



**FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**TESIS  
HABILIDADES PSICOLÓGICAS Y MOTIVACIÓN  
DEPORTIVA EN DEPORTISTAS CALIFICADOS,  
CHICLAYO 2017.**

**PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**Autora:**

**Br. Alván Muro Miriam Jaqueline**

**Asesor:**

**Dr. Abanto Vélez Walter Iván**

**Línea de Investigación:**

**Psicología**

**Pimentel - Perú**

**2019**

**HABILIDADES PSICOLÓGICAS Y MOTIVACIÓN DEPORTIVA EN  
DEPORTISTAS CALIFICADOS, CHICLAYO 2017.**

Aprobación de la Tesis

---

Dr. Walter Iván Abanto Vélez

**Asesor metodólogo**

---

Mg. Paula Delgado Vega

**Presidente del jurado de tesis**

---

Mg. Karla Elizabeth López Ñiquen

**Secretario del jurado de tesis**

---

Mg. Juan Montenegro Ordoñez

**Vocal del jurado de tesis**

## **DEDICATORIA**

*A mis padres, hermanos, esposo e hija; quienes fueron el motivo, inspiración y razón para completar este trabajo, a Dios por darme las fuerzas para poder salir adelante en este gran desafío profesional.*

**La autora.**

## **AGRADECIMIENTO**

De especial consideración agradezco a mi asesor metodológico, por su apoyo y crítica, siempre con el afán de mejorar.

También, agradezco a mi asesor estadístico, por el apoyo y explicación en cuanto al análisis estadístico ya que su ayuda fue de suma importancia para la culminación del presente trabajo.

Un agradecimiento a las autoridades, entrenadores y deportistas que facilitaron el acceso a la población de estudio.

A mis padres por ser el apoyo incondicional que toda hija necesita, a mi esposo por cubrir mis horas ausentes como madre y en especial a mi hija por comprenderme en los momentos que no puedo estar con ella a tiempo completo.

## RESUMEN

La presente investigación establece el siguiente tema: habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017. El cual tuvo como objetivo determinar la relación entre las habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados de la ciudad Chiclayo. El tipo de investigación es descriptiva – correlacional, ya que primero se describe las características de las variables para luego encontrar su grado de relación o incidencia. El diseño es no experimental – transversal, dado que no se manipula ninguna de las dos variables y se recoge información en un momento determinado. Entre los métodos que se utilizó fue el inductivo-deductivo, pues parte de lo general hacia lo específico.

Su población estuvo conformada por 150 deportistas calificados de la ciudad de Chiclayo pertenecientes a la categoría superior de básquet a quienes se les aplicó dos test estructurados, el primero «Inventario de Habilidades Psicológicas PSIS R-5 Mahoney, Gabriel & Perkins 1987, Adaptada al español por López, Padilla & Martínez 2002; 2010», y el segundo «Escala de Motivación Deportiva EMD de Brière, Vallerand, Blais y Pelletier 1995, Adaptada al español por Balaguer, Castillo & Duda, 2003; 2007». Los datos recopilados se ingresaron en una base de datos diseñada en el programa IBM SPSS22.

Entre sus resultados se observó que si existe relación significativa entre las habilidades psicológicas y la motivación deportiva ( $p=0.002<0,05$ ).

Finalmente se obtuvo que las habilidades psicológicas influyen en la motivación deportiva, puesto que si un deportista se encuentra concentrado, motivado, seguro, el rendimiento que logre va a ser el más óptimo.

**Palabras clave:** Habilidades psicológicas, motivación deportiva, deportistas calificados.

## ABSTRACT

The present research establishes the following topic: psychological skills and sports motivation in qualified sportsmen, Chiclayo 2017. The objective of this research was to determine the relationship between psychological skills and sports motivation in qualified athletes from Chiclayo city. The type of research is descriptive - correlational, since first the characteristics of the variables are described and then find their degree of relationship or incidence. The design is not experimental - transversal, since none of the two variables is manipulated and information is collected at a specific moment. Among the methods used was the inductive-deductive, as part of the general to the specific.

Its population consisted of 150 qualified athletes from the city of Chiclayo belonging to the superior category of basketball to whom they applied two structured tests the first "PSIS R-5 Psychological Skills Inventory Mahoney, Gabriel & Perkins 1987, Adapted to Spanish by López, Padilla & Martínez 2002; 2010 », and the second« EMD Sports Motivation Scale of Brière, Vallerand, Blais and Pelletier 1995, Adapted to Spanish by Balaguer, Castillo & Duda, 2003; 2007 ». The data collected was entered into a database designed in the IBM SPSS22 program.

Among its results it was observed that there is a significant relationship between psychological skills and sports motivation ( $p = 0.002 < 0.05$ ).

Finally it was obtained that psychological skills influence sports motivation, since if an athlete is concentrated, motivated, confident, the performance that he achieves will be the most optimal.

Key words: Psychological skills, sports motivation, qualified athletes

## INDICE

Pág.

DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT .....	vi
CAPÍTULO I.....	x
I.INTRODUCCIÓN.....	11
CAPÍTULO II.....	29
II. MATERIAL Y MÉTODOS.....	30
CAPÍTULO III.....	40
III. RESULTADOS .....	41
CAPÍTULO IV .....	46
IV. DISCUSIÓN .....	47
CAPÍTULO V .....	49
V.CONCLUSIONES.....	50
CAPÍTULO VI .....	51
VI. RECOMENDACIONES.....	52
CAPÍTULO VII .....	53
VII. REFERENCIAS .....	54
ANEXOS.....	58

## INDICE DE TABLAS

Pág.

Tabla 1: <i>Relación entre Habilidades Psicológicas y Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017</i> .....	41
Tabla 2: <i>Niveles de Habilidades Psicológicas en deportistas calificados, Chiclayo 2017</i> . 41	
Tabla 3: <i>Niveles de Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017</i> . .....	42
Tabla 4: <i>Relación entre la dimensión Concentración y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> . .....	42
Tabla 5: <i>Relación entre la dimensión Visualización y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> . .....	43
Tabla 6: <i>Relación entre la dimensión Control de Ansiedad y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> . .....	43
Tabla 7: <i>Relación entre la dimensión Confianza y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> .....	44
Tabla 8: <i>Relación entre la dimensión Motivación y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> .....	44
Tabla 9: <i>Relación entre la dimensión Cohesión de Equipo y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo</i> . .....	45



## INDICE DE ANEXOS

Pág.

### **ANEXO 01:**

INVENTARIO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE PSIS

R-5 .....59

### **ANEXO 02**

ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA SMS/EMD ..... 64

### **ANEXO 03**

CONSENTIMIENTO INFORMADO ..... 66

### **ANEXO 04**

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INVENTARIO DE HABILIDADES  
PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE PSIS R – 5 ..... 67

### **ANEXO 05**

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA  
SMS/EMD ..... 68

### **ANEXO 06**

BAREMOS..... 69

# **CAPÍTULO I**

## I. INTRODUCCIÓN

Las habilidades psicológicas son todas aquellas que influyen en el rendimiento deportivo, tales como la motivación, atención, estrés, ansiedad, confianza, las cuales pueden ser entrenadas, es decir modificables, por ello la psicología deportiva tiene como principal objetivo el fortificar las habilidades psicológicas ya existentes en el deportista y modificar aquellas que están en un bajo nivel. Cabe mencionar que las habilidades psicológicas se encuentran tanto en el ámbito social como en el ámbito individual, así como la atención, la memoria y la formulación de conceptos, debido a lo previamente expresado, se puede decir que cada habilidad psicológica primero es interpsicológica o social, y luego pasa a ser intrapsicológica, es decir, individual o personal.

Por otra parte, las habilidades psicológicas para Moreno (2006), se define como una acción de carácter mental o procedimiento práctico con los cuales operan el pensamiento, tienen un sentido utilitario y nos permite dar una respuesta eficaz ante nuevas situaciones. Del mismo modo refiere que las habilidades psicológicas no solo contribuyen a mejorar el rendimiento de los deportistas, sino que favorecen la autorrealización personal, cabe mencionar que en niños y adolescentes pueden facilitar el saludable desarrollo psicológico y físico.

Así mismo Godoy-Izquierdo, Pradas y Velez (2009) describen las destrezas psicológicas como una capacidad para mantener la concentración, para autorregular los niveles de activación, autoconfianza o cooperación con el resto del equipo.

La motivación es una condición fundamental en el deporte, pues sin la motivación apropiada es muy difícil, prácticamente imposible que los deportistas se dediquen al deporte con la frecuencia, duración, intensidad, concentración, sobreesfuerzo, incomodidad, sacrificio y constancia que éste requiere. En el caso de los niños y adolescentes, la motivación es esencial para que practiquen deporte y sigan haciéndolo a lo largo de los años, esforzándose convenientemente para ampliar sus posibilidades de rendimiento y poder beneficiarse de esta actividad. (Buceta, 2004, p. 22)

El deporte tiene como característica la elaboración de una conducta reglada y normalizada con niveles óptimos de realización; donde la competición supone una exigencia para el deportista, es ese el preciso momento en el que debe rendir al máximo nivel, por lo que requiere de recursos emocionales o habilidades psicológicas para poder soportar la presión que sobrelleva. (Valdés. 1996).

Cabe mencionar que en estos últimos años ha aumentado de forma considerable la actividad de la Psicología del Deporte en nuestro país. Un reflejo de esta actividad lo podemos encontrar en las investigaciones realizadas por Nieri en el 2005, con una Tesis de licenciatura sobre la “Autoestima, Competitividad y Habilidades Mentales entre Deportistas Individuales de Alta Competencia y Alumnos Deportistas Calificados Individuales de una Universidad”. (Niere, 2007). Es por ello que surge el interés por determinar la relación entre ambas variables. Así mismo encontramos que según Torre (1998), manifiesta que el deportista que presenta una actitud más positiva en los entrenamientos, es aquel que está más motivado, satisfecho y percibe una buena autoestima física en las mismas. Los deportistas que perciben las clases como emocionantes, divertidas, útiles, motivantes y saludables son los que a su vez, obtienen niveles más favorables de motivación, autosatisfacción y actitud hacia las mismas. (Moreno, 1996). Es importante señalar que años atrás el Ministerio de Educación tomó la decisión de retirar el curso de educación física del Currículo Nacional de Educación Básica, por lo que el deporte pasó a un segundo plano; sin embargo hace 5 años aproximadamente el Ministerio retomó el interés por la educación física implementando el plan de fortalecimiento de la educación física y el deporte escolar al 2021, el cual es una estrategia de intervención educativa y social que implementa las políticas del Plan Estratégico Sectorial Multianual 2012 – 2016 del MINEDU, referidas a la promoción de la actividad física regular, la recreación y el deporte a nivel escolar, juvenil y adulto, y a la promoción del deporte competitivo. (Resolución N° 034, 2015)

Por consiguiente dentro de la población estudiada, tenemos a los deportistas calificados de la liga de Básquet de la ciudad de Chiclayo, en los cuales se ha podido observar que existe escasa motivación en los jóvenes para lograr una mejor performance en la práctica deportiva, sumado a las limitadas

competencias deportivas a nivel local, para una selección adecuada de deportistas destacados de los cuales solo se resaltan las capacidades físicas, pero no se busca en ellos reconocer y potenciar las habilidades psicológicas para poder incrementar tanto la motivación y el rendimiento para el deporte.

En función a todo lo mencionado anteriormente, esta investigación busca profundizar la posible relación que pueda existir entre las Habilidades Psicológicas y la Motivación Deportiva en Deportiva. Para determinar esta investigación nos basaremos en encontrar cual es la relación que existe entre las dimensiones de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva, en deportistas calificados de la ciudad de Chiclayo.

En nuestra localidad los deportistas se enfrentan a una realidad que la sociedad no conoce, lo cual se debe al poco apoyo e interés que se tiene a este grupo humano que goza de grandes habilidades para el deporte, generando en ellos la desmotivación por seguir realizando la actividad deportiva.

Por tal motivo, se propone realizar un estudio práctico/descriptivo cuyo objetivo es, determinar la relación entre las habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados. La cual servirá para mejorar, potenciar e incrementar tanto las habilidades psicológicas como la motivación deportiva en los deportistas calificados de tal manera que la actividad atlética sea realizada sin presión externa. Así mismo determinar la relación entre las dimensiones de cada una de las variables ya mencionadas.

Es importante mencionar que dentro de las investigaciones internacionales se tomó en cuenta aquellas que están directamente comprometidas al desarrollo de las habilidades psicológicas y a la motivación deportiva.

