datos de la población investigada y los resultados del diagnostico elaborado finalizando con las conclusiones y recomendaciones obtenidas de la investigación.

2 CAPITULO I

2.1 MARCO CONCEPTUAL

2.2 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Realizada la revisión de los tesarios en la Universidad Nacional y diferentes Universidades privadas de Guatemala, se pudo determinar que no existen estudios anteriores sobre el tema del Nivel de Afrontamiento en Atletas Juveniles de Voleibol de Salón.

Nuestro deporte se encuentra sistemáticamente estructurado a nivel nacional a través de las diferentes instituciones que se encuentran establecidas para el desarrollo integral del atleta sin embargo en la actualidad no se han realizado estudios acerca de la Fortaleza Mental en atletas juveniles de Voleibol, es por eso la necesidad de que se realicen investigaciones en el campo de la Psicología Deportiva que se ocupe de explorar las variables de afrontamiento de los atletas Voleibolistas Guatemaltecos.

La Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala y el Comité Olímpico Guatemalteco son las entidades deportivas que están constituidas para el desarrollo deportivo del deporte federado y alto rendimiento según lo establece la Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte Decreto 76-97.

La Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala (C.D.A.G.) tiene el Departamento de Ciencias Aplicadas al Deporte conformado por un equipo multidisciplinario de profesionales dentro del cual se encuentra el área de Psicología Deportiva, este departamento tiene 9 psicólogos que trabajan la atención psicológica del atleta conjuntamente con médicos y fisioterapeutas formando lo que comúnmente se conoce como triada¹ medica que cubren los

¹ triada o tríade. (Del lat. trías, -adis, y este del gr. τριάς, -άδος, trío, número tres).
1. f. Conjunto de tres cosas o seres estrecha o especialmente vinculados entre sí.

46 deportes del deporte federado para una atención e intervención por deportes priorizada. El Comité Olímpico Guatemalteco (C.O.G) cuenta con 4 psicólogos que trabajan en la atención e intervención de los atletas de alto rendimiento, en 36 deportes brindando servicio para aproximadamente 360 deportistas. En la Federación Nacional de Voleibol se registra un número aproximado de 1,345 atletas, de los cuales 736 son mujeres y 609 hombres. Este dato incluye (voleibol de salón y de playa) en las diferentes categorías. Los profesionales psicólogos de ambas organizaciones se encargan en sus correspondientes campos de trabajo, en apoyar al atleta para su mejora integral desde el campo de la psicología, sin embargo la cantidad de atletas actual, supera en exceso la capacidad de cobertura para la atención debida por los especialistas, es por ello que los atletas de la Selección Juvenil y Mayor de Voleibol de Sala no obtienen el servicio necesario para tener una preparación psicológica adecuada, aunque el componente psicológico figure dentro de la Planificación deportiva de los entrenadores y los mismos acepten su importancia. Por lo que se hace necesario que se complemente de manera sistemática la preparación psicológica, quiere decirse con esto que el atleta antes de ir a la cancha de Juego debe estar fortalecido no solo físicamente sino también psicológicamente porque de lo contrario, un rival al que el atleta considere fuerte, un problema personal, la presión, la ansiedad u otro factor intrínseco²o extrínseco³harán que todo el trabajo técnico, táctico y físico se pierda, es por eso que los atletas deben prepararse psicológicamente de forma profesional y adecuada y extrapolar esa fortaleza mental en el momento necesario.

Al hablar de Fortaleza Mental se realizaron las lecturas previas e identificaron algunos de los autores que se han dedicado a estudiar acerca del tema y otros relacionados, de los cuales podemos mencionar a los siguientes:

² Real Academia Española: Intrínseco, ca.(Del lat. intrinsēcus, interiormente).1. adj. Íntimo, esencial.

³ Real Academia Española: Extrínseco, ca.(Del lat. extrinsēcus).1. adj. Externo, no esencial.

Benjamín Bloom; quien fue un influyente psicólogo y pedagogo estadounidense que hizo contribuciones significativas a la Taxonomía de objetivos de la educación. Otras contribuciones suyas estuvieron relacionadas con el campo del Aprendizaje y el Desarrollo Cognitivo. Mihály Csíkszentmihályi, fue profesor de psicología en la Universidad de Claremont (California) y jefe del departamento de psicología en la Universidad de Chicago y del departamento de sociología y antropología en la Universidad Lake Forest. Se ha destacado por su trabajo acerca de la felicidad, la creatividad, el bienestar subjetivo y la diversión, pero es más famoso por su creación de la idea de flujo y por el trabajo que ha realizado durante mucho tiempo acerca de ese tema. Ronald E. Smith; Psicólogo Deportivo de la Universidad de Washington, sus principales intereses están en la investigación acerca de la personalidad, la ansiedad, el estrés y afrontamiento, las intervenciones de mejora del rendimiento. Smith (1995) desarrollo con otros investigadores el Inventario de Habilidades de Afrontamiento de Atletas en inglés sus siglas (A.C.S.I.-28), Frank Smoll Profesor de Psicología en la Universidad de Washington. Su investigación se centra en el entrenamiento de los comportamientos en los deportes juveniles y en los efectos psicológicos de la competencia en los niños y adolescentes, contribuyo con otros investigadores el Inventario de Habilidades de Afrontamiento de Atletas en inglés sus siglas (A.C.S.I.-28). J.T. Ptacek, Psicólogo Deportivo en la Universidad de Bucknell, Lewisburg Penssylvania su línea de trabajo es la investigación en exploración de temas básicos y aplicados en el afrontamiento en el deporte. Doctor Robert W. Schütz, Actualmente profesor y Director de la Facultad de Kinesiología de la Universidad de British Columbia, Vancouver Canada, ha desarrollado estudios conjuntos con otros homólogos sobre validación de medidas en variables psicológicas del deporte y el ejercicio y en las diferencias de estas según el sexo y deporte. Daniel Gould, Director y profesor en el Departamento de Kinesiología de la Universidad Estatal de Michigan. Durante su carrera se ha centrado en la investigación, con

atletas de diferentes edades y niveles de habilidad de distintos deportes, se ha profundizado en el tema de la Fortaleza Mental del deportista. Daniel Gucciardi, Doctor en Filosofía y miembro de la Sociedad de Psicólogos de Australia, investigador de la psicología deportiva se ha dedicado a la investigación sobre la Fortaleza Mental en el Deporte e indicadores de Medición de la misma. Richard S. Lazarus, Fue un psicólogo estadounidense, profesor del Departamento de Psicología de la Universidad de California, Berkeley. Fue reconocido como uno de los psicólogos más influyentes en su campo y pionero en el estudio de la emoción y el estrés, especialmente de su relación con la cognición. Susan Folkman, fue Directora fundadora del Centro Osher de Medicina Integral, reconocida internacionalmente por sus aportaciones teóricas y empíricas en el campo de estrés psicológico y de afrontamiento. Su libro 1984 con Richard S. Lázaro, Estrés, Evaluación y afrontamiento es considerado un clásico y ha sido traducido a 27 idiomas. Su investigación en los últimos 20 años se ha centrado en el estrés y afrontamiento en el contexto de enfermedad grave, el cuidado, y el duelo.

2.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

El estudio de investigación es importante por su contenido teórico-científico. Para los atletas, la capacidad de afrontar situaciones inesperadas, mantener la concentración, establecer metas, motivarse, activarse, confiar en sí mismos y otros, son factores que conllevan a la éxito o al fracaso en el deporte, por lo que los psicólogos deportivos contribuyen con su trabajo al fortalecimiento mental de los atletas y con esto a que el deportista pueda alcanzar su máximo potencial.

Para los Psicólogos Deportivos el obtener el resultado del estudio presentado en la investigación será de gran utilidad ya que dispondrán de datos importantes que servirán como parte de los recursos para trabajar con los atletas juveniles de voleibol, asimismo la información obtenida será de beneficio

para los entrenadores ya que estos podrán conocer el nivel de variables de afrontamiento con que cuentan sus deportistas, para que los psicólogos deportivos de una forma profesional desde el entrenamiento sistemático al que los atletas se someten diariamente, elaboren estrategias cognitivo-pedagógicas personalizadas y colectivas.

2.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Sí la Federación Deportiva Nacional de Voleibol gestiona ante los entes rectores del deporte nacional que se le brinde una adecuada preparación Psicológica a sus atletas. Genera entonces la siguiente interrogante.

¿Cómo determinar el nivel de afrontamiento de los Atletas de Selección Juvenil del Departamento de Guatemala de voleibol en las edades de 14 a 16 años en la rama femenina y masculina?

2.4 ALCANCES Y LIMITES

2.4.1 ALCANCES:

Este estudio se trabajo con los atletas juveniles de la Selección Juvenil de Voleibol en rama femenina y masculina entre las edades de 14 a 16 años.

2.4.2 LIMITES:

Se espera despertar el interés los dirigentes de las entidades deportivas correspondientes para el establecimiento del entrenamiento psicológico sistemático de los atletas, por medio de la atención de profesionales de la Psicología Deportiva.

CAPITULO II

2. MARCO TEORICO

2.1 EL VOLEIBOLDE SALÓN

En el año 1949 se funda la Federación Nacional de Voleibol de Guatemala, y en 1950 se realizan en Guatemala los VI Juegos Deportivos Centroamericanos y del Caribe, en los cuales participa el Deporte del Voleibol, sólo en rama varonil, ocupando un tercer puesto, después en México y Cuba. Oficializándose su afiliación a la Federación Internacional de Voleibol (FIVB) en el año 1951. La Federación Nacional de Voleibol es la entidad rectora del Voleibol en Guatemala, se encuentra ubicada en el Gimnasio 7 de Diciembre "Alfonso Gordillo" Ciudad de los Deportes zona 5. Teléfono: 23341629⁴

2.1.1 CARACTERÍSTICAS DEL VOLEIBOL DE SALÓN

“El Voleibol es un deporte jugado por dos equipos en un campo de juego dividido por una red. Hay diferentes versiones disponibles para circunstancias específicas a fin de ofrecer la versatilidad del juego a todos y cada uno. El objetivo del juego es enviar el balón por encima de la red con el fin de hacerlo tocar el piso del campo adversario y evitar que el adversario haga lo mismo en el campo propio. El equipo tiene tres toques para regresar el balón (además del contacto del bloqueo).

El balón se pone en juego con un saque: golpe del sacador sobre la red hacia el campo adversario. La jugada continua hasta que el balón toca el piso en el campo de juego, sale “fuera” o un equipo falla en regresarlo apropiadamente.

En el Voleibol, el equipo que gana la jugada anota un punto (sistema de punto por jugada). Cuando el equipo receptor gana la jugada, gana un punto y el

⁴<https://www.facebook.com/FNVoleibolGuatemala/info>

derecho a sacar, y sus jugadores deben rotar una posición en el sentido de las agujas del reloj”⁵

2.2 ENTRENAMIENTO DEPORTIVO:

Es la base medular del atleta, esto involucra procesos pedagógicos de enseñanza aprendizaje sistémicamente que el entrenador en función al objetivo busca extrapolar capacidades en el atleta. Los expertos dicen lo siguiente:

Con respecto al Entrenamiento Deportivo J.Pérez y D. Pérez, (2,009) dicen citando a (Bompa,1983, Ozolin,1983 y Platonov 1,986)

Esta es una actividad deportiva sistemática de larga duración, graduada de forma progresiva a nivel individual, cuyo objetivo es conformar las funciones humanas, psicológicas y fisiológicas para poder superar las tareas más exigentes. (Bompa, 1983)

“Es el proceso de adaptación del organismo a todas las cargas funcionales crecientes”.-Ozolin (1983)

“Conjunto de tareas que aseguran una buena salud, una educación, un desarrollo físico armonioso, un dominio técnico y táctico y un alto nivel de desarrollo de las cualidades específicas.- Platonov(1986)

2.3 PLANIFICACION DEL ENTRENAMIENTO

La Planificación Deportiva la definen algunos autores eruditos en el campo así :

“Planificar es anticipar, prever una secuencia lógica y coherente del desarrollo de las tareas que nos llevar a alcanzar objetivos previamente definidos. A. (Vasconcelos Raposo, 2000, p.19)

⁵FIVB – Reglas Oficiales del Voleibol 2013–2016

La autora al respecto considera que la planificación deportiva es un constructo⁶ que requiere de una lógica sistémica y sistemática interrelación de los componentes del entrenamiento en la búsqueda de uno o más objetivos.

2.4 COMPONENTES DE LA PLANIFICACIÓN DEPORTIVA

José M. R. (2010) citando (Bompa, 2000):“El proceso de entrenamiento se estructura en periodos temporales bien definidos

- a) Macrociclos (ciclos anuales: preparatorio, precompetitivo, competitivo y transición).
- b) Mesociclos (ciclos de 2 a 8 semanas).
- c) Microciclos (ciclos de aproximadamente una semana).

2.4.1 MACROCICLO

Llamamos Macrociclo el conjunto de varios meses (meso-ciclos), semanas (Micro-ciclos) que constituyen la base estructural de los signos de larga duración, se suceden respetando las reglas del proceso de entrenamiento a largo plazo. A. Vasconcelos Raposo, (2000) P.134

El Macrociclo tiene varias fases:

- 1) Adquisición. Periodo Preparatorio (General y específico).
- 2) Estabilización. Periodo Competitivo.
- 3) Pérdida Temporal. Periodo Transición.⁷

2.4.2 MESOCICLO

A. Vasconcelos Raposo (2000: p. 142) dice citando a (Platonov) “los mesociclos deberán ser considerados como “etapas relativamente terminales del proceso

⁶ Constructo.

1. m. Construcción teórica para resolver un problema científico determinado.

2. m. Psicol. Categoría descriptiva bipolar con la que cada individuo organiza datos y experiencias de su mundo, como el frío y el calor, lo dinámico y lo estático, etc .
Real Academia Española.

⁷La planificación deportiva y sus componentes, José M. Rodríguez. 2,010 EFDeportes.com, Revista Digital

de entrenamiento, que garantizan el desarrollo de una cualidad o de una adaptación en particular”.”

La duración de estos varía según el autor pero aproximadamente su duración es entre 3 a 7 semanas.

2.4.3 MICROCICLO

Constituyen la micro-estructura de los sistemas de periodización y están formados de un conjunto de las sesiones de entrenamiento que son las que unifican todo este proceso. Generalmente su duración es de una semana, pero en algunas ocasiones puede ser (solo en algunos casos), de 3 ó 4 días.

Son, en esencial, el elemento determinante de calidad del proceso de entrenamiento, asumiendo funciones diversificadas y fundamentales. A. Vasconcelos Raposo (2000)P.148

2.5 UNIDADES DE ENTRENAMIENTO :

La sesión de entrenamiento es denominada unidad de entrenamiento y debe estar estructurada y obedecer a objetivos dentro del plan de entrenamiento del atleta.

Vasconcelos Raposo (2000) dice“ La sesión del entrenamiento es el elemento de unión de todo sistema de preparación del atleta. Constituye el factor unificador de un conjunto de estímulos que provocará una adaptación positiva o negativa”. (p.150)

2.6 ETAPAS : Se dividen en General y Especifica

2.6.1 Etapa de Preparación General :

Vasconcelos Raposo (2000) dice citando (Matveiev) :El objetivo del entrenamiento esta etapa es el construir los “ inicios “ de la forma deportiva. Una de las características del entrenamiento en esta etapa consiste en no estar

orientado a una profundización o en la especialidad pero si a ampliar las posibilidades funcionales del organismo que, directa o indirectamente, son necesarias para conseguir la forma deportiva.(P.136)

2.6.2 Etapa de Preparación Específica:

A. Vasconcelos Raposo (2000) En la segunda etapa del período preparatorio se produce una alteración, tanto en la estructura como en el contenido del programa de entrenamiento, con el objetivo de desarrollar las condiciones propias para un inmediato establecimiento de la forma deportiva.(P.137)

2.7 COMPONENTES DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA SON :

Los componentes de la preparación deportiva son: Preparación Física, Preparación Técnica, Preparación Táctica y Preparación Psicológica.

2.7.1 PREPARACIÓN FÍSICA:

A. Vasconcelos Raposo (2000) dice que consiste en desarrollar las capacidades motoras y, en particular, la resistencia, a fuerza, la velocidad y la flexibilidad. Estas variables constituyen la condición física necesaria para buscar un rendimiento deportivo elevado. (p. 51)

2.7.2 PREPARACIÓN TÉCNICA:

René Vargas, (2007) dice: citando a Matveiev “Se denomina “preparación técnica del deportista” a la enseñanza de bases técnicas de acciones realizadas en competiciones o que sirven realizadas en competiciones o que sirven para medio del entrenamiento y perfeccionamiento de las formas elegidas de la técnica deportiva”.(p.168)

2.7.3 PREPARACIÓN TÁCTICA:

Tsvetan Zhelyazkov, (2001) dice :La preparación táctica es parte del contenido del entrenamiento deportivo.es un proceso eficiente para formar y ordenar los

medios, métodos y formas para llevar a cabo una lucha eficiente con el adversario

La táctica es el proceso de selección y aplicación selectiva y creativa y oportuna de medios, métodos y formas para la lucha más eficiente con el adversario en las condiciones de competición;.(p.300)

2.7.4 PREPARACIÓN PSICOLOGICA:

A. Vasconcelos Raposo (2000) dice acerca de la preparación psicológica citando a Dantas,” aparte del entrenamiento deportivo que considerando las características individuales hereditarias (genotipo)⁸ y las influencias asimiladas del medio (fenotipo)⁹, lo que posibilitará al atleta poder soportar el entrenamiento y conseguir el máximo de sus potencialidades a través de la movilización de su voluntad”(p.52)

2.8 DEFINICIÓN DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA (P.D.):

.Estudio científico de las personas y su conducta en el contexto del deporte y la actividad física...” (R.Weimberg y D. Gould: Fundamentos de Ps. del Deporte y el ejercicio Físico)

“...Aquella ciencia dedicada a estudiar, cómo, porqué y bajo qué condiciones los deportistas, entrenadores y espectadores se comportan en el modo que lo hacen, así como investigar la mutua influencia entre actividad física y la participación en el deporte y el bienestar sicofísico, la salud y el desarrollo personal...” (C.Nachon y F. Nascimbene: Introducción a la Ps. del Deporte)

“La Psicología del Deporte y de la Actividad Física es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento

⁸ Genotipo.

(Del lat. genus y typus).

1. m. Biol. Conjunto de los genes de un individuo, incluida su composición alélica.

Real Academia Española

⁹ fenotipo.

(Del gr. φαίνειν, mostrar, aparecer, y τύπος, tipo).

