



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Cultura Física

“Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la Escuela de Baloncesto Sor Teresa Valsé”.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación especialidad Cultura Física.

Modalidad: Proyecto de investigación

Autoras:

Diana del Rocío Punín Rojas

CI: 0603839176

Cristina Yadira Tigre Matute

CI: 0104720289

Tutora:

Mg. Ana Cristina Delgado Espinoza

CI: 0103883765

Cuenca - Ecuador

10-junio-2019



Resumen:

La presente investigación se enmarca en la temática de la psicología deportiva y el desempeño deportivo infantil; cuyo objetivo principal es determinar el grado de ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes y después de una competencia en deportistas de la escuela de baloncesto Sor Teresa Valsé, de la ciudad de Cuenca, provincia del Azuay, Ecuador.

El diseño metodológico corresponde a la investigación cuantitativa de alcance descriptivo con aplicación del test Sport Anxiety Scale (SAS-2) en su versión española de Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2010) para valorar el estado de ansiedad antes y después de una competencia; y, el test Sport Climate Questionnaire (SCQ) de Balaguer, Castillo, Duda, y Tomás (2009) para valorar el grado de influencia de los padres y entrenadores en el estado de ansiedad antes y después de la competencia. La muestra de estudio estuvo compuesta por 60 deportistas de sexo femenino, en edades comprendidas desde los 8 años hasta los 14 años de edad, distribuidas en cuatro categorías (Sub 10, Sub 12, Sub 14 y categoría Infantil).

Entre los hallazgos más importantes, los resultados generales antes y después de la competencia mostraron un predominio de la escala de preocupación en la mayoría de las categorías pre competencia y un aumento de valores en la escala somática post competencia; además, se destaca niveles altos de apoyo de los padres que aportan a la motivación de las deportistas.

Palabras claves: Cultura física. Entrenador deportivo. Padres de familia. Ansiedad deportiva. Competencia. Precompetencia.



Abstract:

The present investigation focuses on the subject of sports psychology and sports performance of children; The main objective is to determine the degree of anxiety and sports influence of parents coaches before and after a competition in athletes of the basketball school Sor Teresa Valsé, located in the city of Cuenca, province of Azuay, Ecuador.

The methodological design corresponds to the quantitative investigation of descriptive scope with application of the Sport Anxiety Scale test (SAS-2) in its Spanish version by Ramis, Torregrosa, Viladrich and Cruz (2010) to assess the state of anxiety before and after a competition; and the Sport Climate Questionnaire test (SCQ) by Balaguer, Castillo, Duda, and Tomás (2009) to assess the degree of influence of parents and coaches in the state of anxiety before and after the competition. The study sample was composed of 60 female athletes, ranging in age from 8 years to 14 years of age, divided into four categories (Sub 10, Sub 12, Sub 14 and Infant category).

Among the most important discoveries, the general results before and after the competition showed a predominance of the scale of concern in most of the pre-competition categories and an increase in values in the post-competition somatic scale; moreover, it highlights high levels of support from parents that contribute to the motivation of athletes.

Keywords: Physical culture. Sports coach. Parents. Sports anxiety. Competition. Pre-competence.



Índice del Trabajo

INTRODUCCIÓN	15
OBJETIVOS	17
CAPITULO I.....	18
1.1 Ansiedad	18
1.2 Ansiedad Deportiva	19
1.3 Tipos de Ansiedad.....	20
1.4 Ansiedad Pre-competitiva y Competitiva	21
1.5 Tipos de padres	22
1.6 Relación de entrenadores y deportistas.....	23
CAPITULO II.....	24
2.1 Metodología	24
1.6.1 Participantes.....	24
1.6.2 Instrumentos	24
1.6.3 Procedimiento	25
CAPITULO III.....	26
1.7 Análisis descriptivos	26
1.7.1 <i>Tabla. 1</i> Edades de las deportistas comprendidas entre cada categoría.	26
1.8 Resultados Precompetitivos	27
1.8.1 Sport Anxiety Scale (SAS-2)	27
1.8.2 <i>Tabla 2</i> Estadístico descriptivo de resultados generales del test SAS-2 antes de una competencia. 27	
1.8.3 <i>Figura 1</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.....	27
1.8.4 <i>Figura 2</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.....	28
1.8.5 <i>Figura 3</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.....	28
1.8.6 <i>Figura 4</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.....	29
1.8.7 Sport Climate Questionnaire (SCQ)	29
1.8.8 <i>Tabla 3</i> Estadístico descriptivo de resultados generales del test SCQ antes de una competencia..	30
1.8.9 <i>Figura 5</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ. 30	
1.8.10 <i>Figura 6</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ. 31	



1.8.11	<i>Figura 7</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	31
1.8.12	<i>Figura 8</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	32
1.9	Resultados después de la competencia	32
1.9.1	Sport Anxiety Scale SAS-2	32
1.9.2	<i>Tabla 4</i> Estadístico descriptivo de resultados generales del test SAS-2 después de la competencia.	33
1.9.3	<i>Figura 9</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.....	33
1.9.4	<i>Figura 10</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.....	34
1.9.5	<i>Figura 11</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.....	34
1.9.6	<i>Figura 12</i> Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.....	35
1.9.7	Sport Climate Questionnaire (SCQ)	35
1.9.8	<i>Tabla 5</i> Estadístico descriptivo de resultados generales del test SCQ.	36
1.9.9	<i>Figura 13</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	36
1.9.10	<i>Figura 14</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	37
1.9.11	<i>Figura 15</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	37
1.9.12	<i>Figura 16</i> Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.	38
1.10	COMPARACIONES PRECOMPETITIVAS ENTRE CATEGORÍAS ANTES DE LA COMPETENCIA.....	38
1.10.1	Sport Anxiety Scale (SAS-2)	38
1.10.2	<i>Figura 17</i> Estadístico comparativo antes de la competencia del test SAS-2.....	39
1.10.3	<i>Figura 18</i> Estadístico comparativo antes de la competencia del test SAS-2.....	39
1.10.4	Sport Climate Questionnaire (SCQ)	40
1.10.5	<i>Figura 19</i> Estadístico comparativo antes de la competencia del test SCQ.....	40
1.10.6	<i>Figura 20</i> Estadístico comparativo antes de la competencia del test SCQ.	41
1.11	COMPARACIONES DESPUÉS DE LA COMPETENCIA	41
1.11.1	Sport Anxiety Scale (SAS-2)	41
1.11.2	<i>Figura 21</i> Estadístico comparativo después de la competencia del test SAS-2.....	42
1.11.3	<i>Figura 22</i> Estadístico comparativo después de la competencia del test SAS-2.	42
1.11.4	Sport Climate Questionnaire (SCQ)	43



1.11.5	<i>Figura 23</i> Estadístico comparativo después de la competencia del test SCQ.	43
1.11.6	<i>Figura 24</i> Estadístico comparativo después de la competencia del test SCQ.	44
CAPITULO IV		44
1.12	Conclusiones.....	44
1.13	Discusión.....	45
1.14	Recomendaciones	47
1.15	Referencias	47



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Cristina Yadira Tigre Matute en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la Escuela de Baloncesto Sor Teresa Valsé", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 10 de junio de 2019

Cristina Yadira Tigre Matute

C.I: 0104720289



Cláusula de Propiedad Intelectual

Cristina Yadira Tigre Matute, autora del trabajo de titulación “Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la Escuela de Baloncesto Sor Teresa Valsé”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 10 de junio de 2019

Cristina Yadira Tigre Matute

C.I: 0104720289



Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

Diana del Rocío Punín Rojas en calidad de autor/a y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación “Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la Escuela de Baloncesto Sor Teresa Valsé”, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 10 de junio de 2019

Diana del Rocío Punín Rojas

C.I: 0603839176



Cláusula de Propiedad Intelectual

Diana del Rocío Punín Rojas, autora del trabajo de titulación “Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la Escuela de Baloncesto Sor Teresa Valsé”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 10 de junio de 19 fecha

Diana del Rocío Punín Rojas

C.I: 0603839176



Dedicatoria

El presente trabajo está dedicado a mi esposo quien, con su amor infinito, sus constantes palabras de aliento no permitieron rendirme, a mis hijos quienes han sido mi fortaleza e inspiración para poder superar cada obstáculo que se presentó, a mi madre quien, con su ayuda incondicional, su paciencia e infinito amor ha estado presente en este largo proceso y no puedo olvidar a mi amada hermana que siempre ha estado junto a mí apoyándome.

DIANA DEL ROCÍO PUNÍN ROJAS



Dedicatoria

Quiero dedicar esta tesis a mi hijo Alexis Emanuel: probablemente en estos instantes no entiendas mis palabras, sin embargo, en algún momento podrás comprender lo importante que eres y serás en mi vida, eres la razón por la que me despierto cada día para esbozarme por nuestro presente y futuro, pues como en todos mis logros en este has estado junto a mí siendo el motor de esfuerzo, lucha y perseverancia que me motiva a alcanzar mis más grandes anhelos y propósitos.

También quiero hacer presente mi gran afecto hacia mi tía Verónica, mi hermano Christian y mis abuelitos Julia y Andrés que a lo largo de mi vida han sabido comprender que el camino hacia el éxito requiere grandes sacrificios de tal manera que me brindan su apoyo y cariño incondicional permitiéndome seguir adelante para alcanzar mis metas.

CRISTINA YADIRA TIGRE MATUTE



Agradecimiento

Mi agradecimiento va dirigido primero a Dios quien me ha dado la fortaleza para seguir adelante, a toda mi familia que con sus consejos y palabras me han acompañado, a todos mis amigos por siempre prestarme su apoyo y ayuda cuando lo necesitaba, a los docentes por compartirme sus conocimientos a lo largo de mi preparación profesional, de manera especial a la Mstr. Ana Delgado tutora del trabajo de titulación por habernos brindado sus valiosos consejos y tiempo para culminar este trabajo.

DIANA DEL ROCÍO PUNÍN ROJAS



Agradecimiento

Agradezco principalmente a Dios por permitirme vivir y disfrutar cada día a lado de las personas que amo. A mis padres por el apoyo que me han brindado en este largo trayecto de mi vida estudiantil, a mis amigas que están conmigo de manera incondicional.

Un agradecimiento especial a mi tutora la Mstr. Anita Delgado, quien me brindó valiosos consejos a lo largo de este trabajo y me animó a culminar mi objetivo en todo momento con su generosa paciencia y perseverancia.

CRISTINA YADIRA TIGRE MATUTE



INTRODUCCIÓN

De acuerdo con Viñoles (2015), gran parte de las investigaciones realizadas a nivel mundial, coinciden que existe una relación estrecha entre el grado de ansiedad y la baja del rendimiento deportivo: “desde el punto de vista estadístico existe una relación negativa entre el estado de ansiedad y el grado de rendimiento deportivo; los deportistas de mayor rendimiento presentan rasgos de ansiedad más moderados que los deportistas de menor rendimiento” (p. 27).

Los estudios de Torregosa et al (2007) y García et al (2011), demuestran que la ansiedad, entre otras cosas, surge como efecto de la presión psicológica o por la influencia de padres y entrenadores, incidiendo en su desempeño deportivo y competitivo. De ahí, la motivación y el apoyo de los padres/madres y del entrenador tiene un impacto en la autoconfianza de los deportistas, por lo que, estos adultos deben procurar valorar más la constancia y el esfuerzo puestos en las tareas en vez de los éxitos que se puedan alcanzar, para que los deportistas, especialmente si se trata de etapas de iniciación, disfruten de la práctica deportiva en el marco de un clima de amistad, cooperación y confianza, independientemente del resultado, pues la presión y la ansiedad se reducirán permitiendo al niño disfrutar del evento deportivo y rendir de mejor manera.

En tal sentido, considerando el papel fundamental que los adultos (padres y entrenador) tienen en el desarrollo deportivo de los niños, se plantea la presente investigación con el fin de sentar bases de información que permitan conocer los niveles de ansiedad deportiva que existe en el grupo de estudio antes de una competencia, y si los padres y entrenadores tienen influencia en la ansiedad que experimentan los deportistas.

De esta manera, el objetivo general de la investigación es determinar el grado de ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes y después de una competencia en deportistas de la escuela de baloncesto “Sor Teresa Valsé”. Mientras que, los objetivos específicos, son: a) valorar el estado de ansiedad antes y después de una competencia mediante los test Sport Anxiety Scale (SAS-2) y Sport Climate Questionnaire (SCQ); y, b) evidenciar el grado de influencia de los padres y entrenadores en el estado de ansiedad antes y después de la competencia.



Para ello, el diseño metodológico comprende una investigación de tipo cuantitativa de alcance descriptivo, en el cual se valora el estado de ansiedad antes y después de una competencia en una muestra de 60 deportistas de sexo femenino, en edades comprendidas desde los 8 años hasta los 14 años de edad, distribuidas en cuatro categorías (Sub 10, Sub 12, Sub 14 y categoría Infantil) de la Escuela Semillero de Baloncesto “Sor Teresa Valsé”, ubicada en la zona urbana de la ciudad de Cuenca, provincia del Azuay.

Los instrumentos de investigación aplicados, fueron: a) para valorar los niveles de ansiedad, el test Sport Anxiety Scale (SAS-2), adaptado y validado en la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS por Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2010) con parámetros psicométricos que catalogan a esta escala como adecuada para ser aplicada a deportistas de la etapa de iniciación; y, b) para valorar el grado de influencia de los padres y entrenadores sobre las deportistas, el test Sport Climate Questionnaire (SCQ) de Balaguer, Castillo, Duda, y Tomás (2009), que evalúa el apoyo en diferentes aspectos como: salud, deporte y ejercicio.

El trabajo final se presenta en cuatro capítulos: el primer capítulo expone la fundamentación teórica-conceptual en torno a la ansiedad, la ansiedad deportiva, los tipos de ansiedad, características de la ansiedad pre y post competencia; así como, una clasificación y caracterización de los diferentes tipos de padres y la importancia de la relación de los padres y/o los entrenadores con los deportistas. En el segundo capítulo se presentan los aspectos metodológicos y el procedimiento que ha guiado el desarrollo de esta investigación, explicando el funcionamiento y aplicabilidad de los instrumentos utilizados. El tercer capítulo expone los datos encontrados mediante estadística descriptiva en figuras y tablas; el cuarto capítulo se describe el análisis y discusión de los principales resultados, se destaca a nivel general, las deportistas no presentan niveles significativos de ansiedad pre competencia y existen niveles similares de apoyo de los padres en todas las categorías, expresando una importancia alta en el desempeño del grupo. Finalmente, a modo de conclusión, se destaca la labor indispensable que los padres/madres y el entrenador tienen en el disfrute del deporte y en la motivación de las deportistas, cuyo trabajo de apoyar y animar a las deportistas aporta a que se liberen de la presión y asegura una mayor permanencia en el mundo del deporte.



OBJETIVOS

General

- Determinar el grado de ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes y después de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la escuela de baloncesto “Sor Teresa Valsé”.

Específicos

- Valorar el estado de ansiedad antes y después de una competencia mediante los test Sport Anxiety Scale (SAS-2) y Sport Climate Questionnaire (SCQ).
- Evidenciar el grado de influencia de los padres y entrenadores en el estado de ansiedad antes y después de la competencia.



CAPITULO I

1.1 Ansiedad

El origen de la palabra ansiedad se remonta al vocablo alemán “Angst”, el que fue empleado para referirse a un efecto negativo y una activación fisiológica desagradable, fue traducido al inglés como anxiety, pero en español y en francés tuvo un doble significado, ansiedad y angustia en el primer caso anxiété y angoisse en el segundo (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003).