Según Andrade (2004), México, en su investigación "Habilidades psicológicas en jugadores de fútbol americano" cuyo objetivo fue conocer las habilidades psicológicas de los jugadores de fútbol americano de la UANL, tomando en cuenta su posición en el juego y su nivel de rendimiento. El estudio se realizó con 199 jugadores de la UANL pertenecientes a la Liga Universitaria (104 jugadores) y Liga Mayor de ONEFA (95 jugadores). El instrumento usado para la medición de las Habilidades Psicológicas fue el Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte R – 5 (PSIS R – 5) adaptado al español por López

(2002) y que mide de forma genérica las habilidades de concentración, visualización, control de la ansiedad, motivación, confianza y énfasis de equipo, por medio de 45 ítems con tipo de respuesta Likert. Como resultados para las medidas por habilidad y por origen la más alta se presentó en la confianza para Auténticos Tigres con 37.71, mientras la más baja fue para facultades en la visualización con 15.40. Considerando la media por habilidad y por posición tenemos que la mejor puntuación fue para los back defensivos en la habilidad de confianza con 36.88 y la menor fue también para ellos pero en la visualización, en cuanto a la significancia bilateral, es decir considerando ambos niveles de rendimiento, la concentración y confianza obtuvieron los mismos valores .001 para obtener los valores más altos, mientras que la visualización consiguió el valor más alejado de .584. Ahora para el nivel de significancia de .05 utilizaron sólo énfasis de equipo y control de la ansiedad calificaron en ésta medida con .010 y .013 respectivamente. En cuanto a la diferencia significativa entre posiciones solo hay en énfasis de equipo con un valor de .001 y .003, en cuanto a control de la ansiedad se obtuvo un valor de .033, .042 y .001. Como se puede observar el nivel de las habilidades psicológicas es considerablemente mayor en cada una de ellas para el alto rendimiento a excepción de la habilidad de énfasis de equipo en donde sobresalió para las facultades. Llegando a la conclusión que las habilidades psicológicas predominantes en los deportistas de elite o alto rendimiento fueron la confianza, control de la ansiedad, concentración, motivación y visualización; el énfasis de equipo fue encontrado como superior para los atletas de bajo rendimiento.

Aguirre, Bermúdez y Agudelo (2015), de la Universidad de Colombia, en su investigación "Motivación, grupo de deporte, nivel competitivo y edad deportiva en deportistas caldenses", teniendo como objetivo identificar las diferencias entre el constructo de la motivación y variables en función al género, grupo de deporte, nivel competitivo y edad deportiva; para cumplir con ello se efectuó un estudio no experimental de corte transversal (Kerlinger, 1988), debido a que no se efectuó ningún tipo de intervención o manipulación que desarrolle un principio de causalidad. A partir de una muestra no probabilística, participaron 205 deportistas que representan al departamento de Caldas, Colombia. Con edades entre los 11 y 51 años de edad ( $M= 18,9$ ,  $DE= 5,2$ ), de los cuales 139 fueron varones y 66

mujeres. El promedio de la edad deportiva fue de 7,9 (DE= 4,7). Practicantes de veinte modalidades deportivas (ajedrez, baloncesto, bolos, boxeo, ciclismo, fútbol de salón, futsal, fútbol, gimnasia artística, hockey sobre patines, judo, karate-do, natación, actividades subacuáticas, patinaje, patinaje artístico, tenis de campo, triatlón, voleibol y wu-shu). Para efectos del análisis estadístico, y siguiendo la clasificación propuesta por Lanier (1997), dichos deportes fueron recogidos en cinco grupos: resistencia, pelota, combate, precisión y arte competitivo (PAC) y fuerza-velocidad. El instrumento aplicado para evaluar la motivación fue la escala de motivación deportiva (EMD) desarrollada por Briere, Vallerand, Blais y Pelletier (1995), traducida al castellano por López (2000), quien obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de  $\alpha = 0,89$ . Esta escala permite evaluar la motivación extrínseca, la motivación intrínseca (al conocimiento, estética, autosuperación y al cumplimiento), la amotivación y motivación integral deportiva. Encontraron que los deportistas caldenses puntuaron en los factores 1, 2 y 4 (motivación extrínseca, motivación intrínseca por conocimiento, motivación intrínseca por autosuperación) valores de superior-medio. En tanto los factores 3 y 5 (motivación intrínseca por estética, y motivación intrínseca por cumplimiento) se valoran como medio ( $P_c = 50$ ) y en los factores VI y VII (amotivación, motivación integral del deportista) la categoría inferior. Sin embargo dentro de los resultados solo se encontraron diferencias en el comportamiento de los factores de motivación intrínseca a la autosuperación y motivación integral según las variables del grupo de deporte. Por otro lado, las variables restantes, es decir, género, edad deportiva y nivel competitivo, no discriminaron promedios en los factores motivacionales. Se concluye que los presentes datos apoyan la multidimensionalidad de la teoría de autodeterminación y el modelo jerárquico de la motivación.

Vernal (2014), de la Pontificia Universidad Católica del Perú. En su estudio denominado "Motivación y Bienestar en deportistas destacados adscritos al apoyo del Instituto Peruano del Deporte", el cual como propósito fue el de explorar y describir los niveles motivacionales y de bienestar de deportistas destacados correspondientes a programas de beneficios del Instituto Peruano del Deporte, analizando asimismo si es que existe una relación entre las variables Motivación Autónoma-Controlada y Bienestar subjetivo. Para ello se aplicó el cuestionario de

Motivación en Deportistas (BRSQ) de Lonsdale, Hodge y Rose (2008) y el de Bienestar Subjetivo (Satisfacción con la Vida) de Diener (2000) en una muestra de 179 deportistas destacados correspondientes a los Centros de Alto Rendimiento (CAR) y al Programa de Apoyo al Deportista (PAD). Los resultados obtenidos indican que existe una correlación mediana y directa entre las variables del estudio, así como una entre la Regulación Identificada y el Bienestar Subjetivo. Se infiere por lo tanto que, para la muestra evaluada, un incremento en el bienestar está sujeto a comportamientos motivados de manera autónoma, de interés y valor personal. También se encontraron diferencias significativas entre la calidad motivacional de los participantes según el tipo de deporte practicado, sexo, lugar de procedencia y condición de CAR o PAD. Con lo que concluyen buscar diferentes alternativas para la promoción de la Motivación Autónoma y por ende, del bienestar de deportistas sobresalientes que reciben apoyo institucional.

Herrera (2015), en su investigación denominada “Percepción de contexto, motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel” tiene como propósito conocer cómo se relacionan las variables de contexto motivacional, calidad de motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel que pertenecen a instituciones de tipo público y privado. Se seleccionó una muestra de 234 deportistas con edades que oscilaban entre los 14 y 25 años ( $M=18.29$ ,  $DE=2.88$ ). Del total de participantes, 119 deportistas pertenecían a Centros de Alto Rendimiento (CAR) y 115 a Clubes privados. Los resultados revelan que los deportistas de los CAR, al ser comparados con aquellos que pertenecen a Clubes Privados, perciben una mayor promoción de la autonomía en su entorno. Los resultados reportan una correlación significativa entre la motivación autónoma y la satisfacción con la vida ( $\rho = .31$ ;  $p < .05$ ). El estudio concluye que la percepción del contexto, considerando el tipo de institución, se asocia de modo diferenciado a la calidad de motivación y a la dimensión cognitiva del bienestar subjetivo, lo cual puede tener diversas implicancias en el desarrollo de las actividades deportivas.

Antes de revisar la literatura y definir a la psicología vinculada al ámbito deportivo, es importante precisar el significado de lo que se entiende por deporte. Garcia (2001), menciona que los deportes son definidos como actividades



sostenibles y disciplinadas dentro de un periodo de tiempo con el fin de desarrollar un alto nivel de habilidad. Por su parte Frederick y Ryan (1993), quienes han realizado distintas investigaciones sobre motivación en el deporte, así mismo realizan una diferenciación entre el deporte por fitness y el deporte estructurado. En el cual el primero es un deporte que se realiza sin intención de entrar en competitividad y con el fin de alcanzar metas extrínsecas, como bajar de peso o verse mejor. Sin embargo, el deporte estructurado se caracteriza por la práctica o entrenamiento seguido y constante, que va asociado a metas de competitividad y perfeccionamiento de habilidades. Por lo tanto, la psicología del deporte es una ciencia en la que se aplican los principios de la psicología en el ámbito del deporte o la actividad física. Generalmente estos principios se implementan para mejorar el rendimiento, no obstante, se interesa a la vez en mucho más que el rendimiento y considera que el deporte es un vehículo para el enriquecimiento humano. Para decirlo de manera más simple, la psicología del deporte y la actividad física es el estudio del efecto de los factores psíquicos y emocionales sobre el rendimiento deportivo y del efecto de la participación en un deporte o de la práctica de actividad física sobre los factores psíquicos y emocionales. Cox (2009, p.05).

Así mismo Gil (2000) menciona que la psicología del deporte y el ejercicio comprenden el estudio científico de las personas y sus conductas en el contexto del deporte y de las actividades físicas, y la aplicación práctica de dicho conocimiento. Weinberg y Gould (2010, p.04).

En la actualidad a nivel mundial, la psicología del deporte y el ejercicio tiene el mayor auge de toda su historia. Sin embargo, es un error pensar que este campo sólo se desarrolló en los últimos tiempos. "Wiggins (1984) expresa que la psicología del deporte aparece entre fines del siglo XIX y principios del XX". Weinberg y Gould (2010, p. 08). Sin embargo, en cuanto a la psicología del deporte en el Perú se tiene una escasa información debido a que el estado y la sociedad no lo consideran de suma importancia como en otros países aledaños, a pesar de ello, para Nieri (2007), en el estudio que realizó para abordar el origen y desarrollo de la psicología del deporte en el Perú, estableció tres periodos o

etapas, en función de las investigaciones y publicaciones que se han realizado, así como de la formación específica del tema que han podido recibir las personas implicadas y, por último las actividades o participación en el ámbito profesional y aplicado de la psicología del deporte, quedando de la siguiente manera: Etapa I: Inicios de la Psicología del deporte (1970 – 1993); Etapa II: Desarrollo de la Psicología del deporte (1993 – 2003); Etapa III: Actualidad (a partir del 2003).

Sin embargo, ahondaremos en la Etapa III, la cual es de mayor importancia para la presente investigación. En el año 2002 se establece y crea el curso de psicología del deporte en la Facultad de Psicología de la Universidad de Lima. Es el primer curso de Psicología del Deporte desarrollado en una Facultad de Psicología. El curso es impartido por Leopoldo Caravedo Molinari, con una duración de un curso académico y que en los últimos años ha tenido buena acogida, abriéndose en dos y hasta tres oportunidades por año y teniendo clases hasta de treinta alumnos. En el año 2003 se crea un equipo de trabajo para asesorar a golfistas y tenistas del Country Club Villa, formado inicialmente por cinco psicólogos, ampliándose a siete posteriormente. El trabajo se realizó por un periodo de dos años con buenos resultados, aunque al final se prescindió de los servicios psicológicos. A partir de esa experiencia Caravedo implementó un internado piloto de Psicología del Deporte en Perú, algo que con anterioridad nunca se había realizado. Cabe señalar que es a mediados de la década de los noventa, cuando el campo profesional se amplía a otros deportes como surf, golf, tenis y vela. Esta experiencia aplicada se ha extendido en los últimos años al fútbol, pero en clubes de divisiones o categorías inferiores. Durante el año 2006 se realizó un evento para el impulso y desarrollo de la psicología del deporte en Perú: el “Fondo Cristal Perú al Mundial” lo que permitió que distintas personalidades internacionales del fútbol estuviesen presentes, dentro de las cuales estaba el psicólogo del deporte argentino Marcelo Roffé. Independientemente de la evolución que se ha producido en los últimos años, hay que destacar lamentablemente que la psicología del deporte sigue siendo una disciplina sin el suficiente reconocimiento por parte de los profesionales del deporte, resistiéndose en gran medida las personas implicadas, debido posiblemente al desconocimiento existente sobre esta disciplina. En este sentido habrá que considerar que una parte de responsabilidad corresponde a los

profesionales de este ámbito, en la medida en que no hemos sido capaces de explicar en qué consiste la psicología del deporte y las múltiples aportaciones que puede realizar. Los deportes que mayor conciencia han tomado de la importancia del trabajo psicológico son el golf y el tenis, seguidos de la natación, el remo, el surf y la vela.

Weinberg y Gould (2010), mencionan que algunos profesionales usan la psicología del deporte para ayudar a deportistas de élite a alcanzar su máximo rendimiento, muchos psicólogos deportivos trabajan más con niños, personas con incapacidades físicas o mentales, personas mayores y público en general. Cada vez más, mayor cantidad de profesionales de esta disciplina aborda los factores psicológicos presentes en las actividades físicas, desarrolla estrategias para motivar a las personas de vida sedentaria a realizar ejercicios físicos o evalúa la eficacia del ejercicio físico para el tratamiento de la depresión. Así mismo, dividen el rol del psicólogo deportivo en tres áreas: educación, investigación y servicios de asesoramiento; donde, el rol del investigador tiene como principal función el profundizar los conocimientos a través de la investigación, actualmente los profesionales especializados en psicología del deporte y el ejercicio participan en equipos interdisciplinarios de investigación que estudian problemas, como: la psicología de las lesiones físicas, la motivación, la constancia para cumplir con un programa en actividades físicas; el rol docente en la cual tienen a cargo el dictado de materias universitarias como psicología del ejercicio, psicología del deporte aplicada y psicología social del deporte; el rol del consultor el cual es considerado como el tercer rol importante que está relacionado con los servicios de consultoría brindados a deportistas o equipos deportivos con el fin de desarrollar habilidades psicológicas tendientes a mejorar el rendimiento durante los entrenamientos y las competencias.