1. m. Biol. Manifestación visible del genotipo en un determinado ambiente.

en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física” (Asociación de psicólogos Americanos (APA).utilizar para ayudar a los niños y a los adultos a participar en actividades deportivas y de actividad física, y a beneficiarse de las mismas, (pág. 8)¹⁰

2.9 UN POCO DE HISTORIA DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA

Los primeros experimentos que se conocen fueron llevados a cabo aproximadamente entre los años 1,921-1928 por Wundt, en el laboratorio. Concluyéndose y comprobándose que la respuesta del sujeto era más lenta si se atendía al estímulo que si lo hacía a la respuesta motriz.

Entre 1,920-1945 se realizan los primeros trabajos de investigación sobre actividad física y el deporte en los Institutos de Educación Física de Leipzig, Alemania por algunos psicólogos como R.W.Schulte, N. Sippel y F. Giese.

En la década de 1,920 se crea en Rusia el Consejo Superior de Educación Física, en el que existía el departamento de Psicología de las actividades físicas y deportivas, posteriormente se creó el Instituto Central de Investigación Científica para el estudio de la Educación Física en Moscú, en 1,930 marca el desarrollo de la Psicología del Deporte en la Unión Soviética, cuyo padre intelectual ineludiblemente fue la gran figura Peter Rudik .Los principios fueron de evaluación psicológica clásica hacia el deportista seguido en otras profesiones, inteligencia, personalidad y reacción motora.¹¹

En Estados Unidos de América: Como ejemplo histórico Norman Triplett¹² realiza el primer trabajo de investigación sobre las base de observaciones de campo y datos secundarios, analizando el rendimiento de un grupo de ciclistas en condiciones de facilitación, sin embargo por la falta de elementos sistemáticos para desarrollar la investigación el mundo reconoce al Doctor

¹⁰ Ecu red: Definición Psicología del Deporte

¹¹ Síntesis Histórica de la Disciplina Psicología del Deporte, J.A. Mora, J.García, S.Toro y J.A.Zarco. 1,993

¹² Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones, Richard H. Cox

Roberts Coleman Griffith quien por muchos es considerado el padre de la Psicología del Deporte en los Estados Unidos (Gould y Pick,1,995).fue además el primer Director de un laboratorio de Investigación en el Deporte de la Universidad de Illinois entre 1920 y 1930. En el año de1,938 P.K. Wrigley propietario de los Chicaco Cubs contrato a Griffith convirtiéndose en el primer psicólogo contratado por un equipo profesional en los Estados Unidos, su abordaje científico de la Psicología del entrenamiento se ha convertido en el modelo con el que actualmente trabajan los psicólogos del deporte en equipos profesionales. Después de la Segunda Guerra Mundial profesionales notables como Franklin M. Henry de la Universidad de California, John Levither de Pennsylvania State University y ArturSlater dictaron los primeros de Posgrado y establecieron sus propios laboratorios de investigación. Muchas mujeres también desempeñaron papeles importantes en los comienzos de la Psicología del Deporte en los Estados Unidos notablemente como Dorothy Harrys, Eleanor Metheny, Camile Brown, Celeste Ulrich y Aileen Lockhart entre otras. Grifith en 1,925 publico quizá su más importante artículo; "La Psicología y su relación con un atleta en la competencia" en donde el dejo primero adelante el valor de la investigación científica psicológica en la competencia deportiva. El atleta que va a una contienda, el escribió "es un organismo cuerpo-mente, y no sólo una máquina fisiológica". ¹³

2.10 PSICOLOGO DEPORTIVO:

Los profesionales de la psicología en el deporte trabajan con deportistas, contribuyendo con su trabajo profesional para buscar que el atleta alcance su máximo potencial deportivo. Algunos expertos definen al psicólogo deportivo de la siguiente manera: El Psicólogo del Deporte, no es solo un terapeuta, un solucionador de problemas emocionales que constituyen una barrera psicológica para el rendimiento del atleta (País - Rivero, 1989), sino que puede

¹³ Christopher D. Green ,PSYCHOLOGY STRIKES OUT 2,003

ofrecer y desempeñar una gama más amplia y enriquecedora de funciones y no solo orientada al deportista, sino a la mayoría de las personas implicadas en la situación deportiva. De la misma forma cuando se trabaja con deportistas jóvenes es muy importante incluir el trabajo con los padres Gordillo (1992).

Como podemos ver el Psicólogo Deportivo no es un chamán¹⁴ o farsante que manipula las mentes de los deportistas con sugerencias o cuentos. El Psicólogo Deportivo tiene funciones que son importantes para el desempeño del atleta, es un investigador, profesional académico de la psicología, dispensador de servicios, aunque su labor debería ser más preventiva y educativa concediéndole mayor importancia a la preparación psicológica del atleta. Esto debe institucionalizarse dentro del sistema deportivo formando un programa de intervención psicológica, un programa que vincule el entorno del deportivo ya que el ser humano es un ser Biopsicosocial¹⁵ por lo que debe ser incluyente en cuanto a lo que rodea a la esfera deportiva es decir atletas, padres de familia, entrenadores, árbitros, medios de comunicación, instituciones deportivas y otros que afecten directa o indirectamente el entorno deportivo, esto quiere decir que el Psicólogo Deportivo también es un entrenador que fortalece al atleta, fortalece su mente para que esté pueda vencer las barreras mentales y superar adversidades que conllevan en su vida deportiva, es por ello importante que el Psicólogo Deportivo conduzca efectivamente el entrenamiento psicológico contribuyendo a la mejora de las variables psicológicas para alcanzar la fortaleza mental del atleta que condicionan ese constructo.

¹⁴ chamán.

(Del fr. chaman, y este del tungúsšaman).1. m. Hechicero al que se supone dotado de poderes sobrenaturales para sanar a los enfermos, adivinar, invocar a los espíritus, etc. Real Academia Española

¹⁵ El Modelo Biopsicosocial es un modelo o enfoque participativo de salud y enfermedad que postula que el factor biológico, el psicológico (pensamientos, emociones y conductas) y los factores sociales, desempeñan un papel significativo de la actividad humana en el contexto de una enfermedad o discapacidad. Universidad Católica de la Santísima Concepción. Facultad de Medicina.

La Real Academia Española dice que Variable es:

(Del lat. *variabilis*).

1. adj. Que varía o puede variar.
2. adj. Inestable, inconstante y mudable.
3. f. Mat. Magnitud que puede tener un valor cualquiera de los comprendidos en un conjunto.

2.11 VARIABLES PSICOLOGICAS

En palabras de la autora el término de variables psicológicas es un concepto muy utilizado dentro del campo de la Psicología Deportiva y se utiliza para referirse a factores ó atributos psicológicos como: Motivación, Establecimiento de Metas, Confianza, preparación mental, competir bajo presión, Optimismo y muchas más que son incluyentes en la vida del atleta. A lo largo del tiempo se han desarrollado investigaciones por profesionales de la psicología deportiva, que se han interesado en identificar cuáles son las características psicológicas determinantes en los atletas que han alcanzado el éxito y de cómo estas han sido influenciadas en estos excepcionales deportistas con el propósito de aplicar estrategias, test y otros elementos que conlleven a que el deportista pueda cada vez de una forma más eficaz y eficiente fortalecerse mentalmente.

2.12 FORTALEZA MENTAL:

(Gucciardi, Sandy Gordon, 2011, p.9) citando a (Jones et., al., 2002) La Fortaleza Mental (Mental Toughness) en la década pasada tuvo la atención de profesionales que investigaron el constructo de diferentes perspectivas iniciando por la pregunta fundamental ¿Qué es eso llamado Fortaleza Mental? Esto tiene muchas definiciones como las siguientes:

Jones et al. (2002) vincula la Fortaleza Mental con ser "más consistente y mejor que sus oponentes" (p. 201).¹⁶

Fortaleza Mental en el fútbol australiano es un conjunto de valores, actitudes, comportamientos y emociones que le permiten perseverar y superar cualquier obstáculo, la adversidad, o presión experimentada, sino también para mantener la concentración y la motivación cuando las cosas van bien para lograr consistentemente sus metas. (Gucciardi, Gordon, & Dimmock, 2008, p. 278)

En palabras de la autora la fortaleza mental se considera como un constructo pluridimensional¹⁷ en el que se interrelacionan una serie de factores y recursos propios del individuo como externos a él, para alcanzar la forma deportiva mental.

Es importante reconocer que gran parte de los primeros trabajos sobre Fortaleza Mental adoptaron un tipo de estudio exploratorio y de cualitativo enfoque. La popularidad acerca de la Fortaleza Mental ha crecido más del 95% de lo surgido desde el año 2,000 en artículos, capítulos o presentaciones en conferencias en las que aparece el término Fortaleza Mental en el título o tema; la gran mayoría de estas investigaciones se han llevado a cabo en contextos deportivos, basándose inicialmente en entrevistas retrospectivas con atletas de élite y entrenadores, luego entrevistas transversales o encuestas (Gucciardi y Gordon, 2011).

Gould y colegas (Gould, Dieffenbach, y Moffett, 2002; Gould, Hodge, Peterson, y Petlichkoff, 1987), han sugerido que la fortaleza mental es uno de los rasgos psicológicos centrales clave para el sostenimiento y el logro de los estándares de desempeño. Como tal, la comprensión de cómo desarrollar la fortaleza mental es importante para el cumplimiento de las capacidades de rendimiento

¹⁶ Mental Toughness in Sport: Developments in Theory and Research, 2012

¹⁷ pluridimensional. 1. adj. Que tiene varias dimensiones o aspectos. Academia Real Española.

de los individuos. A partir de más amplia investigación psicológica (Gottesman y Hanson, 2005),

El término de Fortaleza Mental se ha popularizado y extendido en otros campos, es un concepto de gran valor, sobre todo dentro de los contextos por ejemplo, los negocios, la educación, la medicina, milicia.(Asken, Grossman, y Christensen, 2010; 32 Jones & Moorhouse, 2007). Algunas investigaciones han adoptado un enfoque diferente, mirando las diferencias de estrategia cognitivas entre los atletas más y menos exitosos (Gould , Weiss , y Weinberg , 1981 ; Mahoney y Avenier , 1977) (Gould , Daniel, Dieffenbach , Kristen y Moffett , Aaron, 2002) realizaron un estudio con 10 atletas ganadores de medallas en Juegos Olímpicos. El estudio fue diseñado para examinar las características psicológicas y su desarrollo en campeones olímpicos, también se incluyeron en la investigación entrenadores y padres o tutores. Después de una batería de pruebas psicológicas que se administró a los atletas encontraron que los atletas se caracterizan por:

1. La capacidad de hacer frente y controlar la ansiedad
2. La confianza;
3. Fortaleza Mental- capacidad para adaptarse,
4. La inteligencia deportiva
5. La capacidad de concentrarse y bloquear las distracciones
6. La competitividad
7. Una ética de trabajo duro
8. La capacidad de establecer y alcanzar las metas
9. Habilidad de Coaching
10. Los altos niveles de disposición a la esperanza
11. El optimismo
12. El Perfeccionismo adaptativo

Los resultados revelaron que factores tanto extrínsecos como intrínsecos influyeron en el éxito de los deportistas, al referirse a extrínsecos: la familia, instituciones deportivas, personal no deportivo y personal del entorno deportivo, el proceso en si del deporte, la comunidad y otros, así como el propio individuo contribuyeron al éxito. Es por eso que los investigadores de la psicología del deporte se han interesado en identificar no solamente que fue lo que psicológicamente hizo a estos atletas ser buenos sino además que factores fueron determinantes para el desarrollo de esas características. En la historia profesionales investigadores como Csikszentmihaly, B. Bloom Smith, Schultz, Smoll y Ptacek , Morgan, Gordon , Gould entre otros han realizado investigaciones al respecto.

Morgan y colegas, (1978 , 1980) llevaron a cabo algunas de las primeras investigaciones en el área, estudiando las características de personalidad en corredores, remeros y luchadores del equipo nacional y olímpico, usando el Perfil de Estados de Ánimo.

Gordon Bloom,2002;citando a B. Bloom (1,985) quien por durante 4 años dirigió y trabajo conjuntamente con otros investigadores en la Universidad de Chicago, realizo un estudio enfocándose en el desarrollo del talento de artistas de talla mundial en el arte, la ciencia y dominio del deporte, iniciando desde sus primeros años hasta que alcanzaron la fama. Los datos fueron obtenidos realizando entrevistas con 120 jóvenes de de diferentes partes de los Estados Unidos de ambos sexos, después que habían completado su carrera, Bloom estaba interesado en el proceso del desarrollo del talento en jóvenes ,identificándolo en tres fases siendo: Primeros años, años de desarrollo medio y años posteriores. Además estableció que la influencia de los padres y los entrenadores como importantes para el desarrollo de características psicológicas en atletas exitosos. (Pag.468-470)

(Gordon Bloom,2002,(p.470-471); citando a Csíkszentmihály, Rathundale, y Whalen(1993) condujeron un estudio longitudinal con 200 adolescentes talentosos en cinco áreas diferentes artísticas, atléticas, matemáticas, música y ciencia que fueron estudiados sobre un periodo de 4 años. El propósito de esta investigación fue determinar los factores contribuyeron para el desarrollo del talento en algunos individuos y cuales factores contribuyeron a la falta del éxito en otros. Una de los factores claves para el desarrollo del talento fue la motivación, los estudios develaron que los estudiantes con altos nivel de motivación intrínseca para aprender así como recompensas externas como reconocimientos y elogio de semejantes, tenían mayores repeticiones sucesivas. Csíkszentmihály y colegas encontraron la experiencia del *fluir* como contribución al desarrollo del talento. Una experiencia de *fluir* es “El estado que en las personas están tan involucrados en la actividad que nada más parece importar” (Csíkszentmihály,1990,p.4).En la entrevista realizada al marchista Guatemalteco, Erick Barrondo después de haber ganado la primera medalla para Guatemala en los Juegos Olímpicos de Londres 2,012 por la reportera Elizabeth Pérez, de la cadena C.N.N. le consulta sobre qué cambios realizo en su entrenamiento para lograr los éxitos alcanzados. En su respuesta el marchista le atribuye sus triunfos primero a Dios y posteriormente el cambio de mentalidad que había logrado gracias al apoyo de su entrenador, después la reportera refiriéndose a las redes sociales le consulto la razón por la que el marchista no tenía una cuenta en twitter ¹⁸, al respecto Barrondo respondió “Nosotros estamos muy concentrados en esto(refiriéndose al equipo de marchistas Guatemaltecos) muchas veces no hemos podido comunicarnos con nuestras familias, a pesar que poco a poco hemos ido haciendo nuestras cosas, ahí ésta la compu (computadora) guardada, tenemos que estar al cien por

¹⁸Twitter (NYSE: TWTR) es un servicio de microblogging, con sede en San Francisco, California, con filiales en San Antonio (Texas) y Boston (Massachusetts) en Estados Unidos. Twitter, Inc. fue creado originalmente en California, pero está bajo la jurisdicción de Delaware desde 2007

ciento por esto, para lograr lo que queremos, hasta cierto punto desconectarnos del mundo para después darle una alegría a ese mundo”.

Por lo que podría decirse que Erick Barrondo enfatizó su éxito en aspectos psicológicos, ya que señaló principalmente los cambios en la mentalidad, concentración, la motivación y enfocarse en metas bien claras, eso podría vincularse con la fortaleza mental; aunque con esto no se trata de decir que sus éxitos se deben exclusivamente a dichos aspectos. “De un brillante se puede sacar un diamante, de un carbón sólo un carbón” (citando a García et. als. 1997)” (Román, Sánchez y Lara, 2003; p.41); es importante señalar que se deben tener las características necesarias, factores genéticos, volitivos, morfológicos necesarios y estos deben ser complementados con el entrenamiento sistemático y habilidades para triunfar en el deporte, esto podría refrendar lo dicho por Csíkszentmihályi(1,991) en su teoría del fluir, señalando que ésta experiencia ocurre, cuando los cambios son iguales al nivel de habilidades y cuando la persona sabe qué hacer, tiene metas claras, concentración profunda, sensación de tener el control y pérdida del sentido del tiempo. Las investigaciones realizadas han proporcionado una base importante para comprender lo que es fortaleza mental, sin embargo, estas conceptualizaciones se han basado principalmente en los puntos de vista de los atletas adultos. Por lo que estas conceptualizaciones de fortaleza mental no pueden generalizarse a individuos de otros períodos de desarrollo de la vida (es decir, la adolescencia).

La fortaleza mental podría ser conceptualizado de forma diferente para los adolescentes (aproximadamente 11-18 años de edad) (Dubow, Huesmann, Boxer, Pulkkinen, y Kokko, 2006; Ericsson, Krampe, y Tesch-Römer, 1993; Johnson et al. , 2007) En ésta etapa las demandas son diferentes ejemplo: demandas de tiempo, búsqueda de identidad social característico de esta etapa de la vida. (Montemayor, Adams, y Gullotta, 1,990). Dicen que la adolescencia

es una etapa ideal de desarrollo para estudiar la fortaleza mental, ya que es un período más caracterizado de maduración, educativo y de retos interpersonales y de cambios que cualquier otra etapa de la vida. La capacidad no sólo de negociar con éxito estos retos y cambios,

Csikszentmihalyi y colegas (1993), encontraron que el desarrollo del talento consiste en la adquisición de una personalidad madura durante los años de adolescencia, en la que pueda desarrollar una personalidad que le permita al individuo hacer frente a todas los obstáculos y oportunidades que él o ella se enfrentará en su desempeño elegido. Los investigadores también llegaron a la conclusión de que:

- a. Los adolescentes no pueden desarrollar el talento, a menos que están intrínsecamente motivados y disfrutar de las actividades de su dominio , mientras trabajaban duro para lograr sus objetivos.
- b. conflictos inherentes en el desarrollo del talento (por ejemplo , haciendo difícil opciones y llegar a un acuerdo con las implicaciones de su individualidad) no se pueden evitar
- c. ningún niño tendrá éxito a menos que él o ella está apoyada por adultos cariñosos.

La investigación sobre la capacidad de recuperación un concepto relacionado con, pero distinguible de la fortaleza mental (Gucciardi, Gordon, y Dimmock, 2009) pone de relieve que las características personales que facilitan el funcionamiento humano en tiempos de adversidad pueden variar a través de diferentes etapas de la vida (Ryff, Cantante ,Love, & Essex, 1998).

Dentro de los estudios acerca del concepto de Fortaleza Mental se determinaron tres supuestos importantes.

