

I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.

1.1. Planteamiento del Problema

Las características psicológicas tienen gran importancia debido a que los jugadores al momento de competir se encuentran presionados por distintos factores, tanto emocionales como psicológicos y estos pueden afectar directamente al rendimiento de los jugadores.

El objetivo central de esta investigación tiene que ver con las características psicológicas de los jugadores de baloncesto. Las **características psicológicas** se las define, *“como todas aquellas características comportamentales relativamente estables que definen a un individuo y que son productos de sus pensamientos, sentimientos, valores y actitudes en general”*. (Allport, G., 1988, p. 96)

Debido a la amplitud del concepto “características psicológicas”, es preciso delimitar las dimensiones que en éste estudio se abordarán. Es así que se vio por conveniente estudiar las siguientes variables: rendimiento psicológico, personalidad, ansiedad y autoestima.

En el presente trabajo se adopta la siguiente definición de **rendimiento psicológico**: *“Habilidad de establecer y mantener un clima interno estable durante el juego competitivo”*. (James, 1990, 34)

Por otra parte, también se medirá la personalidad. Allport, define la **personalidad** como *“la organización dinámica en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos”*. (Allport, G., 1980, p. 47)

Otra variable importante es la **ansiedad**, Rojas la define *“como una emoción negativa que se vive como amenaza, como anticipación cargada de malos presagios, de tonos difusos, desdibujados, poco claros”*. (Rojas, 2014, p. 68)

Finalmente, la variable **autoestima** según *“Stanley Coopersmith define la autoestima como la evaluación que efectúa y generalmente mantiene el individuo con respeto así mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica en qué medida el individuo se cree capaz, importante, digno y con éxito”*. (Branden, 2004, p. 22)

Después de haber identificado y conceptualizado las variables entorno a las cuales girará esta investigación, pasamos a plantear la temática en los diferentes planos: internacional, nacional y regional.

A **nivel internacional**, en Perú se realizó una investigación titulada *“Habilidades psicológicas y motivación deportiva en deportistas calificados Chiclayo 2017”*, realizada por Alvan Muro Miriam Jaqueline, en el año 2019, se encontraron los siguientes resultados *“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%. 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*. (Alvan Muro, 2019, p. 42)

En otra investigación realizada por Sabatini Romina Belén en Mendoza, titulado *“Factores psicológicos asociados al rendimiento deportivo del tenista en Mendoza”*, este estudio se llevó a cabo desde un enfoque cuantitativo, se encontraron los siguientes resultados: *“Al evaluar las habilidades psicológicas a través del Inventario psicológico de ejecución deportiva, se detectó que las medias de todos los factores psicológicos se ubican dentro del percentil medio. La habilidad que mayor puntaje obtuvo en los tenistas seleccionados fue la motivación”*. (Sabatini, 2018, p. 88)

En Argentina una investigación realizada por Perlbach María Sol, titulada *“Variables psicológicas asociados con el rendimiento deportivo en nadadores profesionales”*. El estudio fue de tipo correlacional, la principal conclusión se destaca que *“las variables psicológicas medidas, únicamente la **autoconfianza** presenta correlaciones estadísticamente significativas con el rendimiento, a diferencia de las demás variables medidas, control de afrontamiento positivo, control de afrontamiento negativo, atención, control visuo-imaginativo, actitud y motivación*. (Perlbach, 2016, p. 127)

A nivel nacional en La Paz en la Universidad Mayor de San Andrés, Pamela Milenca Quispe Callizaya realizó una investigación titulada “Características psicológicas y rendimiento deportivo en jugadores de fútbol del club dikaxi”, en la cual se destacan los siguientes aspectos, *“con respecto al nivel del rendimiento deportivo de las jugadoras se estableció que un 42% se encuentra en un nivel medio y 58% en nivel alto. Ninguna jugadora se halla en nivel bajo o muy alto”*. (Quispe Callizaya, 2019, p. 117)

A nivel regional se encontró la tesis de grado de Marcelo Vargas Amas de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho, titulada “Factores psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo”, presentada el año 2004; dentro de los resultados indica que: “la autoestima es baja, alto nivel de ansiedad como factores que muestran mayor influencia en el bajo rendimiento de jugadores de baloncesto”. (Vargas Amas, 2004)

Otra tesis presentada el 2005 por Herbas Claudia, cuyo objetivo fue conocer “las características del jugador de tenis competitivo”, obtuvo como resultados del grupo del jugador factores de personalidad que se caracterizan por ser más reservados y cohibidos, dentro de su motivación hacia el logro y el éxito. (Claudia, 2005)

Tomando en cuenta la relevancia del deporte de baloncesto, se pudo observar en la revisión teórica a nivel nacional e internacional de la problemática planteada es que surge la idea de abordar el tema en el medio, que pueda abordar las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”. Según el entrenador Abram A. los jugadores de baloncesto rinden de manera favorable, pero cuando son presionados les afecta de alguna manera en su rendimiento psicológico.

Tomando en cuenta todos los antecedentes citados se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”?

1.2. Justificación

El baloncesto es un deporte que tiene aceptación en una gran parte de la población tarijeña, debido a ello Tarija es nombrada como la capital del básquet de Bolivia, y ha sido semillero de grandes jugadores a nivel nacional e internacional. La disciplina aglutina a niños, jóvenes y adultos, varones y mujeres, por lo que es significativo el estudio de las características psicológicas de los jugadores de baloncesto en nuestro medio.

El presente estudio representa un **aporte teórico**, pues a través de él se podrá describir las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de baloncesto categoría “A” para poder analizar los diferentes factores que influyen en el rendimiento de estos. La investigación del tema planteado ayudará a conocer las características psicológicas que presentan los jugadores, en lo que se refiere al rendimiento psicológico, personalidad, ansiedad y la autoestima.

En cuanto al **aporte práctico**, luego de conocer los resultados de la investigación se podrán tomar acciones frente a la problemática, la presente investigación beneficiaría a la población afectada, podrá servir como referencia para club deportivos, instituciones, futuras investigaciones que trabajen dentro de la psicología del deporte, los resultados que arroje el estudio de investigación servirá como base para ayudar a los deportistas. También podrá contribuir a formular nuevas técnicas que sean eficaces para abordar el tema características psicológicas en jugadores de baloncesto.

II. DISEÑO TEÓRICO

2.1. Problema

¿Cuáles son las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo General

Determinar las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”

2.2.2. Objetivos Específicos

1. Evaluar el rendimiento psicológico de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”.
2. Identificar los principales rasgos de personalidad que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”.
3. Conocer el nivel de ansiedad que muestran los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”.
4. Identificar el nivel de autoestima que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”.

2.3. Hipótesis

1. Los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” presentan habilidades excelentes en el rendimiento psicológico.
2. Los principales rasgos de personalidad que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” son reservados, afectados por los sentimientos.
3. Los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” presentan un nivel grave de ansiedad.
4. Los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” presentan un nivel regular de autoestima.

2.4. Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
Rendimiento psicológico El rendimiento psicológico es la habilidad de establecer y mantener un clima interno estable durante el juego competitivo. (James 1990)	● Autoconfianza	Mantener un nivel alto de autoconfianza	Inventario del rendimiento psicológico de James Loerh Habilidades excelentes 26 a 30 Tiempo para mejorar 20 a 25 Necesita atención especial 19<
	● Energía negativa	Control de sus emociones negativas	
	● Control de atención	La habilidad de mantener una concentración continua en lo que es fundamental	
	● Control visual y de imagen	La habilidad de pensar en imágenes en vez de palabra.	
	● Nivel motivacional	La motivación es energía automotivante	
	● Energía positiva	La energía positiva hace posible el rendimiento optimo	

	● Control de actitud	La actitud correcta	
Personalidad Catell (1905-1998) define la personalidad como aquella que nos dice lo que una persona hará cuando se encuentre en una situación determinada.	A - Sizotimia - Afectomia	Reservado, alejado, critico, frio Abierto, afectuoso, sereno, participativo	Inventario de personalidad 16PF de Catell Bajo (1-3) Medio (4-6) Alto (7-9)
	B - Inteligencia baja - Inteligencia alta	Capacidad mental general baja Capacidad mental general alta	
	C - Poca fuerza del yo - Mucha fuerza del yo	Afectado por los sentimientos Madurez emocional, tranquilidad realismo	
	E - Sumisión	Sumiso, apacible, manejable, dócil	

	- Dominancia	Dominante, agresivo, independiente, competitivo	
	F - Desurgencia - Surgencia	Sobrio, reflexivo, serio, silencioso, obsesivo Alegre, animoso, hablador, sociable y comunicativo	
	G - Poca fuerza del súper yo - Mucha fuerza del súper yo	Poca aceptación de normas Responsable, moralista, perseverante	
	H - Timidez - Audacia	Cohibido, silencioso, retraído, cauteloso Emprendedor, cordial, atrevido	
	I - Dureza	Sensibilidad dura, realista, auto confiado	

	- Ternura	Sensibilidad blanda, busca atención y ayuda	
	L - Confiable	Adaptable, comprensivo permisivo, tolerante, respetuoso	
	- Suspica	Dogmático, difícil de engañar, desconfiado	
	M - Practicidad	Practico, realista, objetivo	
	- Imaginatividad	Fantasioso, excéntrico, bohemio, reducible, absorto	
	N - Sencillez	Franco, natural, sencillo, autentico, sin perspicacia	
	- Astucia	Calculador, mundano, terco, agudo, desafiante, sociable	

	O - Seguridad - Inseguridad	Seguro de sí, placido, seguro Agobiado, inquieto, ansioso, preocupado culpable	
	Q1 - Conservadurismo -Radicalismo	Tradicional, arraigado, moderado Analítico, crítico, experimental, libre, literal, ideas nuevas	
	Q2 - Adhesión al grupo - Autosuficiencia	Dependiente del grupo, falta de resolución Independiente, decidido, con recursos propios	
	Q3 - Baja integración - Mucho control	Auto conflicto, descuido de reglas sociales Controlado, compulsivo,	

		escrupuloso, llevado por su autoimagen	
	Q4 - Poca tensión - Mucha tensión	Sereno, tranquilo, sosegó, satisfecho, no frustrado Tenso, sobre excitado, irritable, frustrado, impaciente, inestable	
Ansiedad Emoción negativa que se vive como amenaza como anticipación cargada de malos presagios, de tonos difusos, desdibujados, poco claros. (Rojas, 2014)	• Síntomas físicos	Taquicardia, sequedad de boca, palpitaciones, inquietud psicomotora, nauseas	Cuestionario de ansiedad de Rojas Banda normal (0-20) Ansiedad ligera (21-30)
	• Síntomas psicológicos	Miedo a perder el control, temores difusos, inseguridad, sentimientos genéricos	
	• Síntomas de conducta	Comportamiento de alerta, hipervigilancia, bloqueo afectivo, inquietud motora	

	• Síntomas intelectuales	Expectativas generalizadas, pensamientos preocupantes, falsas interpretaciones	Ansiedad moderada (31-40) Ansiedad grave (41-50)
	• Síntomas asertivos	No saber que decir ante ciertas personas, graves dificultades para hablar de temas generales	Ansiedad muy grave (51-)
Autoestima Stanley Coopersmith define la autoestima como la evaluación que efectúa y generalmente mantiene el individuo con respeto así mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica en qué medida el individuo se cree capaz, importante, digno y con éxito.	• Autoconocimiento • Autoconcepto • Autoevaluación • Autorespeto	• Conocimiento de las propias potenciales y debilidades. • Creencias acerca de uno mismo. • Grado en el que la persona evalúa sus potencialidades y debilidades. • Grado en que la persona reconoce sus potencialidades y debilidades.	Cuestionario de autoestima 35B •Optimo: 61-75 •Excelente: 46-60 •Muy bueno: 31-45 •Bueno: 16-30 •Regular: 0-15 •Baja: -1 -15 •Deficiente: -16-30 •Muy baja: -31-45 •Extrema: -46-60 •Nulo: -61-75

	• Autoaceptación	• Grado en el que la persona se acepta tal como es.	
--	--	---	--

III. MARCO TEÓRICO

El presente capítulo está compuesto por el sustento teórico de la investigación. A continuación se hace una aproximación general del tema, planteando características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”, para luego ir desarrollando de manera paulatina, siguiendo el orden de los objetivos específicos, los distintos conceptos, definiciones, relacionados a cada variables considerados en la investigación. De tal modo, en inicio se aborda el tema de las características psicológicas y después se desarrolla cada una de las dimensiones mencionados en los objetivos específicos como son: rendimiento psicológico, personalidad, ansiedad y la autoestima.

3.1. Historia de la psicología del deporte

La psicología del deporte es un área relativamente joven, cuyo objeto de estudio lo constituyen las particularidades psicológicas de la actividad deportiva y del deportista.

La psicología y el deporte, están unidos desde hace ya más de un siglo, en concreto desde el siglo XIX, si bien es cierto que en una mayor amplitud, ha sido hasta hace unos 20 o 30 años que se ha difundido y consolidado dicha relación, al menos en cuanto a aplicaciones se refiere, aunque también es cierto que ya empezó a consolidarse hace ya medio siglo, al menos en cuanto a la creación de diferentes organizaciones y la realización de diferentes congresos. (Contreras, 2015, p. 39)

Durante los últimos años la actividad deportiva se ha incrementado extraordinariamente en las sociedades tecnológicamente avanzadas, tanto en su faceta de iniciación y práctica como en el ámbito del alto rendimiento y de la competición, llegando a convertirse en un fiel exponente de su nivel de bienestar. De hecho, las sociedades que han sido capaces de superar el llamado “estado de naturaleza” y han conseguido dar cumplida respuesta a las necesidades básicas de sus miembros, han visto cómo la cantidad y variedad de los deportes practicados en su área de influencia ha crecido vertiginosamente, lo que a la postre ha traído consigo un importante incremento del número de técnicos y profesionales dedicados a su enseñanza y a la obtención de mayores y mejores rendimientos deportivos.