Por su parte Cox (2009) propone tres tipos de roles o funciones que puede cumplir un psicólogo de este tipo: el psicólogo del deporte con orientación clínica es una persona entrenada en psicología clínica y puede ser un psicólogo autorizado. Generalmente este profesional tiene un profundo interés en la experiencia deportiva y la conoce bien. El entrenamiento también puede incluir cursos y experiencia en psicología del deporte obtenida en programas de

educación física. Estos profesionales se encuentran preparados para enfrentar problemas tales como los trastornos emocionales y de la personalidad que afectan a algunos deportistas. En los casos en que la experiencia deportiva resulte para un atleta muy estresante, negativa o afecte su capacidad de funcionar como seres humanos sanos, es donde es necesario un psicólogo del deporte entrenado en asesoramiento o en psicología clínica; en cuanto al psicólogo del deporte enfocado a la educación se sabe que han llegado a dominar las bases del conocimiento de la psicología del deporte y se desempeñan como profesionales. Utilizan la educación como medio para enseñar los principios correctos de la psicología del deporte y la actividad física a deportistas y entrenadores, donde su principal misión y rol consisten en ayudar a los deportistas a desarrollar habilidades psíquicas para mejorar el rendimiento. También ayudan a los deportistas jóvenes y maduros a disfrutar del deporte y a usarlo como vehículo para mejorar su calidad de vida. Por último, el psicólogo del deporte orientado a la investigación debe tener un cuerpo de conocimiento científico creíble ya que solo así podrá tener credibilidad en su labor. No obstante, Córdova (2005) comenta que, lo más destacado de la evolución del rol del Psicólogo del Deporte ha sido la transición, aun no completa desde la perspectiva casi exclusivamente clínica hasta un desempeño de funciones más amplio e integrador. El psicólogo del deporte, no es solo un terapeuta, un solucionador de problemas emocionales que constituyen una barrera psicológica para el rendimiento del atleta, sino que puede 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. También refiere que el rol del psicólogo del deporte ha evolucionado desde la atención particular, hasta formas más preventivas y educativas, otorgándole mayor importancia a la preparación psicológica del deportista y de otros participantes, como son los entrenadores, árbitros, directivos, espectadores, etc. Así mismo, menciona que es correcto afirmar que se ha evolucionado la consideración del deportista en el contexto más amplio de su actividad, considerando la presencia e influencia de otros factores y enfocando la intervención dentro de un conjunto multidisciplinar, por ello propone que el rol

profesional del psicólogo del deporte se desenvuelve en los siguientes ámbitos: Evaluación y diagnóstico, Planificación y asesoramiento, Intervención, Educación y/o información e Investigación.

Según la Real Academia Española (2017) define el término deportista como aquella persona que practica algún deporte, por afición o profesionalmente. Así mismo, Alcoba (2001) menciona que deportista no es aquel que presencia u opina, con o sin conocimiento, la cosa deportiva. Deportista es aquella persona que realiza una actividad física ajena a la propia de movilidad de su vida normal. El deportista, en consecuencia, es un practicante, de mayor o menor intensidad, de la actividad física de juego, competición, entretenimiento o ejercicio destinado al bienestar físico o psíquico. Partiendo de esa base, los deportistas pueden definirse como: Deportista aficionado; aquel que realiza una actividad física de juego o de competición, individual o asociativa, por su particular bienestar físico y mental. Este deportista no busca ningún tipo de reconocimiento social o lucrativo, ya que la práctica de la actividad física le reporta el beneficio que de ella espera obtener. Hay dos tipos de deportista aficionado, según sea la actividad física, juego o deporte que realice o practique: Los que practican el deporte sin estar encuadrados en organización alguna, y los componentes de asociaciones, agrupaciones o clubs, en los que compiten con deportistas de otras asociaciones, agrupaciones o clubs. Deportista semiprofesional; aquel que realiza una actividad física individual o asociativa, por la que percibe algún tipo de compensación. Este tipo de deportista, convierte su actividad física en un compromiso firmado de práctica deportiva, con un organismo o entidad pública o privada. Sin embargo no se dedica a tiempo completo al deporte, sino que lo compagina con otras actividades, Deportista de estado; hace referencia al deportista que está protegido por el Gobierno de nación, a través de los organismos políticos correspondientes, recibiendo compensación económica o de otra índole (trabajo, encargos, etc.) por medio de un contrato que le compromete a dedicarse a la preparación física deportiva, de forma total y absoluta o compaginándola con estudios, durante cierto período de tiempo. Deportista profesional; es el que dedica todo su tiempo a la práctica del deporte, como trabajo. Los deportistas profesionales pueden ser contratados por clubs o firmas y empresas comerciales.

El entrenamiento psicológico es la práctica habitual de determinadas habilidades psicológicas y estrategias de afrontamiento en situaciones deportivas, y que el psicólogo deportivo debe incidir en el aprendizaje de estas por parte de los deportistas (Highlen y Bennet, 1979; Mahoney, Gabriel y Perkins, 1987). Así mismo, López (2009) comenta que es importante el aprendizaje de habilidades psicológicas porque esto permite proporcionar herramientas para lograr el control del estrés, de la inestabilidad emocional y así potenciar el desempeño del jugador; por ello describimos las 6 habilidades psicológicas (motivación, visualización, control de la ansiedad, confianza, concentración y énfasis de equipo) que incluye el Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte (PSIS R-5): Motivación; el cual es un elemento muy utilizado y empleado en la psicología del deporte, así mismo puede definirse como la dirección e intensidad del esfuerzo (Sage, 1977). La dirección del esfuerzo se refiere a si el individuo busca, se aproxima o se siente atraído por ciertas situaciones. La intensidad del esfuerzo se refiere a la cantidad de empeño que una persona emplea en una situación determinada. La Confianza, al igual que la motivación, es considerada muy importante para la psicología deportiva, aunque es complejo definirla con precisión. Los psicólogos del deporte la definen como la creencia de que se puede realizar satisfactoriamente una conducta deseada. En esencia, la "autoconfianza" equivale a la suposición de que el éxito se va a producir (Weinberg, y Gould, 1996). El proceso de la Atención y Concentración es y ha sido, uno de los más estudiados. La competición deportiva recoge el fenómeno humano de la atención como uno de los factores principales que inciden en ella, hasta el punto de que no resulta difícil imaginar la repercusión que para un deportista pueda tener el estado de distracción permanente. Según Oña (1994), se podría considerar la atención "como una habilidad que se aprende y mejora con la práctica, al igual que cualquier otra habilidad verbal o motora". Una definición útil de concentración contiene dos partes: atención en las señales pertinentes del entorno y mantenimiento de ese foco atencional. Los psicólogos del deporte han demostrado que, si éste (el foco atencional) es apropiado, conduce a un buen rendimiento (Weinberg y Gould, 1996). Ansiedad; Los términos arousal, estrés y ansiedad se utilizan de modo intercambiable, los psicólogos del deporte y del ejercicio físico creen que es importante diferenciarlos, para lo cual emplean

definiciones precisas a fin de que los fenómenos estudiados tengan un lenguaje común. Por su parte la ansiedad es un estado emocional negativo que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación y aprensión, relacionados con la activación o el arousal del organismo. Así pues la ansiedad tiene un componente de pensamiento llamado ansiedad cognitiva, y un componente fisiológico llamado ansiedad somática, que constituye el grado de activación física percibida (Weinberg y Gould, 1996). La Visualización o práctica imaginada es algo habitual en los atletas, y es una técnica que la mayoría de ellos han descubierto por sus propios medios, utilizándola para mejorar sus conocimientos y la ejecución de las técnicas deportivas. La visualización es una técnica muy útil para conseguir un mayor control de la mente, las emociones y el cuerpo, así como para efectuar cambios deseados en la conducta (McKay, Davis y Fanning, 1986). La Cohesión y/o integración del equipo es definitivamente la clave de un grupo, el cual se da mediante la interacción de sus miembros. Éstos han de depender unos de otros y compartir objetivos comunes, y entre ellos ha de haber sentimientos de atracción interpersonal y líneas de comunicación abiertas. Los grupos también exhiben una interdependencia con respecto a la tarea, es decir, sus integrantes deben interactuar para cumplir un cometido. Pero lo más importante es que un grupo necesita un sentimiento de identidad colectiva en virtud del cual sus miembros consideran al grupo como una unidad en sí mismo, distinguible de los demás grupos (Weinberg y Gould, 1996).

En cuanto a los modelos teóricos de las Habilidades Psicológicas, se tienen en cuenta las siguientes: Teoría de impulso de spence y spence (1966, Williams, J, 1991), esta teoría afirma que la ejecución es una función multiplicativa de hábito e impulso (arousal). El constructo de hábito refiere a la dominancia de las respuestas correctas o incorrectas. A medida que aumenta la activación aumenta la probabilidad de que aparezca la respuesta dominante, sean correctas o incorrectas, lo que sugiere una relación lineal entre el arousal y la ejecución. Con la experiencia se ha demostrado que hay límites para la cantidad de arousal que el atleta puede soportar sin que su ejecución sufra deterioros.

La teoría de la U invertida Yerkes y Dodson (1908 Williams, J, 1991); propone una relación entre el nivel de activación y calidad de la ejecución curvilínea. El arousal aumenta de la somnolencia al estado de alerta, cuando

continúa su incremento más allá del estado de alerta, se llega a un estado de alta excitación, lo que deriva en un deterioro progresivo de la ejecución. Las buenas ejecuciones se encontrarían en una clase de equilibrio o estado óptimo. El nivel óptimo podrá variar de acuerdo a las características de la tarea y a los factores individuales de cada deportista, por lo que el nivel óptimo de activación variará en cada deportista aunque se enfrenten a la misma tarea.

Teoría de la motivación intrínseca – extrínseca de Deci y Ryan (1985, Jara, P, 2012), según esta teoría el comportamiento humano estaría motivado por tres necesidades psicológicas primaria y universales: autonomía (que sea él quien tome la iniciativa), competencia (necesita ser competente en el entorno que lo rodea) y relación con los demás (sentirse aceptado e intimar con los demás), la satisfacción de estas necesidades es esencial para el desarrollo de la motivación y del bienestar psicológico. La motivación es un continuo, que se caracteriza por diferentes niveles de autodeterminación: Motivación Extrínseca, depende de aspectos externos, es una relación de incentivos (recompensas, refuerzos) y consecuencias. Es la razón creada por el ambiente para incentivar a que se persista una acción, por esto se dice que es instrumental (un instrumento para llegar a otro fin). Dentro de esta motivación podemos encontrar, la regulación integrada, regulación identificada (le importa la actividad pero la realiza por beneficios externos y no por placer), regulación introyectada (asociada a las expectativas de aprobación, evitación de ansiedad) y la regulación externa (se realiza una actividad poco interesante en busca un incentivo externo o evitar un castigo). El término regulación se refiere a la percepción de si la conducta es modulada externa o interna. Motivación Intrínseca, se define como la “motivación derivada de la implicación en un deporte por sus propios valores, por la satisfacción que reporta su práctica y por ninguna otra razón” (Kenet, M, 1988, p.506). Se considera que hay motivación intrínseca cuando se realiza la actividad en ausencia de un refuerzo externo o esperando obtener una recompensa. Se basa en las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relacionarse). Desmotivación; corresponde al grado más bajo de autodeterminación, corresponde a la falta absoluta de la motivación extrínseca e intrínseca. La falta de intencionalidad del deportista por desempeñar la actividad



hará que la misma probablemente sea desorganizada y acompañada de emociones negativas (frustración, miedo, etc.).

Teoría de autoeficacia Bandura (1977, Dosil, J, 2008); la autoeficacia es un factor personal, que se define como “la creencia de que uno puede dominar una situación y producir resultados positivos (Bandura, 2000, citado en Dosil, 2008, p.227). Propone que los juicios de autoeficacia elaborados por el sujeto se dan por la interacción, esencialmente de seis diferentes fuentes de información. Logros de ejecución; relacionada con las experiencias del deportista, y como estas son percibidas, las exitosas favorecerán las expectativas del sujeto, mientras que las experiencias percibidas como fracaso las perjudicarán. Persuasión verbal; es la persuasión por medio de la influencia verbal, es importante que quien lo haga sea una persona relevante para el deportista. Experiencia vicaria; Tiene que ver con utilizar como información la experiencia de otros. El sujeto al observar la conducta de otros, ver lo que son capaces de realizar y apreciar la consecuencia de la conducta, utiliza esta información para formar sus propias expectativas acerca de su conducta y consecuencias. Estado fisiológico; el deportista puede recibir información a través de las reacciones fisiológicas que experimenta, esta información tendrá una gran influencia en las expectativas de autoeficacia. Estado emocional; los distintos estados emocionales por los que pasa el deportista afectarán las expectativas de autoeficacia. Experiencias imaginarias; donde el deportista se imagina así mismo u otro deportista en una situación de éxito o fracaso puede influir en las expectativas de autoeficacia.

Teoría multidimensional de Martens (1990, Dosil, J, 2008), propone que la ansiedad es multidimensional y tiene un componente somático (tensión, nerviosismo, ritmo cardíaco, etc.) y uno cognitivo (temor, preocupación, etc.). Entre la ansiedad cognitiva y el rendimiento hay una relación lineal negativa, mientras que en relación con la ansiedad somática la relación sería de “U” invertida. El deportista debería de tener un nivel moderado de ansiedad somática y un bajo nivel de ansiedad cognitiva para obtener un buen rendimiento. De acuerdo a esta teoría la ansiedad cognitiva y la somática tienen efectos independientes sobre el rendimiento. El afecto y las emociones influyen en los distintos procesos cognitivos como la atención, memoria, la toma de decisiones, el

procesamiento de información, etc. Los efectos que puede tener sobre los procesos cognitivos son complejos y dependen de múltiples factores, relacionados con la naturaleza e intensidad de la emoción, y de la característica de la tarea.