En el área de la psicología se define a la ansiedad desde diferentes corrientes conductuales, teniendo en cuenta a grandes autores como Beck (1985), define a la ansiedad como un “estado emocional subjetivamente desagradable caracterizado por sentimientos molestos de tensión o nerviosismo y síntomas fisiológicos como palpitaciones cardíacas, temblor, náuseas. A su vez Belloch, Sandín y Ramos (2000), señalan que la ansiedad estaría relacionada con el miedo ante la presencia de una amenaza, desde estos diferentes ámbitos se puede determinar a la ansiedad como un estado mental que genera distintas emociones a nivel físico, psicológico, cognitivo y social.

Sierra, et al., (2003), señalan que dentro del concepto de ansiedad los síntomas se agrupan como psíquicos, cognitivos, conductuales y físicos. La ansiedad puede generar varios síntomas en una persona, en el aspecto físico se puede presentar mareos, falta de aire, temblores; a nivel psicológico puede generar inseguridad, un estado permanente de alerta y la persona tiende a ser impulsiva; a nivel cognitivo puede presentar falta de atención, aturdimiento y confusión; en cuanto, al nivel conductual la persona puede presentar dificultad para expresarse y con frecuente irritabilidad o enojo. Estos grupos de síntomas tienen una estrecha relación con los deportistas pues la práctica del deporte y la actividad física podrían conllevar situaciones que tengan como finalidad la búsqueda de resultados que sean relevantes en el rendimiento deportivo, es por ello que las investigaciones han ido creciendo y evolucionando en donde autores como Weinberg y Gould (2010), manifiestan que la ansiedad deportiva es una de las problemáticas más comunes en el deporte por lo que es necesario conocer y analizar específicamente a la ansiedad que puede surgir en el deporte.

1.2 Ansiedad Deportiva

En la práctica deportiva se han podido evidenciar varias falencias al momento de evaluar el rendimiento deportivo, como por ejemplo la falta de análisis a los fenómenos psicológicos, emocionales y cognitivos que se producen en la realización de la actividad física y el deporte. En este contexto autores reconocidos como Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith (1990), indican que la ansiedad se contempla desde un punto de vista multidimensional en función de a qué nivel se manifiesta.

A su vez Ruíz y Zarauz (2013), mencionan posibles dimensiones en la ansiedad deportiva, como: *la dimensión cognitiva*, que puede generar una reacción a nivel mental causada por expectativas negativas sobre las tareas a realizar. La segunda dimensión es *la somática*, que es el conjunto de reacciones a nivel fisiológico derivados de la anterior (tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago). La tercera dimensión es *la autoconfianza*, que estima el grado de seguridad que la persona cree tener acerca de sus posibilidades de éxito en la tarea a realizar.

Por otra parte Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2010), mencionan que la ansiedad deportiva podría ser un estado emocional caracterizado por la aprensión y la tensión, pues al estar presente estos dos aspectos en un deportista puede presentarse un estado negativo que se relaciona con el organismo tal como la ansiedad cognitiva que se subdivide en dos: la preocupación que es la inquietud ante las consecuencias negativas de un rendimiento pobre y la desconcentración: entendido como el impedimento de pensar con claridad durante una situación competitiva. Igualmente, la ansiedad somática que comprende el aspecto netamente físico al verse afectadas las tareas o actividades motoras.

Navarro, Amar y González (1995), mencionan que estos estados de ansiedad deportiva pueden presentar diferentes síntomas, en el caso de la ansiedad cognitiva puede mostrar desconfianza, negatividad, dificultad de atención, la capacidad para procesar información se ve disminuida, entre otros síntomas. En cuanto a las características de la ansiedad somática podría observarse incrementos en la presión arterial, aumento de la sudoración, tensión muscular, náuseas, mareos, etc. Mencionadas alteraciones producidas a nivel psicológico y físico ocasionan que el rendimiento del deportista se vea afectado, pues sus habilidades motrices disminuyen al no encontrarse en un estado óptimo para ejecutar una actividad deportiva.



El deporte y la actividad física permiten el desarrollo integral del ser humano debido a los beneficios físicos y psicológicos que brindan, en el estudio de Ruíz y Zarauz (2013), señalan que este estado de bienestar y disfrute tiene un cierto grado de afección por la presencia de la ansiedad deportiva que se da ante situaciones de estrés, como una competencia donde el deportista debe regirse a la presión de un tiempo y resultados.

1.3 Tipos de Ansiedad

Con el transcurso del tiempo y el análisis de la ansiedad en el campo de la psicología deportiva se trató de enfocar a la ansiedad desde una nueva perspectiva que relacionen la ansiedad con otros aspectos de personalidad por consiguiente Spielberger (1989), consideran que para definir la ansiedad de forma correcta es necesario conocer la diferencia que existe entre la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad y por ello propuso la Teoría de Ansiedad Estado-Rasgo donde se establece que *la ansiedad-estado* es una fase emocional inmediata y puede ser modificada con el tiempo, se caracteriza por la aparición de tensión, aprensión, nerviosismo y preocupaciones que están estrechamente relacionados con cambios fisiológicos en la persona; por otra parte, al tratar *la ansiedad-rasgo* se refiere a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo y puede ser ocasionada por la frecuencia con la que una persona experimente aumentos en su estado de ansiedad; es decir, la ansiedad de estado es temporal y la ansiedad de rasgo es estable, para hacer posible que se de esta diferenciación de estados ansiosos se debe tomar en cuenta algunos aspectos como la edad, experiencia deportiva, tiempo de competición y la relación con compañeros y entrenadores.

En otro estudio Navarro, et al., (1995) señalan que la ansiedad de estado generalmente está caracterizada por ser a corto plazo y con presencia de negatividad por parte del deportista asociado con la aprensión y la tensión, las cuales están estrechamente relacionadas con las funciones del Sistema Nervioso Autónomo. En cambio, la ansiedad de rasgo es más duradero y se trata de una predisposición para observar y distinguir situaciones posiblemente amenazantes o peligrosas.

Cervantes, Rodas y Capdevila (2009), mencionan que en la psicología deportiva es frecuente encontrar casos en los que el rendimiento deportivo está sujeto a las emociones, pues la mayoría de deportistas de iniciación han experimentado en algún momento de su vida deportiva un estado ansioso; es



así que las situaciones de competición en el deporte pueden generar ansiedad al enfrentarse a momentos estresantes que podrían marcar su futuro como deportistas.

1.4 Ansiedad Pre-competitiva y Competitiva

Teniendo en cuenta a Tobar (2014), nos manifiesta que la ansiedad deportiva usualmente es observada en las competencias y se considera un estado mental que puede interferir en las expectativas de buen rendimiento en el deporte, por lo tanto, este componente puede estar presente antes y durante las competiciones que desempeñan los deportistas.

En el estudio de Ruiz y Zarauz (2013), mencionan que la ansiedad precompetitiva es un estado negativo y se produce durante las 24 horas antes de una competencia como resultado de la percepción del ambiente deportivo, esta percepción de la ansiedad antes de la competición puede generar varias consecuencias que impiden que el deportista disfrute de su participación e interfiera en su bienestar, lo cual se puede desarrollar a nivel psicológico como físico, estas variaciones de la ansiedad podrían ser ocasionadas por factores externos tales como la importancia que tenga la próxima competencia, el ambiente en el que competirá, la percepción del contrincante y factores internos, por ejemplo: la poca experiencia de competición, la sensación del deportista de no estar adecuadamente entrenado, entre otros.

Por otra parte, García, Palou, Smith, Ponseti, Almeida, Lameiras, Jiménez y Leiva (2011), señalan que la ansiedad competitiva es un estado que puede tener doble perspectiva de acuerdo a la percepción que tenga el deportista ante una competencia, en algunos casos el deportista toma la presencia de ansiedad de manera positiva y conveniente para alcanzar sus objetivos, pero en la mayoría de los casos la apreciación de la ansiedad es negativa, ya que genera resultados perjudiciales en su rendimiento como la reducción de las habilidades motrices y dificultad para tomar decisiones rápidamente. Así pues, Granados, Guzmán y Sánchez (2009), manifiestan que la ansiedad pre-competitiva y competitiva podrían tener efectos tanto positivos como negativos dependiendo de la aceptación que tenga el deportista de su entorno deportivo.

Dentro de este contexto es necesario considerar otros factores como generadores de ansiedad, uno de ellos es en la relación y el nivel de apoyo de los padres, pues la familia tiene un alto grado de importancia e influencia en el desarrollo del deportista. De acuerdo con Amenábar, Sistiaga, García (2008), plantean que los padres son considerados uno de los factores de influencia más importantes en la



actividad física de los deportistas de iniciación puesto que ellos orientan y motivan de manera continua el interés de sus hijos en la práctica deportiva.

1.5 Tipos de padres

Es evidente la importancia que tienen los padres en el desarrollo educativo de sus hijos en diferentes ámbitos es por ello que en el entorno deportivo resulta fundamental el conocer y analizar la relación de los padres e hijos y de esta manera entender como los padres colaboran e influyen en el entrenamiento y la vida deportiva de sus hijos.

En el estudio de Ramírez (2005), explica los diferentes tipos de padres y como se diferencian, esta distinción está determinada por rasgos de índole social, cultural y familiar, así tenemos:

- Padres autoritarios: estos padres se caracterizan por no dar apertura al diálogo, ser estrictos y tener un alto nivel de exigencia, dominio e influencia de los comportamientos y actitudes de sus hijos en el entorno deportivo que garanticen la obtención de buenos resultados en entrenamientos y competiciones.
- Padres democráticos: son padres comunicativos, afectuosos, evitan el castigo, dirigiendo de manera consciente los sentimientos y capacidades de sus hijos dentro del ámbito deportivo.
- Padres permisivos: son caracterizados por tener un alto grado de comunicación y afecto, en donde el nivel de control y establecimiento de reglas es muy bajo, no demandan responsabilidades en entrenamientos y no es relevante la obtención de resultados exitosos a nivel deportivo.
- Padres indiferentes: este tipo de padres son negligentes, es decir, no tienen ningún tipo de exigencia ni comunicación con sus hijos, la importancia que le prestan a la vida deportiva de sus hijos es nula.

Los padres tienen un papel muy importante dentro de la práctica deportiva, como expresan Amenabar, et al., (2008), las actitudes y conductas de los padres son significativas, ya que pueden influir en el desarrollo del deportista. También, un punto relevante en este tema es el triángulo deportivo, en el artículo de Romero, García y Brustad (2009), expresan que está formado por tres elementos: los deportistas, entrenadores y padres, estos tres elementos están inmersos directamente por su influencia en la calidad y la experiencia en la vida deportiva de los jóvenes deportistas. Debido a esta estrecha relación



es importante conocer como el entrenador y el deportista fijan reglas y responsabilidades para tener éxito en los entrenamientos y las competencias.

1.6 Relación de entrenadores y deportistas

En el deporte la relación del entrenador con sus deportistas es de vital importancia, como refiere Buceta (2004), explica que la relación de entrenador y deportista debe estar basada en valores de respeto y confianza mutua pues el entrenador necesita enseñar, exigir y establecer reglas de manera que sus deportistas sepan acatar estas normas positivamente, todo esto lograrlo sin dejar de lado la cercanía que puede existir entre el entrenador y el deportista.

Buceta (1998), propone que la psicología deportiva debe estar inmersa en el manejo de los entrenamientos como una ayuda para entender las necesidades y problemas de los deportistas, una vez que estos aspectos hayan sido descubiertos y analizados el entrenador deberá tomar decisiones que sean convenientes para la enseñanza, aprendizaje de la técnica, la táctica en el entrenamiento y competición. En otro de sus estudios Buceta (2004), expone que la manera de actuar de cada entrenador depende del grupo de entrenamiento que dirige, ya que la metodología que use difiere de un deportista a otro.

Alcazar (2014), sostiene que el entrenador con su capacidad de motivar y dirigir puede llevar a los deportistas al triunfo o a una temprana deserción deportiva pues de las decisiones que el entrenador tome dependerá si su influencia es negativa o positiva en el desarrollo físico, deportivo y psicológico de los deportistas.

Con estos antecedentes y en estudios realizados por García, et al., (2011) y Torregosa, Cruz, Sousa, Viladrich y Villamarín (2007) , se evidencia que la ansiedad en deportistas es importante en el ámbito deportivo y competitivo ya que surge en situaciones de presión psicológica o por la influencia de padres y entrenadores, es por ello que el objetivo de este trabajo fue determinar la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la escuela de Baloncesto “Sor Teresa Valsé”, para alcanzar este propósito se valoró el estado de ansiedad antes y después de una competencia mediante los test Sport Anxiety Scale (SAS-2) y Sport Climate Questionnaire (SCQ).



CAPITULO II

2.1 Metodología

1.6.1 Participantes

Inicialmente la propuesta de trabajo era con 68 deportistas, cabe recalcar que 4 de ellas no presentan el consentimiento informado y 4 se retiraron de la práctica deportiva por lo que el estudio se lo realizó con un total de 60 deportistas de sexo femenino, en edades comprendidas desde los 8 años hasta los 14 años de edad, dichas deportistas estaban distribuidas por categorías; la categoría Sub 10 estuvo integrada por 15 niñas en edades de 8 a 10 años, la categoría Sub 12 con 15 niñas de 11 a 12 años, la categoría Sub 14 que consta de niñas de 13 a 14 años y la categoría Infantil con 15 niñas en edades de 12 a 13 años de la Escuela de Baloncesto “Sor Teresa Valsé”, también es necesario dar a conocer que el nombre de esta organización fue modificado según el oficio 001-001-0235 estableciendo el nuevo nombre de la institución como Semillero de Baloncesto “Sor Teresa Valsé”.

La muestra del estudio se enmarca en el tipo de muestreo probabilístico aleatorio estratificado de acuerdo al artículo de Bustamante (2011), ya que se encontraba dividida en grupos de características comunes de género: femenino, cantidad: 15 deportistas por categoría y edades: representativas de cada grupo.

1.6.2 Instrumentos

Para comenzar este proceso y dentro del campo ético, fue necesario la autorización de los padres de familia, se envió un oficio en donde se detallaba el trabajo que se realizaría con las representadas y se adjuntó el consentimiento informado para la participación.

Se aplicó el test Sport Anxiety Scale (SAS-2), adaptado y validado en la versión española de la Escala de Ansiedad Competitiva SAS por Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2010), en este cuestionario se siguió parámetros psicométricos que catalogan a esta escala como adecuada para ser aplicada a deportistas de la etapa de iniciación. Este test consta de 15 ítems, cada ítem tiene una puntuación de 1 a 4 puntos, la puntuación 1= nada y la puntuación 4= mucho; para la obtención de la suma total se

parte de la sumatoria de cada ítem, cuyos resultados pueden abarcar puntuaciones desde 5 como mínimo hasta 20 puntos como máximo, dependiendo del tipo de nivel de ansiedad que presenta el deportista.

También se valoró el grado de influencia de los padres y entrenadores sobre las deportistas, se utilizó el test de Balaguer, Castillo, Duda, y Tomás (2009), Sport Climate Questionnaire (SCQ), este cuestionario evalúa la percepción de apoyo que tienen los deportistas por parte de los padres y los entrenadores en diferentes aspectos como salud, deporte y ejercicio, este test está validado en dos versiones, la primera que es completa y consta de 15 ítems y la segunda versión reducida de 6 ítems. En este caso hemos decidido utilizar la versión completa por la fiabilidad que brinda. Cada ítem aborda resultados en una escala de likert comprendida de 1 a 7, se decidió modificar esta escala ya que presentaba un cierto grado de dificultad en su resolución por parte de las deportistas y se estableció un nivel de 1 a 3 para la mejor comprensión y obtención de resultados más verdaderos y precisos, es por ello que la puntuación queda establecida de la siguiente manera: 1= Nada Verdadero, 2 = Más o menos y 3= Totalmente Verdadero, la obtención de la suma total se logra mediante la sumatoria de cada ítem, cuyos resultados pueden abarcar un valor mínimo de 15 puntos y un valor máximo de 45 puntos.