- 1 La Fortaleza Mental ofrece una fuente de recursos (Hobfoll, 105 2002, p. 312.)o la suma de varios recursos personales o bienes que son comunes a personas que comparten las condiciones sociales y ambientales (por ejemplo, la biología, la cultura); es decir, estos recursos o bienes personales se entrelazan, con el elemento conceptual de identificación común entre ellos, un proceso de conducción consistente de altos niveles de rendimiento subjetivo u objetivo.
- 2 Una característica inherente de esta conceptualización es que la Fortaleza Mental reside dentro de un individuo y a pesar de que proporciona una base para un rendimiento consistencia es traducido de manera imperfecta el comportamiento o acción.
- 3 La Fortaleza Mental debe ser visto como un concepto continuo en el que las personas pueden ser más o menos mentalmente fuertes en lugar de fuertes mentalmente o no, esto quiere decir que comprende diferentes perfiles de Fortaleza Mental (por ejemplo, Alto en la autoeficacia y el optimismo pero baja en la perseverancia); (cf. Gucciardi& Jones, 2012).

2.13 AFRONTAMIENTO:

Se ha definido como constante cambio cognitivo y esfuerzos del comportamiento para manejar las demandas externas o internas específicas y que se aprecian como impuestas o superior a los recursos de las personas. (Lazarus y Folkman) (Daniel Gucciardi, Sandy Gordon; 2012, p.32)

El afrontamiento es definido por Everly (1989, p. 44), "como un esfuerzo para reducir o mitigar los efectos aversivos del estrés, estos esfuerzos pueden ser psicológicos o conductuales".

Según modelo de Lazarus (Lazarus y Folkman,1984) la aparición del estrés y otras variables están mediatizadas por el proceso de valoración cognitiva que la persona realiza , primero por la interpretación del individuo de la situación hacia el mismo, esto es la valoración primaria y el resultado de la valoración representa una amenaza o desafío , el individuo valora que recursos tiene a su disposición para evitarlos o reducir las consecuencias negativas, esto es valoración secundaria.

La valoración secundaria se refiere a la capacidad de afrontamiento ("coping"), siendo éste un proceso psicológico que se pone en marcha cuando el entorno se manifiesta amenazante. Lazarus y Folkman (1984, p.141) definen el afrontamiento como "aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo". Ellos plantean el afrontamiento como un proceso cambiante en el que el individuo, en determinados momentos, debe contar principalmente con estrategias defensivas, y en otros con estrategias que sirvan para resolver el problema, todo ello a medida que va cambiando su relación con el entorno.

2.13.1 MARCO CONCEPTUAL DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO:

La perspectiva transaccional de Lazarus y Folkman(1,984) distingue entre dos grandes dimensiones funcionales del afrontamiento: estrategias de afrontamiento orientado a la tarea y estrategias de afrontamiento orientado a la emoción.

2.13.2 AFRONTAMIENTO ORIENTADO A LA TAREA:

Se centran en el alivio de los estímulos ambientales que causan la respuesta al estrés.

2.13.3 AFRONTAMIENTO ORIENTADO A LA EMOCIÓN.

Buscan regular las emociones con el objeto de reducir o controlar el estrés negativo.

Se han identificado dos estilos de afrontamiento, el estilo de afrontamiento de abordaje y el estilo de afrontamiento de evitación

2.13.4 AFRONTAMIENTO DE ABORDAJE:

Es el que prefiere enfrentar la situación estresante directamente.

2.13.5 ESTILO DE AFRONTAMIENTO DE EVITACIÓN:

Es el que su estilo predilecto de afrontar la situación estresante es evitándolo.

2.13.6 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA EFECTIVIDAD DEL AFRONTAMIENTO

(Hammereister y Burton, 2004) (Richard H. Cox, 2008) La efectividad del afrontamiento se relaciona con el sexo del deportista. Por ejemplo las mujeres utilizan mas estrategias de afrontamiento centradas en la emoción más efectivamente que los varones. Las mujeres también se beneficiarán más con el apoyo social de los varones.

2.14 MOTIVACION:

(Dasil, 2004; p.129) citando a otros autores dice “El verbo motivación proviene del verbo latino <<moveré>> que significa <<mover>>, por lo que un estado de alta motivación se relaciona con términos como: Excitación, energía, intensidad o activación (Escarty y Cervelló, 1994; Roberts 1995). Este significado etimológico permite entender, en cierta medida, el por qué relacionar la motivación con motor, pues lo que mueve a un individuo para la realización de

prácticas deportivas está basado en la motivación, es decir se convierte en un auténtico motor para la práctica. Cashmore (2002) y Woolfolk (1996) se refieren a ello, apuntando que la motivación es un estado o proceso interno que activa, dirige y mantiene, la conducta hacia un objetivo. En esta línea Vallerand y Thill (1993) la entienden como un constructo hipotético que describe las fuerzas internas y/o externas que producen la iniciación, dirección, intensidad y persistencia de la conducta”.¹⁹

Joaquín Dósil (2004) define la motivación de la forma siguiente “ La motivación es una variable psicológica que mueve al individuo hacia la realización, orientación, mantenimiento y/o abandono de las actividades físicas/deportivas, y suele estar determinada por la asociación cognitiva que el sujeto hace de las diferentes situaciones (si es positiva , mayor motivación; si es negativa , menor motivación: si es neutra, dependerá de la construcción cognitiva que realice por la influencia del entorno y de sus propias convicciones), en función de una serie de factores (individuales, sociales, ambientales y culturales) “.

2.14 TIPOS DE MOTIVACIÓN:

2.14.1 MOTIVACIÓN BÁSICA:

(Buceta, 1999^a): la primera, es la base estable de la motivación, la que determina el compromiso del deportista con ese deporte. Depende, fundamentalmente, de los resultados y del rendimiento personal.

2.14.2 MOTIVACIÓN COTIDIANA:

Se refiere al interés del deportista por la actividad en sí misma con independencia de los logros deportivos y, mayoritariamente, relacionada con el rendimiento personal cotidiano y el constructo divertimento deportivo, propio de

¹⁹ Psicología de la Actividad Física y el Deporte, J.Dosil; 2004

la realización de la actividad (p.e., compañeros de entrenamiento agradables, ejercicios divertidos, etc.)

2.14.3 MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

“Se refiere aquellos deportistas que están motivados intrínsecamente” (Dosil, 2004; p.130). Es la motivación propia que posee el deportista para la práctica deportiva, el hecho de la actividad en sí sin importar los logros o meritos externos que pueda obtener, lo importante es lo intrínseco de su ser para realizar deporte.

2.14.4 MOTIVACIÓN EXTRINSECA:

El hecho de entrenar y competir tienen un valor alto para el deportista, que se siente bien realizando la actividad. (Dosil, 2004; p.130). Aquí la motivación es más por lo que pueda obtenerse externamente que lo que intrínseco que motive al atleta. Una medalla, una clasificación, una marca otro.

2.15 ESTABLECIMIENTO DE METAS:

“(Locke, 1,981) (H. M. Valdés 1,996) El establecimiento de metas sobre una ejecución de una tarea es uno de los más sólidos y replicables hallazgos en la literatura psicológica, tanto en estudios de laboratorio como de campo. (Burton 1,983) en un estudio con nadadores universitarios comprobó que aquellos que participaron en un programa de establecimiento de objetivos aprendieron a dar prioridad a la determinación de las metas y aquellos que puntuaron más alto en ésta habilidad mostraron mayores rendimientos, y cogniciones más positivas respecto a la autoconfianza y ansiedad. En cuanto a las características de las metas deportivas, en cuanto a la utilidad del planteamiento de los objetivos y el incremento del rendimiento señala que:

- A. La meta dirige la atención y la acción del sujeto a los aspectos más importantes de la tarea.
- B. Las metas ayudan al atleta a movilizar su esfuerzo.

- C. Las metas no solo incrementan el esfuerzo inmediato sino ayudan a prolongarlo, todo ello refleja el valor motivacional del planteamiento de objetivos”.

Burton subraya que las metas de ejecución y no las que se centran en las consecuencias de perder o ganar, pues permiten el control por parte del atleta.

La autora al respecto opina que los objetivos planteados deben ser realistas no se pueden tener metas fantasiosas o inalcanzables, las metas deben ir acorde a las circunstancias y determinadas de acuerdo al proceso, etapa, edad y factores que son incluyentes en el deporte.

2.16 CONCENTRACIÓN:

La concentración es una destreza aprendida, de reaccionar pasivamente o de no distraerse ante estímulos irrelevantes. La concentración también significa el estar totalmente aquí y en el ahora, en el presente (Schmid y Peper, 1991).

González S. citando a (Boutcher, 1,992) dice que los términos de concentración y atención son asociados frecuentemente con otros términos como focalización, conciencia alerta, lo que complica más su comprensión.

El componente principal de la concentración es la capacidad de focalizar la atención sobre la tarea que se está desarrollando y no distraerse por estímulos internos o externos irrelevantes. (2,003; p.78)²⁰

2.17 FACTORES DISTRACTORES DE LA CONCENTRACIÓN

Tres grandes grupos de factores:

Externos. Hacen referencia a todo aquello que sucede alrededor del deportista y que puede distraerle y hacerle perder su concentración.

²⁰ Psicología del Arbitraje y el Juicio Deportivo. INDE

Internos. Hacen referencia a los pensamientos y sentimientos del deportista que en un momento determinado pueden distraerle de lo que esté haciendo.

Dificultad para cambiar la forma de atender. Incapacidad de cambiar de estilo atencional.

Según Csikzsentmihalyi (1975), los mejores niveles de ejecución se consiguen cuando los deportistas se sitúan en una zona de energía óptima caracterizada porque la atención está totalmente dirigida al proceso de ejecución y a nada más, es decir, focalizada en los factores relevantes, y alejada de los pensamientos negativos y de otras formas de distracción que deterioran la ejecución, como nos comentan Guallar y Pons (1994).²¹

Lo anterior quiere decir que el deportista tiene una habilidad que puede ser entrenada y mejorada a base de práctica y estrategias cognitivas.

(Nideffer y Sagal, 2001) “para definir la concentración operacionalmente, debemos definirla a nivel comportamental. Adicionalmente, se debe empezar por definir los factores o condiciones que afectan la capacidad de concentración, y además predecir los efectos conductuales. El entrenamiento en el control atencional se compone de una serie de procedimientos de adiestramiento, procesos que hacen referencia a la ejecución (p.373-374).

2.17.1 EL MODELO ATENCIONAL DE NIDEFFER:

Este modelo teórico establece que existen dos dimensiones de la focalización atencional: amplitud y dirección. La dimensión de amplitud es la cantidad de información que el sujeto es capaz de atender en un momento determinado.

Esta dimensión posee dos categorías: reducida (se centra en un número limitado de estímulos), y amplia (centrada en un gran número de estímulos).

²¹ Cuadernos de Psicología del Deporte Dirección General de Deportes-CARM 2007. Vol. 7.

Se trata de dos categorías excluyentes y complementarias entre sí y su uso estará en función de las demandas ambientales. La dimensión de dirección se entiende como la capacidad del deportista de dirigir hacia adentro o hacia fuera de sí mismo. También posee dos categorías internas y externas. Interna: (dentro de sí mismo, ejemplo: las pulsaciones) y externa: (fuera de uno mismo ejemplo: el público). De la combinación de ambas dimensiones resultan cuatro estilos diferentes de Concentración, correspondientes a cuatro modelos diferentes de focalizar la atención.

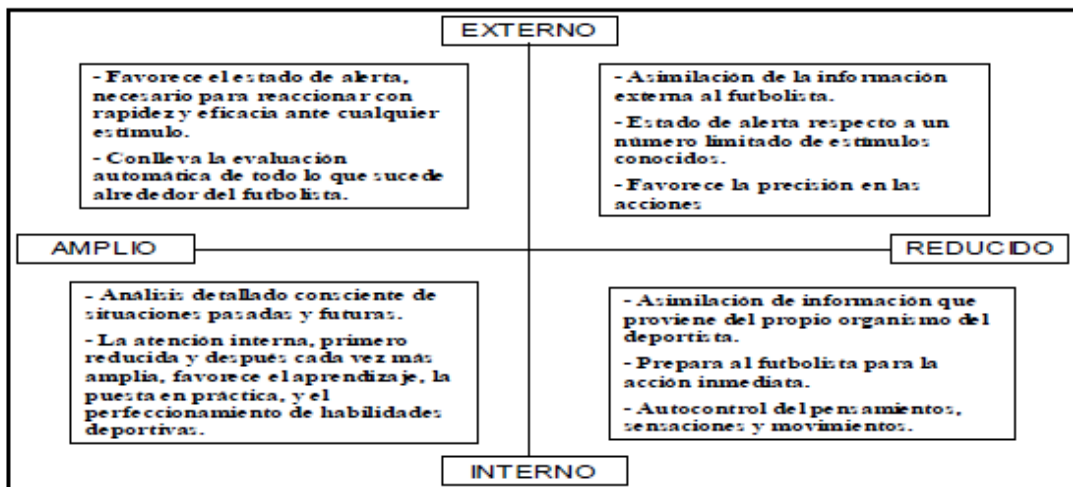


Figura No. 1 Diferentes tipos de Foco Atencional (Tomado Niddefer y Sagal ,2004). Tesis Doctoral ; 2011, I.López, p.107

La Figura No.1representa los cuatro estilos mediante un grafico de ejes cartesianos, en el que cada eje representa los cuatro estilos de las dos dimensiones (amplitud-dirección); los estilos atencionales son el resultado de la intersección de ambas dimensiones.

2.17.2 Atención amplia - externa.

Se produce cuando el deportista centra su atención en un importante número de estímulos y en estímulos fuera de él mismo. Se corresponde sobretodo con situaciones de evaluación, es decir, es la adecuada para reaccionar a las situaciones rápidamente cambiantes del juego, (como puede ser la puesta en marcha de un contraataque).

2.17.3 Atención amplia - interna.

El deportista se fija en su estado físico o mental. Es el tipo de atención adecuado por ejemplo para analizar y planificar mentalmente una estrategia de juego ante una situación dada.

2.17.4 Atención estrecha - externa.

El deportista focaliza su atención en un estímulo concreto del entorno (por ejemplo en la escuadra derecha en el lanzamiento de una falta).

2.17.5 Atención estrecha - interna.

Se produce cuando el deportista dirige la atención sobre sí mismo. Es la adecuada para prepararse para ejecutar una acción mediante el repaso mental o para examinar el nivel de tensión.²²

2.18 LA PRESIÓN EN EL DEPORTE:

Qué es presión: según la Real Academia Española

Del lat. pressio, -ōnis).

1. f. Acción y efecto de apretar o comprimir.
2. f. Magnitud física que expresa la fuerza ejercida por un cuerpo sobre la unidad de superficie. Su unidad en el Sistema Internacional es el pascal.
3. f. Fuerza o coacción que se hace sobre una persona o colectividad.

Este concepto es muy utilizado en el argot²³ deportivo podemos encontrar dentro de algunos

(Del Pino Medina, Tenorio Aguilera, 2008) La presión se conceptualiza generalmente como algo que en principio se erige aversivo²⁴ con incidencia

²² Tesis Doctoral "La evaluación de variables Psicológicas relacionadas con el rendimiento del Fútbol : Habilidades Psicológicas para Competir y Personalidad Resistente": Ismael S. López López, Granada, 2011, p.105-107.

²³ Real Academia Española: argot. (Del fr. argot). 1. m. Jerga, jergonza. 2. m. Lenguaje especial entre personas de un mismo oficio o actividad.

negativa sobre el rendimiento deportivo. Sin embargo la presión constante a la que son sometidas los atletas individualmente y cuando conforman un equipo es diferente así como la procedencia de la misma a priori no es algo tan simple. No todos los equipos y jugadores reaccionan de la misma manera ante los efectos de la presión, las diferencias son tanto individuales como colectivas. la respuesta de los atletas a los factores asociados a la presión varía considerablemente entre jugadores y años de experiencia”. Son diferentes las respuestas ante los escenarios potencialmente estresantes, protagonizados por un mismo deportista. Y sobre todo notarse apreciables diferencias entre deportistas entre equipos y deportistas. (Launders y Boutcher,1999)Un atleta ante una situación que le genere presión puede reaccionar diferente a otros jugadores, en el caso de los atletas juveniles de Voleibol, la ejecución de un remate puede ser diferente a la de otros jugadores y también puede ser diferente en el mismo jugador el mismo gesto en diferentes momentos. Generalmente los fallos los entrenadores los toman como bloqueo mental, choqueo bajo presión ó fallo en el nivel optimo de la competición. La competición deportiva puede generar gran ansiedad y angustia, que a su vez, puede afectar los procesos fisiológicos y cognitivos, de forma tan drástica que la ejecución se deteriore.

2.18.1 PRESIÓN PSICOLOGICA:

(Dosil, 2004) suele emplearse para definir multitud de situaciones que suceden en los entrenamientos y en las competiciones y su explicación ésta estrechamente vinculada a los conceptos de ansiedad, estrés y nivel de activación”.