Teoría de los estilos atencionales de Nideffer (1976, Dosil, 2008), postuló que cada persona tiende a situarse en las diferentes categorías de estilos atencionales. Este estilo está caracterizado por dos dimensiones. La dimensión que refiere a la dirección, la cual refiere a la capacidad del deportista para dirigir la atención hacia el interior o exterior. La otra dimensión es la de amplitud, la cual representa la cantidad de información que el sujeto puede atender en un momento determinado (reducida – amplia). De la mezcla de ambas dimensiones resultan cuatro estilos atencionales diferentes. Atención amplia – externa, en el cual el deportista centra su atención en un número importante de estímulos que están fuera de él, al procesarse una gran cantidad de información es utilizada para evaluar con rapidez. Atención amplia – interna, atiende a estímulos internos pero de una forma global, este es utilizado para analizar y planificar a partir del análisis de la planificación. Atención estrecha – externa; el deportista centra la atención en un estímulo concreto de su entorno. Atención estrecha – interna, donde la atención es dirigida sobre sí mismo, este es utilizado por ejemplo en el ensayo mental, donde cada deportista tendrá un nivel atencional predominante, el cual dependerá también del deporte que se practique y la situación a la que se enfrente.

La procedencia de instrumentos de evaluación de factores psicológicos en el deporte es diversa, algunos se han generado por psicólogos del deporte para abordar algún tema en concreto, y en otros casos se han adaptado algunos ya existentes en la psicología clínica. Por ello Dosil (2002) afirma que la evaluación está basada en tres modalidades: cognitiva, sirve para evaluar los aspectos relacionados a percepciones, cogniciones y motivaciones, para el cual se realiza utilizando cuestionarios, autoinformes, inventarios específicos, entrevistas, etc. Conductual, evalúa la utilización de la observación sistemática de la conducta externa tanto motriz como verbal, mediante el uso de las hojas de registro, etc. y por último la modalidad psicofisiológica, en la cual se obtiene información

mediante la evaluación de la sudoración, frecuencia cardiaca, etc. Para esta evaluación se utilizan electrocardiografía, electromiografía, etc.

La motivación es un elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, ya que es el más importante e inmediato determinante del comportamiento humano (Iso-Ahola y St.Clair, 2000), pues lo despierta, le da energía, lo dirige y lo regula (Murray, 1964; Roberts, 2001), siendo por tanto un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, intensidad y persistencia de la conducta (Kanfer, 1994; Sage, 1977), por ello en el presente estudio se pretende analizar la motivación desde la perspectiva de las siguientes teorías, sin embargo cabe mencionar que la motivación es la causa de una conducta, es decir, los factores que, operando en el plano psicológico del individuo, determinan a la ejecución o no de una actividad. Es en suma, el porqué de la conducta (Ramajo, 1992).

Teoría de las Metas de Logro, establece que la meta principal de un individuo en contextos de logro es demostrar habilidad, existiendo dos concepciones de la misma que se crean por influencia social; la orientación a la tarea o a la maestría, en la que el éxito viene definido como el dominio de la tarea y el progreso personal, y la orientación al ego o al resultado, en la que el éxito se define como superación a los rivales y demostración de mayor capacidad (Nicholls, 1984), por ello estas orientaciones de meta disposicionales interactuarán con las claves contextuales (clima motivacional), para determinar la implicación del deportista en un momento dado a la tarea o al ego (Santos-Rosa, 2003).

Teoría de la Autodeterminación, instauro que la motivación es un proceso continuo, y está caracterizada por diferentes niveles de autodeterminación, de tal forma que de mayor a menor autodeterminación encontramos la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la amotivación. La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985).

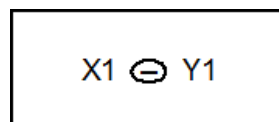
Dentro de la motivación extrínseca podemos encontrar la regulación integrada, la regulación identificada, la introyección y la regulación externa (ordenadas de mayor a menor autodeterminación). A continuación se describen las dimensiones de la motivación correspondientes a la EMD (Balaguer et al., 2007; Núñez Alonso, Martín-Albo & Gregorio, 2007). Motivación Intrínseca: surge de la necesidad psicológica innata de competencia y auto-regulación/auto-determinación. Refiere a involucrarse en una actividad por el placer y la satisfacción derivados de su realización. M.I al conocimiento: se encuentra relacionada con las conductas que se realizan por el placer que se experimenta al intentar comprender y aprender, por ejemplo, nuevas técnicas. M.I al logro: implica la ejecución de actividades por la satisfacción de intentar dominar o lograr maestría en, por ejemplo, nuevos elementos tácticos o técnicos. M.I a las experiencias estimulantes: tal como lo indica su nombre, refiere a la estimulación derivada de vivenciar experiencias excitantes. Motivación Extrínseca: representa conductas llevadas a cabo por razones instrumentales, asociadas a contingencias externas. Regulación Identificada: son aquellas razones internalizadas en tanto que se consideran valiosas (por ejemplo: el deportista que llega una hora antes al entrenamiento porque piensa que es importante). Juzga la conducta como importante, a pesar que la actividad se realiza aun por motivos extrínsecos. Regulación Introyectada: constituye el primer paso del proceso de internalización de la conducta. Son aquellos comportamientos que buscan evitar sentimientos de vergüenza o culpa, o funcionan por presión interna (por ejemplo: realizar deporte impulsado por razones estéticas, en términos de obligación). Regulación Externa: refiere a las conductas dirigidas a, ya sea, la obtención de recompensas o refuerzos materiales, evitar refuerzos negativos o, bien satisfacer obligaciones impuestas por otros significativos. No motivación: el sujeto no puede describir razones por las cuales practica el deporte. No siente control sobre sus acciones en tanto que no registra un vínculo entre su conducta y los resultados de la misma. El mayor riesgo asociado a la no motivación es el abandono deportivo.

## **CAPÍTULO II**

## II. MATERIAL Y MÉTODOS

El tipo de investigación en función a su finalidad es aplicada, denominada también práctica o empírica, esta investigación se caracteriza debido a que busca la aplicación o utilización de los conocimientos adquiridos (Murillo, 2008). En cuanto a su naturaleza es cuantitativa, puesto que por medio de la recopilación de datos tiene como objetivo la comprobación de hipótesis por medio de la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y comprobar teorías (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Lo que concierne a su alcance temporal es transversal; pues se mide una vez la variable mediante los criterios de uno o más grupos de unidades en un momento dado (Chávez, 2007). Así mismo, cabe mencionar que la investigación es de diseño no experimental, puesto que su fin no es manipular variables deliberadamente, sino que busca observar fenómenos en su estado natural para analizarlos (Hernández et al. 2014). Además es transversal correlacional, lo que implica que la investigación busca recopilar datos en un único momento con el fin de determinar correlaciones entre dos o más variables (Hernández et al. 2014). Por lo último el diseño de investigación se representa en el siguiente diagrama:

**Cuyo esquema es:**



**Donde:**

X1: Variable de habilidades psicológicas

Y1: Variable de motivación deportiva

⊖: Relación entre las variables de estudio

La población o universo se define como el “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (Hernández et al. 2014, p. 174). La cual está conformada por todos los deportistas inscritos en la liga de básquet de Chiclayo. Para la presente investigación la muestra ha sido seleccionada por

conveniencia, definida como un método no probabilístico de seleccionar sujetos que están accesibles o disponibles (McMillan, 2001); la cual está constituida por deportistas a partir de los 18 años pertenecientes a la categoría superior de varones de la liga de básquet, quienes hacen un total de 150 sujetos.

En cuanto a la muestra, se consideró como no probabilístico por criterio, teniendo en cuenta tanto los criterios de inclusión de aquellos deportistas inscritos en la liga mixta de básquet de Chiclayo, así como los criterios de exclusión son todos aquellos que no se encuentran inscritos.

Lo concerniente a la hipótesis general y específica, se consideró tener en cuenta las siguientes:

**Hi.** Existe relación significativa entre la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017.

**Hi1.** Existe relación significativa entre la dimensión concentración de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

**Hi2.** Existe relación significativa entre la dimensión visualización de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

**Hi3.** Existe relación significativa entre la dimensión control de ansiedad de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

**Hi4.** Existe relación significativa entre la dimensión confianza de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

**Hi5.** Existe relación significativa entre la dimensión motivación de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

**Hi6.** Existe relación significativa entre la dimensión cohesión de equipo de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.

Por otra parte, debido a la naturaleza del estudio las variables a considerar son las siguientes: habilidades psicológicas, las cuales son entendidas como

elementos esenciales que sirven para mejorar el rendimiento de las personas, en el ámbito deportivo encontramos habilidades y actitudes principales como la confianza, atención y concentración, visualización, control y ansiedad, motivación son algunas habilidades que sirven para potenciar el rendimiento de los deportistas así como también la autorrealización personal Moreno G. A. (2006). En cuanto a la variable de motivación deportiva hace referencia a que es lo que mueve al deportista a actuar en cada momento y está relacionada con el porqué de lo que se hace. Es por ello que existen dos factores importantes: la motivación Intrínseca la cual se produce cuando las recompensas que conseguimos son internas y personales, como la satisfacción personal, valía, autoestima es la cual hace y la motivación extrínseca hace referencia a cuando recibimos recompensas externas como podría ser: dinero, reconocimiento social o una medalla. Rubín M.A (2017). Lo correspondiente a la operacionalización, se presentó el siguiente cuadro:



VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Habilidades Psicológicas	Confianza	Creencia de que se puede realizar satisfactoriamente una conducta deseada.	Inventario de Habilidades psicológicas para el Deporte. (PSIS R-5). Autor: Michael Mahoney
	Atención y Concentración	Atención en las señales pertinentes del entorno y mantenimiento de ese foco atencional.	
	Visualización	Control de la mente, las emociones y el cuerpo	
	Control de Ansiedad	Estado emocional negativo que incluye sensaciones de nerviosismo, preocupación y aprensión, relacionados con la activación o el arousal del organismo.	
	Motivación	Dirección e intensidad del esfuerzo	
	Cohesión de equipo	Interacción entre sus miembros	
Motivación Deportiva	Motivación Intrínseca	Motivación intrínseca al conocimiento	Escala de Motivación Deportiva. (EMD). Autor: Brière N.M.
		Motivación intrínseca a las experiencias estimulantes	
	Motivación Extrínseca	Regulación Identificada	
		Regulación Introyectada	
		Regulación Externa	
	No Motivación	El sujeto no puede describir razones por las cuales practica el deporte.	

Para el uso de técnicas e instrumentos de recolección de información, se tuvo en cuenta lo siguiente; se utilizó el método cuantitativo, cuyo proceso es secuencial, ya que se usó la recolección de datos para probar la hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico descriptivo e inferencial, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández; et al. 2014).

Además, Rodríguez (2012), menciona que las técnicas son medios empleados para recolectar información y es indispensable en el proceso de la investigación científica ya que integra la estructura de la cual se organiza la investigación; a la vez se procedió a la aplicación de los test como técnica principal puesto que Rojas (2015), define el test como un instrumento el cual su objetivo es medir una cuestión concreta en algún individuo, dependiendo de qué tipo sea el test es al que se va a valorar, normalmente vienen ligados para ver el estado en que esta la persona relacionado con su personalidad, amor, concentración, habilidades, aptitudes, entre otros. Por otra parte Sabino (2000), menciona que los instrumentos se constituyen en el soporte físico que se emplea para recoger la información sobre las variables en estudio, todo instrumento provoca o estimula a la presencia o manifestación de los que se pretende evaluar, conteniendo un conjunto estructurado de ítems los cuales posibilitan la obtención de información.

La primera variable psicológica es medida por el Inventario de Habilidades Psicológicas PSIS R-5, creada en 1987 por Mahoney, Gabriel y Perkins y adaptada al español por López, Padilla y Martínez en el año 2002 y 2010. El presente test se administra de forma individual o colectiva, con una duración aproximada de 15 a 20 minutos, así mismo se considera como nivel de aplicación a partir de los 18 años de edad debido a que tiene como finalidad identificar los niveles de habilidades psicológicas en deportistas. El PSIS, desarrollado por Mahoney, Gabriel y Perkins (1987) fue diseñado para evaluar las habilidades psicológicas encaminadas a obtener un sobresaliente rendimiento deportivo. El Inventario contiene 45 ítems en formato de respuesta tipo Likert con 5 alternativas de respuesta. La persona evaluada debe indicar su grado de acuerdo con la idea expresada en el enunciado en un rango de 5 opciones: nunca, rara vez, indiferente, casi siempre y siempre. Este instrumento califica 6 conceptos

importantes para la psicología deportiva los cuales son, motivación, N° de ítems: 7 (1, 9, 12, 22, 24, 39, 42), confianza, N° de Ítems: 9 (4, 14, 18, 23, 28, 30, 34, 26, 44) énfasis de equipo, N° de Ítems: 7 (5, 10, 19, 27, 31, 37, 43); control de ansiedad, N° de Ítems: 10 (6, 11, 15, 20, 25, 29, 32, 38, 40, 41); Visualización, N° de Ítems: 6 (3, 7, 13, 33, 35, 45); y concentración, N° de Ítems: 6 (2, 8, 16, 17, 21, 26), conformando un total de 45 ítems. La puntuación de las respuestas va del 1 al 5 en los ítems positivos y los valores opuestos para los ítems negativos. En cuanto a la validez y confiabilidad del PSIS R-5 en versión española, la prueba fue contestada por 1712 deportistas siendo 41.6% hombres y 56% mujeres, con un promedio de 16.6 años. Los eventos deportivos en los cuales fue aplicado fueron Universidades Nacionales y Olimpiadas Nacionales Juveniles y a los equipos representativos de la Universidad Autónoma de Nuevo León. En éste estudio que hemos tomado como referencia, se encontró una fiabilidad muy elevada, obteniendo un  $\alpha = .902$ ; para el total del instrumento. En cada una de las escalas que integran el instrumento se encontraron los siguientes índices de fiabilidad: motivación un  $\alpha = .68$ ; énfasis de equipo,  $\alpha = .64$ ; control de ansiedad un  $\alpha = .72$ ; concentración un  $\alpha = .63$ ; visualización un  $\alpha = .52$  y confianza un  $\alpha = .68$ .