1.6.3 Procedimiento

Después de obtener las autorizaciones por parte de la institución, entrenador y los padres para llevar a cabo el estudio se inició la aplicación de los test SAS-2 y SCQ, las investigadoras se reunieron con cada categoría y se aplicó los cuestionarios por dos ocasiones, se pidió a las deportistas que los completaran; las participantes fueron cuidadosamente instruidas sobre las directrices a seguir para llenar los cuestionarios, las investigadoras estuvieron presentes para resolver las dudas que surgieron durante la aplicación de los test, también para garantizar la fiabilidad y precisión de los resultados todas las deportistas participaron de manera voluntaria e individual.

Los test tuvieron una duración de 15 minutos cada uno, la primera aplicación de los test se dio un día antes de la primera competencia del interescolar 2018 al finalizar la sesión de práctica deportiva ya que en estos momentos se puede evidenciar los niveles más altos de ansiedad deportiva y la influencia de los padres y entrenadores por la presión psicológica que ejerce la proximidad de la competencia, la segunda aplicación se efectuó al día siguiente del último encuentro deportivo del interescolar 2018 antes de iniciar el práctica deportiva para establecer la diferencia en los niveles de ansiedad e influencia de los entrenadores y padres después de la competencia.

CAPITULO III

1.7 Análisis descriptivos

Una vez terminados los protocolos, los datos se ingresaron al Software Microsoft Excel que nos permitió obtener cálculos, cuadros y tablas estadísticas para realizar el análisis de datos. Inicialmente se realizó un análisis descriptivo de los datos obtenidos en las diferentes categorías y con las diferentes escalas aplicadas y en una segunda etapa se efectuó el análisis comparativo para alcanzar los objetivos mencionados.

Cabe recalcar que el test SAS-2, valora el nivel de ansiedad que los deportistas experimentan al afrontar una situación de competición. La escala cuenta con 15 ítems divididos en tres subescalas, ansiedad somática, preocupación y desconcentración; el aspecto somático se refiere estrictamente al estado fisiológico, en cuanto a las escalas de preocupación y desconcentración representa al aspecto cognitivo.

1.7.1 **Tabla. 1** Edades de las deportistas comprendidas entre cada categoría.

	Categoría sub 08	Categoría sub 12	Categoría sub 14	Categoría Infantil
Deportista	Edad	Edad	Edad	Edad
1	8	10	13	13
2	8	11	14	13
3	8	11	13	12
4	8	11	13	12
5	9	11	14	12
6	8	11	13	12
7	9	11	13	13
8	9	11	13	12
9	9	11	12	13
10	8	11	13	12
11	8	11	12	13
12	8	11	12	13
13	8	11	12	12
14	8	12	12	12
15	8	12	13	13

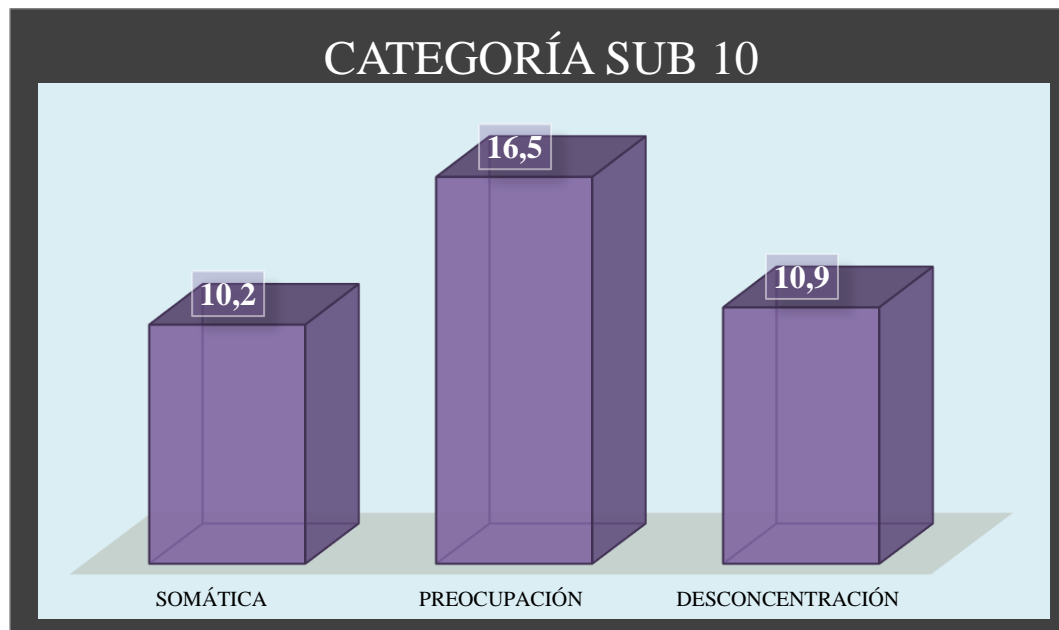
1.8 Resultados Precompetitivos

1.8.1 Sport Anxiety Scale (SAS-2)

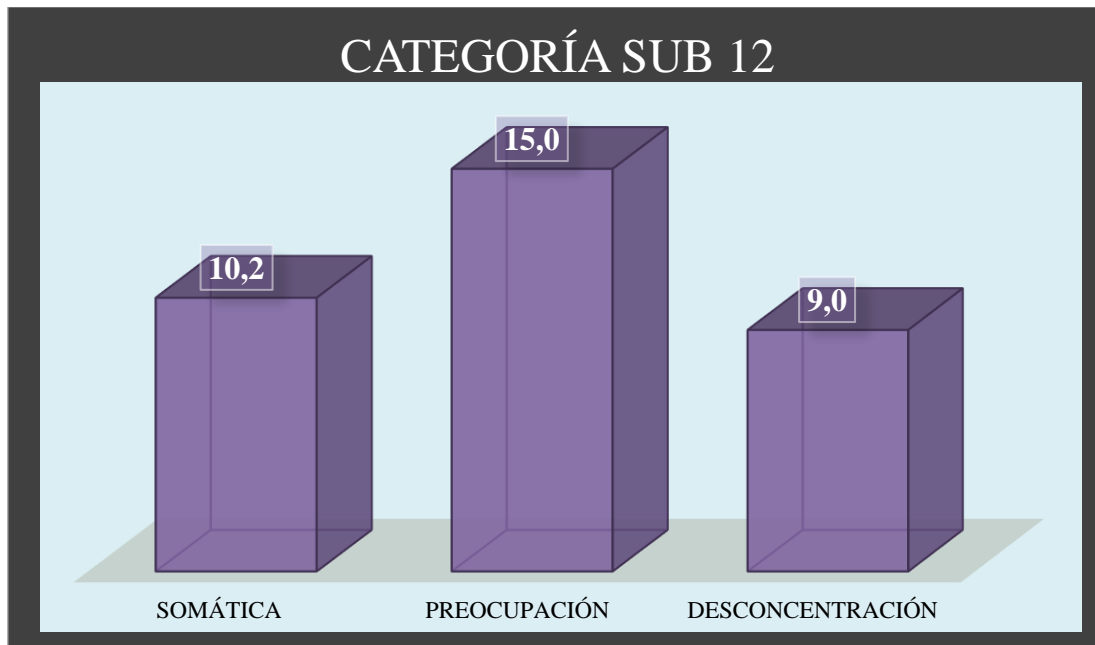
Respecto a la ansiedad precompetitiva los datos obtenidos indican que las participantes en la investigación experimentaron mayor nivel de preocupación en todas las categorías, sin embargo, en la Tabla 1 podemos observar que la ansiedad somática demuestra resultados semejantes en cada categoría y en cuanto a la desconcentración los niveles varían, pero en menor medida.

1.8.2 *Tabla 2* Estadístico descriptivo de resultados generales del test SAS-2 antes de una competencia.

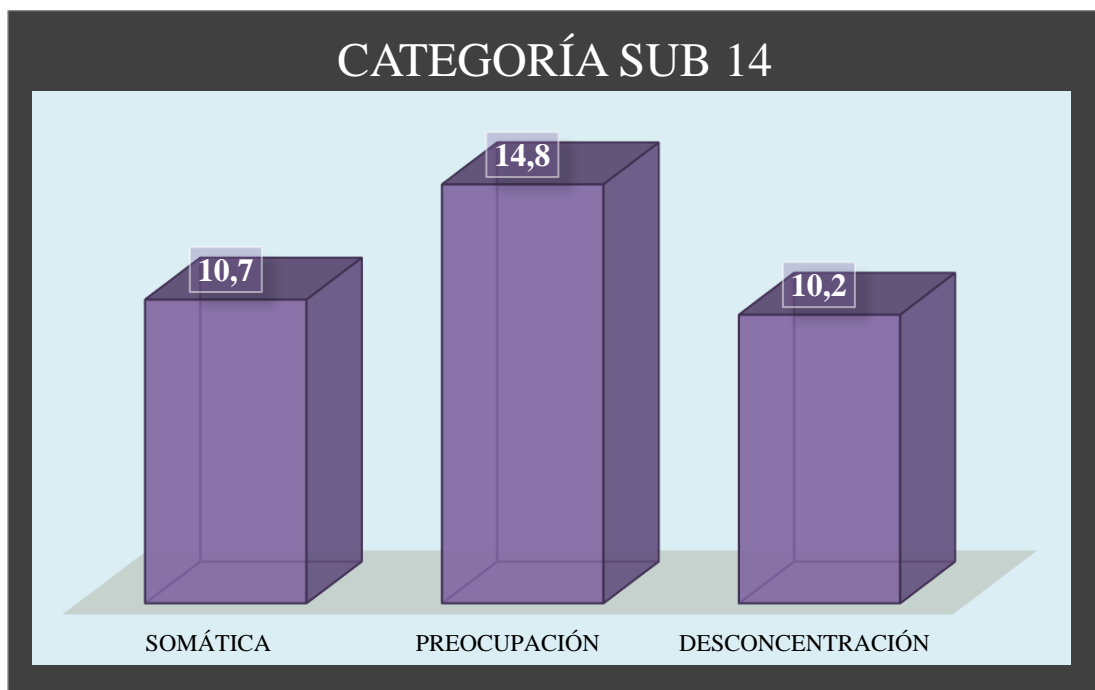
CATEGORÍA	SUB 10	SUB 12	SUB 14	INFANTIL
SOMÁTICA	10,2	10,2	10,7	10,7
PREOCUPACIÓN	16,5	15	14,8	14,9
DESCONCENTRACIÓN	10,9	9	10,2	8,5



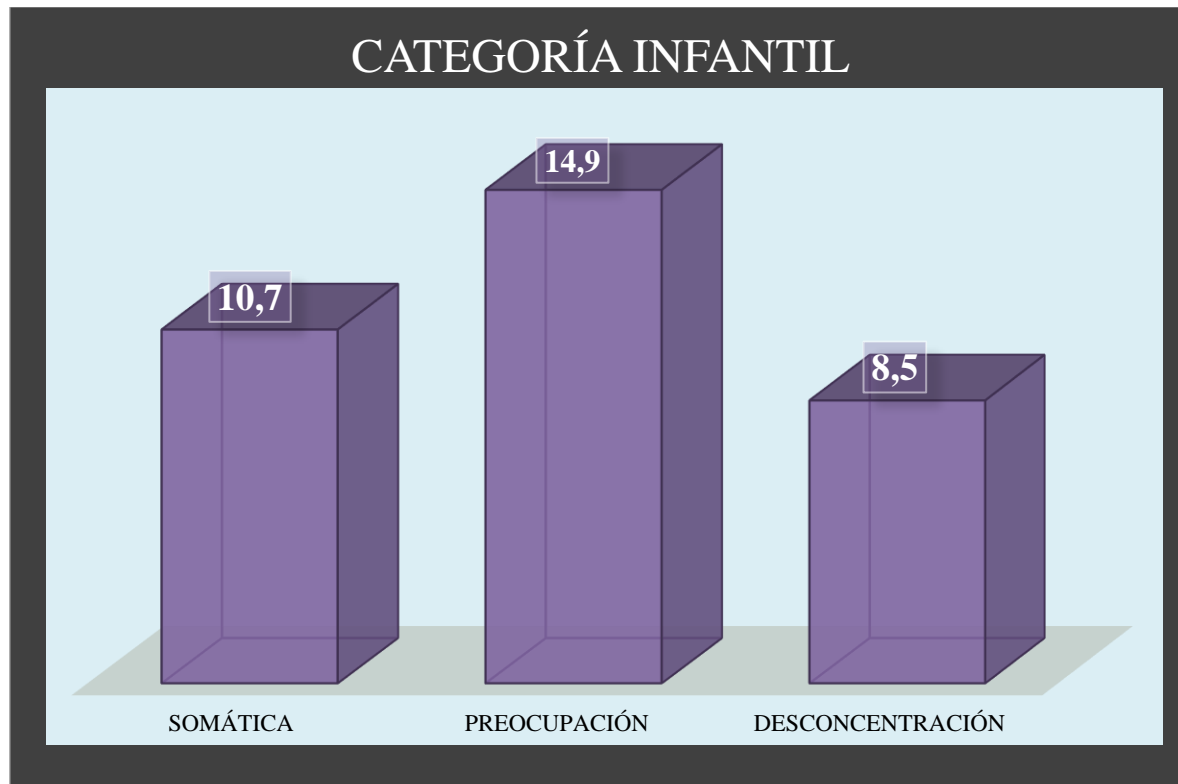
1.8.3 *Figura 1* Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.



1.8.4 *Figura 2* Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.



1.8.5 *Figura 3* Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.



1.8.6 *Figura 4* Descripción de las subescalas de test SAS-2 antes de una competencia.

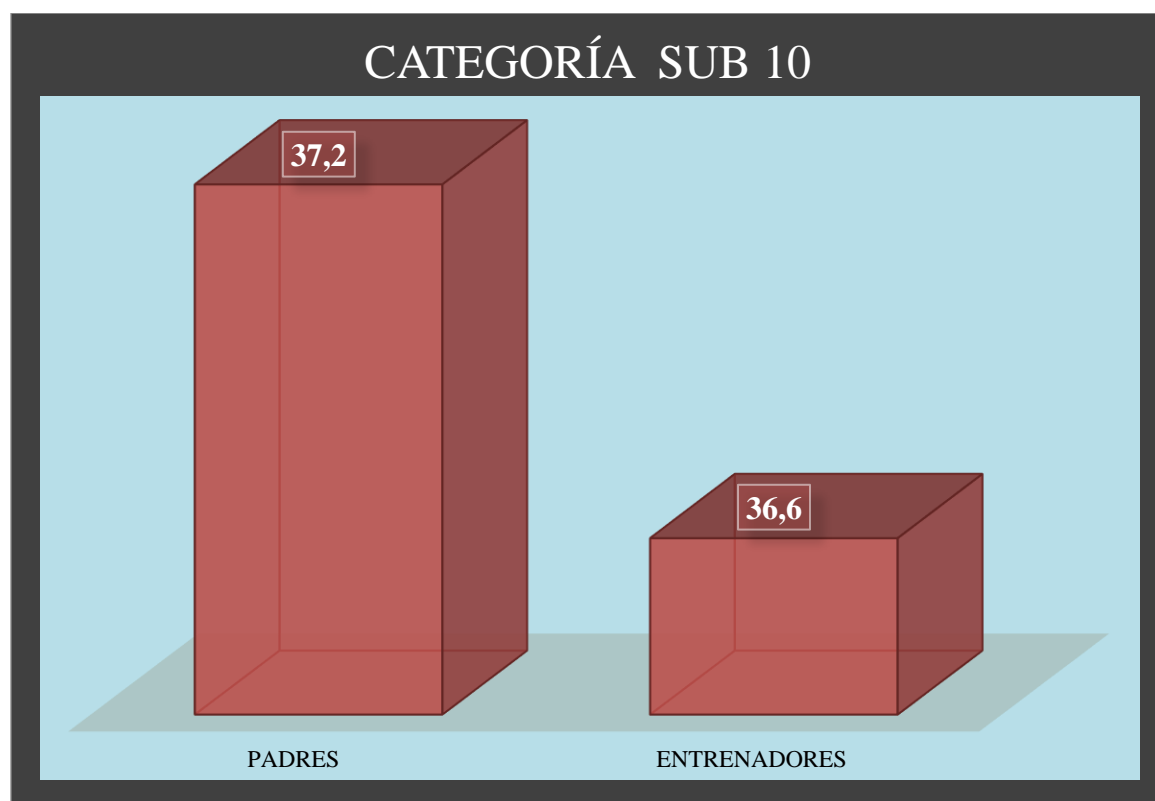
Encontramos resultados semejantes en todas las figuras demostrando que la escala de preocupación es el mayor porcentaje antes de la competencia en todas las categorías, pues refleja la intranquilidad que presentan las deportistas como perder el partido, jugar mal, decepcionar a los demás (compañeros, entrenadores y padres), entre otros.