Sin embargo, hemos de tener en cuenta que este vertiginoso crecimiento está íntimamente relacionado con la idea del deporte como espectáculo, como fuente de distracción, diversión y emoción; y que su resonancia, ampliada y multiplicada gracias a los modernos medios de comunicación social especialmente la televisión, ha permitido y facilitado la aparición de una floreciente industria relacionada con la actividad física y el deporte, una industria a la que interesa económicamente promover, impulsar y potenciar cualquier tipo de encuentro, certamen o competición deportiva. (Sanabria, s/f, p. 12)

La psicología del deporte es una ciencia dedicada fundamentalmente al estudio del comportamiento del ser humano antes, durante y después de la práctica deportiva, sobre todo en la situación de competición, donde los deportistas tratan de aprovechar al máximo sus recursos y su potencial. Precisamente, en su calidad de ciencia aplicada, la psicología del deporte trata de identificar, comprender y explicar aquellas teorías y técnicas psicológicas que pueden ser utilizadas en el deporte con objeto de mejorar el rendimiento y el desarrollo personal de los deportistas. Ahora bien, esta especialidad psicológica también se ocupa de la investigación y del abordaje de todos aquellos problemas psicológicos asociados a la práctica deportiva que representan dificultades de interacción sana con los demás, tanto en lo que se refiere a la percepción del mundo, las actitudes hacia uno mismo, la tensión psíquica o el control del estrés, como a la incapacidad para alcanzar las metas propuestas, la insatisfacción personal o las dificultades para manejarse convenientemente en el contexto deportivo. (Sanabria, s/f, p. 14)

3.2. Reseña histórica del baloncesto

El baloncesto comenzó en una fría mañana de diciembre de 1891. Los estudiantes de Springfield se dirigieron al gimnasio, donde les esperaba el Dr. Naismith, profesor de educación física. En aquel momento desconocían que estaban formando parte del origen del deporte de la canasta y que su querido maestro sería su inventor.

El profesor había trabajado muy duro para encontrar una actividad divertida que se pudiera realizar en los duros días de invierno de Massachussets. Había partido de lo que no quería hasta encontrar lo que quería: un juego que se pudiera realizar en el interior, donde la destrucción no fuese lo que predominara en él, que nada golpear a la pelota y donde la fuerza no fuera necesaria para conseguir la victoria.

El primer partido que se jugó en la historia de baloncesto fue unos días antes de navidad de 1891. El baloncesto se hizo tan popular que no pudo controlarlo. El nuevo juego se extendió como la pólvora. En 1892 se realizó una gira de exhibición del nuevo juego por todo el Este y ese mismo año se jugó el primer partido con público y en 1893 se celebró el primer campeonato y tres años más tarde el primero con carácter nacional. (Fernández, 2020)

3.3. Categoría “A” en el baloncesto

La primera división en el baloncesto también conocida como Primera Autonómica es una competición federada baloncestista de nivel nacional que se celebra en España. Esta competición está dividida en diferentes grupos en los que cada uno juegan equipos de la misma comunidad.

3.4. Concepto de psicología del deporte

Según la Asociación de Psicólogos Americanos (APA), "la psicología del deporte y de la actividad física es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física". La APA destaca que la psicología del deporte y la labor de los profesionales, se sitúa en torno a dos grandes objetivos: En primer lugar, ayudar a los deportistas a conocer y optimizar los principios psicológicos que favorezcan a la mejora de su rendimiento. En segundo lugar, comprender como la práctica deportiva afecta al desarrollo psicológico de los sujetos participantes, a su salud y bienestar a lo largo de su ciclo vital. (Sánchez, 2011)

3.5. Características psicológicas

Según Allport, (1988) las características psicológicas se las define como todas aquellas características comportamentales relativamente estables que definen a un individuo y que son productos de sus pensamientos, sentimientos, valores y actitudes en general.

A continuación se describirá las características psicológicas:

3.6. Rendimiento psicológico

Según James Loerh, (1990) define el rendimiento psicológico como la habilidad de establecer y mantener un clima interno estable durante el juego competitivo.

A continuación se describirán las distintas áreas:

3.6.1. Autoconfianza

Esta área trata de uno de los mejores pronósticos de éxito competitivo, ya que está íntimamente relacionada con la ejecución y las estrategias que maneja el deportista para resolver las diferentes situaciones de su deporte.

3.6.2. Energía negativa

Esta variable concierne al control de emociones negativas, miedo, ansiedad, rabia, frustración, etc. Su control es esencial para el éxito deportivo, por tanto conviene mantenerse calmado, relajado y concentrado para mantener la energía negativa al mínimo.

3.6.3. Control de atención

Es la habilidad de mantener la concentración de forma continua, focalizando la atención en los factores relevantes para la ejecución de habilidades deportivas.

3.6.4. Control de la visualización y las imágenes

Es una de las estrategias del entrenamiento mental más poderoso. La habilidad de visualizar muy vívidamente y con detalle, es esencial en el área del rendimiento deportivo, ya que facilita el aprendizaje y mejora las destrezas físicas.

3.6.5. Nivel motivacional

En el ámbito del deporte, la motivación es el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales, e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia o abandono en la tarea en último término el rendimiento deportivo.

3.6.6. Energía positiva

Es la habilidad de energizarse por medio de fuentes como la diversión, la alegría, la determinación y el positivísimo. Permite que un atleta logre altos niveles de activación mientras experimenta simultáneamente sensaciones de calma, baja tensión muscular y control de la atención.

3.6.7. Control de actitudes

Refleja el hábito de pensamientos del atleta. La actitud correcta afecta al control emocional, la focalización de la atención y en definitiva a todas las variables psicológicas mencionadas anteriormente.

3.7. Personalidad

Según Cattell menciona la personalidad en su enfoque teórico y empírico: *“Personalidad es lo que permite hacer una predicción de lo que hará una persona en una situación dada”* (Cattell, 1950, p.2)

La personalidad se define *“como la organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos”*. (Allport, G., 1980, p. 47)

Según Allport (1975) asume que la personalidad se refiere a “la integración de todos los rasgos y características del individuo que determinan una forma de comportarse”, es decir que la personalidad se forma en función del desarrollo del individuo, a partir de las características ambientales, biológicos y sociales que explican, modulan y mantienen su comportamiento. (Montaño Sinisterra, Palacios Cruz, & Gantiva, 2009)

3.7.1. Los 16 Factores de Personalidad de Cattell

Los trabajos de Cattell, desembocan en la elaboración de un cuestionario de personalidad, publicado por primera vez en Francia el año 1950 y denominado “16 PF”.

A continuación aparece una breve descripción de cada uno de los 16 factores de la personalidad.

➤ **Factor “A”**

Sizotimia: El individuo que recibe una calificación baja, tiene la tendencia a ser estirado, frío, rígido, reservado. Le gusta trabajar solo o en compañía de personas que se consideran intelectuales. Le agradan las cosas materiales y la discusión cuando se exponen puntos de vista diferentes. Son personas precisas y rígidas en la manera de hacer las cosas y con relación a la generosidad de las gentes, algunas veces puede ser criticón, obstructivo y excluyente.

Afectomia: El individuo que recibe un puntaje alto en este factor tiene la tendencia de ser de buen genio, fácil de tratar, cooperador, amable con la gente y adaptable. Le gustan las ocupaciones que tiene que ver con la gente y poco con las cosas materiales. Tienen la tendencia a formar o integrarse en grupos activos y es generoso en las críticas y ligeramente menos responsable y preciso en sus obligaciones y en su trabajo.

➤ **Factor “B”**

Menos inteligente: El individuo que obtiene una baja calificación en este factor tiende a ser lento o despacioso en sus actos en su percepción y en su actividad mental. Es de poca energía y demora para aprender. Tiene poco gusto y poca capacidad para las formas altas de los conocimientos y tienden a ser en forma rústico.

Más inteligente: El individuo que recibe una calificación alta en este factor posee actitud para percibir y comprender las cosas con rapidez, es inteligente y aprende pronto. Generalmente es una persona culta de carácter y poseedora de una actividad mental rápida.

➤ **Factor “C”**

Poca fuerza del yo: El individuo que posee un puntaje bajo, tiende a ser emocionalmente inmaduro e impulsivo, débil para tolerar las frustraciones, evasivo, rehúye la toma de decisiones, de nervios fatigados, que fácilmente se enoja con las cosas y la gente. Generalmente es insatisfecho y poseedor de varios síntomas neuróticos, tales como fobias, perturbaciones del sueño o problemas psicosomáticos.

Mucha fuerza del yo: El que tiene un puntaje alto en este factor, tiende a ser maduro, firme, persistente desde el punto de vista emocional, calmado, flemático, realista en cuanto a la vida y sus problemas. Poseedor de una gran fuerza moral, generalmente posee explicaciones complejas o una filosofía íntegra sobre la vida. Es capaz de mantener una moral alta en un grupo.

➤ **Factor “E”**

Sumiso: El individuo cuyo puntaje es bajo, tiende a ser un seguidor de los demás a depender de otras personas, a ir con el grupo, a someterse, es suave, complaciente, tranquilo, obediente, es tierno, expresivo, dócil, humilde pero se disgusta con facilidad.

Dominante: El que obtiene una alta puntuación en este factor tiende a ser progresista, seguro de sí mismo, positivo, agresivo, polémico, valiente en su manera de afrontar las situaciones extra positivas. Algunas veces puede llegar a ser solemne y estricto.

➤ **Factor “F”**

Resurgencia: Un bajo puntaje en este factor indica que el individuo tiende a ser taciturno, reticente, introspectivo, sobrio, retraído. A veces es comunicativo, melancólico, suave, preocupado e incapaz de relajarse.

Surgencia: El individuo que obtiene una alta calificación en este factor es alegre, charlatán, franco, animoso, enérgico, expansivo. Con frecuencia se le elige como líder o dirigente de grupos por su buen humor e ingenio.

➤ **Factor “G”**

Súper yo bajo: El individuo que obtiene una calificación baja, tiene la tendencia a ser caprichoso, inconstante, denunciador, voluble, frívolo. A veces es indolente y falta de normas interiores de conducta, negligente en el deber social, inmaduro y relajado.

Súper yo alto: Un puntaje alto indica que se trata de un individuo de carácter fuerte, responsable, decidido, enérgico, bien organizado. Generalmente es muy consciente y emocionalmente maduro y estable. Tiene un gran respeto por los principios morales y prefiere a la gente eficiente, es atento con sus compañeros.

➤ **Factor “H”**

Tímido: El individuo que obtiene calificación baja tiene la tendencia a ser tímido, retraído, aislado, cauteloso, generalmente tiene complejo de inferioridad. Tiene la tendencia a expresarse

con lentitud, prefiere uno a dos amigos íntimos y no muchos y no es capaz de mantenerse en contacto con todo lo que está sucediendo a su alrededor.

Audaz: El individuo que obtiene un puntaje alto, tiene la tendencia a ser sociable, cordial, arriesgado, dinámico, espontáneo, es poseedor de respuestas emocionales en abundancia. Se entiende fácilmente con la gente en todas las circunstancias y soporta las situaciones emocionales sin fatigarse. Tiene la inclinación a ser sentimental y a tener interés en el sexo opuesto.

➤ **Factor “I”**

Racional: Una baja calificación indica que el individuo posee la inclinación a ser práctico, masculino, lógico, independiente y autosuficiente. A veces es duro y cínico.

Tiene actitudes para mantener un grupo, operando sobre bases prácticas y realistas. Domina sus sentimientos y no demuestra ansiedad.

Emocional: El individuo que obtiene una alta calificación en este factor, tiene la tendencia a ser muy tierno, imaginativo, artístico, soñador, dependiente, inmaduro. Algunas veces exigente y práctico. Le chocan las personas ordinarias y los trabajos pesados. Tiene la tendencia a alterar la moral del grupo de trabajo con comentarios negativos. Se angustia fácilmente.

➤ **Factor “L”**

Confiado: El individuo que recibe un puntaje bajo tiene la tendencia a estar libre de dudas, celos y envidias, es respetoso de los demás, muy bohemio para trabajar en grupo, tolerante de los errores de las personas, comprensivo y de fácil adaptación.

Desconfiado: El individuo que tiene una calificación alta, posee la tendencia a ser poco fiable, esta frecuentemente interesado en sí mismo. Es presumido y piensa demasiado en su vida interior. Generalmente no le importa los demás, es inadecuado para trabajar en grupos.

➤ **Factor “M”**

Práctico. Quien obtiene una calificación baja tiene la tendencia a ser práctico y ansioso de hacer las cosas como deben hacerse. Se preocupa por todo y es capaz de mantener el control de sí mismo en momentos críticos. Es bastante correcto y cuidadoso.

Imaginativo: El individuo que obtiene un alto puntaje, tiende a ser un poco convencional y no importarle las personas que lo rodean. A veces hace escenas emocionales y llega a tener cierto grado de irresponsabilidad. Es bohemio, carente de sentido práctico con creaciones imaginativas.

➤ **Factor “N”**

Simple: El individuo que tiene una calificación baja, tiene la tendencia a ser demasiado sencillo, poco estilizado, muy simple, es ingenuo, no es brillante se satisface fácilmente, a veces es rudo y vulgar.

Sofisticado: El que tiene una alta calificación tiene a ser cuidadoso, experimentado, mundano, desafiante, terco y analítico. Es intelectualmente calculador y poco inclinado a encontrar soluciones a las situaciones difíciles.

➤ **Factor “O”**

Seguridad: Quien recibe una baja calificación posee la tendencia a ser plácido de nervios inalterados, muy confiado en sí mismo y en sus habilidades para manejar situaciones y personas. Afrontan con tranquilidad las situaciones y se sienten siempre seguros de sí mismos.

Inseguro: La persona que ha recibido un puntaje alto en este factor posee la tendencia a padecer depresiones, a estar preocupados, a evitar a la gente. Generalmente vive muy preocupado de los cambios de su estado de ánimo. Esta inclinado a tener sentimiento de ansiedad. No se siente aceptado por los grupos ni con espíritu para participar en ellos.

➤ **Factor “Q1”**

Conservadurismo: El individuo que tiene una baja calificación tiende a ser demasiado moderado, tradicionalista, conservador. No le gustan las situaciones nuevas y se oponen a cualquier cambio. No es imaginativo y se encuentran siempre demasiado satisfecho de sí mismo y de las cosas y situaciones que le rodean.

Radicalismo. El individuo que obtiene puntajes altos, se interesa en cuestiones intelectuales. Con frecuencia resulta defendiendo ideas nuevas. Siempre está bien informado y le gusta experimentar. No tiene tendencia a moralizar y es tolerante con las cosas que no están bien del todo.