Por otra parte, el sistema de puntuación empleado para obtener las puntuaciones totales fue la obtenida por López, Padilla y Martínez (2003), en donde las puntuaciones altas implican un mayor nivel de la habilidad psicológica positiva o deseable para la práctica deportiva. Ésta versión incluye ítems con enunciados positivos y negativos, por lo que es necesario invertir el sentido de las respuestas a los ítems negativos antes de obtener puntuaciones totales por escala o para el conjunto del cuestionario, en cuanto a la forma de interpretación nos referimos a que la prueba nos brindará un puntaje total por dimensión, el cual será ubicado en los baremos de los puntajes totales de cada dimensión y reemplazado por la categoría correspondiente en la tabla de categorización de los puntajes en base al puntaje de cada subescala.

La segunda variable psicológica es medida por la Escala de Motivación Deportiva EMD la cual fue desarrollada por Brière N., Vallerand R., Blais M. y Pelletier en el año 1995; adaptado por Balaguer, Castillo y Duda en el año 2007; su forma de administración es individual o colectiva exclusivamente para personas a partir de los 18 años de edad, teniendo una duración de 20 minutos

aproximadamente; así mismo tiene como finalidad de identificar los niveles de motivación deportiva en los deportistas. La presente escala consta de 28 reactivos relacionados con la motivación, así mismo considera siete subescalas: (1) sin motivación; (2) regulación externa; (3) regulación introyectada; (4) regulación identificada; (5) motivación intrínseca para aprender; (6) motivación intrínseca como satisfacción personal; (7) motivación intrínseca por la estimulación de los sentidos. Las escalas de la 2 a la 4 corresponden a la motivación extrínseca; y de la 5 a la 7 a la motivación intrínseca. Todas las subescalas fueron evaluadas con un peso de 7 puntos, en donde el 1 equivale a la respuesta "nunca", 2 "pocas veces", 3 "raras veces", 4 "algunas veces", 5 "muchas veces", el 7 indica "siempre", y el 4 como punto medio, significa "indeciso". El análisis de reactivos mediante la validación cruzada a través de la prueba t, contrastando el grupo de deportistas contra los no deportistas. La prueba t es significativa en la mayoría de los reactivos que conforman el instrumento, lo que implicó que los reactivos de la versión en español de la Escala de Motivación en el Deporte, son en su mayoría válidos por lo que puede ser aplicada a deportistas de todas las élites con la certeza de que sus resultados serán veraces. Los reactivos que no discriminaron sólo se consideraron sus puntuaciones; pero no se eliminaron, se volvieron a analizar (probar) en el grupo normativo. Para la obtención de la confiabilidad del instrumento se utilizó un análisis de homogeneidad que determina la consistencia interna. El análisis se obtuvo mediante el estadístico Alfa de Cronbach, el cual arrojó .8936, lo que nos indica que la probabilidad de error del instrumento es de .1064. Esto indica una alta confiabilidad del instrumento. En cuanto a la forma de calificación, cabe mencionar que la prueba es un instrumento autoadministrable, puede ser aplicado individual o colectivamente y no requiere más instrucciones que las indicadas en la prueba, donde el examinado responderá directamente. Es importante que antes de iniciar la aplicación se resuelvan todas las dudas sobre la forma de contestar. Los reactivos se calificarán conforme su valor, a excepción de los reactivos 4, 14, 15, 21 y 29 en donde se invierte la calificación, es decir, si el deportista contesta en el reactivo 4 "raras veces" lo que indica el valor 3, esto se transforma a valor 5. Lo anterior significa que los reactivos en contra del atributo antes mencionado el valor 1 serán 7, el valor 2 será 6, el valor 3 será 5, el valor 4 seguirá siendo el mismo, el 5 será 3, el 6 será 2, y el 7 será 1. Una vez

transformados los reactivos en contra del atributo, se realiza una suma total y sumas parciales de acuerdo a cada factor. La suma total mayor que se puede obtener en el instrumento es 203 y la menor es 29. Hay que considerar que la obtención de puntajes crudos en una prueba, es sólo el primer paso para su medición y evaluación, ya que por sí sólo nos permite realizar comparaciones intersujetos, por lo tanto no podemos formar un criterio del puntaje crudo de una prueba; es necesario que se tenga una norma o parámetro para poder comparar a un sujeto con otros en las mismas condiciones. Para obtener esas normas mexicanas de la Escala de Motivación en el Deporte, la normalización de la escala se hizo de dos maneras: por Rango Percentilar y por Cuartiles, debido a que no existen normas de la escala original, así mismo la baremación se presenta en percentiles.

Por otro lado, en el procesamiento para la recolección de datos se consideró lo siguiente: en cuanto al análisis estadístico e interpretación de datos se tuvo en cuenta los siguientes pasos recomendados por Hernández et al. (2014). Fase I: Se seleccionó dos programas estadísticos para el análisis de datos del presente estudio: Microsoft Excel 2013, Statistical Package For The Social Sciences SPSS® 22.0. Fase II: Se adaptó los instrumentos por medio de una prueba piloto que fueron administrados a una población con características semejantes a la de la muestra objetivo de la investigación. Fase III: Se procedió a la exploración respectiva de los datos de la investigación. El software Excel 2013, fue utilizado para transformar las puntuaciones de los ítems de cada instrumento, estas conversiones se hicieron para obtener la calificación y agrupar los ítems según variables y dimensiones de cada una. El software SPSS versión 22.0, se usó para transformar las medidas ordinales obtenidas en Excel. Fase IV: en esta etapa se realizó el análisis inferencial con el fin de comprobar las hipótesis planteadas, para ello se utilizó una análisis paramétrico, prueba estadística de Chi cuadrado ( $X^2$ ), prueba estadística que nos ayudó a analizar la relación entre dos variables, análisis de frecuencia y porcentajes, las mismas que son presentadas mediante tablas y figuras, para lo cual se realizó con el software SPSS versión 22.0.

Para la realización de esta investigación se tuvo en reserva los resultados de los participantes por confiabilidad, así mismo la aplicación de los cuestionarios de habilidades psicológicas y motivación deportiva se realizó de forma anónima. Según reporte de Belmont (NIH, 2013), se consideró los siguientes aspectos: respeto a las personas: esto incluye por lo menos dos convicciones éticas. La primera es que todos los individuos deben ser tratados como agentes autónomos, y la segunda, que todas las personas cuya autonomía está disminuida tienen derecho a ser protegidas. Beneficencia: es decir, tratar a las personas de manera ética no sólo respetando sus decisiones y protegiéndolas de daño, sino también esforzándose en asegurar su bienestar. Esta forma de proceder cae dentro del ámbito del principio de beneficencia. El término "beneficencia" se entiende frecuentemente como aquellos actos de bondad y de caridad que van más allá de la obligación estricta. Aplicaciones: la aplicación de los principios generales de la conducta que se debe seguir en la investigación nos lleva a la consideración de los siguientes requerimientos: consentimiento informado, valoración de beneficios y riesgos, selección de los sujetos de investigación. Consentimiento informado: hace mención a que el respeto a las personas exige que se dé a los sujetos, en la medida de sus capacidades, la oportunidad de escoger lo que les pueda ocurrir o no. Se ofrece esta oportunidad cuando se satisfacen los criterios adecuados a los que el consentimiento informado debe ajustarse. Información: la mayoría de códigos de investigación contienen puntos específicos a desarrollar con el fin de asegurar que el sujeto tenga la información suficiente. Estos puntos incluyen: el procedimiento de la investigación, sus fines, riesgos y beneficios que se esperan, procedimientos alternativos.

Así mismo, Al ser una investigación no experimental, cumple con los siguientes criterios científicos: validez; grado en que un instrumento mide la variable que pretende medir (Hernández, et al. 2014). La cual se garantizó con la revisión de ambos cuestionarios por medio de la validez intertest, que comprobó la objetividad e idoneidad de los instrumentos utilizados. A su vez, que ambos instrumentos poseen validez de constructo por análisis factorial. Confiabilidad; grado en que un instrumento produce resultados consistentes y coherentes (Hernández, et al. 2014). Para ello se evaluó la consistencia interna de los

instrumentos aplicados mediante SPSS v. 22, para la muestra local. Asimismo que ambos instrumentos poseen índices de fiabilidad aceptables por alfa de Cronbach. Objetividad; grado en que un instrumento es o no permeable a la influencia de los sesgos y tendencias de los investigadores que lo administran, califican e interpretan (Hernández, et al. 2014).

# **CAPÍTULO III**



### III. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Relación entre Habilidades Psicológicas y Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017*

Habilidades Psicológicas	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	P
	34,443	,002**

Nota: Existe relación entre las variables, debido a que el valor es menor al 0.05, demostrando asociación estadística. \*valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ . Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 1 se observa que, los valores estadísticos indican que existe relación entre las variables, debido a que el valor es menor al 0.05, demostrando asociación estadística. (\*Valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ .)

**Tabla 2**

*Niveles de Habilidades Psicológicas en deportistas calificados, Chiclayo 2017.*

Total	Habilidades Psicológicas		
	Bajo	Medio	Alto
F	38	80	32
%	25,3 %	53,3%	21,3%

Nota: El 53,3% de deportistas presentan habilidades psicológicas a un nivel medio. Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte. El número total de deportistas que realizaron la prueba fueron 150.

En la tabla 2 se aprecia que, el nivel que más predomina en los deportistas calificados de la liga mixta de básquet de Chiclayo en cuanto a las habilidades psicológicas es el nivel medio con un 53,3%, seguido del bajo con el 25,3% y por último el nivel alto con el 21,3%.

**Tabla 3***Niveles de Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017.*

Motivación Deportiva								
Total	Deficiente	Muy Inferior	Inferior	Inferior Medio	Termino Medio	Superior Término Medio	Superior	Muy Superior
F	4	10	12	46	35	31	9	3
%	2,7%	6,7%	8%	30,7%	23,3%	20,7%	6%	2%

Nota: El 30,7% de deportistas presentan motivación deportiva en un nivel inferior medio, seguido del 23,3% que presenta motivación deportiva en una categoría término medio. Fuente: Aplicación de la Escala de Motivación Deportiva. El número total de deportistas que realizaron la prueba fueron 150.

En la tabla 3 se aprecia que el nivel que más predomina en los deportistas calificados de la liga mixta de básquet de Chiclayo en cuanto a la motivación deportiva es el nivel Inferior Medio con el 30,7%, seguido del 23,3% que presenta motivación deportiva en una categoría término medio.

**Tabla 4***Relación entre la dimensión Concentración y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Concentración	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	P
	14,598	,406

Nota: Los valores estadísticos muestran que el p valor es superior al 0,05, indicando que no existe relación entre las variables. Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 4 se aprecia que los valores estadísticos muestran que el valor p es superior al 0,05, indicando que no existe relación entre la dimensión Concentración de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva en deportistas calificados.

**Tabla 5**

*Relación entre la dimensión Visualización y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Visualización	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	P
	19,136	,160

Nota: Se aprecia que la evidencia estadística arroja un p valor es superior al 0,05, indicando que no existe relación entre las variables. Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 5 se aprecia que la evidencia estadística arroja que el valor p es superior al 0,05; indicando que no existe relación entre la dimensión Visualización de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva en deportistas calificados.

**Tabla 6**

*Relación entre la dimensión Control de Ansiedad y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Control de Ansiedad	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	p
	49,641	,000***

Nota: Existe una relación altamente significativa entre las variables debido a que el p valor es menor al 0.01,. \*valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ . Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 6 se observa la relación existente entre las variables debido a que el valor p es menor al 0.01, indicando una relación altamente significativa entre la dimensión Control de Ansiedad de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva en deportistas calificados. (\*valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ ).

**Tabla 7**

*Relación entre la dimensión Confianza y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Confianza	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	p
	35,341	,001***

Nota: Se observa relación entre las variables debido a que el p valor es menor al 0.01, indicando una relación altamente significativa. \*valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ . Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 7 se observa que el valor p es menor al 0.01, indicando que existe una relación altamente significativos entre la dimensión Confianza de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva. (\*Valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ ).

**Tabla 8**

*Relación entre la dimensión Motivación y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Motivación	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	p
	39,956	,000***

Nota: Se aprecia que los valores estadísticos arrojan un p valor inferior al 0,01, significando relación altamente significativos entre las variables altamente significativos. \*valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ . Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 8 se aprecia que los valores estadísticos arrojan un p valor inferior al 0,01, significando relación altamente significativos entre la dimensión Motivación de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva. (\*Valores significativos  $p < .05$ , \*\* valores muy significativos  $p < .01$  \*\*\* valores altamente significativos  $p < .001$ ).