La presión puede ser ejercida desde el propio individuo para realizar acciones dentro del juego , también puede darse la presión del grupo por que el

²⁴ Real Academia Española: averso, sa. (Del lat. aversus).1. adj. ant. Opuesto y contrario. 2. adj. ant. Malo, perverso.

deportista sobresalga o realice situaciones ofensivas o defensivas , o del equipo que en conjunto delegan la responsabilidad o ven como un líder a un atleta en el equipo o individual.²⁵

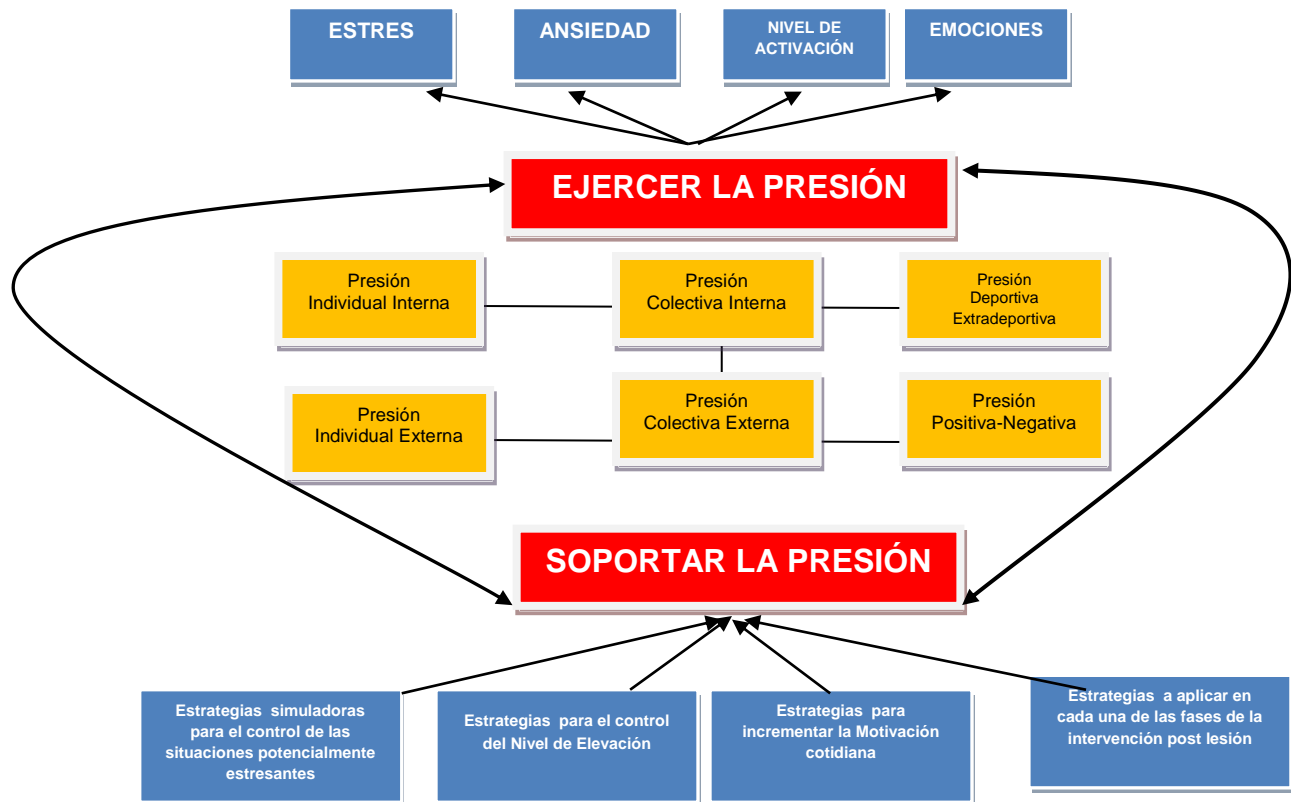


Figura No 2 Proceso de Presión Psicológica (Del Pino, Tenorio; 2008; p.126)

2.19 OPTIMISMO DISPOSICIONAL:

El optimismo disposicional²⁶ ha sido definido como una expectativa generalizada de que se produzcan las cosas bien en la vida. Peterson (2000) considera que el optimismo involucra componentes cognoscitivos, emocionales y motivadores y constituye un rasgo disposicional que parece mediar entre los eventos externos y su interpretación personal, rasgo que varía en su magnitud. En situaciones de estrés mayoritario, el optimismo se relaciona con una mejora del bienestar físico y psicológico (Scheier y Carver, 1992; Smith y MacKenzie,

²⁵La Presión: conceptualización táctico-psicológica y su entrenamiento; José María del Pino Medina, David Tenorio Aguilera , 2008

²⁶ Análisis de Atributos de Fortaleza Mental en Personas Mayores Practicantes vs No Practicantes, 2014.

2006). En general, se ha determinado que tener altos niveles de optimismo incrementa la resistencia ante los retos e inconvenientes (Carver, Scheier y Segerstrom, 2010), por ello las personas optimistas siempre tienen un pensamiento positivo cuando las cosas no van bien (Carver y Scheier, 1985). Por tanto, las personas optimistas suelen ser más perseverantes, exitosas y con mejor salud física. Asimismo, optimismo y pesimismo pueden mostrar asociaciones diferenciales en el bienestar psicológico con el paso del tiempo.

2.20 LA CONFIANZA:

“Los buenos equipos acaban por ser grandes equipos cuando sus integrantes confían los unos en los otros lo suficiente para renunciar al “yo” por el “nosotros”. (Phill Jackson, Entrenador de la NBA)

(Klaus Heinemann, 1,998, p.173) dice que la confianza puede argumentarse que la confianza no es necesariamente una emoción. Investigaciones empíricas demuestran que:

La confianza tiene raíces emocionales, en especial cuando se refiere a procesos mediante uno se identifica con cosas, personas u organizaciones. (LewinckyBuncker,1986)

La confianza se relaciona con las emociones del siguiente modo: cuando depositamos nuestra confianza en algo, alguien o en una organización, ello implica una representación emocional , y si esta confianza se rompe, las consecuencias emocionales también son muy grandes. Todo el mundo se emociona cuando la confianza se rompe o se abusa de ella.

Es necesario enfatizar la importancia central que tiene la confianza tanto en el deporte como en sus organizaciones. En los equipos tienen una función central. No solo se trata de una estrategia racional de apreciación de riesgos y de reducción del sino que es garantía que los objetivos se cumplirán.

2.21 AUTOCONFIANZA:

(Vealey; 2,001) La autoconfianza es un constructo social cognitivo que puede ser más un rasgo característico o más un estado, según el marco temporario de referencia que se utilice. La autoconfianza se caracteriza por una alta expectativa de éxito, puede ayudar a los individuos a activar emociones positivas, facilitar la concentración, establecer metas, aumentar el esfuerzo, focalizar sus estrategias de juego y mantener el momento. En esencia la confianza, puede influenciar en el afecto, la conducta y las cogniciones, (el abecé de la psicología del deporte)(Weinberg,2010; P.323-324)

2.22 LA RESISTENCIA (Hardiness)

ha sido definida como una estructura de personalidad que comprende las tres disposiciones generales relacionadas con el compromiso, el control y el reto que funciona como un recurso de resistencia ante condiciones estresantes (Kobasa, 1979). En el ámbito de la psicología del ejercicio y el deporte se ha insistido fundamentalmente en el concepto de Fortaleza Mental como constructo similar y que es definido como “una colección de valores, actitudes, emociones y cogniciones que influyen en la manera en la cual un individuo accede, responde y evalúa eventos exigentes para de forma consistente lograr sus metas (Gucciardi, Gordon y Dimmock, 2009, p. 54). Estos constructos incluyen una constelación de características (Guillen y Laborde, 2014) y entre otros aspectos recoge el de optimismo y esperanza (Gucciardi et al., 2009).

3 CAPÍTULO III

3.1 MARCO METODOLOGICO

3.2 OBJETIVO GENERAL

Diagnosticar el nivel de Afrontamiento de la Fortaleza Mental en atletas comprendidos entre las edades de 14 a 16 años en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala.

3.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- 1 Diagnosticar el nivel afrontamiento a la adversidad en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 2 Diagnosticar el nivel de concentración en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 3 Diagnosticar el nivel de confianza y motivación en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 4 Diagnosticar el nivel de Fijación de Metas y preparación mental en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 5 Diagnosticar el nivel de afrontamiento Bajo Presión en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 6 Diagnosticar el nivel de libertad de preocupación en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 7 Diagnosticar el nivel de Coachability en atletas de la Selección Juvenil Femenina y Masculina de Guatemala, entre las edades de 14 a 16 años.
- 8 Identificar y Seleccionar la teoría para el estudio de la Fortaleza Mental y Afrontamiento.
- 9 Realizar un diagnostico comparativo de Variables de Afrontamiento entre atletas hombres y mujeres de la Selección Juvenil de Voleibol entre las edades de 14 a 16 años.

10 Realizar un diagnostico comparativo de Variables de Afrontamiento por edades en atletas de la Selección Juvenil de Voleibol entre las edades de 14 a 16 años

3.4 VARIABLES:

Nivel de Afrontamiento en atletas de selección juvenil de voleibol de salón, femenino y masculino del Departamento de Guatemala.

3.5 DEFINICIÓN CONCEPTUAL

Debe entenderse como Nivel de afrontamiento de la Fortaleza Mental el equilibrio de la confianza, la motivación, la concentración y otros factores psicológicos que le permiten al atleta alcanzar un resultado deportivo.

3.6 LOS SUJETOS

El estudio fue establecido con jóvenes de ambos sexos entre las edades de 14 a 16 años que pertenecen a la Selección Juvenil Nacional de Voleibol Masculina y Femenina de Guatemala...

3.7 MUESTRA

DEPORTE:	Voleibol			
INDICADOR:	Atletas			
No.	Edades	Sexo		TOTAL
		Femenino	Masculino	
1.	14 años	8	6	14
2.	15 años	12	6	18
3.	16 años	7	6	13
TOTAL		27	18	45

3.8 INSTRUMENTO:

A) La evaluación del afrontamiento en los atletas se realizó mediante el Inventario de Habilidades de Afrontamiento Atlético (ACSI-28) Smith, Schultz, Smoll y Ptacek(1995) el cual es una medida multidimensional psicológica específica de habilidades del deporte, el cuestionario cuenta con 28 ítems en el cual el(la) deportista debe responder, a través de una escala

Likert de 4 puntos. El cuestionario mide siete sub-escalas específicas del deporte y proporciona una "posición de poder" en general, que es un compuesto de los puntajes de la escala. La Posición de Poder se llama a la puntuación de los recursos de afrontamiento personales.

- B) Se realizaron entrevistas estructuradas con entrenadores de las selecciones de voleibol de salón femenino y masculino nacional y departamental de Guatemala con el propósito de conocer acerca de la preparación psicológica de los atletas de la muestra del estudio.
- C) Se realizó trabajo de observación en varias sesiones de entrenamiento con el fin de obtener información cualitativa acerca de los atletas para el estudio realizado.

CAPITULO IV

4. ANALISIS ESTADISTICO

4.1 PRESENTACIÓN DE DATOS

A continuación se presentan y analizan los resultados obtenidos en el estudio realizado con una muestra de 45 atletas juveniles de voleibol de Salón, de ambos sexos entre las edades de 14 a 16 años. Asimismo un análisis descriptivo y cualitativo

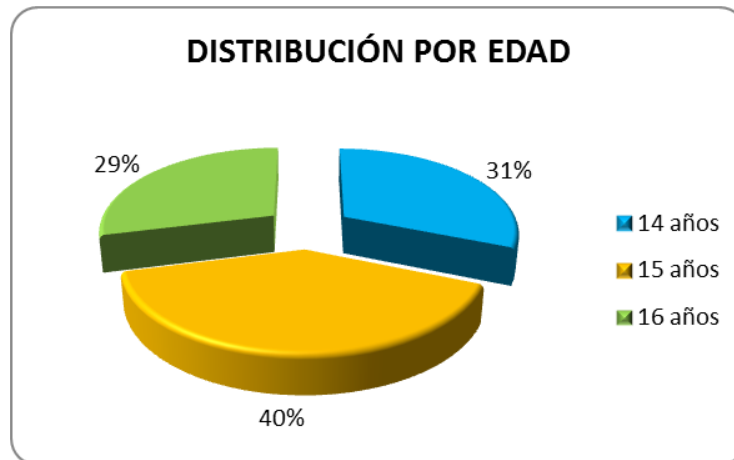
4.2 INFORME Y GRAFICAS:

A continuación se presentan los datos y las graficas según los criterios siguientes.

- a. Informe y Graficas de Datos Generales de la Muestra
- b. Informe y Graficas por Sexo
- c. Informe y Graficas por Edades
- d. Informe de Datos por Puntaje
- e. Informe y Graficas por Casos.

4.2.1 Informe y Graficas de Datos:

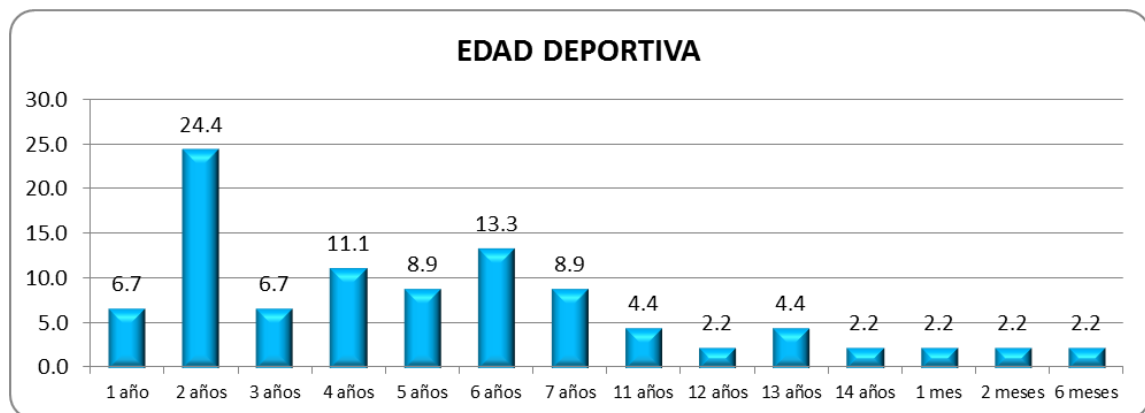
Distribución de la Muestra por Edades: representa el porcentaje de distribución de la muestra por edades



Gráfica No. 1

La Grafica No.1 El 40% y ponderando la muestra lo comprenden los atletas de 15 años, el 31% los atletas de 14 años y 29% los atletas de 16 años.

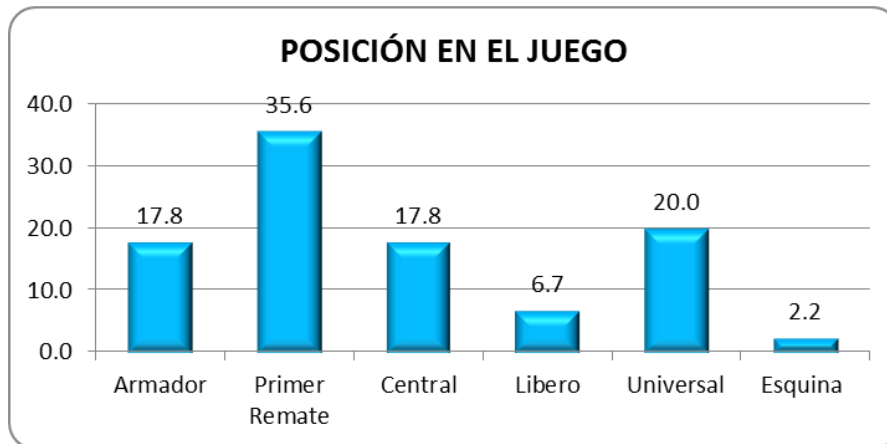
Edad Deportiva: Representa el porcentaje de distribución de la muestra por edad deportiva de los atletas en el voleibol o en otro deporte que hayan tenido proceso de entrenamiento sistemático.



Gráfica No. 2

En la grafica No. 2 se observa que el mayor porcentaje fue el de los atletas con 2 años de edad deportiva con un 24% , sin embargo un 13% tienen un año o menos de edad deportiva y ya se encuentran en proceso de selección.

Distribución de la Muestra por Posición en el deporte: Representa el porcentaje de distribución de la muestra por posición dentro del Voleibol.



Gráfica No. 3

En la Gráfica No.3 se puede observar que dentro de la muestra de estudio el mayor porcentaje de los atletas juega en la posición de primer remate con un 35.6% y el 20% no tiene una posición definida dentro del juego esto puede deberse a que los atletas aún están en una etapa de desarrollo y pulimiento técnico.

Estudios Actuales: Representa que porcentaje de la muestra se encuentra estudiando actualmente.



Grafica No.4

En la Grafica No.4 se puede observar que el 100% de la muestra estudia actualmente.

Estudios Actuales: Representa el grado de escolaridad actual de la muestra .

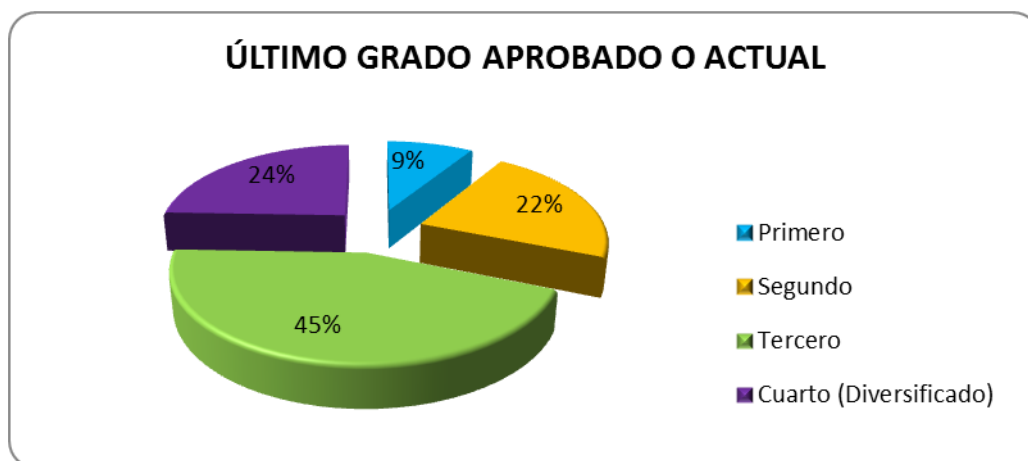


Gráfico No. 5

En la gráfica No. 5 se observa que el 44% de los atletas que se encuentran estudiando actualmente se encuentran cursando el primer año en nivel diversificado.

Deportes practicados: Representa el porcentaje de la práctica deportiva realizada por los atletas y actualmente ya no en otros deportes a excepción del voleibol.