➤ **Factor “Q2”**

Dependiente: Quien recibe una baja calificación. Prefiere trabajar dependiendo de alguien, no le gusta tomar decisiones sino junto con otras personas. Le agrada mucho la aprobación de los demás y de la sociedad. Goza que lo admiren. No es individuo muy resuelto y es indeciso.

Autosuficiente: La persona que recibe un puntaje alto, está acostumbrada a hacer las cosas como le parece que deben hacerse. Es independiente, toma decisiones personales y actúa por sí mismo. Sin embargo, no es necesariamente un individuo dominante en cuanto a las relaciones con los demás.

➤ **Factor “Q3”**

Descontrolado: El que recibe un puntaje bajo, tiende a ser un poco controlado y de un carácter disparejo. No es demasiado respetuoso con los demás. Es explosivo y poco cuidadoso.

Controlado: El individuo que recibe una alta calificación tiene la tendencia a poseer un gran control sobre sí mismo a dominar sus emociones. Tiende a ser muy considerado con los demás y muy cuidadoso. Sin embargo, algunas veces es demasiado obstinado. Un verdadero líder tiene un alto puntaje en este factor.

➤ **Factor “Q4”**

Poca tensión: La persona que obtiene una calificación baja posee una buena estabilidad. Esta por consiguiente libre de tensiones emocionales, de impaciencia nerviosa.

Tensión alta: La persona que obtiene un alto puntaje, tiende a ser excitable, desasosegado, irritable, impaciente, con frecuencia se siente demasiado fatigado, pero es incapaz de mantenerse inactivo. No tiene una buena visión del grupo.

3.8. Ansiedad

Según Rojas define la ansiedad como *“una emoción negativa que se vive como amenaza, como anticipación cargada de malos presagios, de tonos difusos, desdibujados, poco claros*. En la ansiedad los temores vienen de todas partes y de ninguna”. (Rojas, 2014, p. 29)

La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, que, a diferencia del miedo, tiene una referencia explícita. Mientras en el miedo esto se produce por algo, en la ansiedad se produce por nada, se difuminan las referencias. De ahí que podemos decir, simplificando en exceso los conceptos, que el miedo es un temor con objeto exterior.

De otra parte, el impacto de la ansiedad va a provocar una distorsión de toda la psicología del sujeto, la cual podría quedar expresada como una alteración en el sentido etimológico de la palabra: la de sentirse traído y llevado y tiranizado por lo otro, por ese temor extenso, confuso y farragoso. (Rojas, 2014)

3.8.1. Clasificación de los síntomas de la ansiedad

La ansiedad es una emoción de alarma que da lugar a una hiperactivación fisiológica, donde todo se vive con miedos y temores y malos presagios. No es un fenómeno unitario, ya que puede tener cuatro componentes esenciales que provocan cuatro sistemas de respuesta:

A continuación se describirán los síntomas:

-Síntomas físicos: Están producidos por una serie de estructuras cerebrales intermedias donde residen o se asientan las bases neurofisiológicas de las emociones.

Los principales síntomas son:

- Palpitaciones
- Opresión precordial
- Temblores
- Hipersudoración
- Sequedad de boca
- Dificultad respiratoria
- Pellizco gástrico / nudo en el estómago

-Síntomas psicológicos: Son aquellos que se captan a través del lenguaje verbal. Mediante el discurso entendemos en la calidad y los matices de la vivencia.

Los más frecuentes síntomas son:

- Desosiego
- Inseguridad
- Presentimiento de la nada
- Temor a perder el control
- Temor a la muerte
- Temor a la locura
- Temor al suicidio

-Síntomas de conducta: Son manifestaciones observables de forma objetiva y que generalmente son motoras. Los más frecuentes son los siguientes síntomas:

- Hipervigilancia
- Dificultad para la acción
- Bloqueo afectivo

- Inquietud motora
- Trastornos del lenguaje no verbal

-Síntomas intelectuales: Se refiere al modo de procesar la información que le llega y afecta a la percepción, la memoria, el pensamiento y la forma de utilizar los instrumentos de la inteligencia. Sus principales síntomas son:

- Expectación generalizada de matiz negativo
- Pensamientos preocupantes y negativos
- Pensamientos ilógicos
- Dificultades de concentración
- Trastornos del lenguaje no verbal

-Síntomas asertivos (o sociales): Hacen referencia al contacto interpersonal. Sus síntomas más sobresalientes son:

- No saber que decir ante ciertas personas
- No saber iniciar una conversación
- Dificultad para mostrar desacuerdo
- Dar respuesta por otro al hablar en público
- Bloquearse al hacerse pregunta
- Postura pasiva
- No saber terminar una conversación difícil
- No saber decir que no. (Rojas, 1989)

3.8.2. Causas de la ansiedad

Según Rojas (2014) la ansiedad es siempre un estado de alerta del organismo que produce un sentimiento indefinido de inseguridad. Por ello, la amenaza se sitúa en dos planos inmediatos: el físico y el psíquico.

Para explicar cómo se produce es necesario distinguir distintas especies de ansiedad. Hablaremos de ansiedad exógena, endógena y angustia existencial.

➤ **La ansiedad exógena**

Es aquel estado de amenaza inquietante producido por estímulos externos de muy variada condición: conflictos agudos, súbitos, inesperados; situaciones encronizadas de tensión emocional; crisis de identidad personal; problemas provenientes del medio ambiente.

➤ **Ansiedad endógeno**

Es la constitución por dentro. El endón se moviliza, corre, se expresa y aflora siempre movido por dos vientos principales: los acontecimientos externos de una parte y los procesos somáticos de otra. Está situado en una zona fronteriza entre lo corporal y lo psíquico.

➤ **La angustia existencial**

No es patológica. La tiene todo ser humano por el solo hecho de serlo. Es aquella que proviene de la inquietud de la vida nos pone frente a frente con nuestro destino, con la muerte y con el más allá. (Rojas, 2014)

3.9. Autoestima

Según Stanley Coopersmith define la autoestima como *“la evaluación que efectúa y generalmente mantiene el individuo con respeto así mismo, expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica en qué medida el individuo se cree capaz, importante, digno y con éxito”*. (Branden, 2004, p.12)

Nathaniel Branden, psicoterapeuta canadiense, da la siguiente definición de autoestima: “La autoestima, plenamente consumada, es la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias. Podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

1. La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
2. La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos”. (Branden, 1995)

3.9.1. Áreas de la autoestima

La autoestima está conformada por las siguientes áreas:

➤ **Autoconocimiento**

Según (De los ríos, 1999) el autoconocimiento es conocer el Yo de manera integral, es decir el aspecto biológico y social. Es cuando uno reflexiona sobre uno mismo, las características personales y gustos propios.

El autoconocimiento se puede definir como un proceso mediante el que la persona se conoce a sí misma, un proceso introspectivo en el que nos abrimos hacia lo más hondo de nuestro ser y encontramos nuestro verdadero yo. Nosotros somos consecuencia de todo lo vivido, de nuestras emociones, pensamientos y de las personas que pasan por nuestra vida, sin importar si todas estas vivencias son buenas o malas. Todo ello forma parte de lo que actualmente somos. (Carracedo, 2016)

➤ **Autoconcepto**

Es la creencia que presenta uno mismo, tiene mucho que ver con el juicio de las demás personas con respecto a la conducta de uno mismo, aporta a construir la propia imagen y la seguridad o inseguridad en sí mismo. (De los ríos, 1999)

Es la imagen que hemos formado de nosotros mismos, más allá de una estructura o una idea física, es la forma en la que manifestamos nuestras conductas. Es una categorización de nuestras particularidades, ya sea físicas, de comportamiento o afectivas, que podemos considerar nos definen y nos diferencian del resto. (Psicmorelos, 2020)

➤ **Autoevaluación**

Es la autocrítica de cada persona hacia sí mismo. Estableciendo juicios de valor, sentimientos, actos buenos y malos. (De los ríos, 1999)

Es la forma en la que nos calificamos a nosotros mismos, y no exclusivamente en el campo de nuestras capacidades, habilidades y competencias, se relaciona también con la forma en la que

evaluamos nuestra conducta, si consideramos que es buena o mala. También es un reflejo interno, buscando determinar lo que el individuo considera como correcto o incorrecto. Nos ayuda a determinar lo que nos lastima, nos denigra y nos decrece, de lo que nos hace sentir bien, nos permite crecer y aprender. (Psicmorelos, 2020)

➤ **Autoaceptación**

La persona reconoce e identifica sus propios potencialidades y debilidades. Es importante aceptarse de manera autentica, sin cambiar la realidad para manejar la seguridad de la persona y evitar dañarla. (De los ríos, 1999)

Según Albert Ellis, hace referencia a que la persona se acepta a si misma de forma plena y sin condiciones, tanto si se comporta como si no se comporta de forma inteligente, correcto o incorrecto, y tanto si los demás le conceden o no su aprobación, respeto y amor. El no lograr aceptarnos tal y como somos, coloca una barrera en nuestro bienestar emocional, ya que obstaculiza la forma en la que vemos y afrontamos la vida. (Psicmorelos, 2020)

➤ **Autorespeto**

Según (De los ríos, 1999), esto tiene que ver con el amor a uno mismo, los sentimientos, las emociones y el sentirse orgulloso.

Es el grado en el que mostramos respeto por nosotros mismos, por nuestras opiniones, necesidades y sentimientos. En este escalón el sentir que valemos simplemente por existir es fundamental, ya que con base en eso se genera la certeza de que somos dignos y valiosos ante los demás, que cada persona tiene su propio valor y no necesitamos hacer algo para que los demás nos quieran o nos aprecien. (Psicmorelos, 2020)

3.10. Investigaciones relacionadas con las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”

En relación a la popularidad del deporte, encontramos que según datos de Mitofsky, el básquetbol se colocó en el tercer lugar como el deporte más popular de México, quedando

debajo del fútbol y el boxeo. Según los datos, el fútbol encabeza la lista con una popularidad del 57.4% de la población. El boxeo le sigue con un 48.8 de aprobación a nivel nacional, mientras el básquetbol se coloca en tercer lugar con 33.6% de aprobación. (Meza, 2019)

Según Fernando, (et al., 2019) de acuerdo a los resultados obtenidos, en relación al nivel de las habilidades psicológicas, se observa que 6 de las 7 habilidades se encuentran en ubicadas en atención especial, mientras que la habilidad de control de atención se posiciona en mejorar y perfeccionar, entendiendo que estas calificaciones son de utilidad para el inicio de un proceso intervenido con el objetivo de aumentar el nivel de rendimiento deportivo de los deportistas, mediante el entrenamiento o potencialización de las falencias encontradas en este proyecto.

Según los resultados obtenidos sobre la valoración psicológica individual, se logra concluir que, en la evaluación, el 60% de la muestra se ubica en mejorar y perfeccionar, lo que indica la necesidad de potencializar ciertas habilidades que los deportistas ya poseen con el objetivo de fortalecer sus habilidades previas y acercarlos hacia una habilidad excelente, sin embargo, el 33.3% de la muestra que se ubica en atención especial, podría ser un índice significativo de la disminución del rendimiento deportivo para todo el equipo.

Con respecto al rendimiento deportivo grupal, se concluye que, al ignorar el aspecto psicológico dentro de los entrenamientos regulares, los deportistas tienden a no generar un nivel competitivo lo suficientemente alto, actualmente la calificación en atención especial, resume que existen ciertos aspectos que afectan el desempeño del equipo, repercutiendo en la falta de confianza en el otro, o problemas de comunicación entre el entrenador y deportistas; la necesidad de abarcar aspectos psicológicos dentro del entrenamiento está siendo desaprovechada lo que podría resultar en la obtención de logros, individuales y grupales. (Fernando, Chamorro Juárez, & García Ordoñez, 2019)

Según (Vaz, 2015) menciona que las características de la personalidad de jóvenes jugadores de baloncesto realizado por Ana Alicia Marín, M Isabel Piñar, Pablo Camacho, Vicente Brox, M Teresa Miranda-León, Ernesto Suárez-Cadenas, Francisco Alarcón y David Cárdenas, los resultados que se obtuvieron son Extraversión (Ex) y Amabilidad (Am), valores altos y muy altos para las dimensiones Conciencia (Co) y Apertura (Ap) y valores bajos y muy bajos para la dimensión Inestabilidad emocional (Ie). Esto permite afirmar que se trata de personas: a)

perseverantes, tenaces y exigentes, b) abiertas a la novedad, creativas, espontáneas y cultas, c) con valores normales de sociabilidad, seguridad y entusiasmo, d) amables, honestas, educadas y e) tranquilas, serenas y poco irritables. No se aprecia demasiadas diferencias entre las categorías, si bien, en la dimensión Apertura (Ap), la categoría Mini obtiene diferencias significativas con la categoría Cadete y en la dimensión Extraversión (Ex), existen diferencias significativas entre la categorías Infantil y Cadete.

Según Piqueras Abenza y Cassinello Fernandez (2011) señalan que, tanto la ansiedad como el estrés son dos problemas muy propensos en la sociedad actual y que afectan a mucha gente. Como hemos dicho anteriormente, estos problemas afectan más a los deportistas que se someten a mayores rendimientos, de esta manera, los deportistas deben entender que no deben preocuparse del resultado una vez que se ha dado todo el rendimiento posible, porque si hacemos deporte es porque disfrutamos con lo que hacemos y no debemos sumergirnos en situaciones que nos arrastren, sino aprender de los errores y hacerlo lo mejor posible, de esta manera realizaremos el ejercicio más felices, con mayor energía, estaremos más positivos y nos saldrá todo mejor.

Según Ortega y Sanchez M (2019), nueve de cada diez deportistas presentan niveles bajos o moderados de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo, mientras que únicamente uno de cada diez tiene una ansiedad alta; las mujeres obtienen valores más elevados de ansiedad-estado y ansiedad- rasgo que los hombres sin encontrar asociación entre la ansiedad-estado y la edad. En el caso de la ansiedad-rasgo, los deportistas de entre 20 y 22 años son los que presentan mayores niveles; no se encuentra asociación entre la ansiedad-estado y la modalidad deportiva, pero en la ansiedad-rasgo los que practican deporte individual de contacto presentan una mayor ansiedad.