**Tabla 9**

*Relación entre la dimensión Cohesión de Equipo y la Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo.*

Dimensión Cohesión de Equipo	Motivación Deportiva	
	Chi cuadrado	p
	22,351	,072

Nota: La evidencia estadística arroja un p valor es superior al 0,05, indicando que no existe relación entre las variables. Fuente: Aplicación del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte y la Escala de Motivación Deportiva.

En la tabla 9 se aprecia que la evidencia estadística arroja un p valor es superior al 0,05, indicando que no existe relación entre la dimensión Cohesión de Equipo de la variable habilidades psicológicas para el deporte y la variable motivación deportiva en deportistas calificados.

# **CAPÍTULO IV**

#### IV. DISCUSIÓN

A partir de los hallazgos encontrados aceptamos la Hipótesis general puesto que según el estudio realizado establece que, si existe relación entre Habilidades Psicológicas y Motivación Deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017, donde se encontró que ( $p=,002<0,05$ ) lo cual sugiere relación entre las variables, es decir las habilidades psicológicas que permiten lograr el control del estrés, de la inestabilidad emocional y así potenciar el desempeño del jugador, como la motivación, visualización, control de la ansiedad, confianza, concentración y énfasis de equipo, guardan relación con la (autodeterminación) como mecanismo psicológico que guarda dirección, intensidad y persistencia de la conducta.

Kanfer (1994) frente a lo mencionado se acepta la hipótesis de investigación que indica que existe relación entre habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados, Chiclayo 2017, de tal manera que estos resultados guardan relación con lo encontrado por Herrera (2015), en su investigación denominada “percepción de contexto, motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel” tiene como propósito conocer cómo se relacionan las variables de contexto motivacional, calidad de motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel que pertenecen a instituciones de tipo público y privado, donde encontraron deportistas de los CAR, al ser comparados con aquellos que pertenecen a clubes privados, perciben una mayor promoción de la autonomía en su entorno.

Los resultados reportan una correlación significativa entre la motivación autónoma y la satisfacción con la vida ( $\rho = .31$ ;  $p<.05$ ). El estudio concluye que la percepción del contexto, considerando el tipo de institución, se asocia de modo diferenciado a la calidad de motivación y a la dimensión cognitiva del bienestar subjetivo, lo cual puede tener diversas implicancias en el desarrollo de las actividades deportivas.

A su vez, se respalda en lo encontrado por Vernal (2015), quien realizó un estudio denominado “Motivación y Bienestar en deportistas destacados adscritos al apoyo del Instituto Peruano del Deporte”, el cual como propósito fue el de explorar y

describir los niveles motivacionales y de bienestar de deportistas destacados correspondientes a programas de beneficios del Instituto Peruano del Deporte, donde los resultados obtenidos indican que existe una correlación mediana y directa entre las variables del estudio, así como una entre la Regulación Identificada y el Bienestar Subjetivo. Se infiere por lo tanto que, para la muestra evaluada, un incremento en el bienestar está sujeto a comportamientos motivados de manera autónoma, de interés y valor personal. También se encontraron diferencias significativas entre la calidad motivacional de los participantes según el tipo de deporte practicado, sexo, lugar de procedencia y condición de CAR o PAD. Con lo que concluyen buscar diferentes alternativas para la promoción de la Motivación Autónoma y, por ende, del bienestar de deportistas sobresalientes que reciben apoyo institucional.

La cohesión de equipo es definitivamente la clave de un grupo la cual se da mediante la interacción de sus miembros, es decir sus integrantes deben interactuar para cumplir un cometido pero lo más importante es que un grupo necesita un sentimiento de identidad colectiva (Weinberg, R. y Gould, D.,1996 ) Sin embargo la motivación se toma como un elemento para lograr compromiso y adherencia al deporte ya que es lo más importante, inmediato, determinante del comportamiento humano (Iso-Ahola, S. E., y St.Clair, B., 2000).

La creencia de que se puede realizar satisfactoriamente una conducta deseada. En esencia la autoconfianza que equivale a la suposición de que el éxito se va a producir, por ende influye en la motivación del deportista para plantear su objetivos y a la vez poder cumplirlos (Weinberg, R. y Gould, D, 2010).



# **CAPÍTULO V**

## V. CONCLUSIONES

Se determinó que, a través del R cuadrado de Pearson un nivel de significancia de  $P < 0.05$ , que las habilidades psicológicas incide en un 95% en la motivación deportiva lo que indica que al desarrollar de manera adecuada las habilidades psicológicas estas generan un óptimo desarrollo en los deportistas.

No existe relación entre la dimensión concentración de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p > 0.05$ , por lo tanto no se acepta la hipótesis.

No existe relación entre la dimensión visualización de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p > 0.05$ , por lo tanto no se acepta la hipótesis.

Existe una relación significativa entre la dimensión control de ansiedad de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p > 0.01$  por lo tanto, se acepta la relación entre las variables de estudio en un 99%.

Existe una relación significativa entre la dimensión confianza de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p < 0.01$  por lo tanto, se acepta la relación entre las variables de estudio en un 99%.

Existe una relación significativa entre la dimensión motivación de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p < 0.01$  por lo tanto, se acepta la relación entre las variables de estudio en un 99%.

No existe relación entre la dimensión cohesión de equipo de la variable habilidades psicológicas y la variable motivación deportiva a un nivel de significancia de  $p > 0.05$  por lo tanto, no se acepta la relación entre las variables.

# CAPÍTULO VI

## VI. RECOMENDACIONES

Realizar entrenamiento psicológico, que ayude a que el deportista tenga un mejor control de sí mismo, y de esta forma mejorar su rendimiento deportivo, ello se podrá realizar con la orientación de un psicólogo capacitado para desempeñar dicha labor.

Es importante que cada club de básquet cuente con un psicólogo que realice el entrenamiento necesario con los deportistas, de esta forma obtendrán un óptimo desempeño durante la competición.

Se sugiere que cada deportista se proponga metas a corto, mediano o largo plazo, esto ayudara a mejorar su rendimiento deportivo.

Crear metas de ejecución, las mismas que dan mayores oportunidades de tener éxito, así mismo cada deportista aprenderá a juzgar de su éxito o fracaso, basándose en su propia actuación y no en la comparación con sus compañeros y adversarios, para ello deberá establecer estrategias que lo ayuden a cumplir las metas propuestas.

Desarrollar intervenciones con los familiares y entrenadores, debido a que son factores influyentes en el desempeño del deportista, para poder así incrementar su rendimiento.

# **CAPÍTULO VII**

## VII. REFERENCIAS

- Aguirre-Loaiza, H.; Bermúdez, S. y Agudelo, A. M. (2015), Motivación, grupo de deporte, nivel competitivo y edad deportiva en deportistas Caldenses. Colombia: Lúdica pedagógica.
- Alberto, R. (2017) Motivación Deportiva: 6 Rasgos de los Grandes Deportistas  
<https://www.lifeder.com/la-motivacion-deportiva/>
- Alcoba, A. (2001), Enciclopedia del deporte. España: Librerías deportivas Esteban Sanz.
- Andrade, N. (2004), Habilidades Psicológicas en Jugadores de Futbol Americano de la Universidad Autonoma de Nuevo Leon. México.
- Balaguer, I., Castillo, I. & Duda, J. (2007), Propiedades psicométricas de la escala de Motivación Deportiva en Deportistas españoles. Revista Mexicana de Psicología.
- Buceta, J., M. (2004), Estrategias Psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes. Madrid: Dykinson.
- Chávez, N. (2007), Introducción a la Investigación Educativa. 4ta Edición. Maracaibo: Talleres de Gráfica Gonzáles, C.A.
- Córdova, B. (2005), Percepción del Psicólogo del Deporte sobre su formación profesional permanente. Cuba: Tesis de Maestría I.S.C.F.
- Cox, R. (2009), Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones. Columbia: Ed. Panamericana.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985), Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Nueva York: Plenum Press.
- Dosil, J. (2002), Psicología y rendimiento deportivo. Buenos Aires, Argentina: Ed. Gersam.
- Dosil, J. (2008), Psicología de la actividad física y del deporte. Madrid, España: Ed. McGraw – Hill.

- Frederick, C. y Ryan, R. (1993), Differences in motivation for sports and exercise and their relationships with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*.
- García Ucha, F. (2001). Motivación del deportista peruano. Comité Olímpico Peruano. Universidad de San Martín de Porres. Lima: Escuela Profesional de Psicología.
- Gill, D. (2000), *Psychological dynamics of sports and exercise*. Champaign, IL: Human kinetics.
- Godoy-Izquierdo, D.; Vélez, M. y Prada, F. (2009), Nivel de dominio de las habilidades psicológicas en jóvenes jugadores de tenis de mesa, bádminton y fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014), *Metodología de la investigación*. 6ta Edición, México: McGraw – Hill.
- Herrera, X. (2015), Percepción de contexto, motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel. Lima – Perú.
- Iso-Ahola, S. E., y St.Clair, B. (2000), Toward a theory of exercise motivation. *Quest*.
- Kanfer, R. (1994), Motivation. En N. Nicholson (Ed.), *The Blackwell dictionary of organizational behavior*. Oxford: Blackwell publishers.
- López, J. C. (2000), Estandarización de la escala de motivación en el deporte-EMD de Brière, Vallerand, blais y Pelletier en deportistas mexicanos. *Revista de Moricidad*.
- López, J. C. (2002), Adaptación al español del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte (PSIS R – 5). Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- López, J. C. (2009), Habilidades psicológicas para la mejora del rendimiento en tenis de mesa. *Cuadernos de psicología del deporte*.
- Mahoney, M.; Gabriel, T. J.; y Perkins, T. S. (1987). *Psychological Skills and Exceptional Athletic Performance*. *The Sport Psychologist*.

- McKay, M.; Davis, M. y Fanning, P. (1986), Técnicas cognitivas para el entrenamiento del estrés. Barcelona: Martínez Roca
- McMillan, J. H., & Schumacher, S. (2001), Investigación Educativa: Una introducción conceptual (5ª ed.). Nueva York: Addison Wesley Longman
- Moreno, G., A. (2006), Las emociones y el bournout el deporte base. Argentina: CidEditor
- Moreno, J. A.; Rodriguez, P. L. y Gutiérrez, M. (1996), Actitudes hacia la Educación Física: Elaboración de un instrumento de medida. En actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio. Guadalajara.
- Murillo, W. (2008), La investigación científica. <http://www.monografias.com/trabajos15/invest-cientifica.shtml>
- Murray, E. (1964), Motivation and emotion. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- National Institute of Health. (2013), Comisión Nacional para la Protección de los Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y del Comportamiento de los Estados Unidos. El Informe Belmont: Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación Belmont, EUA.
- Nicholls, J. G. (1984), Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. Psychological Review.
- Niere, D. (2007), Historia de la Psicología del deporte en el Perú. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte.
- Núñez Alonso, J. L., Martín-Albo, J. & Gregorio, J. (2007), Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de motivación deportiva. Revista de Psicología del Deporte.
- Oña, A. (1994), Control y Aprendizaje Motor. Madrid: Síntesis.
- Real Academia Española (2017). Diccionario de la Lengua Española. Madrid.
- Resolución N° 034 (2015), Aprueba el Plan Nacional de Fortalecimiento de la Educación Física y el deporte escolar, Ministerio de Educación, Diario Oficial El Peruano.
- Rojas, P. (2015), Los test y sus clasificaciones recuperadas de:



<https://es.slideshare.net/Wilmer68/los-test-y-sus-clasificaciones-presentacin>

- Roberts, G. C. (2001), Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivation processes. *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sage, G. (1977), *Introduction to motor behavior: A neuropsychological approach*. MA: Addison – Wesley.
- Santos-Rosa, F. J. (2003), *Motivación, ansiedad y flow en jóvenes tenistas*. Tesis doctoral, Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura.
- Torre, E. (1998). *La actividad física deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de Enseñanzas Medias*. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Valdés, H. (1996), *La preparación psicológica del deportista: Mente y rendimiento humano*. Zaragoza – España: INDE.
- Vernal, A. (2014), *Motivación y Bienestar en deportistas destacados adscritos al apoyo del Instituto Peruano del Deporte*. Lima.
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2010), *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996), *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel.

# **ANEXOS**

ANEXO 1

**PSIS R-5**

**INVENTARIO DE  
HABILIDADES  
PSICOLÓGICAS PARA EL  
DEPORTE (Forma 5)**

Autor de la versión original del cuestionario  
® Michael Mahoney

Autores de la versión española  
® Jeanette M. López Walle  
José Luis Padilla García, y  
Manuel Martínez Marín



Versión mexicana  
**JEANETTE M. LÓPEZ WALLE**

---

® 2010 por Jeanette M. López Walle

## INSTRUCCIONES

*Instrucciones:* Las frases del cuestionario tratan varios aspectos del rendimiento y competición atlética. Valore por favor cada frase según describa mejor su propia experiencia. Haga una cruz dentro del paréntesis (X) que mejor represente su grado de acuerdo con la idea expresada en la frase. Por favor conteste con sinceridad, **no hay respuestas buenas ni malas. Sus respuestas son confidenciales.**

A continuación, se presenta un ejemplo sobre cómo responder. Primero, lea la frase. Después; tras pensar su respuesta, si piensa que el contenido no representa su experiencia puede hacer una cruz (X), en el paréntesis que muestra el ejemplo.