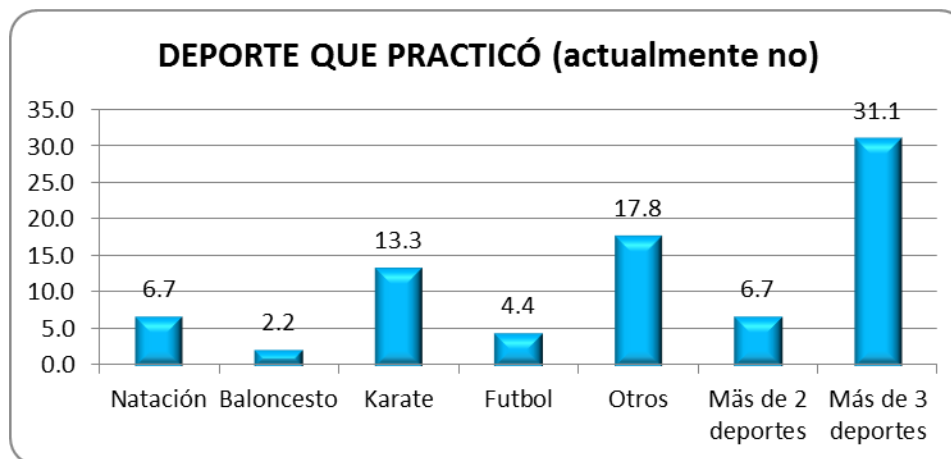
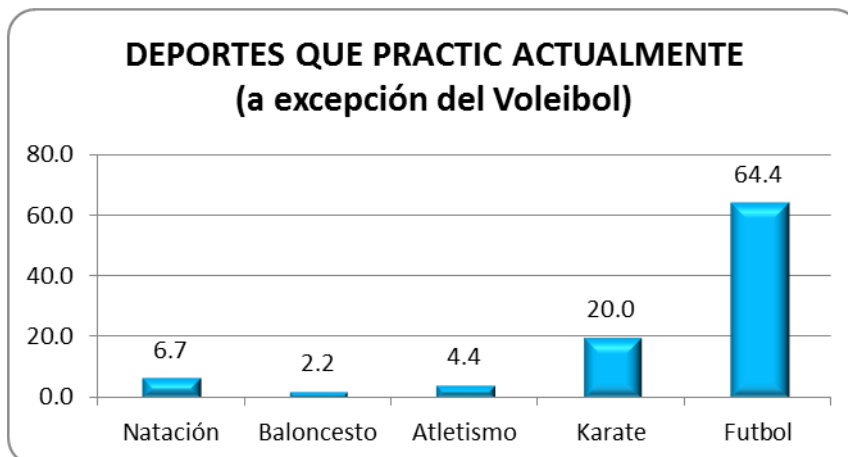


Gráfico No. 6

En la grafica No. 6 se observa que el mayor porcentaje de los atletas practicaron 3 deportes o más con 31.1%. Esto es beneficioso porque favorece la multilateralidad motriz y facilita el aprendizaje del gesto técnico.

Deportes Actuales: Representa el porcentaje de la práctica deportiva actual de los atletas simultanea con el voleibol.



4.3 RESULTADOS Y GRÁFICOS COMPARATIVOS POR SEXO

Las cifras de las gráficas a continuación representan el porcentaje general de cada Sub escala comparada según el sexo.

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	7.7	64%
2	Masculino	7.6	63%

Tabla No. 1

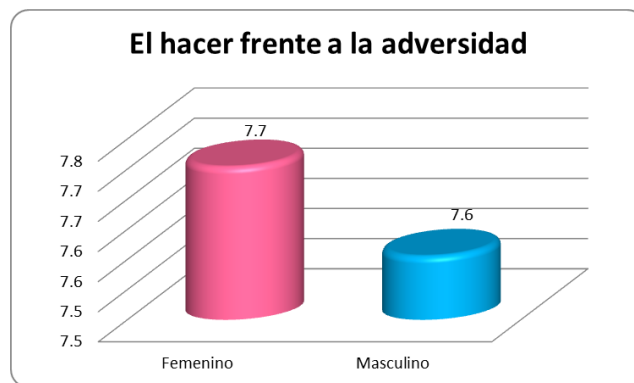


Gráfico No. 8

En la Gráfico no.8 en la Sub-Escala de Hacer frente a la adversidad la diferencia porcentual es del 1% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel bajo para afrontar las adversidades que puede repercutir negativamente en situaciones donde se requiere control y la calma del equipo.

Coachability			
No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	9.2	77%
2	Masculino	9.2	76%

Tabla No. 2

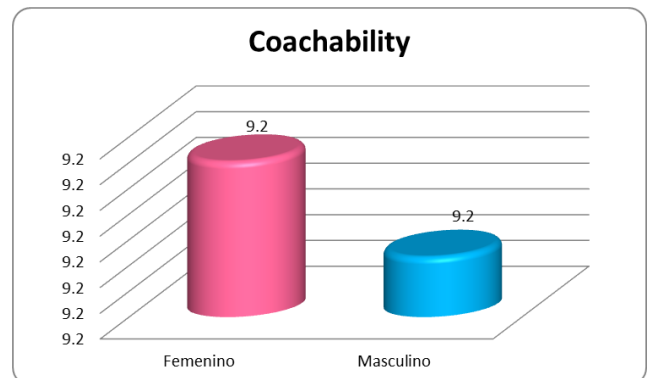
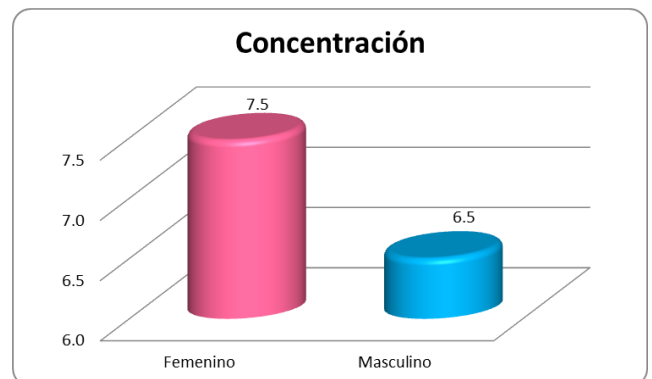


Gráfico No. 9

En el Gráfico No 9 en la Sub-Escala de Coachability la diferencia porcentual es del 1% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel medio para escuchar y atender instrucciones

Concentración			
No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	7.5	62%
2	Masculino	6.5	54%

Tabla No. 3



Grafica No. 10

En el Gráfico No. 10 en la Sub-Escala de Concentración la diferencia porcentual es del 8% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel bajo en mujeres y muy bajo en hombres en concentración, lo que indica que fácilmente se distraen y desconcentran.

La confianza y la Motivación por sus logros

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	8.4	70%
2	Masculino	9.3	77%

Tabla No. 4



Gráfico No.11

En el Gráfico No. 11. En la Sub-Escala de La confianza y la Motivación por sus logros, la diferencia porcentual es del 7% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel medio bajo en mujeres y nivel medio en hombres en cuanto a confianza, positivismo y a entrega en el juego

Fijación de Metas y Preparación Mental

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	7.0	58%
2	Masculino	7.6	63%

Tabla No. 5

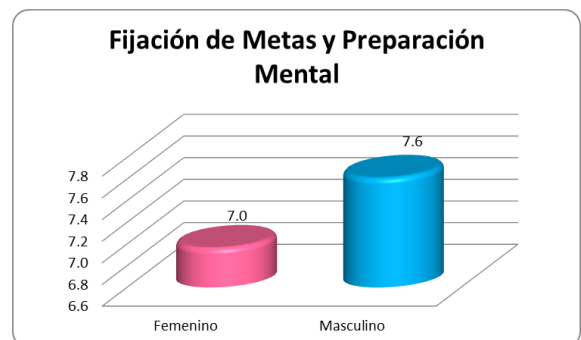


Gráfico No. 12

En el Gráfico No. 12. En la Sub-Escala de Fijación de Metas y preparación mental, la diferencia porcentual es del 5% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel muy bajo en mujeres y un nivel bajo en hombres en cuanto al establecimiento de metas claras, planeación y preparación mental del juego.

Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	6.0	50%
2	Masculino	6.3	53%

Tabla No. 6

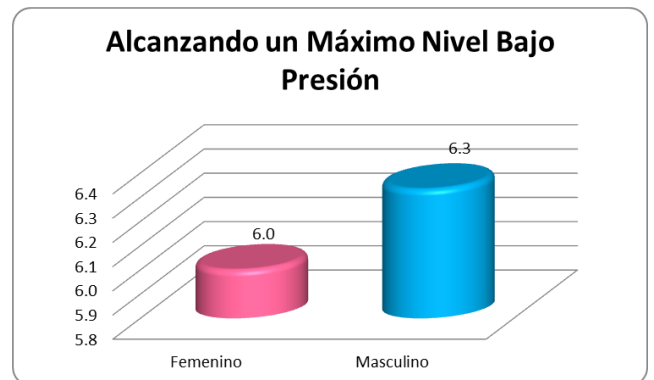


Gráfico No. 13

En el Gráfico No 13 El porcentaje obtenido en la Sub-escala de Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión la diferencia porcentual es del 3% entre ambos sexos. Los porcentajes muestran un nivel muy bajo en hombres y mujeres lo que refleja que no afrontan bien las situaciones de presión en el juego..

Libertad de la Preocupación

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	5.9	49%
2	Masculino	5.9	50%

Tabla No. 7

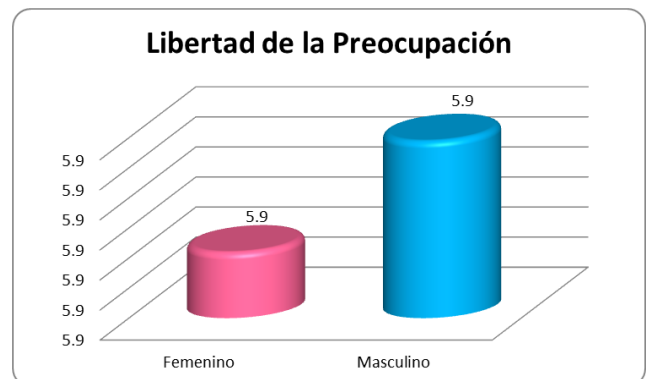


Gráfico No. 14

En el Gráfico No 14 El porcentaje obtenido en la Sub-escala de Libertad de la preocupación la diferencia porcentual es del 1% entre ambos sexos. Los porcentajes muestran un nivel muy bajo en hombres y mujeres lo que refleja que ejercen presión individualmente y temen fallar o cometer errores.

RESULTADO

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	Femenino	7.0	58%
2	Masculino	7.6	63%

Tabla No. 8

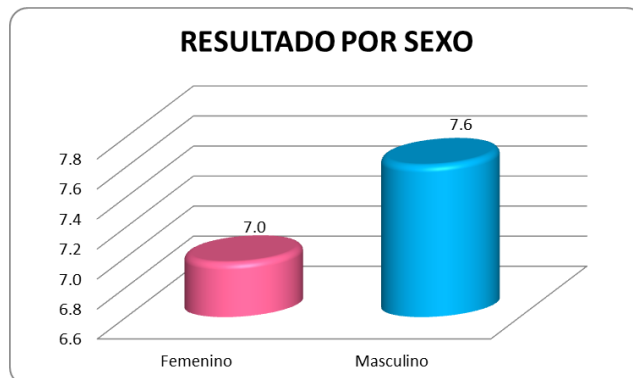


Gráfico No. 15

En el Gráfico No 15 El porcentaje obtenido en todas las Sub-escalas muestran una diferencia porcentual es del 5% entre ambos sexos. Los porcentajes reflejan un nivel muy bajo en hombres y mujeres en el afrontamiento en general.

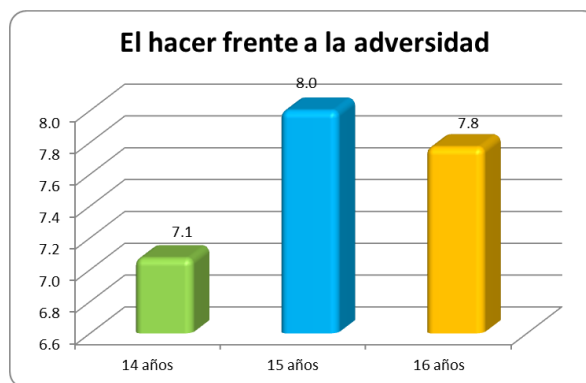
4.4 RESULTADOS OBTENIDOS SEGÚN EDAD

Las cifras en las gráficas a continuación representan el porcentaje total y general de cada Sub escala diferenciada por las edades de los atletas.

El hacer frente a la adversidad

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
	14 años	7.1	59%
	15 años	8.0	67%
	16 años	7.8	65%

Tabla No. 9



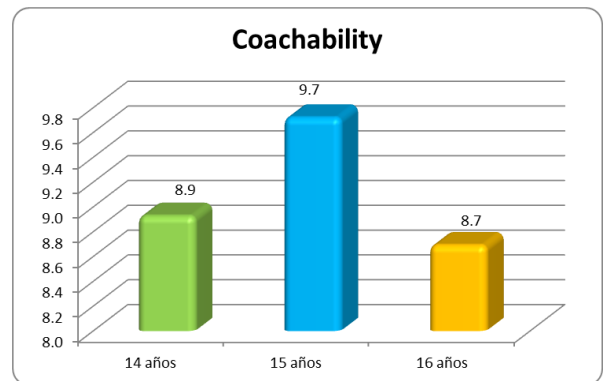
Grafica No.16

En el Gráfico No 16 en la Sub-Escala de El hacer frente a la adversidad los atletas de 15 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios., los resultados reflejan un nivel bajo en los atletas de 15 y 16 años, y muy bajo en los atletas de 14 para afrontar las adversidades del juego.

Coachability

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
	14 años	8.9	74%
	15 años	9.7	81%
	16 años	8.7	72%

Tabla No. 10



Grafica No.17

En el Gráfico No 17 en la Sub-Escala de Coachability los atletas de 15 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios., los resultados reflejan un nivel alto en los atletas de 15 , y un nivel medio en los atletas de 14 y 16 años en cuanto a la apertura y seguimiento de instrucciones así como la aceptación de críticas constructivas.

Concentración

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	7.1	59%
2	15 años	7.4	62%
3	16 años	6.6	55%

Tabla No. 11

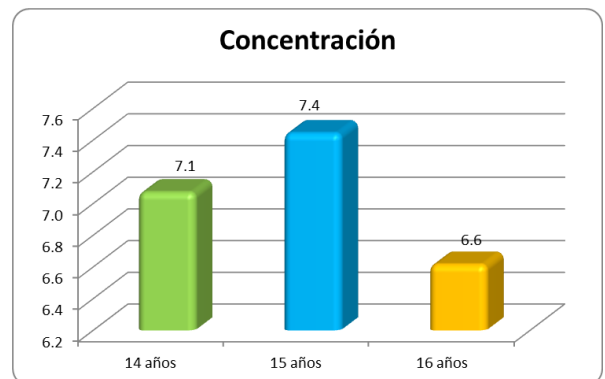


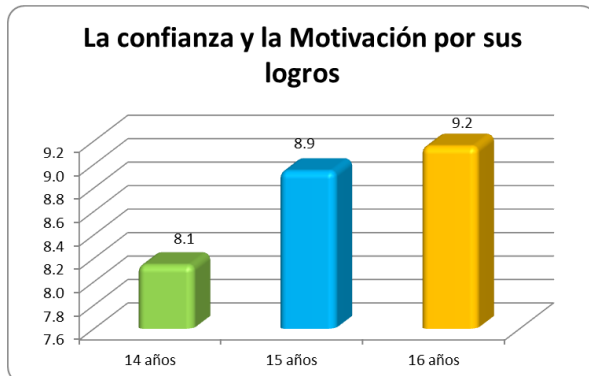
Gráfico No. 18

En el Gráfico No 18 en la Sub-Escala de Concentración los atletas de 15 años ponderan la Sub-Escala en comparación con los otros dos grupos etarios., los resultados reflejan un nivel bajo en los atletas de 15 años, y muy bajo en los atletas de 14 y 16 años. Por lo que fácilmente se distraen , bloquean o desconcentran.

La confianza y la Motivación por sus logros

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	8.1	68%
2	15 años	8.9	75%
3	16 años	9.2	76%

Tabla No. 12



Grafica No.19

En el Gráfico No 19 en la Sub-Escala de Confianza y Motivación por sus logros los atletas de 16 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios., los resultados reflejan un nivel bajo en los atletas de 14 años, y un nivel medio en los atletas de 15 y 16 años siendo estos dos grupos los que dan más de sí y se sienten más motivados y confiados a la hora del juego.

Fijación de Metas y Preparación Mental

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	7.3	61%
2	15 años	6.7	56%
3	16 años	7.9	66%

Tabla No. 13

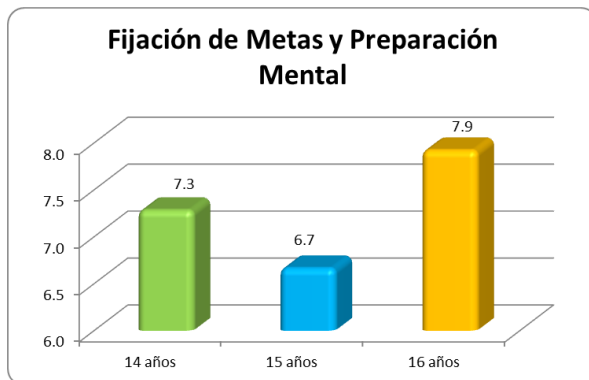


Gráfico No. 20

En el Gráfica No 20 en la Sub-Escala de Fijación de Metas y Preparación Mental los atletas de 16 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios, los resultados reflejan un nivel bajo en los atletas de 14 años, y muy bajo en los atletas de 15 y 16 años lo que refleja que no tienen claras las metas y tienen poca preparación y planeación mental.

Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	5.7	48%
2	15 años	6.2	51%
3	16 años	6.5	54%

Tabla No. 14

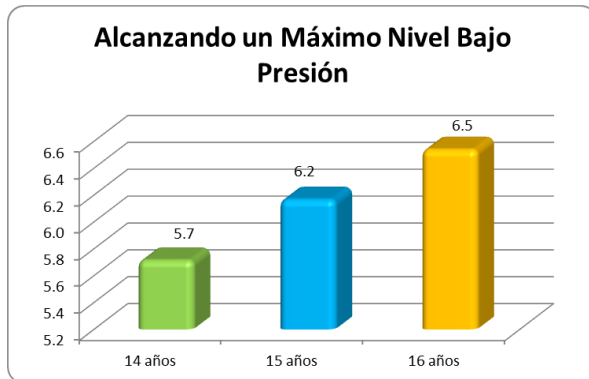


Gráfico No. 21

En el Gráfico No. 21 en la Sub-Escala de Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión los atletas de 16 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios, los resultados reflejan un nivel muy bajo en todos los atletas para afrontar situaciones de presión dentro del juego

Libertad de la Preocupación

No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	5.6	46%
2	15 años	5.8	48%
3	16 años	6.5	54%

Tabla No. 15

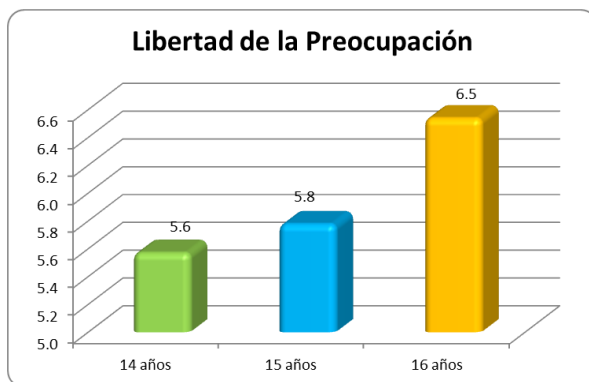


Gráfico No. 22

En el Gráfica No 22 en la Sub-Escala de Libertad de Preocupación los atletas de 16 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios, los resultados indican un nivel muy bajo en todos los atletas lo que refleja un alto nivel de preocupación hacia su juego personal y temor fuerte al cometer errores.