1.8.7 Sport Climate Questionnaire (SCQ)

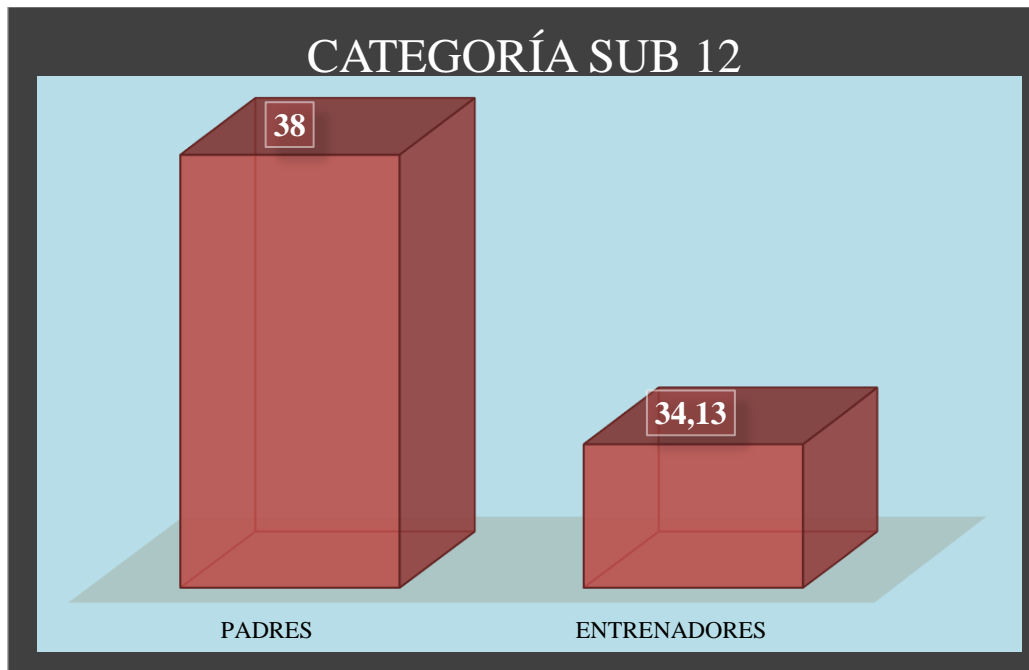
Los resultados obtenidos para conocer la influencia de padres y entrenadores antes de la competencia se muestran en la figura 5 y la figura 6 con un valor elevado de apoyo a las deportistas por parte de los padres en las categorías sub 10 y sub 12, a diferencia de las categorías sub 14 e infantil, la figura 7 y la figura 8 representan los valores que incrementan en el apoyo por parte del entrenador.

1.8.8 *Tabla 3* Estadístico descriptivo de resultados generales del test SCQ antes de una competencia.

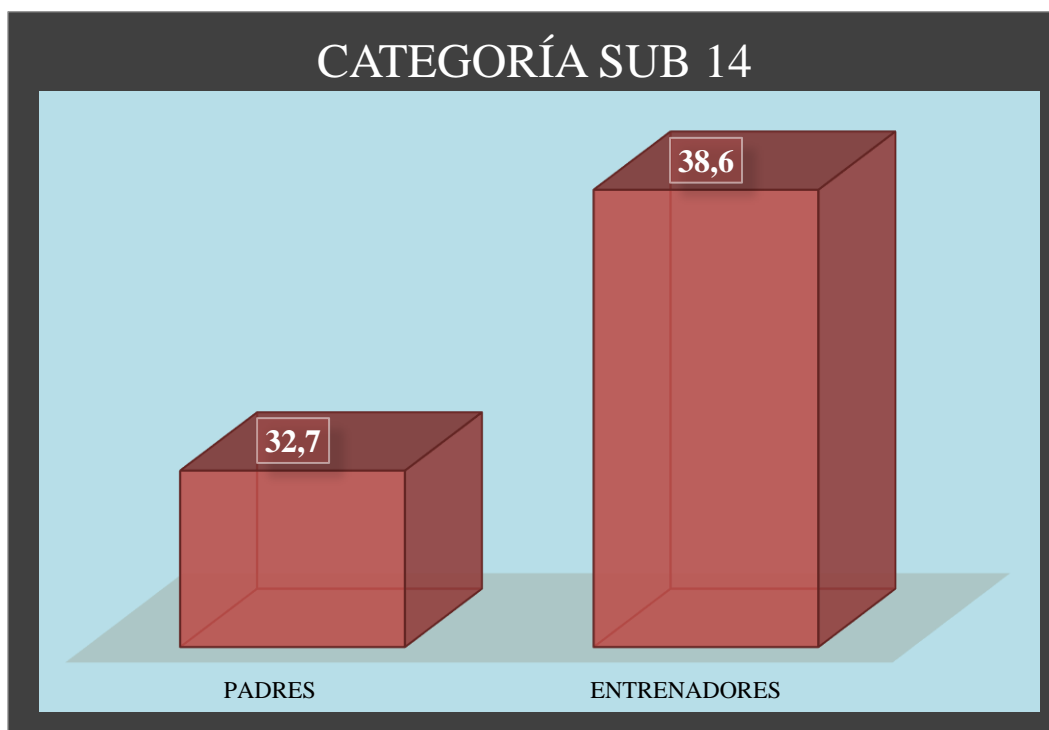
CATEGORÍA	SUB 10	SUB 12	SUB 14	INFANTIL
PADRES	37,2	38	34,2	32,7
ENTRENADORES	36,6	34,13	35,6	37,2



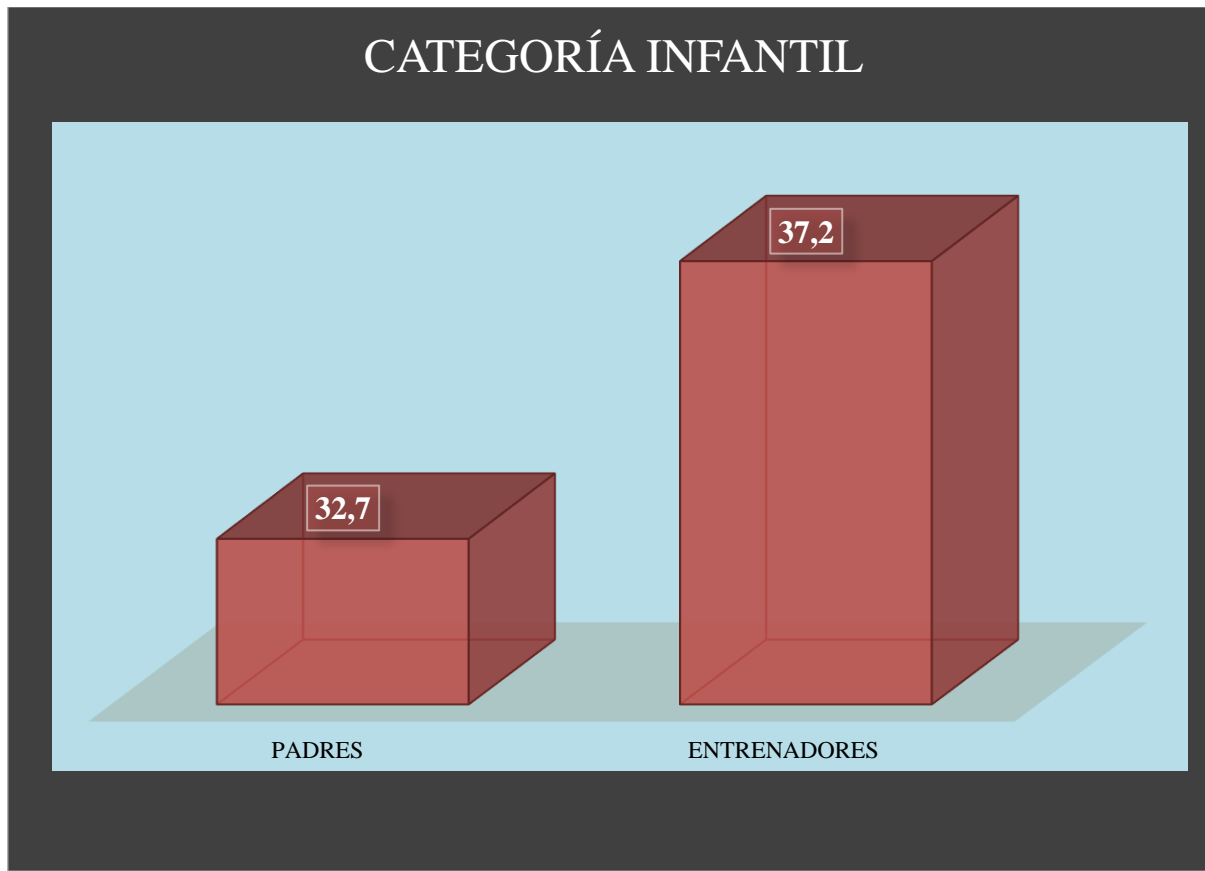
1.8.9 *Figura 5* Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



1.8.10 Figura 6 Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



1.8.11 Figura 7 Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



1.8.12 Figura 8 Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.

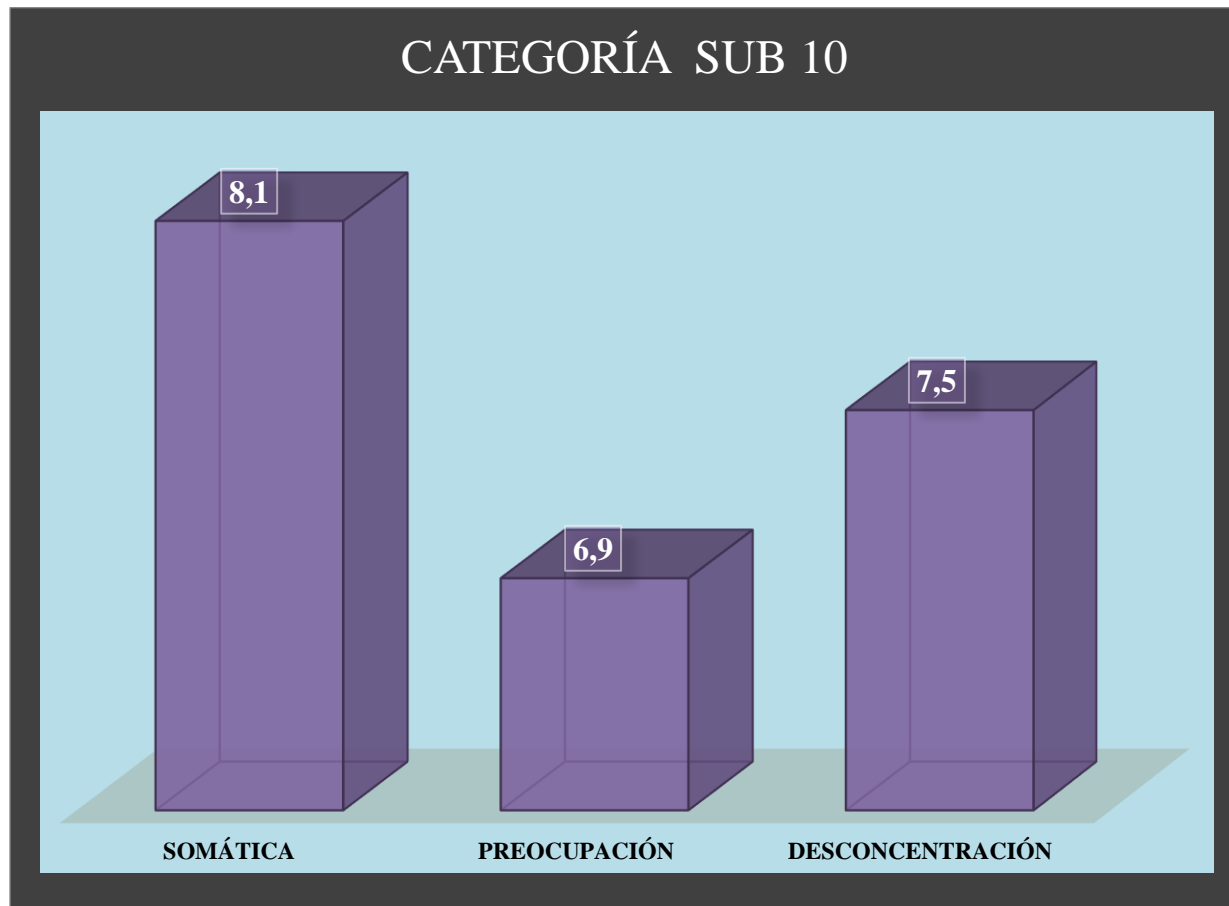
1.9 Resultados después de la competencia

1.9.1 Sport Anxiety Scale SAS-2

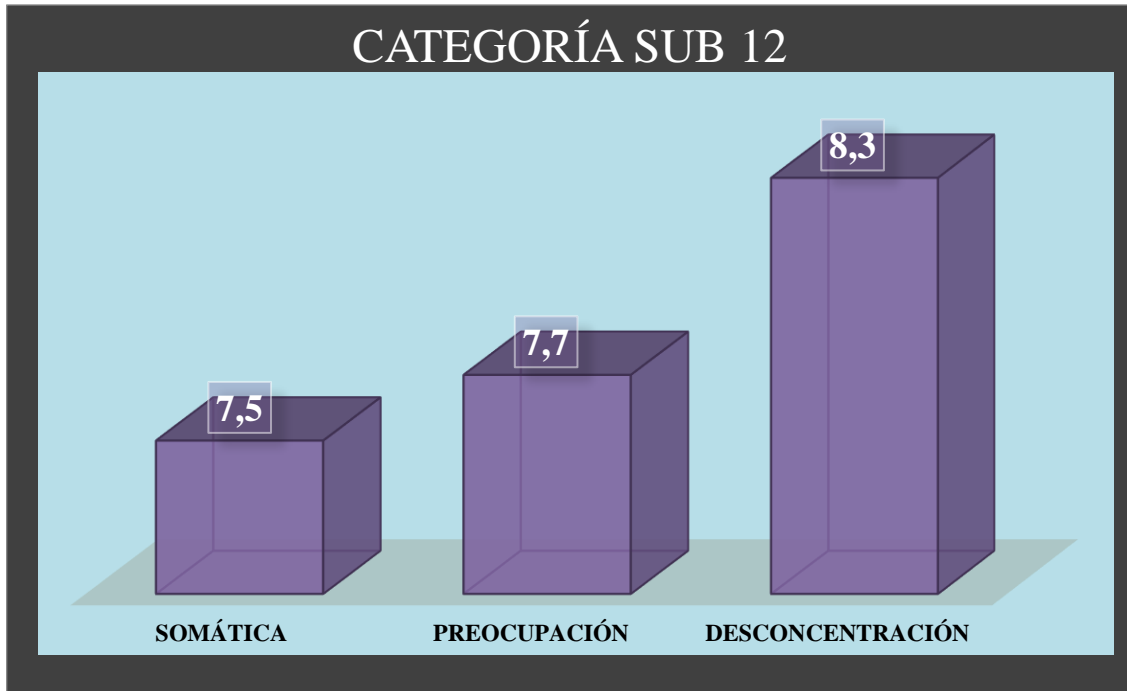
En lo que respecta a los resultados obtenidos después de la competencia encontramos que los valores de cada categoría varían ampliamente, en la figura 9 y la figura 11 se puede observar que la ansiedad somática es mayor a las otras escalas en las categorías sub 10 y sub 14; en la figura 10 hay un elevado nivel de desconcentración perteneciente a la categoría sub 12 y por último la figura 12 presenta mayor nivel de preocupación correspondiente a la categoría Infantil. Es necesario mencionar que aún después de los resultados obtenidos no sugieren que haya la presencia de ansiedad deportiva sin embargo existen diferencias notorias entre cada escala.