Ejemplo:

		Nunca	Rara vez	Indiferente	Casi siempre	Siempre
1.	Me angustia mucho el no rendir bien en mi deporte.	( )	(X)	( )	( )	( )

## INVENTARIO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE (PSIS R-5)

	Nunca	Rara vez	Indiferente	Casi siempre	Siempre
1. Estoy muy motivado para practicar bien mi deporte.	()	()	()	()	()
2. A menudo tengo problemas para concentrarme durante mi actuación deportiva.	()	()	()	()	()
3. Frecuentemente sueño con la competición.	()	()	()	()	()
4. Estoy muy seguro de mis habilidades atléticas.	()	()	()	()	()
5. Me siento muy frustrado cuando un compañero de equipo lo hace mal.	()	()	()	()	()
6. Estoy mucho más tenso <u>antes</u> de realizar la ejecución, que en la <u>misma</u> ejecución.	()	()	()	()	()
7. Trato de <u>no</u> pensar acerca de mi participación durante las 24hrs previas a la competición.	()	()	()	()	()
8. Siento frecuentemente “energías positivas” cuando mi ejecución es insólitamente buena.	()	()	()	()	()
9. A veces me falta motivación para entrenar.	()	()	()	()	()
10. Me llevo bien con mis compañeros de equipo.	()	()	()	()	()
11. Raras veces estoy tan tenso que esto interfiere en mi desempeño.	()	()	()	()	()
12. Ganar es <u>muy</u> importante para mí.	()	()	()	()	()
13. Suelo visualizar mi ejecución, justo antes de realizarla.	()	()	()	()	()
14. A la mayoría de las competiciones, voy seguro de que lo haré bien.	()	()	()	()	()
15. Suelo actuar mejor cuando me siento mas tenso que cuando no lo estoy.	()	()	()	()	()
16. Cuando estoy ejecutando, ignoro casi totalmente al público.	()	()	()	()	()
17. Cuando realizo algo mal, tiendo a perder la concentración	()	()	()	()	()
18. No tardo mucho en perder la confianza en mí mismo.	()	()	()	()	()
19. Me concentro más en mi ejecución que en la ejecución del equipo.	()	()	()	()	()
20. A menudo me entra el pánico durante los momentos previos a mi ejecución.	()	()	()	()	()
21. Cuando cometo un error, me cuesta trabajo olvidarlo para concentrarme en mi siguiente ejecución.	()	()	()	()	()
22. Me gustaría tener más motivación.	()	()	()	()	()
23. Una lesión leve o una mala práctica disminuyen la confianza en mí mismo.	()	()	()	()	()
24. Me fijo mis propias metas y generalmente las logro.	()	()	()	()	()
25. A veces siento una intensa ansiedad en plena ejecución.	()	()	()	()	()
26. Durante la ejecución, mi atención se dispersa de un lado a otro.	()	()	()	()	()
27. Disfruto trabajando con mis compañeros de equipo.	()	()	()	()	()

	Nunca	Rara vez	Indiferente	Casi siempre	Siempre
28. Frecuentemente tengo dudas acerca de mis habilidades atléticas.	( )	( )	( )	( )	( )
29. Gasto mucha energía al tratar de permanecer calmado antes de una competición.	( )	( )	( )	( )	( )
30. Cuando empiezo a equivocarme, mi confianza disminuye muy rápidamente.	( )	( )	( )	( )	( )
31. Pienso que el espíritu de equipo es muy importante.	( )	( )	( )	( )	( )
32. Me preocupa mucho cometer errores en una competición importante.	( )	( )	( )	( )	( )
33. Cuando practico mentalmente mi ejecución, yo "me veo" realizándola (como si me mirara en un video).	( )	( )	( )	( )	( )
34. Generalmente puedo permanecer seguro incluso durante una de mis peores actuaciones.	( )	( )	( )	( )	( )
35. Cuando me preparo para la ejecución, trato de imaginar lo que <u>sentirán</u> mis músculos.	( )	( )	( )	( )	( )
36. Mi auto-confianza experimenta altibajos.	( )	( )	( )	( )	( )
37. Cuando mi equipo pierde, me siento mal (sin importar si yo actué bien o no).	( )	( )	( )	( )	( )
38. Cuando me equivoco en mi ejecución, me siento angustiado.	( )	( )	( )	( )	( )
39. Ahora mismo, lo mas importante en mi vida es ir bien en mi deporte.	( )	( )	( )	( )	( )
40. Soy bueno en controlar mi nivel de tensión.	( )	( )	( )	( )	( )
41. Mi nivel de ansiedad baja rápidamente cuando comienzo mi actuación.	( )	( )	( )	( )	( )
42. Mi deporte es mi vida entera.	( )	( )	( )	( )	( )
43. Siempre he trabajado bien con mis entrenadores.	( )	( )	( )	( )	( )
44. Tengo fe en mi mismo.	( )	( )	( )	( )	( )
45. Cuando se aproximan las últimas horas antes de la competición, a menudo me gustaría estar mejor preparado.	( )	( )	( )	( )	( )

## **PREGUNTAS DEMOGRÁFICAS**

- 1) Edad \_\_\_\_\_
- 2) Género \_\_\_\_\_
- 3) Deporte \_\_\_\_\_
- 4) Categoría \_\_\_\_\_
- 5) Club al que perteneces \_\_\_\_\_
- 6) ¿Cuántos años llevas practicando este deporte? \_\_\_\_\_
- 7) ¿Cuál ha sido la competencia más importante en la que has participado? \_\_\_\_\_

### **OPCIONAL**

- ¿Has realizado alguna competición oficial en el último año? Si ( ) No ( )  
Su has contestado que sí, ¿en qué competición? \_\_\_\_\_

ANEXO 2



**ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA (SMS/EMD)**

(Pelletier et al., 1995; Balaguer, Castillo, & Duda, 2003; 2007)

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Club: \_\_\_\_\_

Nos gustaría saber las razones por las que participas en tu deporte. Por favor, indica, rodeando con un círculo, el grado en el que cada una de las siguientes preguntas corresponde a alguna de las razones por las que actualmente participas en tu deporte.

	¿Por qué participas en tu deporte?	No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se ajusta totalmente a mí	
		1	2	3	4	5	6	7
1	Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante	1	2	3	4	5	6	7
2	Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre este deporte	1	2	3	4	5	6	7
3	Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo	1	2	3	4	5	6	7
4	Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
5	No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte	1	2	3	4	5	6	7
6	Porque me permite ser valorado por la gente que conozco	1	2	3	4	5	6	7
7	Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente	1	2	3	4	5	6	7
8	Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
9	Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma	1	2	3	4	5	6	7
10	Por el prestigio de ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
11	Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo	1	2	3	4	5	6	7
12	Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos	1	2	3	4	5	6	7
13	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva	1	2	3	4	5	6	7
14	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5	6	7
15	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades	1	2	3	4	5	6	7
16	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
17	Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida	1	2	3	4	5	6	7
18	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
19	No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
20	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7



	<b>¿Por qué participas en tu deporte?</b>	<b>No tiene nada que ver conmigo</b>		<b>Tiene algo que ver conmigo</b>			<b>Se ajusta totalmente a mí</b>	
		1	2	3	4	5	6	7
21	Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase	1	2	3	4	5	6	7
22	Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
23	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes	1	2	3	4	5	6	7
24	Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos	1	2	3	4	5	6	7
25	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
26	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
27	Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)	1	2	3	4	5	6	7
28	A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos	1	2	3	4	5	6	7

### ANEXO 3



UNIVERSIDAD  
SEÑOR DE SIPÁN

FACULTAD DE HUMANIDADES  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

#### Consentimiento Informado

Estimado deportista,

Mi nombre es Miriam Jaqueline Alván Muro, soy estudiante de XI ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Señor de Sipán y me encuentro realizando una investigación para conocer la relación existente entre las variables de habilidades psicológicas y motivación, en deportistas calificados.

Le aseguro que toda la información será trabajada de manera confidencial y con fines académicos. De esta forma su participación es completamente voluntaria, por lo que tiene la posibilidad de retirarse y dar por terminado el cuestionario si así lo desea. Sin embargo, si usted está de acuerdo en responder a las siguientes preguntas, le pido que por favor no deje ninguna de las respuestas en blanco.

Es importante mencionarle que no hay respuestas correctas e incorrectas.

Si se le presenta alguna duda o pregunta sobre el cuestionario o la investigación, no dude en contactarse conmigo al correo electrónico: [amuromja@crece.uss.edu.pe](mailto:amuromja@crece.uss.edu.pe).

¡Muchas gracias!

## ANEXO 4

### VALIDEZ ALCANZADA EN EL INVENTARIO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE (FORMA – 5)

Ítem	R	Decisión	Ítem	R	Decisión	Ítem	R	Decisión
1	0.347	Válido	16	0.250	Válido	31	0.356	Válido
2	0.381	Válido	17	0.612	Válido	32	0.340	Válido
3	0.099	Inválido	18	0.339	Válido	33	0.035	Inválido
4	0.236	Válido	19	0.328	Válido	34	0.470	Válido
5	0.190	Válido	20	0.593	Válido	35	-0.003	Inválido
6	0.408	Válido	21	0.791	Válido	36	0.498	Válido
7	0.073	Inválido	22	-0.019	Inválido	37	-0.163	Válido
8	0.150	Válido	23	0.492	Válido	38	0.428	Válido
9	0.439	Válido	24	0.378	Válido	39	0.156	Válido
10	0.131	Válido	25	0.406	Válido	40	0.560	Válido
11	0.568	Válido	26	0.413	Válido	41	0.379	Válido
12	0.149	Válido	27	0.277	Válido	42	0.289	Válido
13	0.016	Inválido	28	0.503	Válido	43	0.486	Válido
14	0.313	Válido	29	0.534	Válido	44	0.548	Válido
15	0.061	Inválido	30	0.688	Válido	45	0,127	Válido

**Nota:** Se considera los ítems válidos los que están por encima del valor 0,10 por tanto no se excluyeron los ítems de la versión original del Inventario de Habilidades Psicológicas para el Deporte.

### FIABILIDAD ALCANZADA EN EL INVENTARIO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS PARA EL DEPORTE (FORMA – 5)

ESTADÍSTICO	Total
N°	45
Prom	154,693
DS	14,470
A	,762

## ANEXO 5

### VALIDEZ ALCANZADA EN LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA

Ítem	R	Decisión	Ítem	R	Decisión
1	0.231	Válido	15	-0.451	Válido
2	0.507	Válido	16	0.647	Válido
3	0.339	Válido	17	0.708	Válido
4	-0.409	Válido	18	0.684	Válido
5	0.221	Válido	19	0.373	Válido
6	0.664	Válido	20	0.571	Válido
7	0.568	Válido	21	-0.225	Válido
8	0.498	Válido	22	0.582	Válido
9	0.645	Válido	23	0.650	Válido
10	0.601	Válido	24	0.555	Válido
11	0.560	Válido	25	0.316	Válido
12	0.611	Válido	26	0.510	Válido
13	0.447	Válido	27	0.499	Válido
14	-0.551	Válido	28	0.406	Válido

**Nota:** Se considera válido los ítems que superen el valor de 0,1 por tanto no se excluyeron los ítems de la versión original de la escala de motivación deportiva.

### FIABILIDAD ALCANZADA EN LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA

ESTADÍSTICO	Total
Nº	28
Prom	133,160
DS	16,880
A	,777

## ANEXO 6

### BAREMO DE LA DIMENSIÓN MOTIVACIÓN INTRÍNSECA – ESTIMULACIÓN DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
28	18	150	150.9	100.600000	100	MUY SUPERIOR
27	16	132	132.8	88.533333	89	SUPERIOR
26	12	116	116.6	77.733333	78	SUPERIO AL TÉRMINO MEDIO
25	25	104	105.25	70.166667	70	TÉRMINO MEDIO
24	20	79	80	53.333333	53	
23	8	59	59.4	39.600000	40	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
22	11	51	51.55	34.366667	34	
21	18	40	40.9	27.266667	27	
20	8	22	22.4	14.933333	15	INFERIOR
19	4	14	14.2	9.466667	9	MUY INFERIOR
18	2	10	10.1	6.733333	7	
17	2	8	8.1	5.400000	5	
16	2	6	6.1	4.066667	4	DEFICIENTE
14	2	4	4.1	2.733333	3	
10	2	2	2.1	1.400000	1	