IV. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Área de la psicología en la que se enmarca el trabajo de investigación

El trabajo de investigación pertenece al área de la psicología general, pero se encuentra dentro de la Psicología del Deporte, en lo referido al rendimiento psicológico, personalidad, ansiedad

y autoestima de los jugadores pretendiendo identificar las características psicológicas de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”.

*“La psicología **deporte** según Salazar (2008) se ocupa de estudiar los factores psicológicos que puedan intervenir, ya sea de forma positiva o negativa en los deportistas al practicar un deporte o actividad física. No solo en el momento de los entrenamientos, de la práctica del deporte o la actividad física motora, sino también durante las competencias”.* (Jiménez & León Ariza, 2012, p, 192)

El trabajo de investigación tuvo las siguientes características:

Es un estudio de tipo **descriptivo**, debido a que implica observar y describir el comportamiento de un sujeto sin influir sobre él de ninguna manera; en este caso las variables de rendimiento psicológico, personalidad, ansiedad, y autoestima de los jugadores de baloncesto.

También se trata de un estudio **transversal**, debido a que nos interesó estudiar las características psicológicas predominantes en los jugadores de baloncesto.

De la misma manera se utiliza el **enfoque cuantitativo**, porque ayuda a informar sobre los datos empíricos y medibles en términos “cuantos” expresados a través de cuadros y porcentajes.

4.2. Población y Muestra

4.2.1. Población

En el presente trabajo de investigación la población está constituida por todos los jugadores de Baloncesto categoría “A” que son jugadores de alta competición que está aproximadamente conformada por 160 jugadores 100 varones y 60 mujeres de la Asociación Tarijeña.

En cuanto a la población, se debe decir que todos son jugadores de baloncesto que compiten en distintos equipos.

4.2.2. Muestra

En la presente investigación considerando las características de la investigación el tipo de muestreo a ser utilizado es el aleatorio simple a través del cual todos los miembros de la población tuvieron la posibilidad de ser elegidos para formar parte del estudio.

Para determinar el tamaño de la muestra se aplicó la siguiente formula estadística en base a la población tomada en cuenta que son un total de 160:

$$N = \frac{k^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{E^2 \cdot (N-1) + k^2 \cdot p \cdot q}$$

$$N = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,2 \cdot 0,8 \cdot 160}{(0,05)^2 \cdot (160-1) + 1,96^2 \cdot 0,2 \cdot 0,8}$$

$$N = \frac{100,35}{17,274}$$

$$N = 58$$

De acuerdo a la fórmula realizada, la muestra consta de 58 jugadores la cual comprende el 20% de la población total, se aplicó a 33 hombres y 25 mujeres cuyas edades oscilan entre 18 a 40 años de edad, los cuales fueron elegidos al azar de distintos equipos.

4.3. Métodos, técnicas e instrumentos

4.3.1 Métodos

Los métodos que se emplearon en esta investigación son los siguientes métodos:

➤ Método teórico

Este método es utilizado principalmente en la construcción del marco teórico y en la interpretación de los datos, aunque se encuentra presente en todos los momentos de la investigación.

➤ Método empírico

En este método incluye la intervención, el registro, la medición, análisis e interpretación de los datos obtenidos, utilizado para la recopilación de información.

➤ Método hipotético-deductivo

Consiste en plantear algunas afirmaciones en calidad de la hipótesis y mediante la deducción y la confrontación con los hechos.

El método es utilizado para comprobar las hipótesis planteadas, a través de la deducción de los resultados, para obtener conclusiones relativas a la problemática de estudio.

➤ **Método estadístico**

En este método al cual se recurre para realizar el análisis de los datos que se obtendrán de los distintos instrumentos. La aplicación de métodos estadísticos descriptivos en el cual su máxima expresión se refleja en los cuadros, que permiten establecer patrones de comportamiento.

4.3.2. Técnicas

Dentro de los métodos adaptados para cumplir con los objetivos, se han establecido ciertas técnicas pertinentes a las características de la población de estudio.

➤ **Técnica de los test psicométricos**

Todos los test estandarizados que se emplearon en la presente investigación son de naturaleza psicométrica, es decir emplean escalas y sus resultados se procesaron de manera estadística. A esta técnica corresponden el inventario de personalidad 16PF, test de ansiedad, Inventario de rendimiento psicológico y el cuestionario de autoestima 35B.

4.3.3. Instrumentos

Los diferentes instrumentos que se emplearon en el trabajo de investigación se los presenta a continuación dentro de una tabla en resumen, en función de los métodos y técnicas a los cuales corresponden.

RESUMEN DE LOS MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

OBJETIVOS	MÉTODOS	TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
------------------	----------------	-----------------	---------------------

Rendimiento psicológico	Test psicométrico	Inventario	Inventario del rendimiento psicológico
Ansiedad	Test psicométrico	Cuestionario	Cuestionario de ansiedad
Personalidad	Test psicométrico	Inventario	Inventario de personalidad 16PF
Autoestima	Test psicométrico	Cuestionario	Cuestionario de autoestima 35B

A continuación, se describe la ficha técnica de cada uno de los instrumentos que se emplearon en la presente investigación:

➤ **Inventario del rendimiento psicológico**

Autor: Loehr E. James

Objetivo del test: Medir el rendimiento psicológico

Técnica: Test Psicométrico.

Historia de creación y baremación. El inventario del rendimiento psicológico fue elaborado por el doctor James E. Loehr en 1992, para conocer el rendimiento atlético en varias disciplinas deportivas.

Validez y confiabilidad: Un estudio evaluó la validez del test de Loehr, los participantes fueron N=408, 303 hombres, 105 mujeres, una edad media =24.0 años de = 6.7 tomando ocho deportes (el patinaje artístico, baloncesto, el canotaje, el golf, liga de rugby, la unión de rugby, el fútbol y natación), y compitiendo a nivel internacional, nacional, de condado y provinciano o club y

normas regionales. El inventario posee propiedades psicométricas satisfactorias, con la fiabilidad adecuada y convergente, y tiene validez. Los resultados prestan el apoyo preliminar a la validez factorial y fiabilidad del modelo.

Descripción de los materiales: Los materiales son el cuestionario de preguntas.

El inventario consta de 42 preguntas examina 7 categorías del rendimiento psicológico que a continuación se describen:

- Autoconfianza
- Nivel motivacional
- Energía negativa
- Energía positiva
- Control de atención
- Control de actitud
- . Control visual de imagen

Tipo y tiempo de aplicación promedio: Su forma de aplicación es individual.

Escala de presentación de los resultados: La valoración psicológica viene determinada por la siguiente tabla:

26-30 habilidades excelentes

20-25 Tiempo para mejorar

< 19 Necesita atención

➤ **Inventario de personalidad 16PF**

Autor: Raymonel B. Catell

Objetivo del test: Estudiar y valorar los rasgos de personalidad a partir de diversos factores

Técnica: Test psicométrico

Historia de creación y baremación: El 16 PF es una prueba creada Catell y colaboradores sobre la base del léxico de rasgos de Allport y Odbert el desarrollo de este cuestionario fue iniciado en la Universidad Illinois en los años 40, en 1943. El objetivo era construir un instrumento que midiera las dimensiones fundamentales de la personalidad del adulto, la prueba identifica 16 rasgos o factores primarios de la conducta para explicar el aspecto total de la personalidad.

Según la revisión de la literatura del 16 PF es el resultado de más de cuarenta años de investigación por el psicólogo Raymond Catell, quien estableció 16 rasgos de personalidad mediante análisis factorial.

Validez y confiabilidad: La validez de un test está relacionado con el grado de cumplimiento de los propósitos planteados por el propio test, es decir ¿mide el test lo que pretende medir? Esta duda se absuelve comparando el test en cuestión con otros instrumentos que han demostrado tener éxito en la medición del rasgo que se pretende valorar.

La confiabilidad equivale a la primera medida es una cuestión consistencia si probamos a la misma persona varias veces esperamos obtener resultados similares cada vez la confiabilidad mide cuanto cambia los resultados del perfil de una prueba a otra es decir comprobando el test con el pre test las diferentes pruebas de confiabilidad efectuadas o el 16 PF arrojan resultados elevados ya que al tratarse de un cuestionario que no poseen preguntas correctas e incorrectas el grado de consistencia de las respuestas en dos o más oportunidades es elevada.

Descripción de los materiales: Cuestionario o cuadernillo de preguntas, hojas de respuestas, planilla de corrección y perfil personal.

El inventario consta de 187 ítems, que examinan 16 factores bipolares de la personalidad que se describe a continuación:

Factor A	Sizotimia	Afectotimia
Factor B	Inteligencia baja	Inteligencia alta
Factor C	Poca fuerza del yo	Mucha fuerza del yo
Factor E	Sumisión	Dominancia
Factor F	Desurgencia	Surgencia
Factor G	Poca fuerza del súper yo	Mucha fuerza del súper yo
Factor H	Timidez	Audacia
Factor I	Dureza	Ternura
Factor L	Confiable	Suspica
Factor M	Practicidad	Imaginatividd
Factor N	Sencillez	Astucia
Factor O	Seguridad	Inseguridad
Factor Q1	Conservadurismo	Radicalismo
Factor Q2	Adhesión al grupo	Autosuficiencia
Factor Q3	Baja integración	Mucho control
Factor Q4	Poca atención	Mucha atención

Tipo y tiempo de aplicación promedio: Individual y colectivo. No hay tiempo límite, la mayoría de las personas en completarlo.

En el ámbito de aplicación es para adultos mayores a partir de los 18 años en adelante, mujeres y hombres de diferentes niveles educativos y profesionales.

Escala de presentación de los resultados: A través de la clave de corrección o planilla se suma los puntajes de cada factor obteniendo el PD que se anota en el recuadro de la hoja de respuesta, de acuerdo a baremo se transforma los puntajes directos en estanines que corresponde a una escala típica, luego de obtener el estanin se denomina de cada factor en base al siguiente criterio, puntajes bajos del 1 al 3, puntajes medios 4 al 6 y puntajes altos del 7 al 9.

➤ **Cuestionario de ansiedad**

Autor: Enrique Rojas

Objetivo del test: Evaluar los componentes cognitivos, conductual, emocional, asertivo, físico y síntomas característicos de la ansiedad.

Técnica: Test Psicométrico

Historia de creación y baremación:

Enrique Rojas nos ofrece las claves para entender y aprender a enfocar el tratamiento de una de las principales afecciones contemporáneas: la ansiedad. En un momento en que cualquier análisis de la realidad descansa cada vez más sobre elementos psicológicos, resulta fundamental disponer de las herramientas básicas para afrontar este trastorno directamente relacionado con la reciente transformación de nuestra sociedad; un cambio con sus luces y sus sombras, donde el progreso global, los grandes avances técnicos la revolución en el ámbito de las comunicaciones con el espectacular desarrollo de las redes sociales conviven con elevados niveles de estrés, una competitividad creciente y exigencia sociales, profesionales y personales con frecuencia inalcanzables.

Validez y confiabilidad: La validación de las escalas y cuestionarios supone la posibilidad de efectuar el seguimiento sobre la intensidad de la sintomatología, en pacientes sometidos a tratamiento y/o observación, lo que le convierte en instrumentos imprescindibles en la práctica clínica. Destaca precisamente la posibilidad de seguimiento, a través de las sucesivas aplicaciones de las pruebas facilitando el pronóstico y selección terapéutica.

En el establecimiento de diagnóstico, este tipo de pruebas son de gran interés, actuando de manera complementaria, a las entrevista clínica y a la observación del paciente, ayudando a precisar, objetivar y matizar el diagnóstico. Para este fin resulta más útiles los cuestionarios que las escalas.

Descripción de los materiales: Los materiales son las hojas con las preguntas, lapiceras.

El cuestionario consta de 100 preguntas las cuales se subdividen en 20 preguntas. Con ellas se puede saber a qué tipo de síntomas pertenecen.

Tipo y tiempo de aplicación promedio: Es individual y colectivo. No hay tiempo límite

Procedimiento de la aplicación: Este cuestionario consiste en hacer un círculo alrededor del asterisco situado en la columna si cuando haya notado este síntoma valorado el grado de su intensidad que es de 1 a 4.

En caso de haber marcado el SI

- 1) Ligero
- 2) Mediana intensidad
- 3) Intenso
- 4) Muy intenso

Si no siente dicho síntoma se coloca un círculo alrededor del NO.

Escala de presentación de los resultados: Sobre las categorías hay una escala de puntuación que es:

0-20: Banda normal

21-30: Ansiedad ligera

31-40: Ansiedad moderada

41-50: Ansiedad grave

51<: Ansiedad muy grave

➤ **Cuestionario de autoestima 35B**

Autor. Coopersmith, adaptado por De los Ríos.

Objetivo del test: Mide el nivel de autoestima.

Técnica: Test Psicométrico.

Validez: En cuanto a la validez del contenido, los ítems se han construido tomando en cuenta diversas esferas: cognitivas, características y motivacionales de la personalidad, así como los pensamientos y sentimientos que se expresan en las potencialidades personales reales y posibles.

Procedimiento de aplicación y calificación. Este cuestionario consta de 50 ítems conformado por 4 alternativas, en un rango de 0 a 3: donde 0= es falso, 1= es algo cierto, 2= creo que es cierto, 3= estoy convencido que es cierto

Descripción de los materiales. Los materiales que se va utilizar son el manual con las preguntas.

Escala de presentación de resultados. La escala de autoestima son los siguientes:

Optimo	61-75	Baja	-1 -15
Excelente	46-60	Deficiente	-16-30
Muy bueno	31-45	Muy baja	-31-45
Bueno	16-30	Extrema	-46-60
Regular	0-15	Nulo	-61-75

4.4. Procedimiento

1.- Revisión bibliográfica.- Esta fase consistió en la búsqueda bibliográfica para la realización del presente trabajo de investigación, tanto para la elaboración del marco teórico como para el sustento en el análisis de resultados.

2.- Prueba piloto.- Se procedió a la aplicación de los instrumentos a un número pequeño de personas, se tomó 4 personas para esta muestra. Los instrumentos que se utilizaron fueron el inventario de rendimiento psicológico de Loehr, inventario de personalidad 16PF, cuestionario de ansiedad y cuestionario de autoestima 35B.

3. Selección de los instrumentos.- Los instrumentos seleccionados fueron el inventario de rendimiento psicológico de Loehr, inventario de personalidad 16PF, cuestionario de ansiedad y el cuestionario de autoestima 35B.