1.9.2 Tabla 4 Estadístico descriptivo de resultados generales del test SAS-2 después de la competencia.

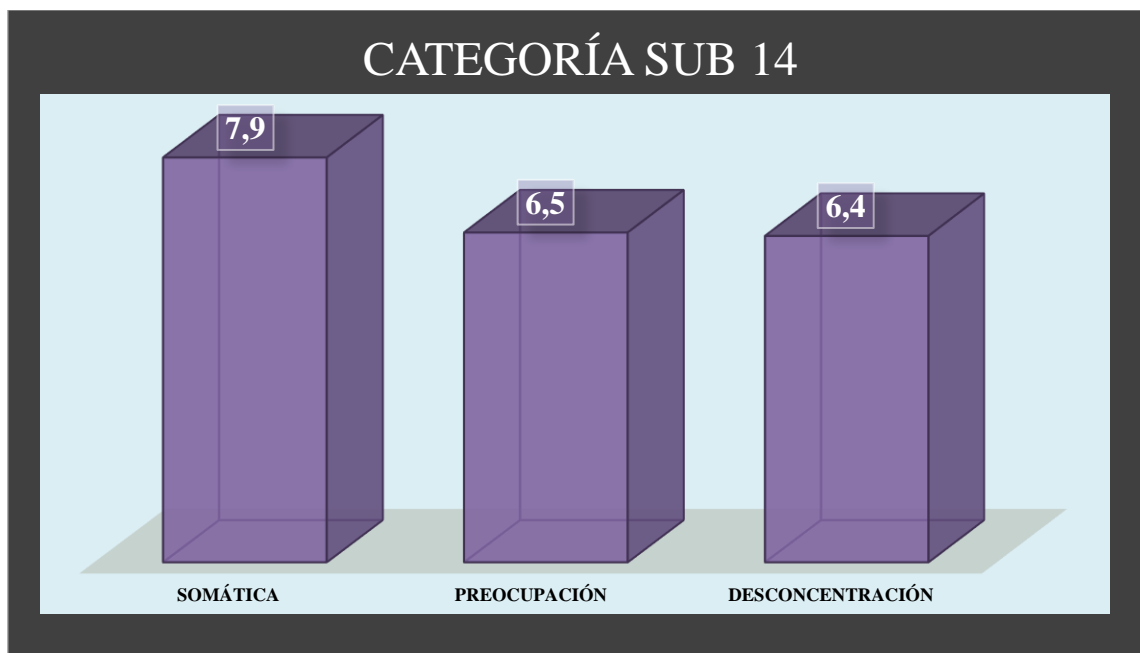
CATEGORÍA	SUB 10	SUB 12	SUB 14	INFANTIL
SOMÁTICA	8,1	7,5	7,9	5,8
PREOCUPACIÓN	6,9	7,7	6,5	7,9
DESCONCENTRACIÓN	7,5	8,3	6,4	7,5



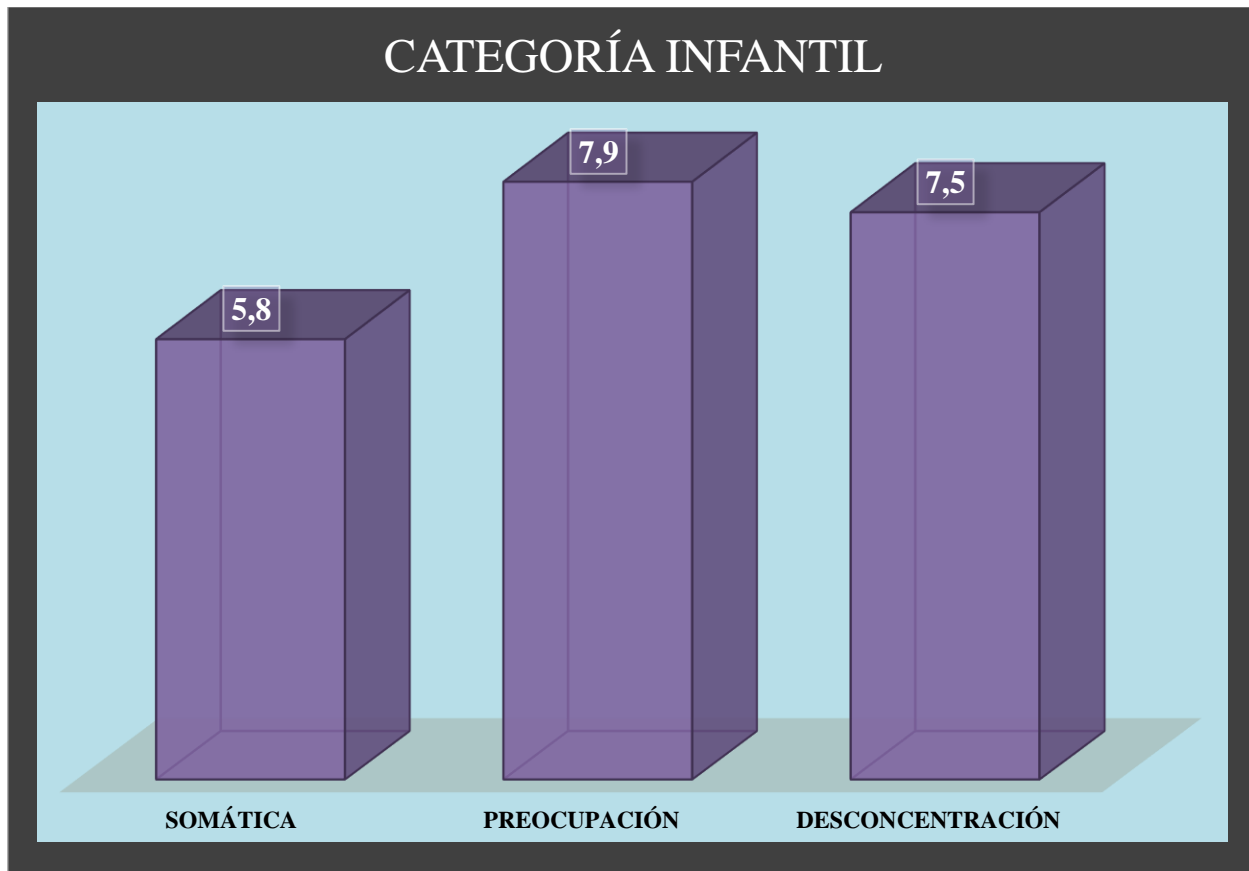
1.9.3 Figura 9 Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.



1.9.4 *Figura 10* Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.



1.9.5 *Figura 11* Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.



1.9.6 Figura 12 Descripción de las subescalas de test SAS-2 después de la competencia.

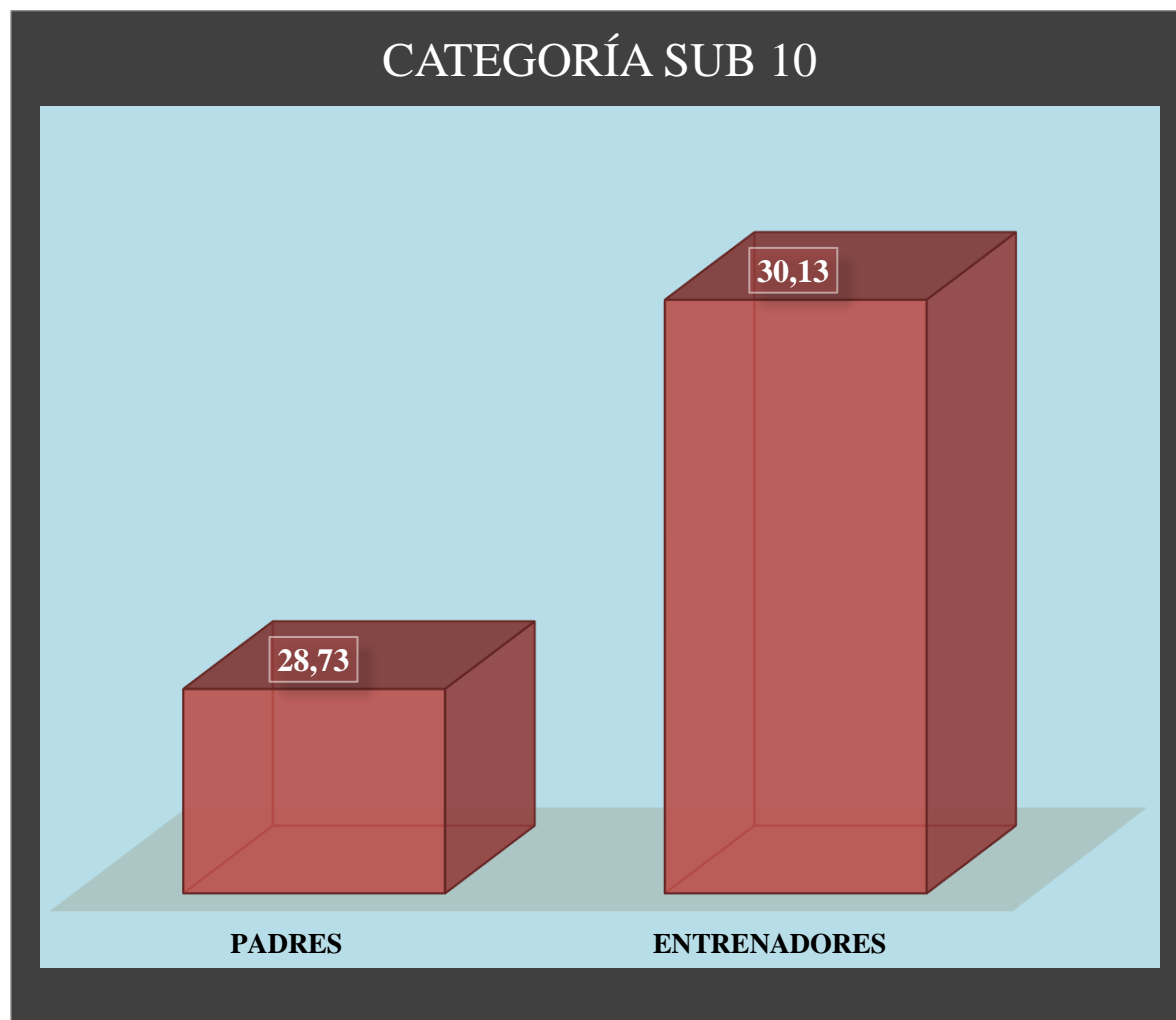
Se observó resultados variados en cada categoría en donde la escala somática reflejó síntomas físicos como nerviosismo y tensión, la desconcentración se manifestó con la falta de concentración en las actividades que debieron realizar las deportistas).

1.9.7 Sport Climate Questionnaire (SCQ)

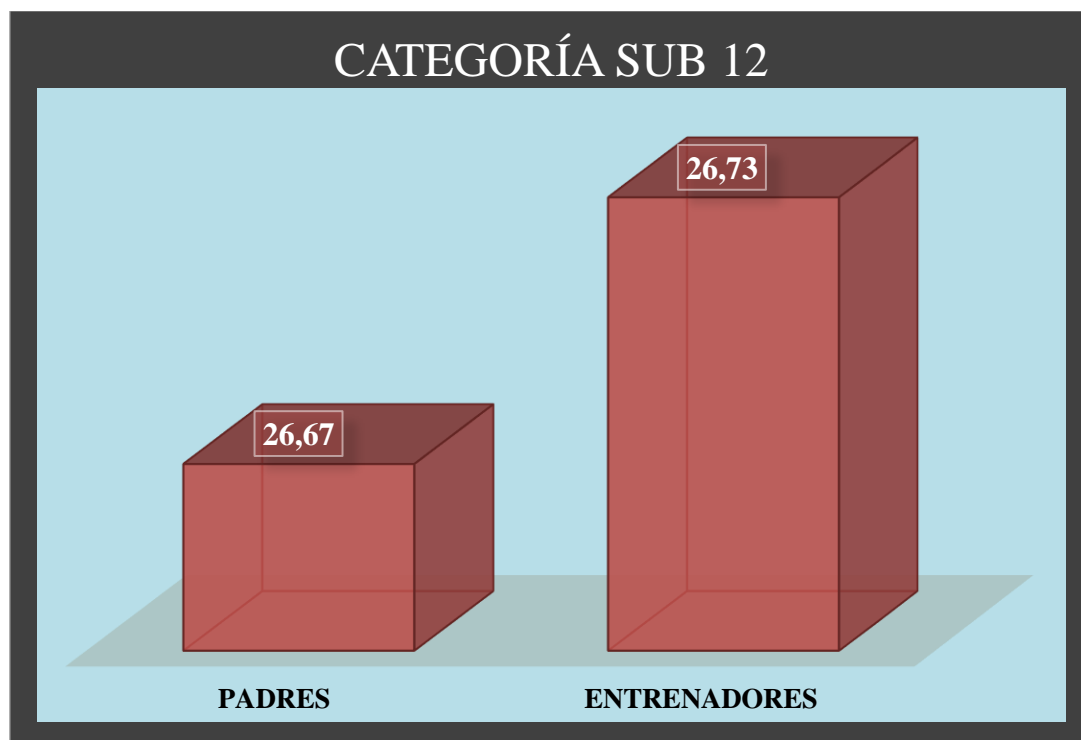
Los resultados obtenidos para conocer la influencia de padres y entrenadores después de la competencia demuestran que en todas las categorías se genera un alto valor de apoyo por parte de los entrenadores hacia sus deportistas, pero el nivel de apoyo de los padres es en menor porcentaje.

1.9.8 *Tabla 5* Estadístico descriptivo de resultados generales del test SCQ.