### BAREMO DE LA DIMENSIÓN MOTIVACIÓN INTRÍNSECA – CONSEGUIR COSAS DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
24	2	150	150.1	100.066667	100	MUY SUPERIOR
23	5	148	148.25	98.833333	99	
22	25	143	144.25	96.166667	96	SUPERIOR
21	23	118	119.15	79.433333	79	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
20	44	95	97.2	64.800000	65	TÉRMINO MEDIO
19	6	51	51.3	34.200000	34	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
18	16	45	45.8	30.533333	31	
17	6	29	29.3	19.533333	20	INFERIOR
16	6	23	23.3	15.533333	16	
15	4	17	17.2	11.466667	11	
14	4	13	13.2	8.800000	9	MUY INFERIOR
13	1	9	9.05	6.033333	6	
12	4	8	8.2	5.466667	5	
10	2	4	4.1	2.733333	3	DEFICIENTE
9	2	2	2.1	1.400000	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN MOTIVACIÓN INTRÍNSECA – CONOCER DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
23	4	150	150.2	100.133333	100	MUY SUPERIOR
22	41	146	148.05	98.700000	99	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
21	25	105	106.25	70.833333	71	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
20	21	80	81.05	54.033333	54	TÉRMINO MEDIO
19	15	59	59.75	39.833333	40	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
18	18	44	44.9	29.933333	30	
17	6	26	26.3	17.533333	18	
16	8	20	20.4	13.600000	14	INFERIOR
15	2	12	12.1	8.066667	8	MUY INFERIOR
14	4	10	10.2	6.800000	7	
13	2	6	6.1	4.066667	4	DEFICIENTE
11	4	4	4.2	2.800000	3	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN REGULACIÓN IDENTIFICADA DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
28	8	150	150.4	100.266667	100	MUY SUPERIOR
27	5	142	142.25	94.833333	95	SUPERIOR
26	14	137	137.7	91.800000	92	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
25	17	123	123.85	82.566667	83	
24	28	106	107.4	71.600000	72	TÉRMINO MEDIO
23	8	78	78.4	52.266667	52	
22	22	70	71.1	47.400000	47	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
21	10	48	48.5	32.333333	32	
20	4	38	38.2	25.466667	25	
19	8	34	34.4	22.933333	23	INFERIOR
18	6	26	26.3	17.533333	18	
17	10	20	20.5	13.666667	14	
15	4	10	10.2	6.800000	7	MUY INFERIOR
12	2	6	6.1	4.066667	4	DEFICIENTE
11	2	4	4.1	2.733333	3	
4	2	2	2.1	1.400000	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN REGULACIÓN INTROYECTADA DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
24	3	150	150.15	100.100000	100	MUY SUPERIOR
23	5	147	147.25	98.166667	98	SUPERIOR
22	8	142	142.4	94.933333	95	
21	12	134	134.6	89.733333	90	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
20	10	122	122.5	81.666667	82	
19	20	112	113	75.333333	75	
18	20	92	93	62.000000	62	TÉRMINO MEDIO
17	17	72	72.85	48.566667	49	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
16	31	55	56.55	37.700000	38	
15	10	24	24.5	16.333333	16	INFERIOR
14	8	14	14.4	9.600000	10	
13	2	6	6.1	4.066667	4	MUY INFERIOR
10	4	4	4.2	2.800000	3	DEFICIENTE

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN REGULACIÓN EXTERNA DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
28	15	150	150.75	100.50000	100	MUY SUPERIOR
27	2	135	135.1	90.06667	90	SUPERIOR
26	6	133	133.3	88.86667	89	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
25	5	127	127.25	84.83333	85	
24	8	122	122.4	81.60000	82	
23	18	114	114.9	76.60000	77	
22	14	96	96.7	64.46667	64	TÉRMINO MEDIO
21	8	82	82.4	54.93333	55	
20	6	74	74.3	49.53333	50	
19	5	68	68.25	45.50000	46	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
18	10	63	63.5	42.33333	42	
17	9	53	53.45	35.63333	36	
16	8	44	44.4	29.60000	30	
15	2	36	36.1	24.06667	24	INFERIOR
14	4	34	34.2	22.80000	23	
12	12	30	30.6	20.40000	20	
11	2	18	18.1	12.06667	12	
10	8	16	16.4	10.93333	11	
8	2	8	8.1	5.40000	5	MUY INFERIOR
7	2	6	6.1	4.06667	4	DEFICIENTE
4	4	4	4.2	2.80000	3	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN NO MOTIVACIÓN DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
28	2	150	150.1	100.066667	100	MUY SUPERIOR
25	2	148	148.1	98.733333	99	
24	3	146	146.15	97.433333	97	SUPERIOR
23	2	143	143.1	95.400000	95	
22	3	141	141.15	94.100000	94	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
21	3	138	138.15	92.100000	92	
20	6	135	135.3	90.200000	90	
18	8	129	129.4	86.266667	86	
17	4	121	121.2	80.800000	81	
16	9	117	117.45	78.300000	78	
15	4	108	108.2	72.133333	72	TÉRMINO MEDIO
14	10	104	104.5	69.666667	70	
13	10	94	94.5	63.000000	63	
12	6	84	84.3	56.200000	56	
11	2	78	78.1	52.066667	52	
10	11	76	76.55	51.033333	51	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
9	4	65	65.2	43.466667	43	
8	6	61	61.3	40.866667	41	
7	13	55	55.65	37.100000	37	
6	6	42	42.3	28.200000	28	INFERIOR
5	7	36	36.35	24.233333	24	
4	29	29	30.45	20.300000	20	

**BAREMO GENERAL DE LA ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
172	2	150	150.1	100.066667	100	MUY SUPERIOR
166	1	148	148.05	98.700000	99	
161	2	147	147.1	98.066667	98	SUPERIOR
159	1	145	145.05	96.700000	97	
157	1	144	144.05	96.033333	96	
154	5	143	143.25	95.500000	96	SUPERIOR AL TÉRMINO MEDIO
153	3	138	138.15	92.100000	92	
152	1	135	135.05	90.033333	90	
151	4	134	134.2	89.466667	89	
149	2	130	130.1	86.733333	87	
148	4	128	128.2	85.466667	85	
147	2	124	124.1	82.733333	83	
146	4	122	122.2	81.466667	81	
145	2	118	118.1	78.733333	79	



144	2	116	116.1	77.400000	77	
143	2	114	114.1	76.066667	76	
142	5	112	112.25	74.833333	75	
141	9	107	107.45	71.633333	72	TÉRMINO MEDIO
140	4	98	98.2	65.466667	65	
139	2	94	94.1	62.733333	63	
138	6	92	92.3	61.533333	62	
137	2	86	86.1	57.400000	57	
136	6	84	84.3	56.200000	56	
135	6	78	78.3	52.200000	52	
134	10	72	72.5	48.333333	48	INFERIOR AL TÉRMINO MEDIO
133	4	62	62.2	41.466667	41	
132	4	58	58.2	38.800000	39	
131	2	54	54.1	36.066667	36	
130	4	52	52.2	34.800000	35	
130	1	48	48.05	32.033333	32	
127	4	47	47.2	31.466667	31	
125	2	43	43.1	28.733333	29	
124	2	41	41.1	27.400000	27	
122	14	39	39.7	26.466667	26	INFERIOR
121	1	25	25.05	16.700000	17	
120	2	24	24.1	16.066667	16	
119	4	22	22.2	14.800000	15	
116	2	18	18.1	12.066667	12	
115	2	16	16.1	10.733333	11	MUY INFERIOR
111	2	14	14.1	9.400000	9	
110	2	12	12.1	8.066667	8	
102	2	10	10.1	6.733333	7	
93	4	8	8.2	5.466667	5	DEFICIENTE
92	2	4	4.1	2.733333	3	
73	2	2	2.1	1.400000	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN CONTROL DE LA ANSIEDAD DEL INVENTARIO DE HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
41	2	150	150.1	100.067	100	ALTO
39	4	148	148.2	98.800	99	
38	4	144	144.2	96.133	96	
37	6	140	140.3	93.533	94	
36	10	134	134.5	89.667	90	
35	12	124	124.6	83.067	83	
34	10	112	112.5	75.000	75	
33	6	102	102.3	68.200	68	
32	4	96	96.2	64.133	64	MEDIO
31	14	92	92.7	61.800	62	
30	14	78	78.7	52.467	52	
29	8	64	64.4	42.933	43	
28	16	56	56.8	37.867	38	
27	12	40	40.6	27.067	27	BAJO
26	6	28	28.3	18.867	19	
25	6	22	22.3	14.867	15	
24	4	16	16.2	10.800	11	
23	2	12	12.1	8.067	8	
22	2	10	10.1	6.733	7	
21	4	8	8.2	5.467	5	
19	2	4	4.1	2.733	3	
17	2	2	2.1	1.400	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN CONCENTRACIÓN DEL INVENTARIO DE HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
29	4	150	150.2	100.133	100	ALTO
28	4	146	146.2	97.467	97	
27	6	142	142.3	94.867	95	
26	6	136	136.3	90.867	91	
25	14	130	130.7	87.133	87	
24	22	116	117.1	78.067	78	
23	16	94	94.8	63.200	63	
22	18	78	78.9	52.600	53	
21	8	60	60.4	40.267	40	
20	14	52	52.7	35.133	35	
19	6	38	38.3	25.533	26	
18	14	32	32.7	21.800	22	MEDIO
17	4	18	18.2	12.133	12	

16	8	14	14.4	9.600	10	
15	4	6	6.2	4.133	4	
14	2	2	2.1	1.400	1	BAJO

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN CONFIANZA DEL INVENTARIO DE  
HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
44	2	150	150.1	100.067	100	ALTO
43	4	148	148.2	98.800	99	
42	2	144	144.1	96.067	96	
41	4	142	142.2	94.800	95	
40	6	138	138.3	92.200	92	
39	8	132	132.4	88.267	88	
38	14	124	124.7	83.133	83	
37	8	110	110.4	73.600	74	
36	10	102	102.5	68.333	68	
35	6	92	92.3	61.533	62	
34	10	86	86.5	57.667	58	MEDIO
33	4	76	76.2	50.800	51	
32	16	72	72.8	48.533	49	
31	4	56	56.2	37.467	37	
30	12	52	52.6	35.067	35	
29	6	40	40.3	26.867	27	
28	10	34	34.5	23.000	23	BAJO
27	6	24	24.3	16.200	16	
26	10	18	18.5	12.333	12	
25	6	8	8.3	5.533	6	
24	2	2	2.1	1.400	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN VISUALIZACIÓN DEL INVENTARIO DE  
HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
23	2	150	150.1	100.067	100	ALTO
22	4	148	148.2	98.800	99	
21	8	144	144.4	96.267	96	
20	8	136	136.4	90.933	91	
19	10	128	128.5	85.667	86	
18	10	118	118.5	79.000	79	MEDIO
17	16	108	108.8	72.533	73	
16	20	92	93	62.000	62	
15	12	72	72.6	48.400	48	
14	28	60	61.4	40.933	41	BAJO
13	14	32	32.7	21.800	22	
12	12	18	18.6	12.400	12	
11	4	6	6.2	4.133	4	
10	2	2	2.1	1.400	1	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN MOTIVACIÓN DEL INVENTARIO DE  
HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
34	2	150	150.1	100.067	100	ALTO
32	2	148	148.1	98.733	99	
31	2	146	146.1	97.400	97	
30	14	144	144.7	96.467	96	
29	12	130	130.6	87.067	87	
28	18	118	118.9	79.267	79	MEDIO
27	22	100	101.1	67.400	67	
26	10	78	78.5	52.333	52	
25	14	68	68.7	45.800	46	
24	20	54	55	36.667	37	BAJO
23	14	34	34.7	23.133	23	
22	4	20	20.2	13.467	13	
21	10	16	16.5	11.000	11	
20	6	6	6.3	4.200	4	

**BAREMO DE LA DIMENSIÓN ÉNFASIS DE EQUIPO DEL INVENTARIO DE HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
33	8	150	150.4	100.267	100	ALTO
32	4	142	142.2	94.800	95	
31	14	138	138.7	92.467	92	
30	8	124	124.4	82.933	83	MEDIO
29	32	116	117.6	78.400	78	
28	14	84	84.7	56.467	56	
27	8	70	70.4	46.933	47	
26	12	62	62.6	41.733	42	
25	18	50	50.9	33.933	34	BAJO
24	10	32	32.5	21.667	22	
23	10	22	22.5	15.000	15	
22	2	12	12.1	8.067	8	
21	6	10	10.3	6.867	7	
19	2	4	4.1	2.733	3	
18	2	2	2.1	1.400	1	

**BAREMO GENERAL DEL INVENTARIO DE HABILIDADES PARA EL DEPORTE**

X	F	FA	Famp	PA	RP	NIVEL
189	2	150	150.1	100.067	100	ALTO
182	2	148	148.1	98.733	99	
181	2	146	146.1	97.400	97	
180	6	144	144.3	96.200	96	
179	2	138	138.1	92.067	92	
177	2	136	136.1	90.733	91	
175	4	134	134.2	89.467	89	
174	2	130	130.1	86.733	87	
173	4	128	128.2	85.467	85	
170	2	124	124.1	82.733	83	
169	2	122	122.1	81.400	81	
167	2	120	120.1	80.067	80	
166	4	118	118.2	78.800	79	
165	4	114	114.2	76.133	76	
164	2	110	110.1	73.400	73	
163	2	108	108.1	72.067	72	
162	4	106	106.2	70.800	71	
161	2	102	102.1	68.067	68	
160	4	100	100.2	66.800	67	

158	4	96	96.2	64.133	64	
155	6	92	92.3	61.533	62	
154	4	86	86.2	57.467	57	
152	8	82	82.4	54.933	55	
151	4	74	74.2	49.467	49	
150	8	70	70.4	46.933	47	
149	6	62	62.3	41.533	42	
148	6	56	56.3	37.533	38	
146	4	50	50.2	33.467	33	
145	8	46	46.4	30.933	31	
144	4	38	38.2	25.467	25	
142	8	34	34.4	22.933	23	
140	4	26	26.2	17.467	17	
139	6	22	22.3	14.867	15	
138	4	16	16.2	10.800	11	
136	4	12	12.2	8.133	8	
134	2	8	8.1	5.400	5	
133	2	6	6.1	4.067	4	
131	2	4	4.1	2.733	3	
123	2	2	2.1	1.400	1	
						BAJO