RESULTADO			
No.	Edad	Punteo	Porcentaje
1	14 años	7.3	61%
2	15 años	5.1	42%
3	16 años	7.9	66%

Tabla No. 16

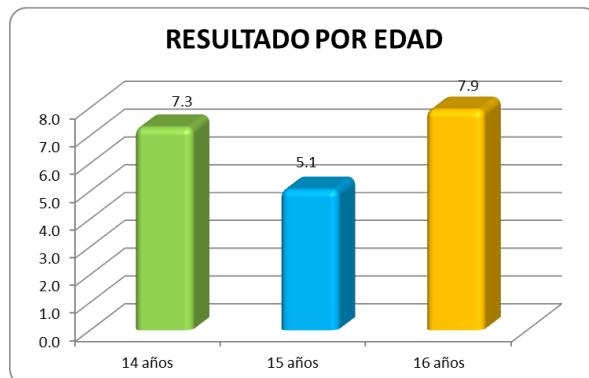


Gráfico No. 23

En el Gráfico No 23 en los resultados de todas las Sub-Escalas evaluadas los atletas de 16 años ponderan en comparación con los otros dos grupos etarios, Los resultados indican un nivel de afrontamiento en el juego muy bajo en los atletas de 15 años y un nivel bajo en los atletas de 14 y 16 años .

4.3 RESULTADOS PORCENTUALES DE PUNTAJE DE DE LAS SUB-ESCALAS :

A continuación se realizó un promedio del puntaje obtenido de la muestra evaluada en cada Sub-Escala. Las puntuaciones van desde un mínimo de 0 y un máximo de 12 puntos en cada sub escala, con puntuaciones más altas indican mayores fortalezas en esa sub escala.

Hacer frente a la adversidad:

Esta sub escala evalúa si un atleta se mantiene positivo y entusiasta, incluso cuando las cosas van mal, se mantiene en calma y controlado, y puede recuperarse rápidamente de vuelta de los errores y reveses.

El hacer frente a la adversidad

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
4 pts.	2	4%
5 pts.	5	11%
6 pts.	6	13%
7 pts.	13	29%
8 pts.	6	13%
9 pts.	2	4%
10 pts.	5	11%
11 pts.	4	9%
12 pts.	2	4%
Totales	45	100%

Cuadro No. 1

En el cuadro número 1 indica que el 29% del total de los atletas tienen un puntaje de 7 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 13% con un puntaje de 8 y un 13% con un puntaje de 6. (Ver análisis individual de casos).

Coachability: Evalúa si un atleta está abierto a y aprende de la instrucción y acepta la crítica constructiva sin tomarlo como algo personal y molestarse.

Coachability

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
3 pts.	1	2%
4 pts.	1	2%
7 pts.	7	16%
8 pts.	7	16%
9 pts.	7	16%
10 pts.	10	22%
11 pts.	6	13%
12 pts.	6	13%
Totales	45	100%

Cuadro No. 2

En el cuadro número 2 indica que el 29% del total de los atletas tienen un puntaje de 6 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 27% con un puntaje de 5 y un 16% con un puntaje de 7. (Ver análisis individual de casos).

Concentración:

Esta sub escala refleja si un atleta fácilmente se distrae, y es capaz de concentrarse en la tarea en cuestión, tanto en la práctica como en el juego, aun cuando se produzcan situaciones adversas o inesperadas

Concentración

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
3 pts.	2	4%
4 pts.	2	4%
5 pts.	2	4%
6 pts.	9	20%
7 pts.	11	24%
8 pts.	12	27%
9 pts.	4	9%
10 pts.	1	2%
11 pts.	2	4%
Totales	45	100%

Cuadro No. 3

En el cuadro número 3 indica que el 27% del total de los atletas tienen un puntaje de 8 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 24% con un puntaje de 7 y un 20% con un puntaje de 6. (Ver análisis individual de casos).

La confianza y la Motivación por sus logros:

Esta Sub-escala mide si un atleta está confiado y motivado positivamente, de manera constante 100% durante los entrenamientos y partidos, y trabaja duro para mejorar sus habilidades.

La confianza y la Motivación por sus logros

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
3 pts.	1	2%
5 pts.	2	4%
6 pts.	4	9%
7 pts.	5	11%
8 pts.	3	7%
9 pts.	13	29%
10 pts.	9	20%
11 pts.	5	11%
12 pts.	3	7%
Totales	45	100%

Cuadro No. 4

En el cuadro número 4 indica que el 29% del total de los atletas tienen un puntaje de 9 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 20% con un puntaje de 10 y un 11% con un puntaje de 7 Y 11. (Ver análisis individual de casos).

Fijación de Metas y preparación mental: evalúa si un atleta establece y trabaja hacia metas específicas de desempeño, planea y mentalmente se prepara para los juegos, y claramente tiene un plan de juego para un buen desempeño.

Fijación de Metas y Preparación Mental		
PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1 pts.	1	2%
3 pts.	3	7%
4 pts.	3	7%
5 pts.	5	11%
6 pts.	4	9%
7 pts.	7	16%
8 pts.	8	18%
9 pts.	6	13%
10 pts.	2	4%
11 pts.	5	11%
12 pts.	1	2%
Totales	45	100%

Cuadro No. 5

En el cuadro número 5 indica que el 18% del total de los atletas tienen un puntaje de 8 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 16% con un puntaje de 7 y un 13% con un puntaje de 6. (Ver análisis individual de casos).

Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión: Ésta Sub-escala mide si un atleta es desafiado en lugar de amenazado por situaciones de presión y funciona bien bajo presión.

Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
0 pts.	1	2%
2 pts.	1	2%
3 pts.	4	9%
4 pts.	6	13%
5 pts.	10	22%
6 pts.	6	13%
7 pts.	3	7%
8 pts.	6	13%
9 pts.	2	4%
10 pts.	2	4%
11 pts.	3	7%
12 pts.	1	2%
Totales	45	100%

Cuadro No. 6

En el cuadro número 6 indica que el 18% del total de los atletas tienen un puntaje de 10 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 18% con un puntaje de 9 y un 16% con un puntaje de 8. (Ver análisis individual de casos)

Libertad de la preocupación: Evalúa si un atleta ejerce presión sobre él o ella misma por preocuparse por realizar algo mal o cometer errores; se preocupa por lo que otros piensen si él o ella realizan mal.

Libertad de la Preocupación

PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1 pts.	1	2%
2 pts.	4	9%
3 pts.	1	2%
4 pts.	5	11%
5 pts.	9	20%
6 pts.	10	22%
7 pts.	4	9%
8 pts.	4	9%
9 pts.	2	4%
10 pts.	3	7%
11 pts.	2	4%
Totales	45	100%

Cuadro No. 7

En el cuadro número 7 indica que el 22% del total de los atletas tienen un puntaje de 10 en esta Sub-escala siendo el mayor, seguido de 20% con un puntaje de 11 y un 11% con un puntaje de 12. (Ver análisis individual de casos

Resultado General de Sub Escalas

Punteo Total o Suma de Sub-Escalas. Las puntuaciones van desde un mínimo de 0 y un máximo de 12 en cada sub escala, con puntuaciones más altas indican mayores fortalezas en esa sub escala. La puntuación para la escala total oscila entre un mínimo de 0 y un máximo de 84, con las puntuaciones más altas significan mayor fuerza.

RESULTADOS GENERALES		
PUNTEO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1 pts.	1	2%
3 pts.	3	7%
4 pts.	3	7%
5 pts.	5	11%
6 pts.	4	9%
7 pts.	7	16%
8 pts.	8	18%
9 pts.	6	13%
10 pts.	2	4%
11 pts.	5	11%
12 pts.	1	2%
Totales	45	100%

Cuadro No. 8

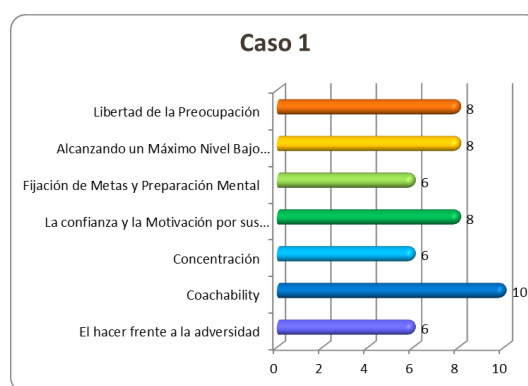
En el cuadro número 8 indica que del total de la muestra evaluada el 18% del de los atletas tienen un puntaje promedio de 8 puntos siendo el mayor, seguido del 13% con promedio de 9 puntos y porcentaje del 11% en promedios de 5 y 11 puntos.

4.4 RESULTADOS INDIVIDUALES POR CASO

A continuación se describen los resultados del puntaje total y porcentaje obtenido en cada Sub- Escala de forma individual. Las puntuaciones van desde un mínimo de 0 y un máximo de 12 en cada sub escala, con puntuaciones más altas indican mayores fortalezas en esa sub escala. La puntuación para la escala total oscila entre un mínimo de 0 y un máximo de 84, con las puntuaciones más altas significan mayor fuerza.

Caso 1			
No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	8	67%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	6	50%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	8	67%
TOTAL		52	62%

Tabla No. 1-A

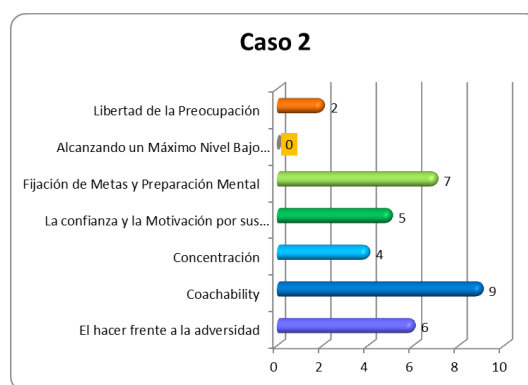


Grafica No. 24

En la Tabla número 1-A muestra que la Sub-escala Alcanzando un máximo nivel Bajo presión y Libertad de Preocupación son las Escalas de Poder del(a) atleta , lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento bajo.

Caso 2			
No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	4	33%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	5	42%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	0	0%
7	Libertad de la Preocupación	2	17%
TOTAL		33	39%

Tabla No. 2-A



Grafica No 25

En la Tabla número 2-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta y la suma total de las Sub-Escalas individuales es de 45 puntos, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 3

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	5	42%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	6	50%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		45	54%

Tabla No. 3-A



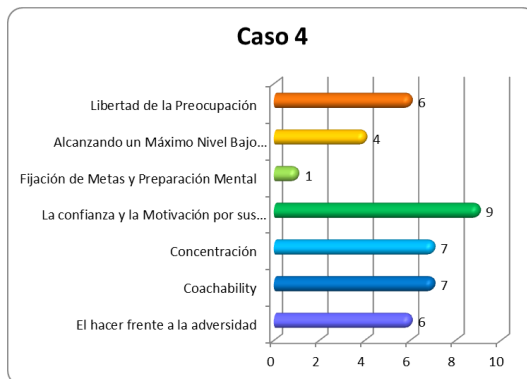
Grafica No. 26

En la Tabla número 3-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta y la suma total de las Sub-Escalas individuales es de 52 puntos, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 4

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	1	8%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		40	48%

Tabla No. 4-A



Grafica No. 27

En la Tabla número 4-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta y la suma total de las Sub-Escalas individuales es de 44 puntos, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 5

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		57	68%

Tabla No. 5-A



Grafica No. 28

En la Tabla número 5-A muestra que la Sub-escala Coachability, es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento medio bajo.

Caso 6

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	11	92%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	11	92%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	10	83%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		67	80%

Tabla No. 6-A



Grafica No. 29

En la Tabla número 6-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Alto.

Caso 7

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	5	42%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	6	50%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	11	92%
7	Libertad de la Preocupación	7	58%
TOTAL		54	64%

Tabla No. 7-A



Grafica No. 30

En la Tabla número 7-A muestra que la Sub-escala Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento bajo.

Caso 8

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	8	67%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	11	92%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	7	58%
TOTAL		57	68%

Tabla No. 8-A



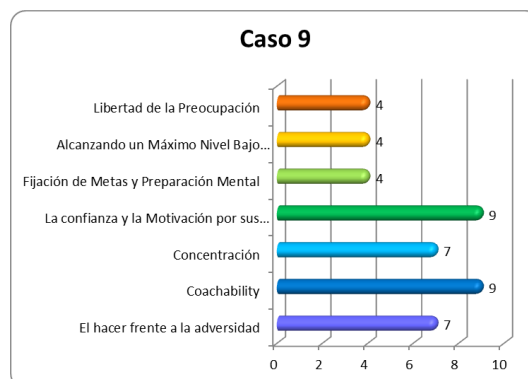
Grafica No. 31

En la Tabla número 8-A muestra que la Sub-escala A Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 9

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	4	33%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	4	33%
TOTAL		44	52%

Tabla No. 9-A



Grafica No. 32

En la Tabla número 9-A muestra que las Sub-escalas Coachability y La Confianza y Motivación por sus Logros son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento bajo.

Caso 10

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	10	83%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	9	75%
TOTAL		59	70%

Tabla No. 10-A



Grafica No. 33

En la Tabla número 10-A muestra que las Sub-escalas Coachability y El Hacer Frente a la Adversidad son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 11

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	5	42%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	4	33%
TOTAL		45	54%

Tabla No. 11-A



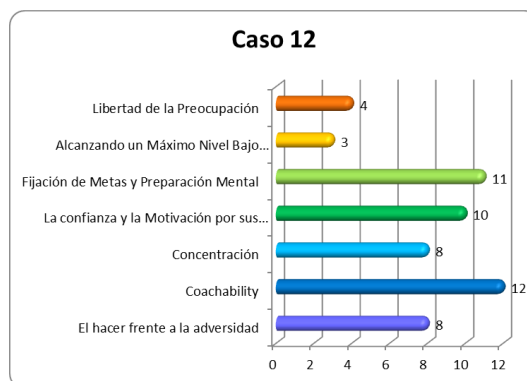
Grafica No. 34

En la Tabla número 11-A muestra que las Sub-escalas Coachability y La Confianza y Motivación por sus Logros son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 12

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	11	92%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	3	25%
7	Libertad de la Preocupación	4	33%
TOTAL		56	67%

Tabla No. 12-A



Grafica No. 35

En la Tabla número 12-A muestra que la Sub-escala Fijación de Metas y Preparación Mental es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio Bajo.

Caso 13

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	6	50%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	5	42%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	7	58%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		45	54%

Tabla No. 13-A



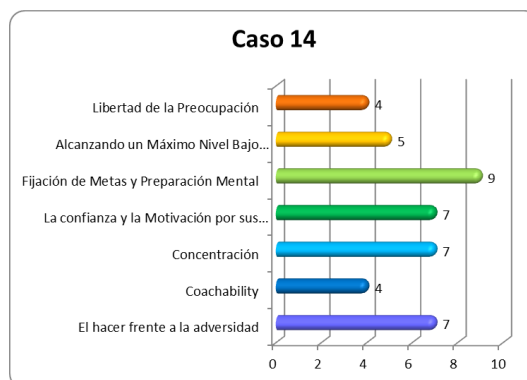
Grafica No. 36

En la Tabla número 13-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas Coachability, Concentración, El Hacer Frente a la Adversidad y Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 14

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	4	33%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	7	58%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	4	33%
TOTAL		43	51%

Tabla No. 14-A



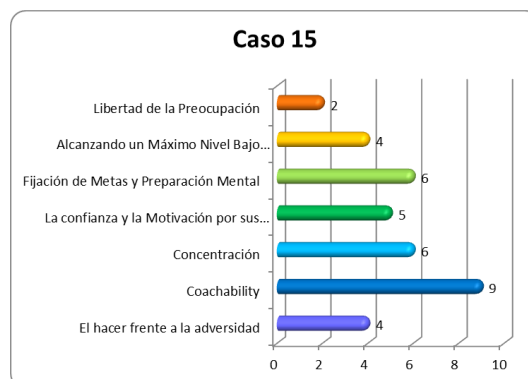
Grafica No. 37

En la Tabla número 14-A muestra que la Sub-escala Fijación de Metas y Preparación Mental es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 15

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	4	33%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	5	42%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	6	50%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	2	17%
TOTAL		36	43%

Tabla No. 15-A



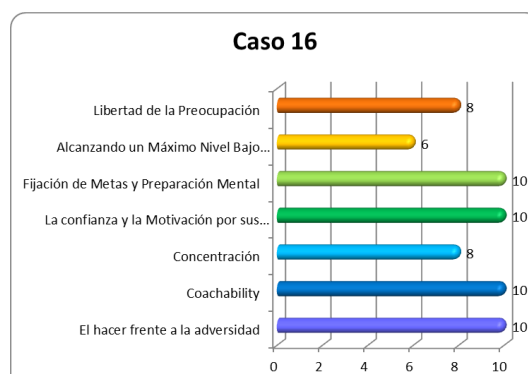
Grafica No. 38

En la Tabla número 15-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 16

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	10	83%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	10	83%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	8	67%
TOTAL		62	74%

Tabla No. 16-A



Grafica No. 39

En la Tabla número 16-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas Coachability, Fijación de Metas y Preparación Mental, El Hacer Frente a la Adversidad y La Confianza y la Motivación por sus Logros; por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio Alto.

Caso 17

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	9	75%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	10	83%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	12	100%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		58	69%

Tabla No. 17-A



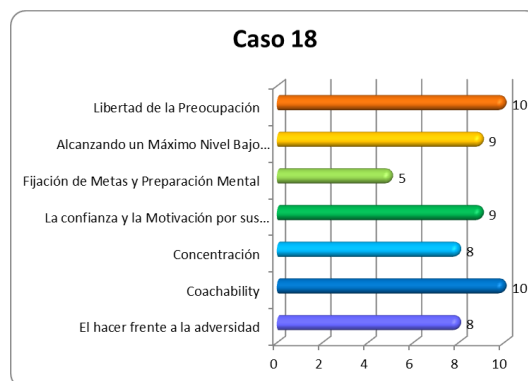
Grafica No. 40

En la Tabla número 17-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio -Bajo.