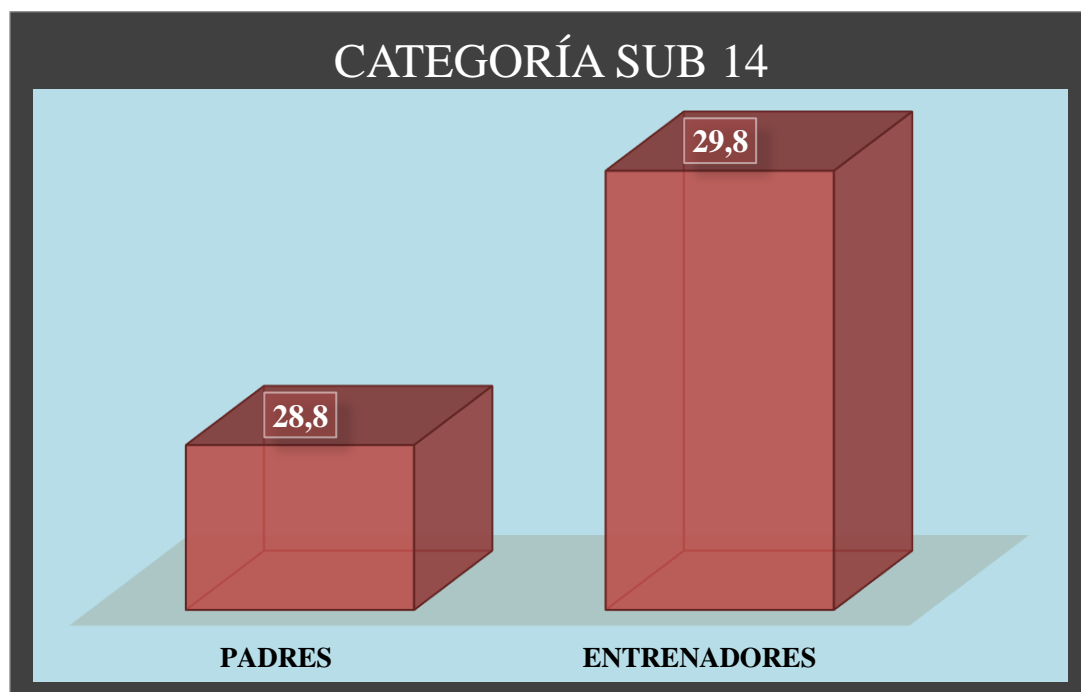
CATEGORÍA	SUB 10	SUB 12	SUB 14	INFANTIL
PADRES	28,73	27,67	28,8	33,4
ENTRENADORES	30,13	27,73	29,8	36,7



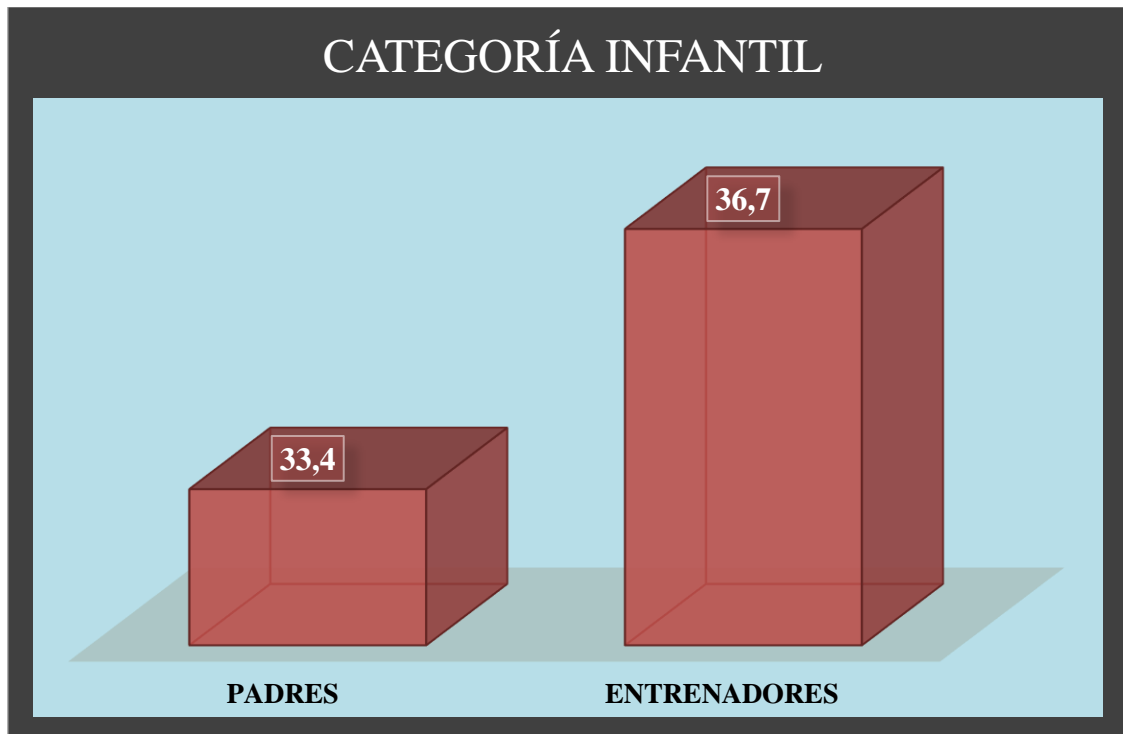
1.9.9 *Figura 13* Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



1.9.10 **Figura 14** Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



1.9.11 **Figura 15** Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.



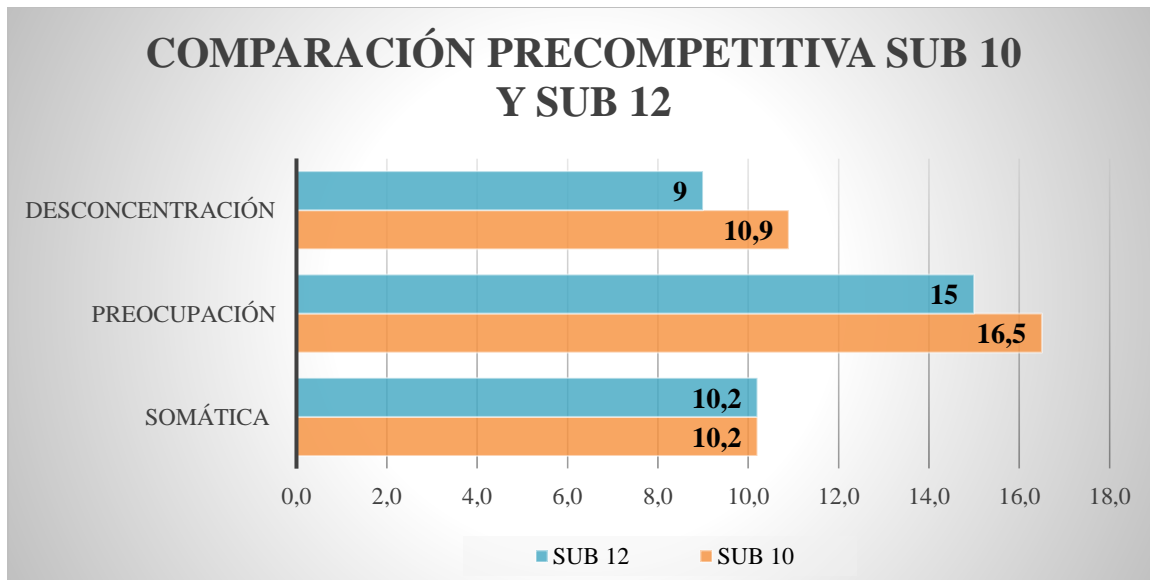
1.9.12 **Figura 16** Descripción del apoyo de padres y entrenadores antes de una competencia del test SCQ.

1.10 COMPARACIONES PRECOMPETITIVAS ENTRE CATEGORÍAS ANTES DE LA COMPETENCIA

Se realiza una diferenciación de los valores obtenidos antes de la competencia entre las categorías sub 10 y sub 12 y entre las categorías sub 14 e infantil, estas categorías tienen mayor relación entre edades y de esta manera existe mayor posibilidad de compararlas.

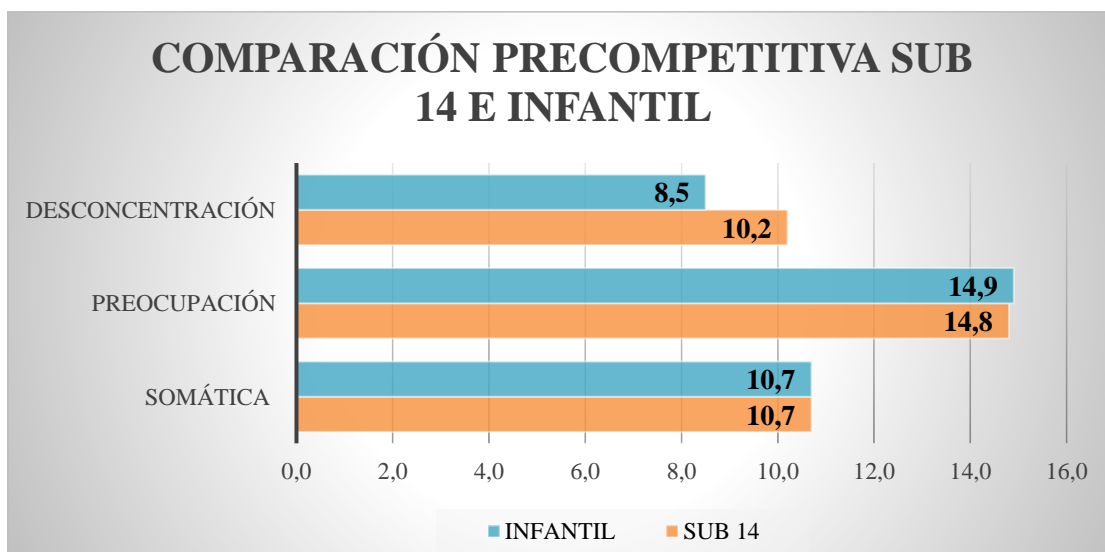
1.10.1 Sport Anxiety Scale (SAS-2)

Se puede observar en la Figura 17 la existencia de un alto porcentaje de preocupación en las categorías sub 10 y sub 12 lo que podría estar directamente relacionado con la inquietud de no tener un buen rendimiento durante la competencia siendo está más notoria en la categoría sub 10. En cuanto a la escala de desconcentración es más evidente en la categoría sub 10 por la falta de concentración y seguridad en las actividades a realizar a diferencia de la categoría sub 12 que expone una ligera variación en los niveles de desconcentración, en la escala somática de las dos categorías se presentan con valores iguales.



1.10.2 **Figura 17** Estadístico comparativo antes de la competencia del test SAS-2.

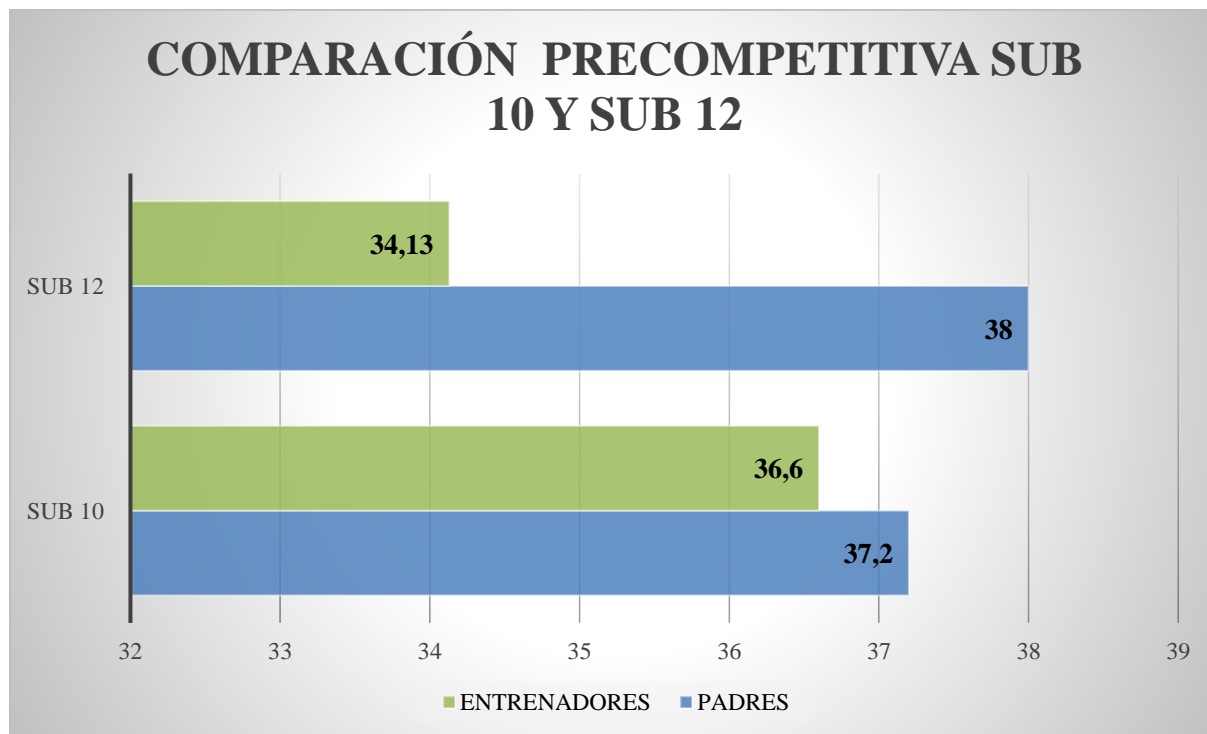
En la Figura 18 se analiza a las categorías sub 14 e infantil, las que presentan altos porcentajes de preocupación cuya diferencia es mínima entre sí tienen relación con el nerviosismo por desenvolverse de manera incorrecta en la competición. La categoría sub 14 tiene mayor nivel de desconcentración que la categoría infantil por la incapacidad de centrarse en las actividades a realizar en el partido y en la escala somática las dos categorías alcanzan valores similares que corresponden a la tensión del cuerpo.



1.10.3 **Figura 18** Estadístico comparativo antes de la competencia del test SAS-2.

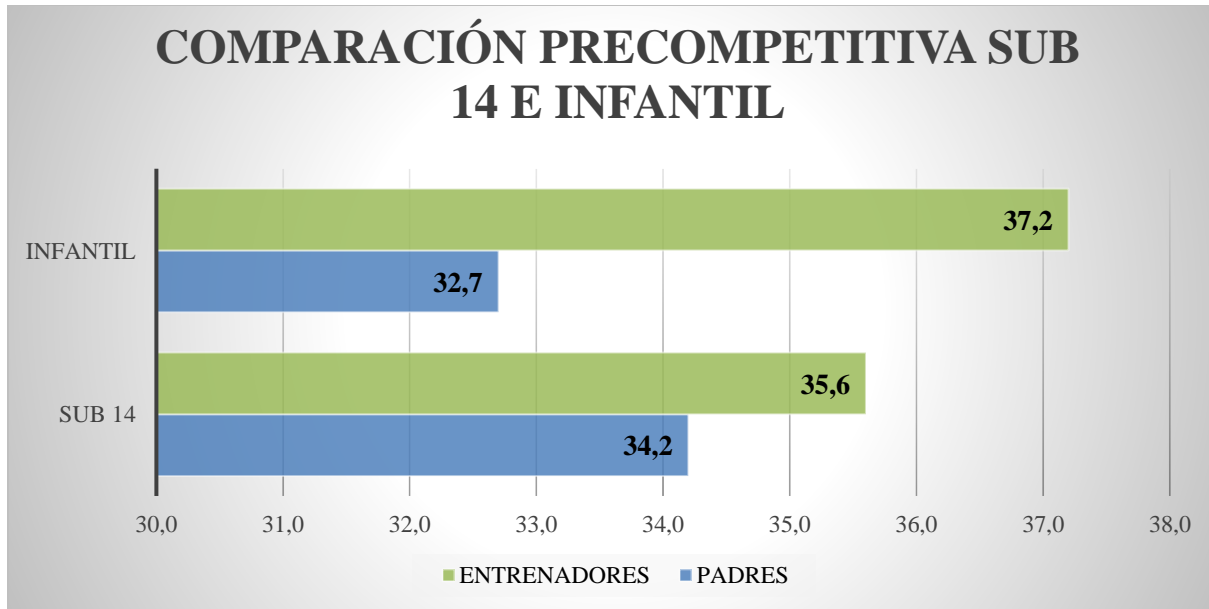
1.10.4 Sport Climate Questionnaire (SCQ)

En la Figura 19 se observa que el apoyo que reciben las deportistas de sus padres es eminente en las dos categorías, pero el apoyo del entrenador es menor en comparación con los padres, sin embargo, este apoyo se observa con un nivel más elevado para la categoría sub 10.