4. Selección de la muestra.- En esta etapa se seleccionó la muestra que formara parte de la investigación considerando las características del estudio a jugadores de baloncesto hombres y mujeres aproximadamente de entre edades de 18 años a 40 años.

5.- Recojo de la información.- En esta etapa se realizó la aplicación de los instrumentos de forma presencial a los jugadores que forman parte de la muestra tanto individual como grupal, las fechas y horarios de aplicación fueron coordinados con los jugadores de la Asociación.

6.- Procesamiento de la información.- En esta etapa se procedió a tabular los datos obtenidos de las tablas para posteriormente realizar el respectivo análisis e interpretación.

7.- Redacción del informe.- Finalmente se procedió a elaborar el informe final en el que se muestra todo lo realizado en la investigación. Se presenta los objetivos planteados, los conceptos que son el sustento teórico, la metodología utilizada y las conclusiones y recomendaciones. Se procede a realizar el análisis e interpretación de los resultados obtenidos a través de los instrumentos aplicados

Cronograma:

ACTIVIDAD	GESTIÓN 2020		GESTIÓN 2021								
	Oct	Nov	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov
Revisión Bibliográfica	X										
Prueba Piloto			X								
Selección de los Instrumentos	X	X									
Selección de la Muestra				X	X						
Recojo de la Información					X	X					
Procesamiento de la Información						X	X	X			
Redacción del Informe Final									X	X	X

V. PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo se mostrara los resultados recabados tras la aplicación de la batería de test, que corresponden al inventario de rendimiento psicológico, inventario de personalidad 16PF, cuestionario de ansiedad y cuestionario de autoestima 35B. Los resultados se los presenta en el orden de los objetivos específicos.

En primer lugar se hace una descripción general de los datos de la muestra estudiada.

5.1. Datos sociodemográficos de la muestra

CUADRO N°1

Sexo de los jugadores

SEXO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Masculino	33	57%
Femenino	25	43%
TOTAL	58	100%

En el cuadro N° 1 se observa que el 57% son varones y 43% mujeres que son jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto.

CUADRO N°2

Edad de los jugadores

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Entre 18 a 25 años	38	66%
Entre 26 a 32 años	17	29%
Entre 33 a 40 años	3	5%
TOTAL	58	100%

En el cuadro N°2 se muestra que el 66% está entre las edades de 18 a 25 años, el 29% se encuentra entre las edades de 26 a 32 años y por último el 5% de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto esta entre las edades de 33 a 40 años.

CUADRO N°3
Estado civil de los jugadores

ESTADO CIVIL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SOLTERO	43	74%
CONCUBINO	1	2%
CASADO	14	24%
TOTAL	58	100%

Se observa en el cuadro N° 3 en cuanto al estado civil de los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto que el 74% están solteros, mientras que el 2% están en concubinato y el 24% están casados.

5.2. Primer objetivo específico

El primer objetivo específico es:

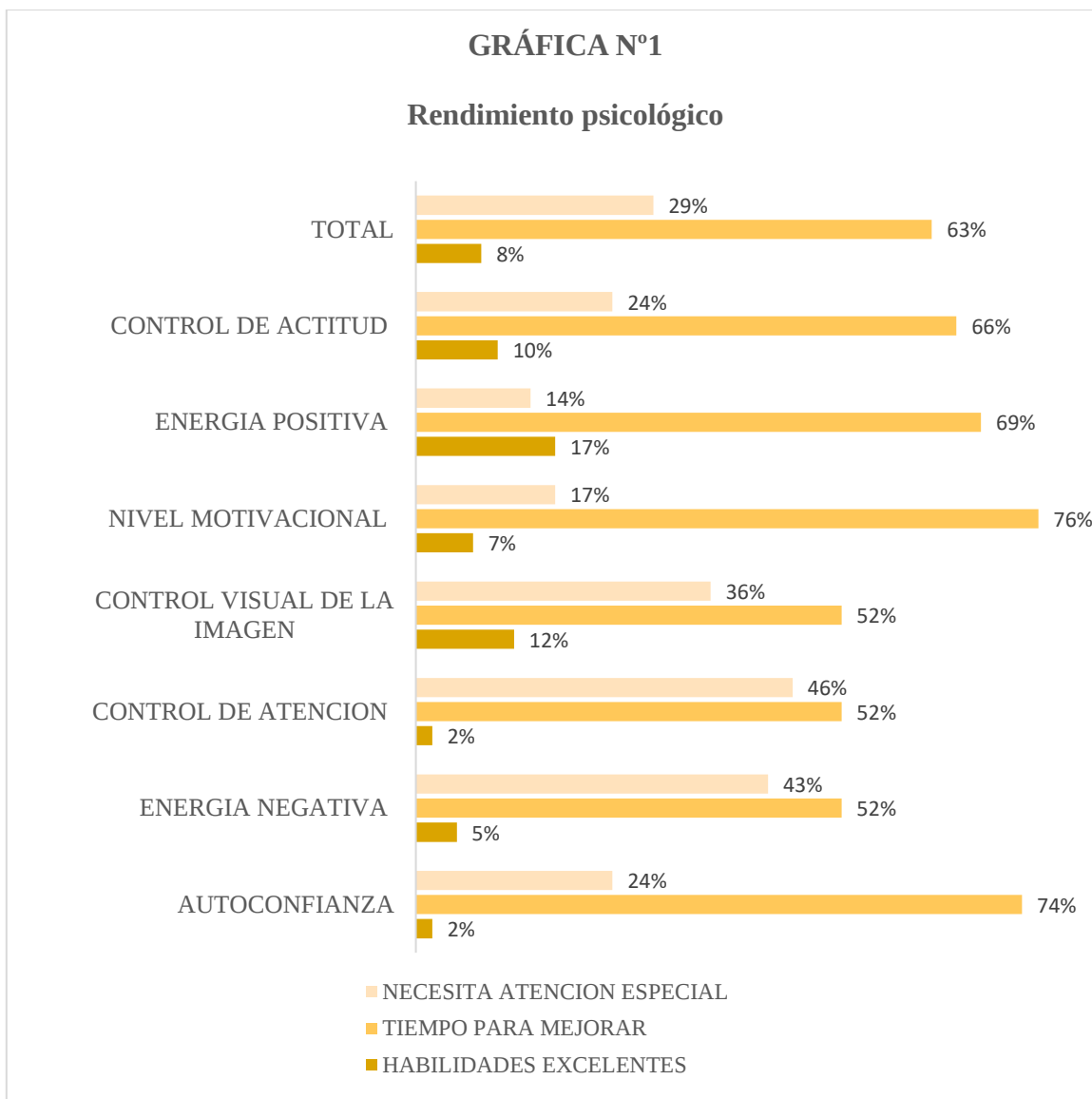
“Evaluar el rendimiento psicológico de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A””

Los datos para cumplir con el primer objetivo fueron recabados a través del inventario de rendimiento psicológico de Loerh.

CUADRO N° 4

Rendimiento psicológico

CATEGORÍAS	HABILIDADES EXCELENTES		TIEMPO PARA MEJORAR		NECESITA ATENCION ESPECIAL		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%
AUTOCONFIANZA	1	2%	43	74%	14	24%	58	100%
ENERGÍA NEGATIVA	3	5%	30	52%	25	43%	58	100%
CONTROL DE ATENCIÓN	1	2%	30	52%	27	46%	58	100%
CONTROL VISUAL DE LA IMAGEN	7	12%	30	52%	21	36%	58	100%
NIVEL MOTIVACIONAL	4	7%	44	76%	10	17%	58	100%
ENERGÍA POSITIVA	10	17%	40	69%	8	14%	58	100%
CONTROL DE ACTITUD	6	10%	38	66%	14	24%	58	100%
TOTAL	32	8%	255	63%	119	29%	406	100%



De acuerdo a los resultados obtenidos en el Cuadro N° 4 dentro del rendimiento psicológico en general se puede observar que dentro de todas las áreas los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan **tiempo para mejorar** con un puntaje de **63%**, esto se puede dar porque los jugadores no tienen confianza en sí mismos, tienen falencias en cuanto al control de las emociones, una alteración del foco atencional durante la competencia, no pueden manejar el fracaso, son de poca actitud positiva, con una desconfianza de sí mismo respecto a sus habilidades deportivas, no saben manejar sus emociones, esto puede ocasionar falencias en su desempeño en las competencias.

En cuanto al área de **autoconfianza**, el 74% de los jugadores necesitan tiempo para mejorar, ya que los indicadores que muestran son de menor grado lo cual tiene una incidencia negativa en su desempeño. Esto puede ser porque los jugadores aún no tienen confianza de sí mismos al momento de la competencia. Mientras que el 24% de los jugadores necesita atención especial en el área de autoconfianza, es decir que los jugadores se sienten inseguros de sí mismos, no confían en ellos mismos, eso les puede ocasionar un bajo desempeño en competencia y sólo un 2% presentan habilidades excelentes, se puede decir que son muy pocos los que tienen autoconfianza dentro de la competencia.

Se puede observar que la mayoría de los jugadores puntuaron un puntaje alto dentro de tiempo para mejorar, es decir que aún necesitan tiempo para poder alcanzar un alto nivel de autoconfianza de sí mismos dentro de la competencia y puedan llegar a tener habilidades excelentes, estos datos pueden afectar en el desempeño, en el nivel de los competidores, tanto en los entrenamientos como en las competencias. Se puede decir que es importante la autoconfianza en todo aspecto, porque en ello se pueden ver los resultados que presentan los jugadores.

De igual manera se puede observar que el 52% de los jugadores de baloncesto en el área de **energía negativa** necesitan tiempo para mejorar, presentan falencias en cuanto al control de las emociones, reaccionan de forma impulsivas, mientras que el 43% necesita atención especial, lo cual se refleja en el descontrol de las emociones negativas y el 5% se encuentran en habilidades excelentes son capaces de controlar sus emociones. Esto puede significar que al momento de la competencia los jugadores no controlan sus emociones, lo que puede causarles algunos problemas dentro de la competencia.

En esta área se puede notar que más de la mitad de los jugadores puntuaron en tiempo para mejorar, esto quiere decir que aún les falta mejorar en este aspecto ya que tienen falencias en controlar sus emociones, lo cual puede afectar con sus mismos compañeros de equipo y también en cómo reaccionar ante alguna situación complicada en competencia.

En el área de **control de atención**, el 52% de los jugadores de baloncesto necesitan tiempo para mejorar presentan una alteración del foco atencional durante la competencia y también en los entrenamientos. El 46% los jugadores de baloncesto necesita atención especial, ya que tienen dificultades para focalizar y responder de manera eficiente, mientras que el 2% de los jugadores de baloncesto presentan habilidades excelentes, mantienen un foco de atención amplio permitiéndoles tener un buen rendimiento.

En esta área se puede observar que los competidores necesitan tiempo para mejorar, esto quiere decir que tienen algunas alteraciones del foco atencional; esto puede ocasionar dificultades en el rendimiento, ya que necesitan una amplia concentración y atención para que puedan tener un alto nivel de desempeño en competencia.

En el área de **control visual de la imagen** el 53% de los jugadores de baloncesto necesita tiempo para mejorar, el 34% necesita atención especial, es decir que los jugadores presentan dificultades en cuanto a la visualización, crear imágenes mentales sobre la cancha. El 12% presentan habilidades excelentes en el control visual de la imagen para desarrollar acciones mentales dentro de la cancha.

Se puede observar que los jugadores presentan un puntaje mayor a la mitad esto se encuentra en tiempo para mejorar, es decir que en esta área de control visual de la imagen los competidores muestran una dificultad en cuanto a desarrollar acciones mentales dentro de la cancha y esto puede afectar en el rendimiento psicológico de los jugadores ya que no alcanzan un nivel mayor para presentar habilidades excelentes.

Respecto al área de **nivel motivacional** el 76% requieren tiempo para mejorar, es decir que los jugadores no pueden manejar el fracaso, el 17% de los jugadores de baloncesto necesita atención especial ya que no tienen motivación para competir, demuestra poco interés en los entrenamientos. El 7% de los jugadores presentan habilidades excelentes, lo que significa que no todos tienen una excelente motivación.

En cuanto a los datos de esta área se puede notar que existe un puntaje mayor en tiempo para mejorar, esto se puede dar porque los jugadores aun no logran manejar el fracaso y esto les puede afectar en los resultados de la competencia.

En el área de **energía positiva** un 69% de los jugadores necesitan tiempo para mejorar, esto significa que son de poca actitud positiva, con desconfianza de sí mismo respecto a sus habilidades deportivas, esto puede afectar considerablemente en el desempeño de los jugadores. Mientras el 17% presentan habilidades excelentes, son jugadores con una actitud positiva, transmitiendo una carga positiva y el 13% de los jugadores necesitan atención especial, es decir que demuestran sus deficiencias generando malestar en el grupo.

Por último, en el área de **control de actitud** un 66% necesitan tiempo para mejorar, es decir que no saben manejar sus emociones. El 24% necesita atención especial, mientras que solo el 10% de los jugadores de baloncesto presentan habilidades excelentes esto significa que son disciplinados, con afluencia positiva.

Según Fernando, (et al. 2019) refiere que de acuerdo a los resultados obtenidos, en relación al nivel de las habilidades psicológicas, se observa que 6 de las 7 habilidades se encuentran en ubicadas en atención especial, mientras que la habilidad de control de atención se posiciona en mejorar y perfeccionar, entendiendo que estas calificaciones son de utilidad para el inicio de un proceso intervenido con el objetivo de aumentar el nivel de rendimiento deportivo de los deportistas, mediante el entrenamiento o potencialización de las falencias encontradas en este proyecto.

Según los resultados obtenidos sobre la valoración psicológica individual, se logra concluir que, en la evaluación, el 60% de la muestra se ubica en mejorar y perfeccionar, lo que indica la necesidad de potencializar ciertas habilidades que los deportistas ya poseen con el objetivo de fortalecer sus habilidades previas y acercarlos hacia una habilidad excelente, sin embargo, el 33.3% de la muestra que se ubica en atención especial, podría ser un índice significativo de la disminución del rendimiento deportivo para todo el equipo.