Caso 18

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	5	42%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	9	75%
7	Libertad de la Preocupación	10	83%
TOTAL		59	70%

Tabla No. 18-A



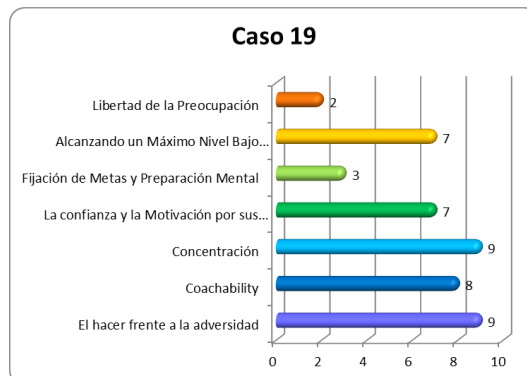
Grafica No. 41

En la Tabla número 18-A muestra que las Sub-escalas Coachability y Libertad de Preocupación son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 19

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	9	75%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	9	75%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	7	58%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	3	25%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	7	58%
7	Libertad de la Preocupación	2	17%
TOTAL		45	54%

Tabla No. 19-A



Grafica No. 42

En la Tabla número 19-A muestra que las Sub-escalas Concentración y El Hacer Frente a la Adversidad son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 20

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	9	75%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	7	58%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	11	92%
7	Libertad de la Preocupación	7	58%
TOTAL		59	70%

Tabla No. 20-A



Grafica No. 43

En la Tabla número 20-A muestra que la Sub-escala Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 21

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	10	83%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	10	83%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		57	68%

Tabla No.21-A



Grafica No. 44

En la Tabla número 21-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas Coachability, La Confianza y la Motivación por sus Logros , Fijación de Metas y Preparación Mental y El Hacer Frente a la Adversidad por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 22

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	12	100%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	4	33%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	11	92%
TOTAL		58	69%

Tabla No. 22-A



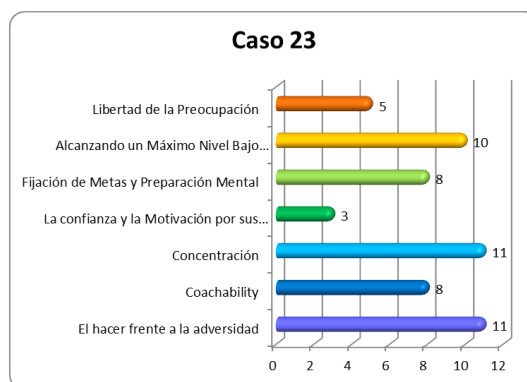
Grafica No. 45

En la Tabla número 22-A muestra que las Sub-escalas Coachability y El Hacer Frente a la Adversidad son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 23

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	11	92%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	11	92%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	3	25%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	10	83%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		56	67%

Tabla No. 23-A



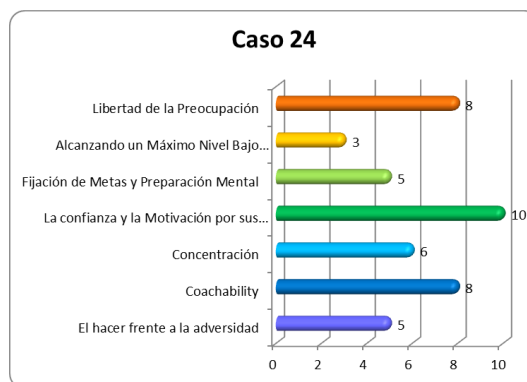
Grafica No. 46

En la Tabla número 23-A muestra que las Sub-escalas Concentración y El Hacer Frente a la Adversidad son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 24

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	5	42%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	5	42%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	3	25%
7	Libertad de la Preocupación	8	67%
TOTAL		45	54%

Tabla No. 24-A



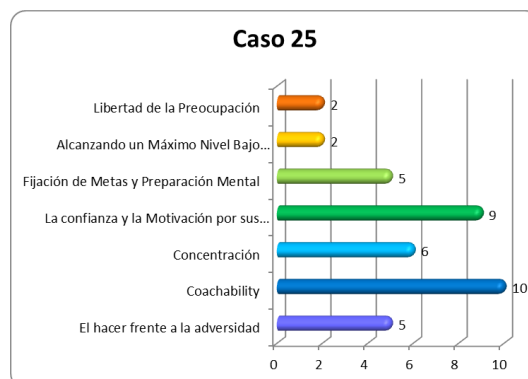
Grafica no. 47

En la Tabla número 24-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 25

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	5	42%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	5	42%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	2	17%
7	Libertad de la Preocupación	2	17%
TOTAL		39	46%

Tabla No. 25-A



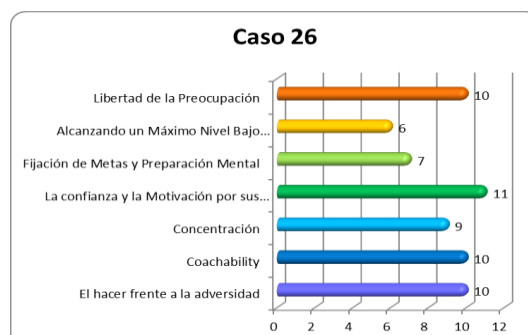
Grafica No. 48

En la Tabla número 25-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Muy Bajo.

Caso 26

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	10	83%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	9	75%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	11	92%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	10	83%
TOTAL		63	75%

Tabla No. 26-A



Grafica No. 49

En la Tabla número 26-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Alto.

Caso 27

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	9	75%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	11	92%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	9	75%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		61	73%

Tabla No. 27-A



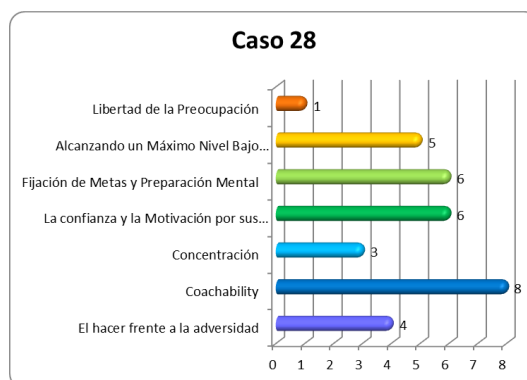
Grafica No. 50

En la Tabla número 27-A muestra que la Sub-escala La Confianza y la Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 28

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	4	33%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	3	25%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	6	50%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	6	50%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	1	8%
TOTAL		33	39%

Tabla No. 28-A



Grafica No. 51

En la Tabla número 28-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 29

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	10	83%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	11	92%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		63	75%

Tabla No. 29-A



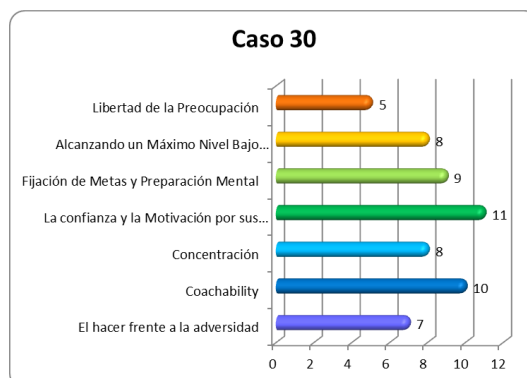
Grafica No. 52

En la Tabla número 29-A muestra que las Sub-escalas Coachability y La Confianza y Motivación por sus Logros son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Alto.

Caso 30

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	10	83%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	11	92%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	9	75%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		58	69%

Tabla No. 30-A



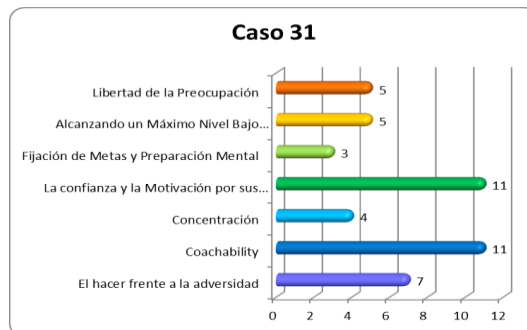
Grafica No. 53

En la Tabla número 30-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 31

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	4	33%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	11	92%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	3	25%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		46	55%

Tabla No. 31-A



Grafica No. 54

En la Tabla número 31-A muestra que las Sub-escalas Coachability y La Confianza y Motivación por sus Logros son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 32

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	3	25%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		51	61%

Tabla No. 32-A



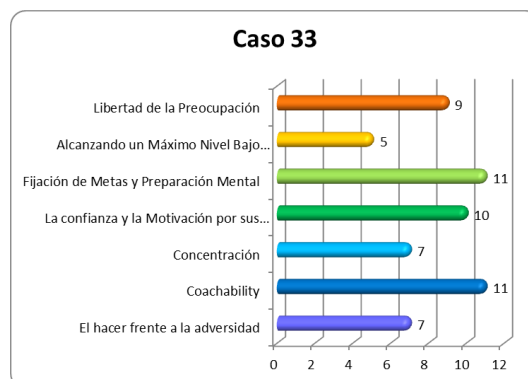
Grafica No. 55

En la Tabla número 32-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 33

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	11	92%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	9	75%
TOTAL		60	71%

Tabla No. 33-A



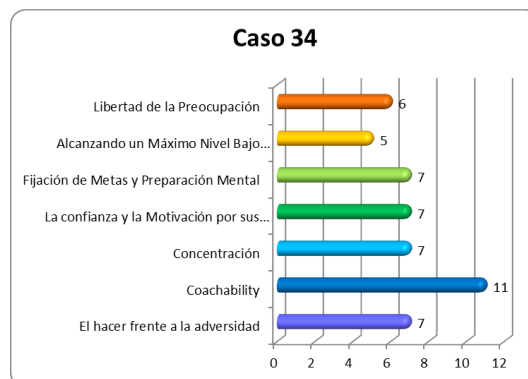
Grafica No. 56

En la Tabla número 33-A muestra que las Sub-escalas Coachability y Fijación de Metas y Preparación Mental son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio-Alto.

Caso 34

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	7	58%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		50	60%

Tabla No. 34-A



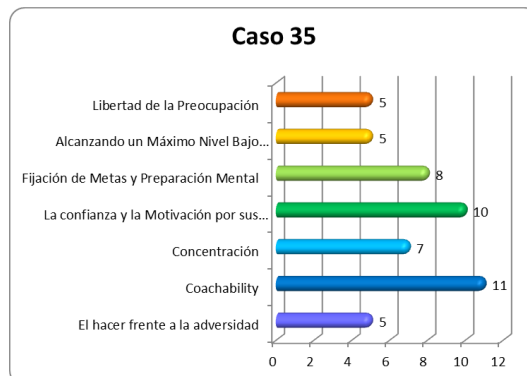
Grafica No. 57

En la Tabla número 34-A muestra que la Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 35

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	5	42%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		51	61%

Tabla No. 35-A



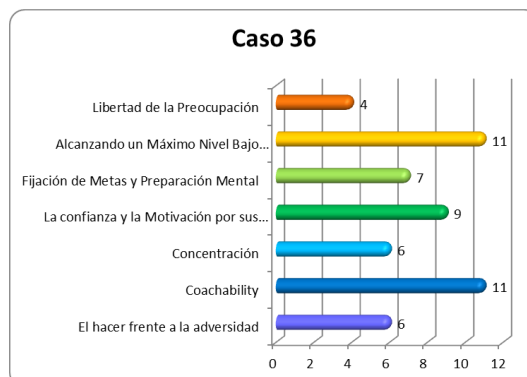
Grafica No. 58

En la Tabla número 35-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 36

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	11	92%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	7	58%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	11	92%
7	Libertad de la Preocupación	4	33%
TOTAL		54	64%

Tabla No. 36-A



.Grafica No. 59

En la Tabla número 36-A muestra que las Sub-escalas Coachability y Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 37

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		51	61%

Tabla No. 37-A



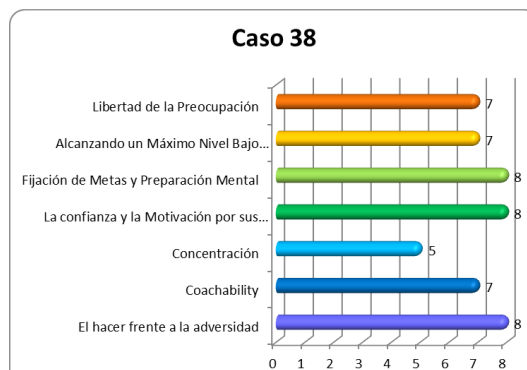
Grafica No. 60

En la Tabla número 37-A muestra que las Sub-escalas Coachability y La Confianza y la Motivación por sus Logros son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 38

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	5	42%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	8	67%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	7	58%
7	Libertad de la Preocupación	7	58%
TOTAL		50	60%

Tabla No. 38-A



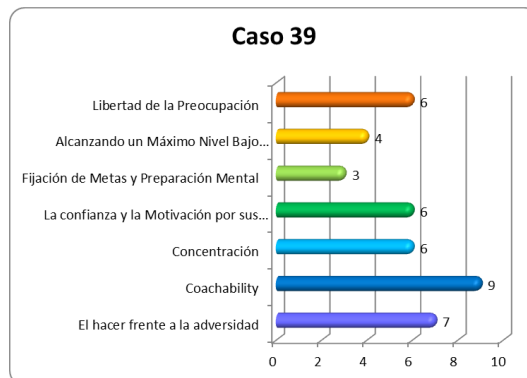
Grafica No. 61

En la Tabla número 38-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas La Confianza y la Motivación por sus Logros, Fijación de Metas y Preparación Mental y El Hacer Frente a la Adversidad, por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 39

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	9	75%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	6	50%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	3	25%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	4	33%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		41	49%

Tabla No. 39-A



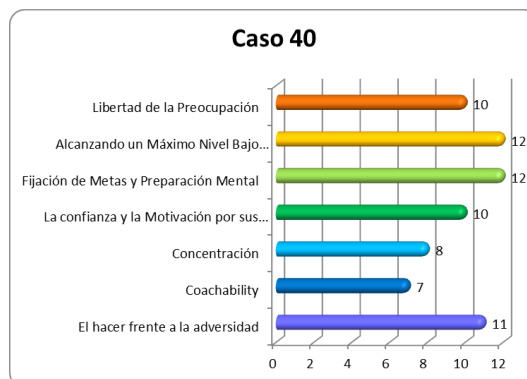
Grafica No. 62

En la Tabla número 39-A muestra que la Sub-escala Coachability es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento muy bajo.

Caso 40

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	11	92%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	12	100%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	12	100%
7	Libertad de la Preocupación	10	83%
TOTAL		70	83%

Tabla No. 40-A



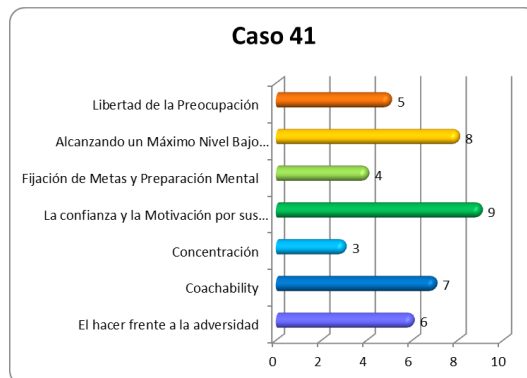
Grafica No. 63

En la Tabla número 40-A muestra que las Sub-escalas Fijación de Metas y Preparación Mental y Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión son las Escalas de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Muy Alto

Caso 41

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	6	50%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	3	25%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	9	75%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	4	33%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	5	42%
TOTAL		42	50%

Tabla No. 41-A



Grafica No. 64

En la Tabla número 41-A muestra que la Sub-escala La Confianza y la Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

Caso 42

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	7	58%
2	Coachability	7	58%
3	Concentración	6	50%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	7	58%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	5	42%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	3	25%
7	Libertad de la Preocupación	3	25%
TOTAL		38	45%

Tabla No. 42-A



Grafica No. 65

En la Tabla número 42-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas La Confianza y la Motivación por sus Logros , Coachability y El Hacer Frente a la Adversidad por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Muy Bajo.

Caso 43

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	12	100%
2	Coachability	12	100%
3	Concentración	7	58%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	12	100%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	11	92%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	6	50%
7	Libertad de la Preocupación	11	92%
TOTAL		71	85%

Tabla No. 43-A



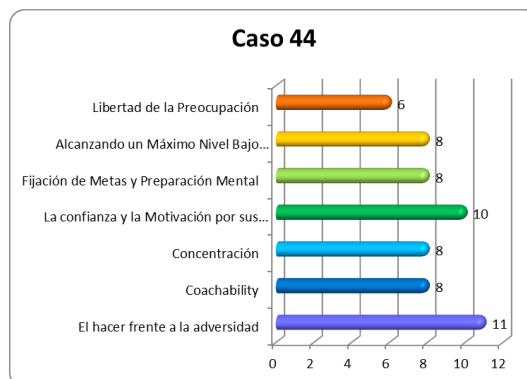
Grafica No. 66

En la Tabla número 43-A muestra un mismo nivel de puntaje en las Sub-escalas La Confianza y la Motivación por sus Logros, Coachability y El Hacer Frente a la Adversidad, por lo que no tiene una clara Escala de Poder el(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Muy Alto.

Caso 44

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	11	92%
2	Coachability	8	67%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	10	83%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	8	67%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	8	67%
7	Libertad de la Preocupación	6	50%
TOTAL		59	70%

Tabla No. 44-A



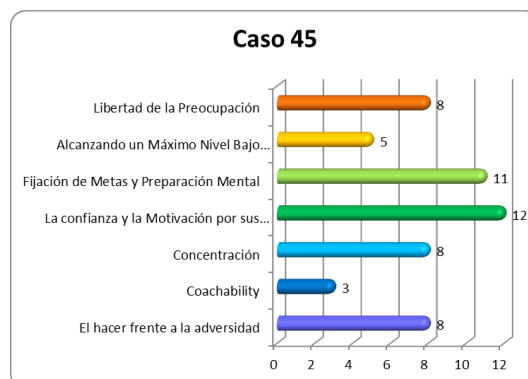
Grafica No. 67

En la Tabla número 44-A muestra que la Sub-escala El Hacer Frente a la Adversidad es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Medio.

Caso 45

No.	CRITERIO	Punteo	Porcentaje
1	El hacer frente a la adversidad	8	67%
2	Coachability	3	25%
3	Concentración	8	67%
4	La confianza y la Motivación por sus logros	12	100%
5	Fijación de Metas y Preparación Mental	11	92%
6	Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión	5	42%
7	Libertad de la Preocupación	8	67%
TOTAL		55	65%

Tabla No. 45-A



Grafica No. 68

En la Tabla número 45-A muestra que la Sub-escala La Confianza y Motivación por sus Logros es la Escala de Poder del(a) atleta, lo que refleja en sus resultados un nivel de afrontamiento Bajo.