1.10.5 Figura 19 Estadístico comparativo antes de la competencia del test SCQ.

La Figura 20 demuestra que el nivel de apoyo y comprensión de los padres en la categoría sub 14, presenta un porcentaje elevado a comparación de la categoría sub 12 que genera un valor menor, por otra parte, el apoyo que reciben del entrenador es alto para las dos categorías con una pequeña diferencia a favor de la categoría infantil.



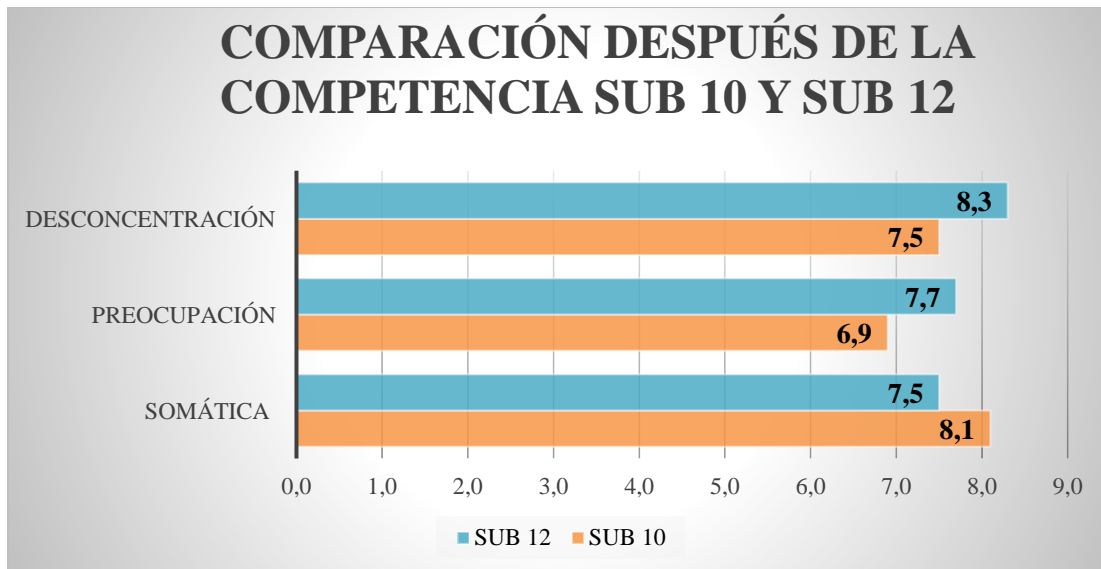
1.10.6 Figura 20 Estadístico comparativo antes de la competencia del test SCQ.

1.11 COMPARACIONES DESPUÉS DE LA COMPETENCIA

Se realiza una diferenciación de los valores obtenidos después de la competencia entre las categorías sub 10 y sub 12 y las categorías sub 14 e infantil, puesto que estas categorías tienen mayor relación entre edades y de esta manera existe mayor posibilidad de compararlas.

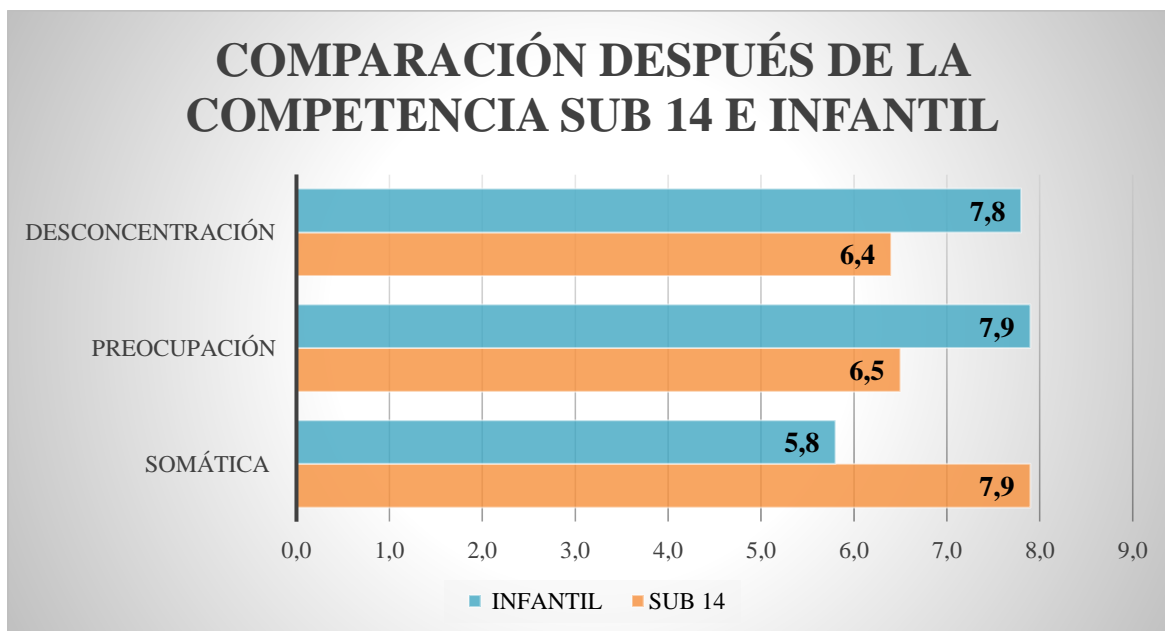
1.11.1 Sport Anxiety Scale (SAS-2)

En la Figura 21 se observa notablemente que las escalas de desconcentración, preocupación y ansiedad somática son altas en la categoría sub 12 en comparación a los valores obtenidos en la categoría sub 10 que tienen una leve disminución de valores en lo referente a la desconcentración y preocupación, pero se eleva el nivel de ansiedad somática.



1.11.2 **Figura 21** Estadístico comparativo después de la competencia del test SAS-2.

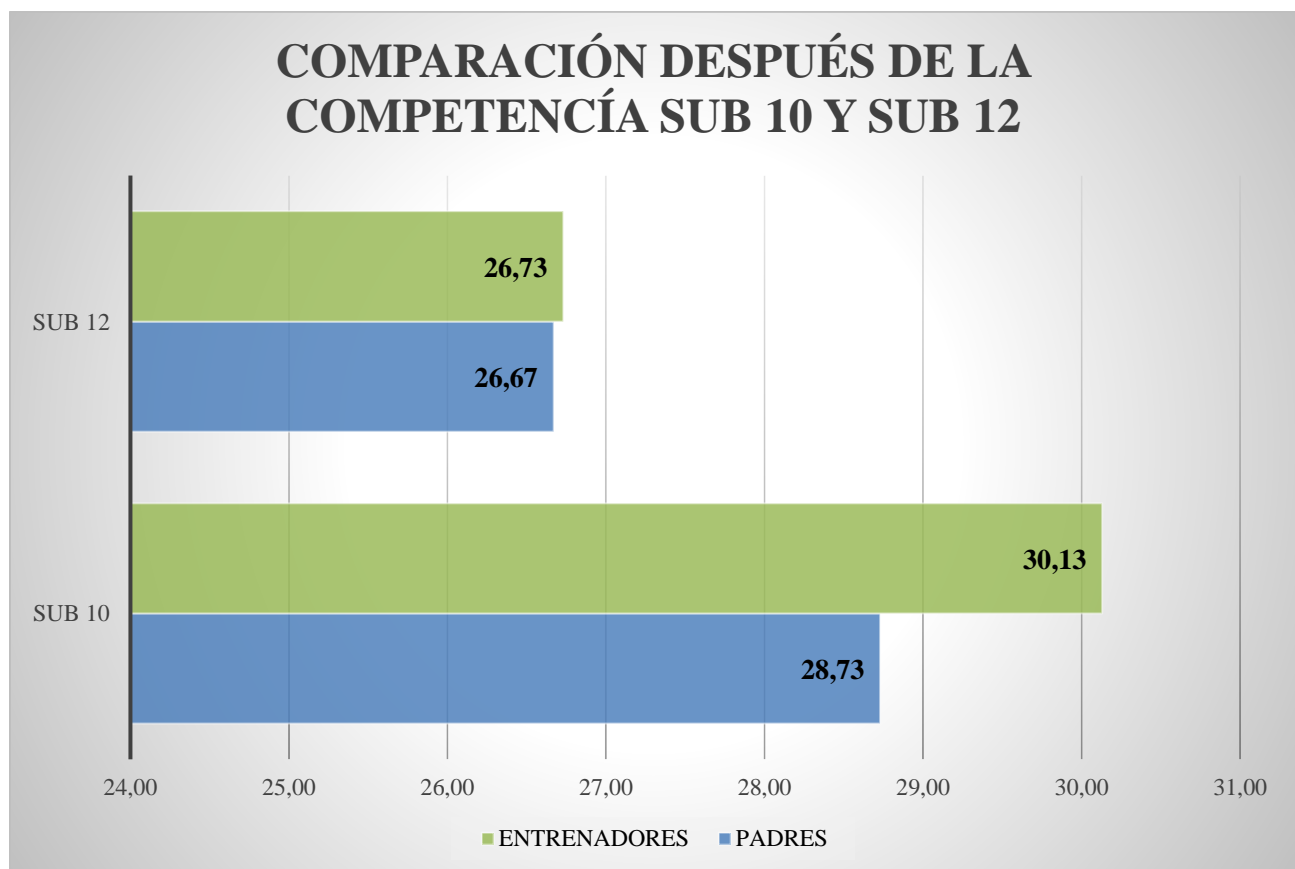
La Figura 22 muestra que la categoría infantil tiene valores altos de desconcentración y preocupación, pero la escala somática presenta un menor valor, por otra parte la categoría sub 14 genera menores niveles desconcentración y preocupación comparados con la categoría infantil pero esta categoría incrementa el valor de ansiedad somática.



1.11.3 **Figura 22** Estadístico comparativo después de la competencia del test SAS-2.

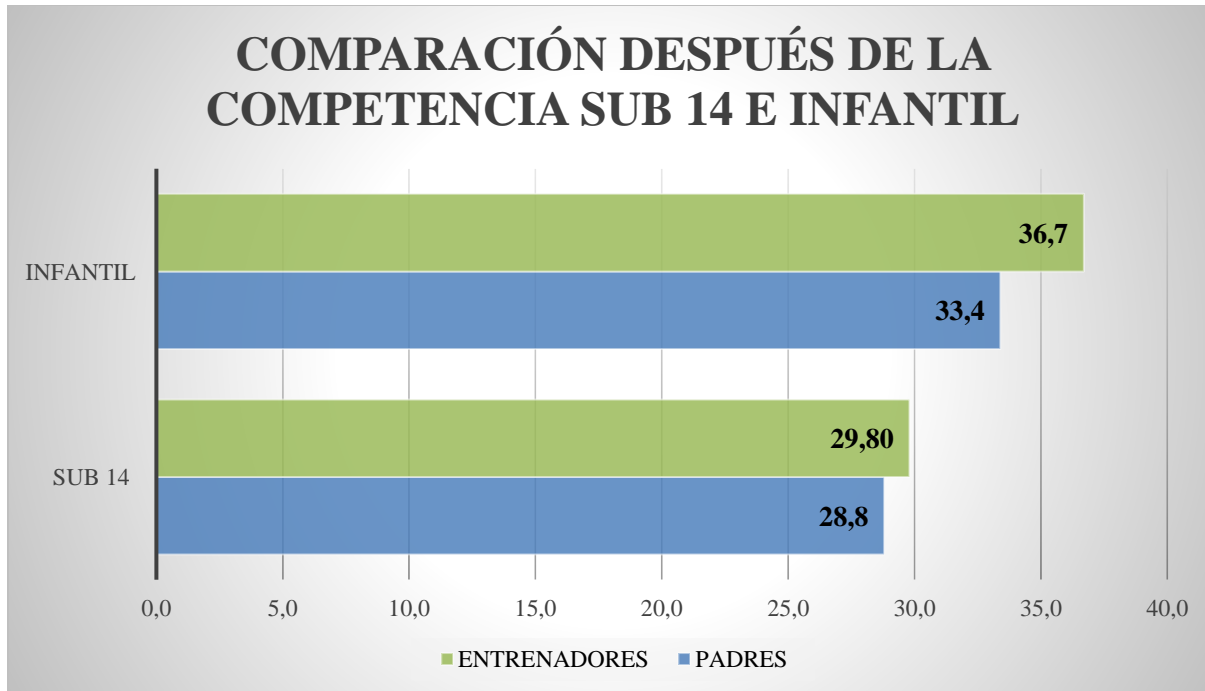
1.11.4 Sport Climate Questionnaire (SCQ)

En la Figura 23 se puede notar un nivel alto de apoyo de los padres hacia los deportistas en ambas categorías, pero en mayor valor para la categoría sub 10. El apoyo del entrenador es mayor en la categoría sub 10 y menor en la categoría sub 12.



1.11.5 **Figura 23** Estadístico comparativo después de la competencia del test SCQ.

La Figura 24 demuestra que, el nivel de apoyo de los padres y el entrenador es alto en ambas categorías, pero con apoyo mayor para la categoría infantil que para la sub 14, en cuanto al apoyo del entrenador es en mayor cantidad para la categoría infantil.



1.11.6 **Figura 24** Estadístico comparativo después de la competencia del test SCQ.

CAPITULO IV

1.12 Conclusiones

Los resultados obtenidos en el presente estudio reflejan ausencia de ansiedad, sin embargo, dependiendo de las categorías se acentúan valores más altos en la preocupación o desconcentración.

- En los resultados de la ansiedad antes de la competencia las deportistas indican que al participar en este evento experimentaron mayor nivel de preocupación repitiéndose los mismos resultados de esta escala en todas las categorías, también se pudo observar que la ansiedad somática demuestra resultados semejantes en cada categoría y en cuanto a la desconcentración los niveles varían, pero en menor medida. Después de la competencia, se pudo constatar que los resultados obtenidos de cada categoría varían ampliamente pues la ansiedad somática es mayor a las otras escalas en las categorías sub 10 y sub 14 pero la desconcentración es mayor en la categoría sub 12 en relación con las demás categorías y la preocupación es más notoria en la categoría Infantil.
- En cuanto al grado en que los deportistas perciben el apoyo de sus entrenadores antes de la competencia abarca valores que dan a conocer que el soporte que reciben las deportistas de sus

padres es alto con una pequeña variación en la categoría infantil que se presenta en menor medida y el apoyo del entrenador se presenta en menor porcentaje para la categoría sub 12 pero con valores mucho más altos en el resto de categorías. Después de la competencia los resultados son altos en cuanto al apoyo de los padres y los entrenadores en todas las categorías.