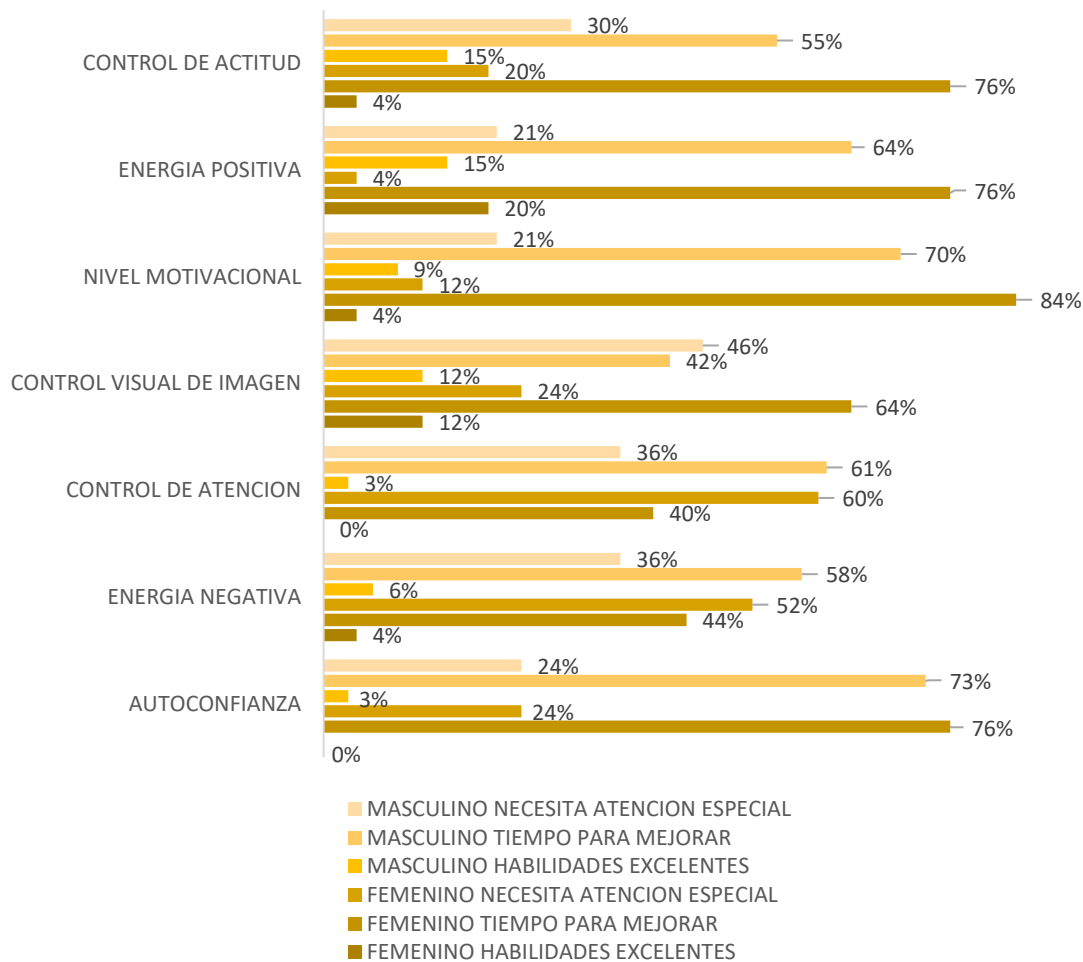
Con respecto al rendimiento deportivo grupal, se concluye que, al ignorar el aspecto psicológico dentro de los entrenamientos regulares, los deportistas tienden a no generar un nivel competitivo lo suficientemente alto, actualmente la calificación en atención especial, resume que existen ciertos aspectos que afectan el desempeño del equipo, repercutiendo en la falta de confianza en el otro o problemas de comunicación entre el entrenador y deportistas; la necesidad de abarcar aspectos psicológicos dentro del entrenamiento está siendo desaprovechada lo que podría resultar en la obtención de logros, individuales y grupales. (Fernando, Chamorro Juárez, & García Ordoñez, 2019)

CUADRO N°5

Rendimiento psicológico por sexo de los jugadores de baloncesto

CATEGORÍAS	FEMENINO								MASCULINO							
	HABILIDADES		TIEMPO		NECESIDAD ATENCIÓN		TOTAL		HABILIDADES		TIEMPO		NECESIDAD ATENCIÓN		TOTAL	
	EXCELENTE		PARA MEJORAR		ESPECIAL				EXCELENTE		PARA MEJORAR		ESPECIAL			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
AUTOCONFIANZA	-	0%	19	76%	6	24%	25	100%	1	3%	24	73%	8	24%	3	100%
ENERGÍA NEGATIVA	1	4%	11	44%	13	52%	25	100%	2	6%	19	58%	2	36%	3	100%
CONTROL DE ATENCIÓN	-	0%	10	40%	15	60%	25	100%	1	3%	20	61%	2	36%	3	100%
CONTROL VISUAL DE IMAGEN	3	12%	16	64%	6	24%	25	100%	4	12%	14	42%	5	46%	3	100%
NIVEL MOTIVACIONAL	1	4%	21	84%	3	12%	25	100%	3	9%	23	70%	7	21%	3	100%
ENERGÍA POSITIVA	5	20%	19	76%	1	4%	25	100%	5	15%	21	64%	7	21%	3	100%
CONTROL DE ACTITUD	1	4%	19	76%	5	20%	25	100%	5	15%	18	55%	1	30%	3	100%
TOTAL	11	6%	115	66%	49	28%	175	100%	21	9%	139	60%	71	31%	231	100%

GRÁFICA N° 2
Rendimiento psicológico por sexo de los jugadores



En cuanto a los datos generales de los jugadores respecto al sexo se puede observar que no existe una diferencia considerable ya que ambos sexos puntuaron en tiempo para mejorar.

De manera general en las distintas áreas en comparación al rendimiento psicológico por sexo de la Asociación Tarijeña de Baloncesto se puede observar que no existen diferencias considerables en cuanto a autoconfianza, nivel motivacional, energía positiva y control de energía, existe más similitudes que diferencias en todas estas áreas.

Mientras que en el área de energía negativa y control de atención en ambos sexos existe diferencias, ya que las mujeres se encuentran en necesita atención especial y en el caso de los varones están en tiempo para mejorar. Esto probablemente puede perjudicar tanto a mujeres como a varones en el desarrollo de la competencia ya que aún les falta controlar sus emociones y tienen dificultades para focalizar y responder de manera eficiente.

En cuanto al área control visual de imagen se muestra que existe una diferencia mayor en el caso de los jugadores varones con un 46 % que se encuentran en necesita atención especial y en el caso de las mujeres con un 64% que se encuentran en tiempo para mejorar. Se puede observar que los varones puntuaron más bajo que las mujeres. Esto puede perjudicar a los jugadores en cuanto a la visualización, crear imágenes mentales sobre la cancha, mientras que las mujeres solo necesitan tiempo para mejorar en su rendimiento psicológico.

CUADRO N° 6

Rendimiento psicológico por edades de los jugadores de baloncesto

	18-25								26-32								33-40							
CATEGORÍAS	HABILIDADES		TIEMPO		NECESITADA		TOTAL		HABILIDADES		TIEMPO		NECESITA		TOTAL		HABILIDADES		TIEMP		NECESITA		TOT	
	EXCELENTES		PARAMEJORAR		ATENCIÓNESPECIAL				EXCELENTES		PARAMEJORAR		ATENCIÓNESPECIAL											
	F	%		%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
AUTOCONFIANZA	-	0%	27	71%	11	29%	38	100%	1	6%	13	76%	3	18%	17	100%	-	0%	3	100%	-	0%	3	100%
ENERGÍA NEGATIVA	1	3%	20	53%	17	44%	38	100%	2	12%	10	59%	5	29%	17	100%	-	0%	-	0%	3	100%	3	100%
CONTROL DE ATENCION	-	0%	20	53%	18	47%	38	100%	1	6%	9	53%	7	41%	17	100%	-	0%	1	33%	2	67%	3	100%
CONTROL VISUAL DE IMAGEN	6	16%	19	50%	13	34%	38	100%	1	6%	10	59%	6	35%	17	100%	-	0%	1	33%	2	67%	3	100%
NIVEL MOTIVACIONAL	4	11%	27	71%	7	18%	38	100%	-	0%	14	82%	3	18%	17	100%	-	0%	3	100%	-	0%	3	100%
ENERGÍA POSITIVA	9	24%	27	71%	2	5%	38	100%	1	6%	11	65%	5	29%	17	100%	-	0%	2	67%	1	33%	3	100%
CONTROL DE ACTITUD	4	11%	24	63%	10	26%	38	100%	2	12%	11	65%	4	23%	17	100%	-	0%	2	67%	1	33%	3	100%
Total	24	9%	164	62%	78	26%	100%	8	6%	8	66%	33	28%	119	100%	-	0%	12	57%	9	43%	21	100%	

Se puede observar en el Cuadro N°6 los datos obtenidos del rendimiento psicológico, en general que existe una similitud en los resultados de las diferentes edades todas presentan tiempo para mejorar.

En el caso de las áreas de autoconfianza, nivel motivacional, energía positiva y control de actitud se puede observar que existe una similitud entre las distintas edades no existe una diferencia considerable.

En cuanto al área de energía negativa de 18-25 años con un puntaje de 53%, de 26-32 años con un puntaje de 59% ambos están dentro de tiempo para mejorar, presentan falencias en cuanto al control de las emociones; pero de 33-40 años con un puntaje de 100% en esta edad existe una diferencia considerable con las anteriores edades ya que se encuentran en necesita atención especial, lo cual se refleja en el descontrol de las emociones negativas. Esto puede perjudicar en el desempeño que podrían entregar los jugadores dentro de la competencia.

En el caso de control de atención de 18-25 y de 26-32 años están dentro de tiempo para mejorar con un puntaje de 53%, mientras que de 33-40 años se encuentran en necesita atención especial con un puntaje de 67%, es decir que los jugadores de mayor edad tienen más dificultades para focalizar y responder de manera eficiente a diferencia que los jugadores de menor edad. Esto perjudica ya que por falta de concentración no rinden la totalidad de las habilidades como jugador.

Por último, en el área de control visual de imagen de 18-25 años con un puntaje de 50%, de 26-32 años con un puntaje de 59% ambas edades se encuentran en tiempo para mejorar; a diferencia de las anteriores, las edades de 33-40 años necesitan atención especial con un puntaje de 67%, es decir existe una diferencia comparando con las demás edades. Esto afecta a las diferentes edades ya que tienen dificultades en cuanto a la visualización y crear imágenes mentales sobre la cancha, esto les puede traer falencias al momento de la competencia.

También se puede observar que en las tres áreas mencionadas anteriormente se puede notar que existe diferencia, quienes tienen mayor edad necesitan atención especial, mientras que los de menor edad necesitan sólo tiempo para mejorar. Es decir que las distintas edades necesitan de alguna manera un apoyo, pero de diferente manera.

5.3. Segundo objetivo específico

El segundo objetivo específico plantea:

“Identificar los principales rasgos de personalidad que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A””

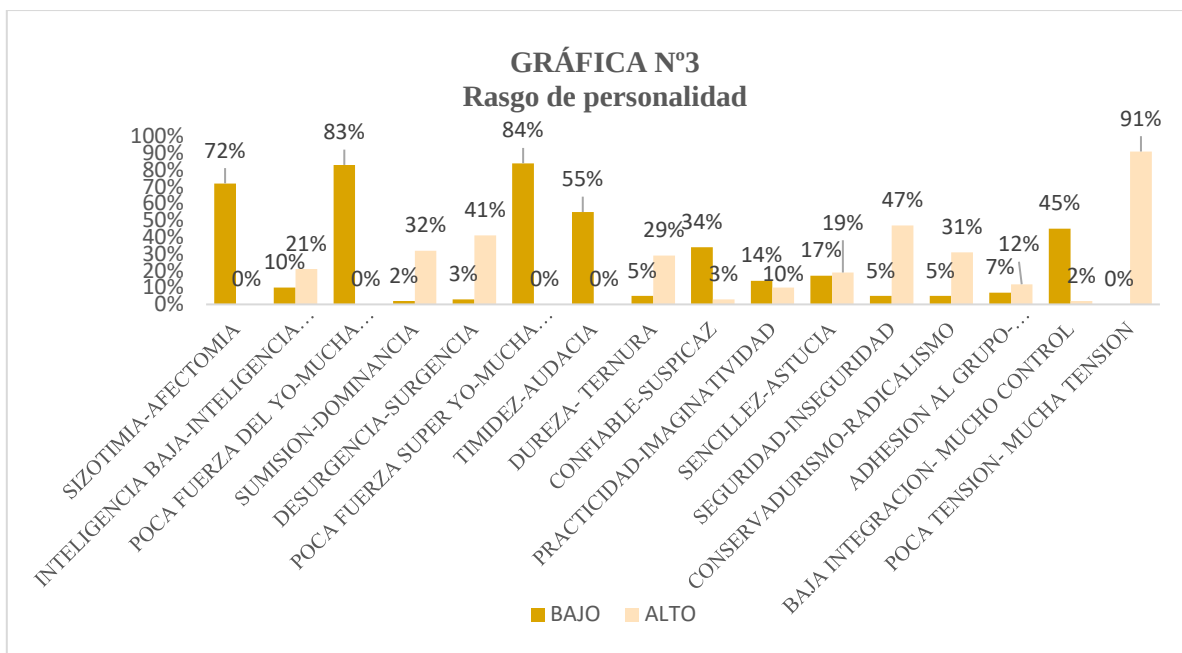
Según Cattell menciona la personalidad en su enfoque teórico y empírico: *“Personalidad es lo que permite hacer una predicción de lo que hará una persona en una situación dada”* (Cattell, 1950, p.2)

Para analizar este objetivo se va a considerar los datos más importantes que se obtuvieron a partir de la aplicación del inventario de personalidad 16 PF, se considera los puntajes altos y bajos, para así responder al segundo objetivo planteado.