4.5 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Al haberse concluido el diagnóstico y elaborado los análisis de los resultados correspondientes en el estudio del Nivel de Afrontamiento en los atletas de la Selección Juvenil de Voleibol de Salón de Guatemala en la rama femenina y Masculina se puede determinar lo siguiente:

- 1 Se encontró un porcentaje de 5% de diferencia en el Nivel de Afrontamiento entre ambos sexos, siendo mayor nivel el de los varones. (Ver cuadro de resultados generales por sexo) .Las Sub- Escala de mayor porcentaje de mujeres fue Coachability con un 77% y Los varones mostraron mayor porcentaje en la Sub- Escala de La Confianza y Motivación por logros con un 77%.
- 2 Los atletas de 16 años superan porcentualmente el Nivel de Afrontamiento con un 66% en comparación de los otros dos grupos etarios. (Ver cuadro de resultados generales por edad.) La Sub-escala con mayor porcentaje obtenido en los atletas de 14 y 15 años fue Coachability con 74% y 81%

respectivamente, en los atletas de 16 años su mayor porcentaje fue en la Sub-escala de La Confianza y la Motivación por sus Logros con 76%.

- 3 Los atletas en general promediaron 52 puntos de un total de 84 en la escala.
- 4 El promedio porcentual del Nivel de afrontamiento de los atletas en general es 62% y presentaron un mayor porcentaje en las Sub-escalas Coachability con un 18% , seguido de La confianza y la Motivación por sus logros con 17% y El hacer frente a la adversidad con 15%. Lo que refleja que la fortaleza de los atletas en el afrontamiento se encuentra en escuchar , seguir instrucciones, recibir críticas , dar más de sí , confianza , motivación y vencer las adversidades en el juego.

4.6 COMPROBACIÓN DEL PROBLEMA:

Habiéndose hecho el análisis del Nivel de Afrontamiento en los Atletas Juveniles de Voleibol de Salón se concluye que, para determinar el Nivel de Afrontamiento en los Atletas de la Selección Juvenil del Departamento de Guatemala, en las Ramas Femenina y Masculina, debe emplearse el Inventario de Habilidades de Afrontamiento de Atletas (Athletic Coping Skills Inventor (ACSI), que es utilizado para medir las habilidades psicológicas en los atletas, desarrollado por Smith, Schultz, Smoll y Ptacek (1995). (Ver Anexo No.1) Y el Sistema de Puntaje para la calificación de los resultados. (Ver Anexo No.2)

4.7 CONCLUSIONES

Finalizada la investigación y al haberse realizado el análisis de la información se concluyo lo siguiente:

1. No existe un trabajo sistemático en la preparación psicológica de los deportistas de Voleibol de Salón Juveniles de la Selección Nacional Juvenil y Departamental de Guatemala entre las edades de 14 a 16 años.

2. Los entrenadores consideran importante y positivo el fortalecimiento mental de los atletas para contribuir al máximo potencial de sus atletas.
3. Los Atletas en las etapas competitivas y precompetitivas mostraron un nivel general de Afrontamiento bajo .
4. Los Entrenadores no tienen capacitación adecuada para mejorar el nivel de Afrontamiento en los deportistas de Voleibol de Salón Juveniles de la Selección Nacional Juvenil y Departamental de Guatemala entre las edades de 14 a 16 años.

4.8 RECOMENDACIONES

- 1) Se debe establecer el trabajo sistemático de la preparación Psicológica en los deportistas Juveniles de Voleibol de Sala y en otros deportes.
- 2) Se utilicen los resultados del presente estudio para que se elaboren estrategias cognitivas para la mejora en el afrontamiento de los deportistas de la Selección de Voleibol Femenino y Masculino en las edades entre 14 a 16 años.
- 3) Se cree el apoyo interinstitucional de la Universidad Nacional y Universidades Privadas del país para que asesorados por profesionales de las instituciones deportivas del deporte federado y alto rendimiento, los estudiantes de la carrera de Psicología que tengan interés en el

ámbito deportivo puedan colaborar o realizar la Práctica Supervisada puedan realizar el trabajo de fortalecimiento mental de los atletas de voleibol.

- 4) Que se realicen más estudios al respecto al afrontamiento en el deporte y otros relacionados en la búsqueda de la Fortaleza Mental, utilizando otros instrumentos de medición cognitiva y en diferentes etapas de vida de los atletas como adultos y niños.
- 5) Que los Entrenadores reciban capacitaciones para contribuir a la mejora, evaluación del Nivel de Afrontamiento en los atletas de los deportistas de la Selección de Voleibol Femenino y Masculino en las edades entre 14 a 16 años.

BIBLIOGRAFIA

- 1 REGLAS OFICIALES DELVOLEIBOL 2013–2016 Aprobadas por el 33er. Congreso FIVB 2012. Recuperado el 06 de junio 2014,http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/RulesOfTheGame_VB.asp
- 2 Información Básica, recuperado, el 08 de Junio 2,014;<https://www.facebook.com/FNVoleibolGuatemala/info>
- 3 *El entrenamiento deportivo: conceptos, modelos y aportes científicos relacionados con la actividad deportiva*, Jorge L. P. Pérez, Elvis PérezO'rreilly, recuperado el 07 de Junio 2,013,<http://www.efdeportes.com/efd129/el-entrenamiento-deportivo-conceptos-modelos-y-aportes-cientificos.htm>
- 4 *Planificación y Organización del Entrenamiento Deportivo*, A. Vasconcelos Raposo, 2000; pag. 19, 51,52,131,136, 137, .142, 148,.150
- 5 *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones*, Richard H. Cox, Ed. Médica Panamericana, 2008, pág.5, 6,8.
- 6 *Percepción de la transición del Modelo Biomédico al Modelo Biopsicosocial en usuarios internos de un Cesfam*, Meza v., Samuel , Hernández c., María, Ibarra P., Jacqueline, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Facultad de Medicina, UCSC, 2,013, pag.1, Recuperado el día 07 de Junio 2,014.http://www.saludpublica.uchile.cl/saludglobal_2013/es/Resumenes_Trabajos_Libres/Investigacion/reformasistemayserviciodesalud/Percepcion_de_la_transicion_del_Modelo.pdf
- 7 *Prescripción Del Ejercicio Físico para la Salud en la Edad Escolar: Aspectos Metodológicos, Preventivos e Higiénicos*, Pedro Ángel Latorre Román, Julio Ángel Herrador Sánchez, Manuel Jiménez Lara, 2003, pag.41

- 8 *José María Rodríguez Salmerón*, La planificación deportiva y sus componentes, recuperado el 07 de Junio 2014.<http://www.efdeportes.com/efd148/la-planificacion-deportiva-y-sus-componentes.htm>
- 9 *Diccionario de Teoría Del Entrenamiento Deportivo*, 2007, René Vargas, pág. 168
- 10 *Bases del Entrenamiento Deportivo*, Editorial Paidotribo, Tsvetan Zhelyazkov, 2001; pág. 300
- 11 *Definiciones Psicología Deportiva*, Ecu Red, recuperado 21 de Junio 2014,http://www.ecured.cu/index.php/Psicolog%C3%ADa_del_deporte#Objetivos_de_la_Psicolog.C3.ADa_del_deporte
- 12 *Síntesis Histórica de la Disciplina Psicología del Deporte*, 1,993,J.A. Mora, J.García,S.Toro y J.A. Zarco, Recuperado el 08 de Junio 2014.[file:///C:/Users/usuario/Downloads/40.+MORA%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/usuario/Downloads/40.+MORA%20(1).pdf)
- 13 *PSYCHOLOGY STRIKES OUT: Coleman R. Griffith and the Chicago Cubs, History of Psychology*, Christopher D. Green; Vol. 6, No. 3, 267–283, 2003,recuperado el 11 de junio 2,014, <http://www.yorku.ca/christo/papers/griffith-cubs.pdf>
- 14 *Mental Toughness in Sport*, 2012, Daniel Gucciardi, Sandy Gordon, Taylor & Francis; pag. 9,10

- 15 *Adolescent Performers' Perspectives on Mental Toughness and its Development: The Utility of the Bioecological Model*, John W. Mahoney, Daniel F. Gucciardi, Clifford J. Mallett, Nikos Ntoumanis. Recuperado el 05 de Junio 2,014. http://www.danielgucciardi.com.au/uploads/9/7/3/6/9736343/mahoney_et_al_in_press_tsp.pdf
- 16 *The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network and traitness. Journal of Personality*, 2013 .Gucciardi, D.F., Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C. J., & Temby, P. (in press). Recuperado el 5 de Junio 2,014, http://www.danielgucciardi.com.au/uploads/9/7/3/6/9736343/gucciardi_et_al_in_press_jop.pdf
- 17 *Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions*, Daniel Gould and Kristen Dieffenbach, 2002, recuperado el 04 de Junio 2,014 <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10413200290103482>
- 18 *Análisis de Atributos de Fortaleza Mental en Personas Mayores Practicantes Vs no Practicantes*, Félix Guillén García y Jonathan Angulo Hormiga, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España ,2014
- 19 *Deporte y calidad de vida , Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte;* 1998 , P.173
- 20 *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*, Robert Smith Weinberg, Ed. Médica Panamericana, 2010.

- 21 *La Presión: conceptualización táctico-psicológica y su entrenamiento*, 2008. José María del Pino Medina, David Tenorio Aguilera, Pág. 125-128 MC Sports, Jan 11, 2008
- 22 *Adolescent performers' perspectives on mental toughness and its development*(in press): Mahoney, J.W., Gucciardi, D.F., Mallett, C.J., & Ntoumanis, N.
- 23 *The Encyclopedia of Applied Psychology* , 2004, p.183
- 24 *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, Joaquín Dosil, 2004, p. 128,129
- 25 *Psychological Foundations of Sport* ; John M. Silva III; Diane E. Stevens ; Role of the Elite Coach in the Development of Talent; 2002. 466,467,468,469,470,471.
- 26 *Tesis Doctoral "La Evaluación de las Variables Psicológicas relacionadas con el rendimiento en Fútbol, habilidades para competir y personalidad Resistente"*. Ismael S. López López, 2,011. Recuperado el 17 de Junio 2,014. <http://0-hera.ugr.es.adrastea.ugr.es/tesisugr/20688568.pdf>
- 27 *ACSI-28 Questionnaire*, recuperado el 04 de Junio 2014, <http://www.shoreline.edu/dchris/psych207/Documents/ACSI-28.pdf>
- 28 *ACSI-28 Descriptions*, recuperado el 04 de Junio 2014 <http://www.shoreline.edu/dchris/psych207/Documents/ACSI%20Descriptions.pdf>
- 29 *ACSI-28 Scoring* recuperado el 04 de Junio 2014 www.shoreline.edu/dchris/psych207/Documents/ACSI%20Scoring%20Key.pdf

ANEXOS

Anexo No. 1

El presente cuestionario ésta diseñado para **Evaluar sus habilidades Psicológicas en el Deporte,(ACSI-28)**, con el propósito de recabar información para la realización de la Tesis **Nivel de Afrontamiento en Atletas Juveniles de Voleibol** para la obtención del Título de Licenciatura en Gestión Deportiva.

Nombre _____ Fecha: _____
 Edad: _____ Edad Deportiva : _____ Sexo: _____
 Posición en el Juego: _____ Estudia Actualmente : _____
 Ultimo grado aprobado o actual _____ Deporte(s) que practicó (actualmente no) _____
 Deportes que practica actualmente(a excepción del Voleibol) _____

Instrucciones: Las siguientes son declaraciones que los atletas han usado para describir sus experiencias. Por favor, lea cada declaración cuidadosamente y luego recuerde con la mayor precisión posible qué frecuencia usted experimenta la misma situación. No hay respuestas correctas o incorrectas. No tarde demasiado tiempo en una sola declaración. Por favor subraye con qué frecuencia usted tiene estas experiencias cuando practica deporte.

- | | | | | | |
|---|---|---------------|------------|-------------------|-----------------|
| 1 | Sobre una base diaria o semanal, me pongo metas muy específicas para mí mismo que guía lo que hago | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 2 | Doy lo mejor de mi talento y habilidades | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 3 | Cuando el entrenador me corrige por un error que he cometido, tiendo a tomarlo de forma personal y sentirme muy molesto(a). | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 4 | Cuando estoy jugando puedo enfocar mi atención y bloquear las distracciones. | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 5 | Sigo siendo positivo y entusiasta durante la competición, no importa que tan mal vayan las cosas. | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 6 | Tiendo a jugar mejor bajo presión porque pienso más claramente. | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |
| 7 | Me preocupa un poco acerca de lo que otros piensan de mi rendimiento. | Casi
Nunca | A
veces | Con
frecuencia | Casi
Siempre |

8	Tiendo a hacer un montón de planificación sobre cómo alcanzar mis metas.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
9	Yo me siento confiado que jugare bien.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
10	Cuando un entrenador me critica, me pongo molesto(a) en vez de tener la sensación de ayuda.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
11	Es fácil para mí mantener pensamientos que interfieran mientras estoy viendo o escuchando algo.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
12	Me presiono mucho preocupándome de mi desempeño en el juego.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
13	Pongo mis propias metas de desempeño en cada práctica.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
14	No tengo que ser empujado(a) para practicar o jugar duro; Doy el 100%.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
15	Si un entrenador me critica o me grita, corrijo mi error sin molestarme.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
16	Me ocupo de situaciones inesperadas en mi deporte muy bien	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
17	Cuando las cosas van mal, me hablo a mí mismo para mantener la calma, y esto funciona para mí.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
18	A mayor presión durante el juego, más lo disfruto.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
19	Mientras compito, me preocupa cometer errores o no lograrlo.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre

20	Yo tengo mi propio plan de juego que he elaborado en mi cabeza por largo tiempo antes de que el juego comience.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
21	Cuando me siento demasiado tenso, puedo rápidamente relajar mi cuerpo y ponerme en calma.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
22	Para mí , las situaciones de presión son desafíos , que doy la Bienvenida.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
23	Pienso e imagino sobre qué pasaría si yo fallara o metiera la pata	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
24	Mantengo el control emocional, independientemente de cómo van las cosas para mí.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
25	Es fácil para mí dirigir mi atención y centrarme en un solo objeto o persona.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
26	Cuando fallo en alcanzar mis metas, eso me hace esforzarme más.	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
27	Puedo mejorar mis habilidades, al escuchar cuidadosamente los consejos e instrucciones de mi entrenador	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre
28	Hago menos errores cuando la hay presión porque me concentro mejor..	Casi Nunca	A veces	Con frecuencia	Casi Siempre

Anexo No. 2

Puntaje

Este cuestionario es el Inventario de Habilidades de Enfrentamiento de Atletas (Athletic CopingSkills Inventor (ACSI), es un cuestionario para medir las habilidades psicológicas en los atletas, desarrollado por Smith.Schultz, Smoll y Ptacek (1995). Determinado según el punteo en las siguientes sub escalas, para sumar el punteo en el número de la pregunta identificada. Las siguientes escalas numéricas están asociadas con su valoración.

- 0 = Casi Nunca
- 1 = A veces
- 2 = Con frecuencia
- 3 = Casi Siempre

Por último, se debe tener en cuenta que un * después de un número de la pregunta significa un elemento de marcado inversa (es decir, 0 = casi siempre, 3 = casi nunca, y así sucesivamente).

_____ **El hacer frente a la adversidad:** Esta sub escala evalúa si un atleta se mantiene positivo y entusiasta, incluso cuando las cosas van mal, se mantiene en calma y controlado, y puede recuperarse rápidamente de vuelta de los errores y reveses. (Suma las puntuaciones en las preguntas 5, 17, 21 y 24, y coloque el total en el espacio en blanco proporcionado.)

_____ **Coachability:** Evalúa si un atleta está abierto a y aprende de la instrucción, y acepta la crítica constructiva sin tomarlo como algo personal y molestarse. (Suma las puntuaciones en las preguntas 3 *, 10 *, 15, y 27 y coloque el total en el espacio en blanco proporcionado.)

_____ **Concentración:** Esta sub escala refleja si un atleta fácilmente se distrae, y es capaz de concentrarse en la tarea en cuestión, tanto en la práctica y las situaciones de juego, aun cuando se produzcan situaciones adversas o inesperadas. (Suma de las puntuaciones en las preguntas 4, 11, 16 y 25, y sitúa el total en el espacio en blanco.)

_____ **La confianza y la Motivación por sus logros:** Mide si un atleta está confiado y motivado positivamente, da constantemente 100% durante los entrenamientos y partidos, y trabaja duro para mejorar sus habilidades. (Suma de las puntuaciones en las preguntas 2, 9, 14 y 26, y coloque el total en el espacio en blanco.)

_____ **Fijación de Metas y preparación mental:** evalúa si un atleta establece y trabaja hacia metas específicas de desempeño, planea y mentalmente se prepara para los juegos, y claramente tiene un plan de juego para un buen desempeño. (Suma de las puntuaciones en las preguntas 1, 8, 13 y 20, y coloque el total en el espacio en blanco.)

_____ **Alcanzando un Máximo Nivel Bajo Presión:** Las medidas si un atleta es desafiado en lugar de amenazado por situaciones de presión y funciona bien bajo presión. (Suma de las puntuaciones en las preguntas 6, 18, 22 y 28, y sitúan el total en el espacio en blanco.)

_____ **Libertad de la preocupación:** Evalúa si un atleta ejerce presión sobre él o ella misma por preocuparse por realizar algo mal o cometer errores; se preocupa por lo que otros piensen si él o ella realizan mal. (Suma las puntuaciones en las preguntas 7 *, 12 *, 19 * y 23 *, y coloque el total en el espacio en blanco proporcionado.)

_____ **Punteo Total o Suma de Sub-Escalas**
 Las puntuaciones van desde un mínimo de 0 y un máximo de 12 en cada sub escala, con puntuaciones más altas indican mayores fortalezas en esa sub escala. La puntuación para la escala total oscila entre un mínimo de 0 y un máximo de 84, con las puntuaciones más altas significan mayor fuerza.

Anexo No. 3

ENTREVISTA CON ENTRENADORES

1. ¿Tiene usted planificación deportiva?
2. ¿En cuál etapa y/o periodo se encuentran actualmente sus atletas?
3. ¿Qué porcentaje le da a la preparación Psicológica usted ahora?
4. ¿De qué manera contribuye usted al fortalecimiento mental del atleta?
5. ¿Sí usted nota que un atleta suyo, se distrae o bloquea que hace al respecto?
6. ¿Tienen preparación psicológica sus atletas (si es así quien la realiza y con qué frecuencia)?
7. ¿Qué factores psicológicos considera usted que son importantes en su deporte?
8. ¿Qué recomendaría usted con relación al trabajo de psicología