- Después de lo expuesto anteriormente tenemos que los resultados obtenidos antes y después de la competición fueron comparados considerando las edades de las deportistas que se pueden relacionar entre sí, también es necesario mencionar que antes de la competencia se dio un predominio de la escala de preocupación en la mayoría de las categorías, pero después de la competencia hay un aumento de valores en la escala somática. El apoyo de los padres y entrenadores está presente en todas las categorías antes y después de la competencia, pero en algunas categorías varían sus resultados.

1.13 Discusión

Los resultados encontrados, en el marco a determinar el grado de ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes y después de una competencia en deportistas de las categorías sub 08, 12 y 14 de la escuela de baloncesto “Sor Teresa Valsé”; han evidenciado que, a nivel general, las deportistas no presentan signos importantes de ansiedad. Sin embargo, el análisis pre y post competencia por categorías, indica ciertas características de ansiedad en el grupo estudiado:

Así, el test Sport Anxiety Scale (SAS-2) muestra que antes de la competencia las deportistas en todas las categorías experimentan mayor nivel de preocupación y ansiedad somática frente a la incertidumbre del evento deportivo que se acerca; mientras que los niveles de desconcentración se presentan en menor medida. Por otra parte, después de la competencia, los resultados de cada categoría varían ampliamente pues la ansiedad somática es mayor en la categoría sub 14, la desconcentración es mayor en la categoría sub 12 y la preocupación es más notoria en la categoría infantil. Al respecto, Ramis et al (2010) señalan que estas dimensiones son propias de la ansiedad deportiva, las cuales surgen como una reacción a nivel mental causada por expectativas negativas sobre las tareas a realizar y que se expresan a nivel fisiológico (tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago) o cognitivo (desconcentración, preocupación). De ahí que, considerando que estas señales de ansiedad surgen de expectativas negativas, se puede indicar un primer papel importante del entrenador y de los padres para reforzar la autoconfianza de las deportistas y reducir estos sentimientos negativos.



Respecto al apoyo que reciben las deportistas de sus padres, el test SCQ, indica que antes de la competencia hay valores altos de apoyo en las categorías sub 10, 12 y 14, mientras que en la categoría infantil se presenta en menor medida. Por su parte, el apoyo del entrenador se presenta en menor porcentaje para la categoría sub 12 pero con valores mucho más altos en el resto de categorías. Después de la competencia, los resultados muestran que el apoyo de los padres es más alto. Al respecto, Amenabar, Sistiaga, García (2008), plantean que los padres son considerados uno de los factores de influencia más importantes en la actividad física de los deportistas de iniciación puesto que ellos orientan y motivan de manera continua el interés de sus hijos en la práctica deportiva. De igual manera, Garrido, Campos y Castañeda (2010) señalan que, cuando se habla del término deporte, hay que tener en cuenta los agentes sociales que influyen en toda práctica de actividad física, ya sean técnicos deportivos, compañeros o padres/madres; “más aún, si hablamos del deporte en los niños, estos agentes sociales cobran una especial relevancia en su actividad deportiva” (p. 174). Es decir que, en deportistas pequeños, como los grupos estudiados en esta investigación, el apoyo de los padres y su presencia en los eventos deportivos, es muy importante.

Por otra parte, comparando los resultados generales antes y después de la competencia, se ha encontrado un predominio de la escala de preocupación en la mayoría de las categorías pre competencia, y un aumento de valores en la escala somática post competencia, lo cual, se corresponde con lo planteado por Ruíz y Zarauz (2013), quienes mencionan que en la ansiedad deportiva, la dimensión cognitiva son reacciones propias de las expectativas del deportista sobre lo que se espera del evento deportivo; mientras que la dimensión somática se presenta como reacción física del cuerpo, que, si bien puede presentarse antes de la competencia, también puede aparecer como una descarga de la tensión que se ha vivido durante la competencia.

Identificar la presencia de estas dimensiones en los grupos deportivos, no solo sirve para determinar el papel de los padres en la vida deportiva de sus hijos, sino que, constituye una base de información relevante para el entrenador para evaluar y comprender el impacto de la ansiedad en sus alumnos, y en base a ello, tomar medidas preventivas, puesto que, “la ansiedad cognitiva y la ansiedad fisiológica incrementan la vulnerabilidad del deportista a lesionarse” (Olmedilla, Andreu, Ortín y Blas, 2009, p. 54); es decir que, la ansiedad no solo impacta en el rendimiento del deportista, sino que además repercute en su autoconfianza y lo pone en riesgo de lesionarse por su desconcentración o su pérdida de control debido a la reacción fisiológica de su propio cuerpo ante la ansiedad.

Finalmente, todo grupo deportivo requiere desarrollarse en un clima de motivación que haga frente a la ansiedad, por lo que, los entrenadores deben tener en cuenta el estudio de la ansiedad precompetitiva en sus estudiantes, y de la mano, deben insistir en la motivación del deportista, como dos elementos esenciales para lograr buenos resultados en la competencia. Al respecto, Viñoles (2015), señala que “el 80 % de los niños que se inician en el deporte lo abandonan, estando entre las causas más significativas, la actuación del entrenador y la falta de refuerzos positivos” (p. 22). De ahí que, el apoyo y la comunicación del entrenador es fundamental para mejorar además del rendimiento deportivo, la autoconfianza y el clima motivacional; pues, al contrario, cuando el entrenador no favorece la motivación las consecuencias se evidencian en deportistas que sienten que no aprenden, que sienten que no avanzan, se desmotivan, se alejan y el equipo se divide.

1.14 Recomendaciones

La importancia de conocer la ansiedad que presentan los deportistas en las competencias es indispensable, pues permite entender las necesidades que pueden tener las deportistas antes y después de una competencia, es por ello que en base a este trabajo se sugiere:

- Aplicar los test psicológicos antes de empezar una temporada de competencia y después de finalizar la misma.
- Integrar la preparación psicológica al desarrollo del deportista ya que la psicología deportiva es un elemento que influye en los fundamentos técnicos y tácticos de los deportistas.
- Realizar los análisis comparativos mediante el software SPSS, para obtener la recopilación de datos, crear estadísticas, correlaciones, influencia de variables y estadísticas descriptivas más precisas.
- Motivar y encaminar desde el punto de vista de la psicología deportiva la influencia que tienen los padres para mejorar la experiencia de los deportistas en la actividad física tanto en el ámbito de ocio, recreación y competición.
- Promover como profesionales de Cultura Física el respaldo de los entrenadores hacia sus deportistas con actitud motivacional en todo momento ya que es él quien tiene la relación más directa con los deportistas.

1.15 Referencias



- Alcazar, S. (2014). La influencia del contexto social sobre la motivación de entrenadores y deportistas: una visión desde la teoría de la autodeterminación (Tesis de doctoría inédita), Universidad Autónoma de Barcelona, España.
- Amenabar, B., Sistiaga, J y García, E. (2008). Revisión de los distintos aspectos de la influencia de l padres y las madres en la práctica de la actividad física y el deporte. *Apunts Educación Física y Deportes*. 3(93), 29-35.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J y Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española de cuestionario de clima en el deporte. *Revista de psicología del deporte*, 18(1), 73-83.
- Belloch, A., Sandín, B y Ramos, F. (2000) “ Manual de Psicopatología”. España: Isabel Capella.
- Beck, A. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias: a cognitive perspective*. New York.
- Bucéta, J. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Bucéta, J. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
- Bustamante, G. (2011). *Aproximación al muestreo estadístico en investigaciones científicas*. La Paz: Revistas Bolivarianas.
- Cervantes, J., Rodas, G y Capdevila, Ll. (2009). Perfil psicofisiológico de rendimiento en nadadores basado en la variabilidad de la frecuencia cardíaca y en estados de ansiedad precompetitiva. 18, (1), 37-52.
- García, A., Palou, P., Smith, R., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R y Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de psicología del deporte*, 20(1), 197-207.
- Garrido, M., Campos, M., y Castañeda, C. (2010). Importancia de los padres y madres en la competición deportiva de sus hijos. *Revista Fuentes*, 10, 173-194.
- Granados, S., Guzmán, M y Sánchez, M. (2009). El comportamiento de los padres en el deporte. *Retos. Nuevas tendencias de Educación Física, Deporte y Recreación*. 15, 29-34.
- Guillen, F., Sánchez, F., & Márquez, S. (marzo, 2003). La ansiedad en jugadoras de la liga española de baloncesto. *Archivos de medicina del deporte*, 20(95), 213-220.
- Hernández, E. (2005). *Guía para padres: deporte escolar, padres e hijos*. Valencia: Fundación Deportiva Municipal.



- Navarro, J., Amar, Jorge., & González, C. (1995). Ansiedad pre-competitiva y conductas de autocontrol en jugadores de futbol. *Revista de psicología del deporte*, 4(2), 7-17.
- Olmedilla, A., Andreu, M., Ortín, F., y Blas, A. (2009). Ansiedad competitiva, percepción de éxito y lesiones: un estudio en futbolistas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 9(33), 51-66. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54222999005>.
- Ramírez, A. (2005). Padres y desarrollo de los hijos: prácticas de crianza. *Estudios Pedagógicos*, 31 (2), 167-177.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., & Cruz, J. (2010). Adaptación y validación de la versión española de la escala de ansiedad competitiva SAS-2 para deportistas de iniciación. *Psicothema*, 22(4), 1004-1009.
- Romero, A., García, A y Brustad, R. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar Psicológico en Psicología del Deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347.
- Ruíz, F. & Zarauz, A. (Julio, 2013) Análisis de la ansiedad en el atletismo., un estudio con veteranos. *International Journal of Sport Science*, 9(33), 223.
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (Marzo, 2003). Ansiedad, Angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista mal estare e subjetividade*, 3(1), 10-59.
- Spielberger, C. (1989). *Anxiety in sports: An international perspective*. New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Tobar, B. (2014). Evaluación de la efectividad del entrenamiento de estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad precompetitiva en tenisesistas. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 67-74.
- Torregosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Viladrich, C y Villamarín, F. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de psicología*, 39(2) ,227-237.
- Viñoles, M. (2015). *Incidencia de la ansiedad en el fútbol juvenil de alto rendimiento*. Montevideo: Universidad de la República de Uruguay.



Anexos

Permiso de padres para la participación de su hijo en un proyecto de evaluación

Estimado(s) padres o tutor:

Reciban un cordial saludo, Somos estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad de Cuenca carrera de Cultura Física, estamos llevando a cabo un Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías 08, 12 y 14, como requisito para obtener la Licenciatura en Cultura Física, El objetivo del estudio es determinar el grado de ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia. Por lo cual solicitamos autorice a su representada participe voluntariamente en el estudio.

El estudio consiste en llenar tres test de 15 preguntas cada uno, esto les tomaran un tiempo aproximado de 30 minutos. La información obtenida a través de este, su nombre no será utilizado. Usted tiene el derecho de retirar a su hija en cualquier momento. El estudio no conlleva ningún riesgo, ni recibe ningún beneficio. Los resultados del mismo estarán disponibles en el repositorio digital de la Universidad de Cuenca.

Si tiene alguna duda o pregunta sobre el estudio puede comunicarse con nosotros por medio del mail dianapuninrojas@yahoo.es.

.....

AUTORIZACIÓN

Yo..... representante de autorizo a mi representada a participar en el estudio de las estudiantes de la Facultad de Filosofía de la Universidad de Cuenca carrera de Cultura Física Diana Punín y Yadira Tigre sobre Análisis comparativo de la ansiedad deportiva e influencia de los padres y entrenadores antes de una competencia en deportistas de las categorías 08, 12 y 14.



SAS-2

Por favor, lea las siguientes afirmaciones y marca el número que mejor explica cómo te sientes tú normalmente antes o durante de la competencia.

Antes o mientras juego o compito	Nada	Un poco	Bastante	Mucho
Me cuesta concentrarme en el partido.	1	2	3	4
Siento que mi cuerpo esta tenso.	1	2	3	4
Me preocupa no jugar bien.	1	2	3	4
Me cuesta centrarme en lo que se supone que tengo que hacer.	1	2	3	4
Me preocupa desilusionar a los demás (compañeros, entrenadores, padres,etc.).	1	2	3	4
Antes o mientras juego o compito	Nada	Un poco	Bastante	Mucho
Siento un nudo en el estómago.	1	2	3	4
Pierdo la concentración en el partido.	1	2	3	4
Me preocupa no jugar todo lo bien que puedo.	1	2	3	4
Me preocupa jugar mal.	1	2	3	4
Siento que mis músculos tiemblan.	1	2	3	4
Antes o mientras juego o compito	Nada	Un poco	Bastante	Mucho
Me preocupa hecharlo a perder durante el partido.	1	2	3	4
Tengo el estómago revuelto.	1	2	3	4
No puedo pensar con claridad durante el partido.	1	2	3	4
Siento mis músculos tensos porque estoy nervioso.	1	2	3	4
Me cuesta concentrarme en lo que mi entrenador/a me pide que haga.	1	2	3	4

¡MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!

SCQ



A continuación, indica por favor como ves la participación de tu ENTRENADOR en la práctica de tu deporte. Si en tu equipo hay varios entrenadores, piensa en aquél con quien pasas más tiempo:

	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mi entrenador me ofrece distintas alternativas y opciones.	1	2	3
Me siento comprendida por mi entrenador.	1	2	3
Tengo la posibilidad de poder comunicarme fácilmente con mi entrenador mientras estoy entrenando.	1	2	3
Mi entrenador hace que yo confíe en mi habilidad para hacerlo bien en mi deporte.	1	2	3
Me siento aceptada por mi entrenador.	1	2	3
	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mi entrenador se asegura que yo realmente entienda cual es mi papel en mi deporte y de lo que tengo que hacer.	1	2	3
Mi entrenador me anima a que le pregunte lo que quiera saber.	1	2	3
Confío mucho en mi entrenador.	1	2	3
Mi entrenador responde a mis preguntas con esmero (detenidamente y en detalle).	1	2	3
A mi entrenador le interesa saber la forma en que me gusta hacer las cosas.	1	2	3
	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mi entrenador maneja muy bien las emociones de la gente.	1	2	3
Mi entrenador se preocupa de mí como persona.	1	2	3
No me sienta nada bien la forma en la que me habla mi entrenador.	1	2	3
Mi entrenador trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas.	1	2	3



Me siento capaz de compartir mi sentimientos con mi entrenador.	1	2	3
---	---	---	---

SCQ

A continuación, indica por favor como ves la participación de tus PADRES en la práctica de tu deporte.

En relación al deporte.....	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mis padres me ofrecen distintas alternativas y opciones.	1	2	3
Me siento comprendida por mis padres.	1	2	3
Puedo comunicarme fácilmente con mis padres sobre cosas del deporte.	1	2	3
Mis padres hace que yo confíe en mi habilidad para hacerlo bien en mi deporte.	1	2	3
Me siento valorada por mis padres en relación al deporte.	1	2	3
En relación al deporte.....	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mis padres me ayudan a entender cuál es el papel del deporte en mi vida.	1	2	3
Mis padres me animan a que les pregunte lo que quiera saber en relación al deporte.	1	2	3
Confío mucho en mis padres.	1	2	3
Mis padres responde a mis preguntas relacionadas con el deporte con esmero (detenidamente y en detalle).	1	2	3
A mis padres les interesa saber la forma en que me gusta hacer las cosas en el deporte.	1	2	3

En relación al deporte.....	Nada verdadero	Más o menos	Totalmente verdadero
Mis padres comprenden muy bien mis emociones en relación al deporte.	1	2	3
Mis padres se preocupan de mí como deportista.	1	2	3
No me siento nada bien la forma en la que me hablan mis padres cuando hablamos de mi deporte.	1	2	3
Mis padres tratan de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas en relación al deporte.	1	2	3
Me siento capaz de compartir mi sentimientos en relación al deporte con mis padres.	1	2	3