CUADRO N° 7

Rasgo de personalidad

FACTORES		NIVELES							
		BAJO		MEDIO		ALTO		TOTAL	
		F	%	F	%	F	%	F	%
A	SIZOTIMIA-AFECTOMIA	42	72%	16	28%	-	0	58	100%
B	INTELIGENCIA BAJA- INTELIGENCIA ALTA	6	10%	40	69%	12	21%	58	100%
C	POCA FUERZA DEL YO- MUCHA FUERZA DEL YO	48	83%	10	17%	-	0%	58	100%
E	SUMISIÓN- DOMINANCIA	1	2%	38	66%	19	32%	58	100%
F	DESURGENCIA- SURGENCIA	2	3%	32	55%	24	41%	58	100%
G	POCA FUERZA SÚPER YO-MUCHA FUERZA SÚPER YO	49	84%	9	16%	-	0%	58	100%
H	TIMIDEZ-AUDACIA	32	55%	26	45%	-	0%	58	100%
I	DUREZA- TERNURA	3	5%	38	66%	17	29%	58	100%
L	CONFIABLE-SUSPICAZ	20	34%	36	63%	2	3%	58	100%
M	PRACTICIDAD- IMAGINATIVIDAD	8	14%	44	76%	6	10%	58	100%
N	SENCILLEZ-ASTUCIA	10	17%	37	64%	11	19%	58	100%
O	SEGURIDAD- INSEGURIDAD	3	5%	28	48%	27	47%	58	100%
Q1	CONSERVADURISMO- RADICALISMO	3	5%	37	64%	18	31%	58	100%
Q2	ADHESIÓN AL GRUPO- AUTOSUFICIENCIA	4	7%	47	81%	7	12%	58	100%
Q3	BAJA INTEGRACIÓN- MUCHO CONTROL	26	45%	31	53%	1	2%	58	100%
Q4	POCA Tensión- MUCHA Tensión	-	0%	5	9%	53	91%	58	100%



De acuerdo a los resultados obtenidos del cuestionario de personalidad 16PF de Catell respecto a los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto se pudo observar los siguientes rasgos de personalidad:

Se observa en el Cuadro N°7 que la mayoría de los jugadores presentan rasgos de personalidad de **mucha tensión**, que corresponde al Factor Q4 con un 91% que son personas tensas, irritables, frustradas, impacientes, inestables. Se puede observar que los jugadores presentan mucha tensión esto puede ser por la presión que tienen al momento de competir debido a que su entorno le exige un buen desempeño en competencia.

Este rasgo puede afectar considerablemente en competencia porque presentar mucha tensión no es bueno al momento de competir, ya que pueden mostrar muchas falencias y rendir menos de cuanto se espera de los jugadores.

Así mismo, presentan el rasgo de personalidad de **poca fuerza superyó** el 84% de los jugadores de baloncesto, el rasgo corresponde al Factor G, son personas despreocupados, con poca aceptación de normas convencionales, también son relajados.

Este rasgo por una parte, puede ser favorable para los jugadores ya que en algunos momentos de presión se pueden relajar; eso les puede ayudar a que puedan tener más desempeño en su rendimiento dentro de la competencia.

También presentan el rasgo de personalidad de **poca fuerza del yo**, que corresponde al Factor C, con un 83% de los jugadores de baloncesto; es decir, son personas afectadas por los sentimientos, poco estable emocionalmente. Se observa que la mayoría de los jugadores de baloncesto presentan un puntaje alto en este rasgo de personalidad, tienden a ser emocionalmente inmaduros, rehúyen la toma de decisiones, fácilmente se enojan con las cosas o la gente.

Este rasgo puede perjudicar en el rendimiento de los jugadores, ya que al estar afectados por los sentimientos y poco estable emocionalmente, les puede desconcentrar, desmotivar y puede afectar tanto asimismo como al equipo al no saber cómo reaccionar ante alguna situación difícil en competencia.

Por otra parte, presentan el rasgo de personalidad de **sizotimia** que corresponde al Factor A, con un 72% de los jugadores de baloncesto, este rasgo indica que son reservados, alejados, críticos y fríos. Prefieren trabajar solos, son más rígidos y pueden ser bastantes críticos e incluso rudos.

Este rasgo puede afectar a los jugadores ya que les gusta trabajar solos, en competencia es importante trabajar en equipo para que puedan tener una mejor comunicación y un buen desempeño dentro de la competencia.

Por último, se presenta el rasgo de **timidez** que corresponde al Factor H, con un 55%, esto indica que los jugadores de baloncesto son cohibidos, tímidos, susceptibles, retraídos, cautelosos, aislados y cerrados. Tienden a aislarse de las personas que le rodean, llegan a expresarse con lentitud cuando tienen que hablar, sólo tienen uno o dos amigos íntimos.

Este rasgo puede afectar en el desenvolvimiento en competencia, ya que al aislarse de las personas no podrían tener una buena comunicación porque prefieren estar solos y es así que no tendrían entendimiento al momento de la competencia.

En síntesis, los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan rasgos de personalidad de sizotimia, poca fuerza del yo, poca fuerza superyó, timidez y mucha tensión.

CUADRO N°8

Rasgos de personalidad por sexo de los jugadores

FACTORES		FEMENINO								MASCULINO							
		BAJO		MEDIO		ALTO		TOTAL		BAJO		MEDIO		ALTO		TOTAL	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
A	SIZOTIMIA-AFECTOMIA	16	64%	9	36%	-	0%	25	100%	26	79%	7	21%	-	0%	33	100%
B	INTELIGENCIA BAJA-INTELIGENCIA ALTA	3	12%	15	60%	7	28%	25	100%	2	6%	26	79%	5	15%	33	100%
C	POCA FUERZA DEL YO-MUCHA FUERZA DEL YO	23	92%	2	8%	-	0%	25	100%	26	79%	7	21%	-	0%	33	100%
E	SUMISIÓN-DOMINANCIA	-	0%	16	64%	9	36%	25	100%	1	3%	22	67%	10	30%	33	100%
F	DESURGENCIA-SURGENCIA	2	8%	2	8%	1	44%	25	100%	-	0%	20	61%	13	39%	33	100%
G	POCA FUERZA SÚPER YO-MUCHA FUERZA SÚPER YO	20	80%	5	20%	-	0%	25	100%	29	88%	4	12%	-	0%	33	100%
H	TIMIDEZ-AUDACIA	16	64%	9	36%	-	0%	25	100%	15	45%	18	55%	-	0%	33	100%
I	DUREZA-TERNURA	2	8%	10	40%	13	52%	25	100%	2	6%	26	79%	5	15%	33	100%
L	CONFIABLE-SUSPICAZ	10	40%	15	60%	-	0%	25	100%	10	30%	22	67%	1	3%	33	100%
M	PRACTICIDAD-IMAGINATIVIDAD	3	12%	21	84%	1	4%	25	100%	4	12%	22	67%	7	21%	33	100%
N	SENCILLEZ-ASTUCIA	4	16%	17	68%	4	16%	25	100%	4	12%	20	61%	9	27%	33	100%
O	SEGURIDAD-INSEGURIDAD	1	4%	1	44%	13	52%	25	100%	-	0%	16	48%	17	52%	33	100%
Q1	CONSERVADURISMO-RADICALISMO	2	8%	14	56%	9	36%	25	100%	-	0%	24	73%	9	27%	33	100%
Q2	ADHESIÓN AL GRUPO-AUTOSUFICIENCIA	4	16%	20	80%	1	4%	25	100%	-	0%	27	82%	6	18%	33	100%
Q3	BAJA INTEGRACIÓN-MUCHO CONTROL	11	44%	14	56%	-	0%	25	100%	16	48%	15	45%	2	6%	33	100%
Q4	POCA Tensión-MUCHA Tensión	-	0%	2	8%	23	92%	25	100%	-	0%	2	6%	31	94%	33	100%

Como se puede observar en el Cuadro N° 8, tomando en cuenta una comparación de los rasgos de personalidad por sexo de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto, se tiene una

similitud considerable en algunos rasgos como ser: Sizotimia, poca fuerza del yo, poca fuerza superyó, timidez y mucha tensión.

Mientras que en el rasgo de **timidez** que corresponde al Factor H existe una diferencia considerable, en las mujeres con un 64% y en los varones con un 45% son cohibidos, tímidos, aislados y cerrados. También en el rasgo de **ternura** que corresponde al Factor I, las mujeres puntuaron un 52% y los varones sólo puntuaron un 15% presentan sensibilidad blanda, buscan atención y ayuda. Aquí se puede observar que existe una diferencia considerable.

Es probable que este rasgo de personalidad pueda perjudicar a los jugadores, debido a que la timidez suele afectar en la competencia ya que son cerrados, aislados; en cuanto a la ternura, puede beneficiar a los jugadores ya que buscan atención y ayuda, ello puede favorecer en competencia ya que pueden pedir ayuda en las falencias que puedan presentar y poder mejorar su rendimiento.

De la revisión bibliográfica realizada sobre este tema se encontró de Gilberto Vaz (2015) indica de manera general en cuanto a los rasgos de personalidad de los jugadores, se encontró que existen similitudes y diferencias entre los distintos grupos (brasileños, argentinos y norteamericanos), existiendo, también, estas diferencias de factores y niveles entre hombres y mujeres. En cuanto a las cualidades positivas en el grupo masculino, los brasileños se caracterizaron por un mayor auto confianza, creatividad, tenacidad, espíritu de equipo, sociabilidad, liderazgo y motivación. Los argentinos: la combatividad, la concentración y la motivación. Los estadounidenses: la auto confianza, el autocontrol, la creatividad, la concentración, el liderazgo y la motivación. En el grupo de mujeres, las jugadoras brasileñas se caracterizaron por un mayor énfasis en las siguientes cualidades positivas: confianza, creatividad, espíritu de equipo, liderazgo y sociabilidad. Las jugadoras argentinas: autocontrol, creatividad, tenacidad, liderazgo y motivación. Las jugadoras norteamericanas: auto confianza, autocontrol, creatividad, combatividad, la concentración, el liderazgo y la motivación. (Vaz, 2015)

5.4. Tercer objetivo específico

El tercer objetivo específico es:

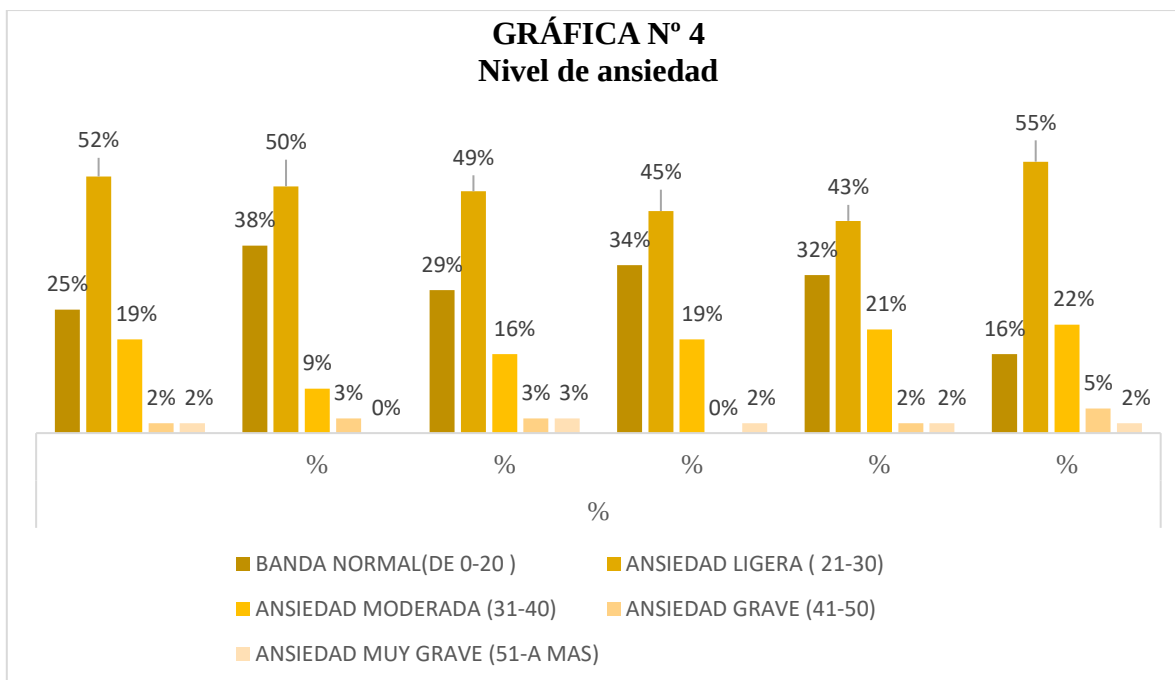
“Conocer el nivel de ansiedad que muestran los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría “A””

A continuación se presentará los datos obtenidos de la aplicación del cuestionario de ansiedad de Rojas, el cual nos muestra datos importantes sobre el nivel de ansiedad de los jugadores de baloncesto. También los síntomas que presentan tanto físicos, psíquicos, conductual, intelectual y asertivos.

CUADRO N° 9

Nivel de ansiedad

CATEGORIAS	ANSIEDAD GENERAL		POR SÍNTOMAS									
	F	%	FIS		PSI		COND		INT		ASER	
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
BANDA NORMAL(DE 0-20)	15	25%	22	38%	17	29%	20	34%	19	32%	9	16%
ANSIEDAD LIGERA (21-30)	30	52%	29	50%	28	49%	26	45%	25	43%	32	55%
ANSIEDAD MODERADA (31-40)	11	19%	5	9%	9	16%	11	19%	12	21%	13	22%
ANSIEDAD GRAVE (41-50)	1	2%	2	3%	2	3%	-	0%	1	2%	3	5%
ANSIEDAD MUY GRAVE (51-A MAS)	1	2%	-	0%	2	3%	1	2%	1	2%	1	2%
TOTAL	58	100 %	58	100 %	58	100 %	58	100 %	58	100 %	58	100 %



La ansiedad es un estado desagradable que la mayoría de las personas pueden presentar en algún momento de sus vidas, puede ser una respuesta normal o en otros casos exagerados; una persona ansiosa suele sentirse intranquila y puede mostrar síntomas corporales como sequedad de boca, dolor de cabeza, dificultad respiratoria, etc.

En cuanto a los resultados obtenidos en el Cuadro N° 9, se observa que el nivel de ansiedad que presentan los jugadores de baloncesto, se encuentran en un nivel de **ansiedad ligera**, con un 52%, lo cual hace referencia a que existe una leve ansiedad. Esto puede ser por la presión de las cosas o situaciones que le pueden causar miedo.

Según Piqueras Abenza y Cassinello Fernandez (2011), tanto la ansiedad como el estrés son dos problemas muy propensos en la sociedad actual y que afectan a mucha gente. Estos problemas afectan más a los deportistas que se someten a mayores rendimientos; de esta manera, los deportistas deben entender que no deben preocuparse por el resultado una vez que se ha dado todo el rendimiento posible, ya que se hace deporte porque se disfruta con lo que hace y no debemos sumergirnos en situaciones que nos arrastren, sino aprender de los errores y hacer lo mejor posible, de esta manera realizaremos el ejercicio más felices, con mayor energía, estaremos más positivos y nos saldrá todo mejor.

También la ansiedad se puede manifestar de diferentes maneras, a continuación se presentarán los síntomas que la conforman:

En cuanto a los **síntomas físicos** el 50% de los jugadores de baloncesto presentan un nivel de ansiedad ligera, esto significa que presentan síntomas como palpitaciones, opresión precordial, temblores, dificultad respiratoria, sequedad de boca, pellizco gástrico. Esto puede afectar a los jugadores en el rendimiento en competencia.

Por otra, parte estos síntomas pueden presentarse en los jugadores debido a que están expuestos a presiones de diferentes personas, las actividades que realizan dentro y fuera de la competencia, también de circunstancias que desencadenan niveles de ansiedad provocando efectos físicos.

Así mismo, el 49% de los jugadores de baloncesto muestran una ansiedad ligera en los **síntomas psicológicos**, es decir que tienden a inquietud interior, al desosiego, inseguridad, presentimiento de la nada, temor a perder el control, temor a la muerte, temor a la locura, temor al suicidio.

Estos síntomas se presentan en los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto, posiblemente por competencias muy exigentes, lo que les puede producir estos síntomas y generar un efecto psíquico.

El 45% de los jugadores de baloncesto presentan un nivel de ansiedad ligera en los **síntomas de conducta**, se caracteriza por un estado de alerta, dificultad para la acción, bloqueo afectivo, inquietud motora, trastornos del lenguaje no verbal. Ello muestra la presencia de estos síntomas o que el cansancio provocado por las diferentes actividades realizadas diariamente les afecta, por lo que pueden presentar tensión los competidores.

Respecto a la conducta, esta se puede observar desde afuera, no es necesario que los jugadores cuenten lo que les pasa, se reconoce al ver su comportamiento tanto en el aspecto general como en lo comunicativo.

Estos aspectos se reflejan en las características de los jugadores de baloncesto lo cual muestran un nivel de ansiedad ligera, lo que implica la presencia de los síntomas.

En los **síntomas intelectuales** presentan un nivel de ansiedad ligera con un 43%; es decir que presentan, pensamientos preocupantes y negativos, pensamientos ilógicos, dificultad para concentrarse, trastornos de la memoria.

Este síntoma hace referencia a un estado subjetivo de tensión que se produce como consecuencia de los errores en el procesamiento de la información, dificultad para concentrarse, etc. Estas características están presentes en los jugadores de baloncesto.

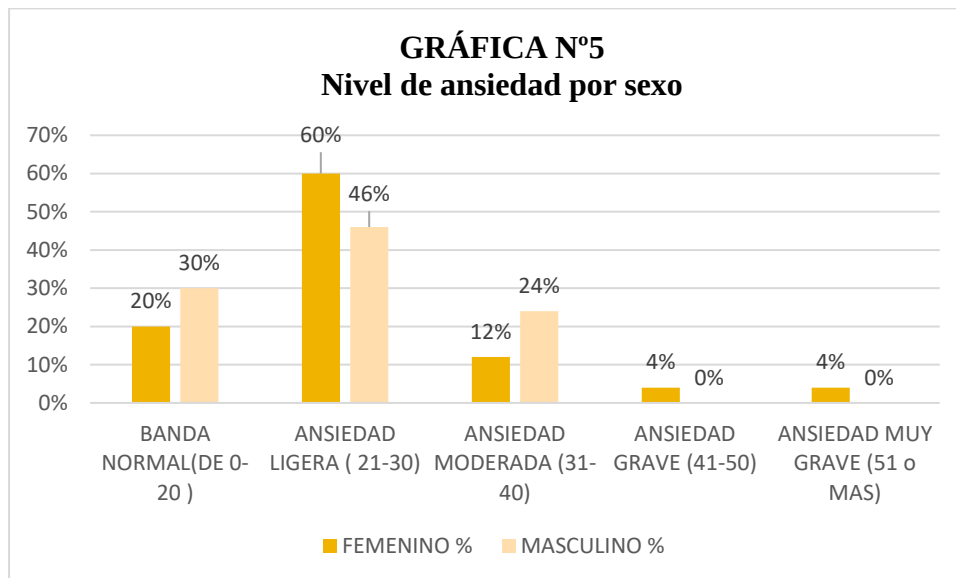
Por último, el 55 % de los jugadores de baloncesto presenta un nivel de ansiedad ligero en **síntomas asertivos**, es decir que son personas que les cuesta iniciar una conversación, tienen dificultad para mostrar desacuerdo, dar respuestas por otro al hablar en público, bloquearse al hacerse preguntas, postura pasiva, no saber terminar una conversación difícil, no saber decir no.

Este síntoma hace referencia a las dificultades de las habilidades para un comportamiento personal adecuado que pueden enfrentar en diferentes situaciones. Se puede manifestar por el descenso en las diversas habilidades sociales, en las relaciones humanas, no saber terminar una conversación difícil, bloquearse al hacerse preguntas, etc. Los jugadores de baloncesto presentan estas características mencionadas.

Tal situación afectaría a los jugadores en cuanto al desempeño en competencia ya no tendrían una comunicación favorable para poder decir todo lo que piensan y sienten ya que les cuesta iniciar una conversación, les cuesta mostrar desacuerdo.

CUADRO N°10
Nivel de ansiedad por sexo de los jugadores de baloncesto

ANS. GENERAL	FEMENINO		MASCULINO	
CATEGORIAS	F	%	F	%
BANDA NORMAL(DE 0-20)	5	20%	10	30%
ANSIEDAD LIGERA (21-30)	15	60%	15	46%
ANSIEDAD MODERADA (31-40)	3	12%	8	24%
ANSIEDAD GRAVE (41-50)	1	4%	-	0%
ANSIEDAD MUY GRAVE (51 o MAS)	1	4%	-	0%
TOTAL	25	100%	33	100%



En cuanto al Cuadro N° 10 de acuerdo a los resultados obtenidos de la ansiedad en función al sexo de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto, se observa que no existe diferencia considerable, pero se puede observar que las mujeres puntuaron un 60% mientras que los varones sólo un 46%, ambos puntuaron en el nivel de ansiedad ligera, esto puede influir al desempeño que tienen en la competencia o en otras situaciones que pueden enfrentar en la vida diaria.

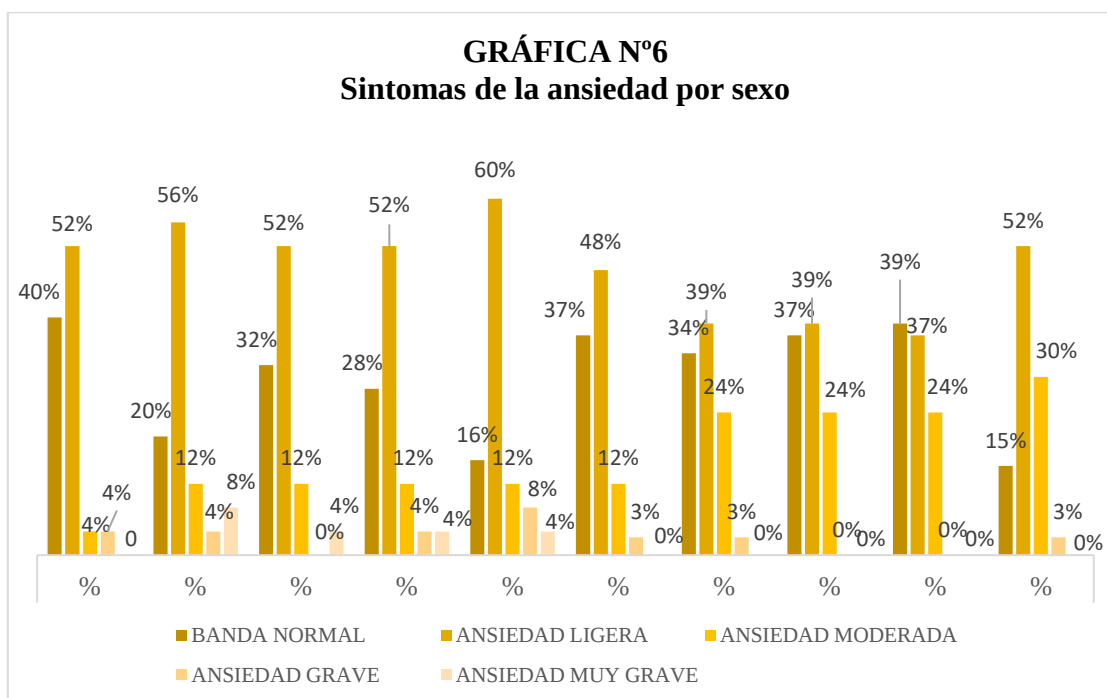
Ello puede deberse a que los jugadores están expuestos permanentemente a toda observación respecto a su desempeño y nivel que presentan en competencia; es por eso que les puede producir ansiedad al momento o antes de la competición, incluso durante los entrenamientos, ya que les exigen un buen desempeño para que puedan tener buenos resultados y no presentar muchas falencias en la cancha al momento de la competencia.

De la revisión bibliográfica, según Ortega y Sánchez M (2019) se extrae que nueve de cada diez deportistas presentan niveles bajos o moderados de ansiedad-estado caracterizados por sentimientos de tensión y ansiedad-rasgo son relativamente estables, mientras que únicamente uno de cada diez tienen una ansiedad alta; las mujeres obtienen valores más elevados de ansiedad-estado y ansiedad- rasgo que los hombres sin encontrar asociación entre la ansiedad-estado y la edad.

CUADRO N°11

Síntomas de la ansiedad por sexo

POR SÍNTOM A	FEMENINO										MASCULINO									
	FIS		PSI		COND		INT		ASER		FIS		PSI		COND		INT		ASER	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
BAND. NORMAL (0-20)	1 0	40 %	5 5	20 %	8 8	32 %	6 6	28 %	4 4	16 %	1 2	37 %	1 1	34 %	1 2	37 %	1 3	39 %	5 5	15 %
ANS. LIGERA (21-30)	1 3	52 %	1 4	56 %	1 3	52 %	1 3	52 %	1 5	60 %	1 6	48 %	1 3	39 %	1 3	39 %	1 2	37 %	1 7	52 %
ANS. MODERA DA (31-40)	1 1	4% %	3 3	12 %	3 3	12 %	4 4	12 %	3 3	12 %	4 4	12 %	8 8	24 %	8 8	24 %	8 8	24 %	1 0	30 %
ANS. GRAVE (41-50)	1 1	4% %	1 1	4% %	- -	0% %	1 1	4% %	2 2	8% %	1 1	3% %	1 1	3% %	- -	0% %	- -	0% %	1 1	3% %
ANS. MUY GRAVE (51 o MAS)	- -	0% %	2 2	8% %	1 1	4% %	1 1	4% %	1 1	4% %	- -	0% %	- -	0% %	- -	0% %	- -	0% %	- -	0% %
TOTAL	2 5	100 %	2 5	100 %	2 5	100 %	2 5	100 %	2 5	100 %	3 3	100 %	3 3	100 %	3 3	100 %	3 3	100 %	3 3	100 %



Realizando una comparación entre sexos, de manera general en el Cuadro N°11, se puede observar que ambos sexos presentan síntomas físicos, las mujeres con un 52% y los varones con un 48%; en síntomas psicológicos, las mujeres con un 56% y los varones con un 39%; en síntomas de conducta, las mujeres con un 52% y los varones con un 39%, por último, en síntomas asertivos, las mujeres con un 60% y los varones con un 52%; existe una leve diferencia en cuanto a los puntajes en estos síntomas pero ambos se encuentran con un nivel de ansiedad ligera.

Mientras que en los síntomas intelectuales, las mujeres con un 52% y los varones con un 39%, se puede observar que existen mayor diferencia, las mujeres puntuaron más alto, presentan una ansiedad ligera; en el caso de los varones, no presentan síntomas de ansiedad están en banda normal. Esto puede deberse a que las mujeres tienen más miedos, preocupaciones obsesivas, también tienen mayores dificultades de concentración que los varones, ya que las mujeres pueden estar más afectadas por las distintas situaciones que se presentan, lo que puede afectar su rendimiento en competencia.

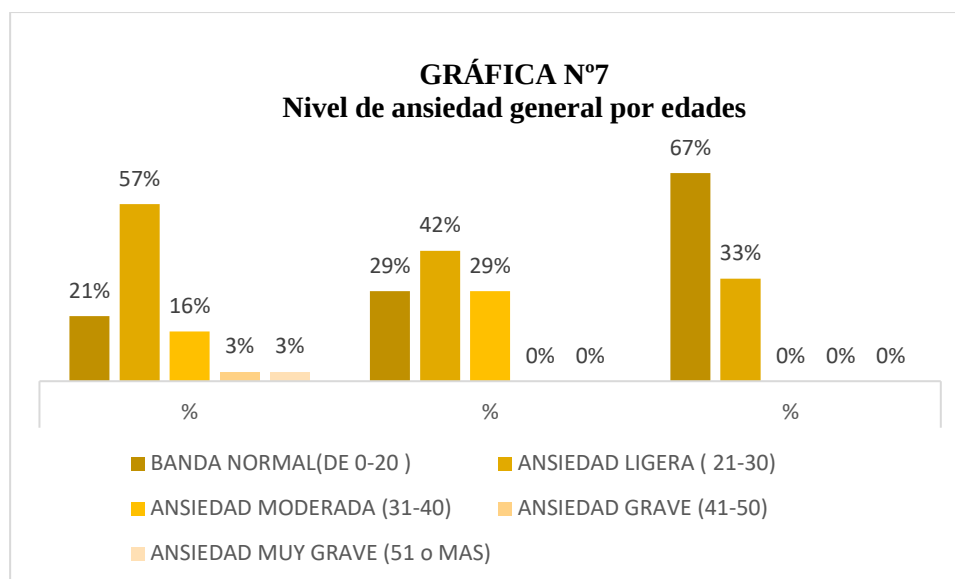
De la revisión bibliográfica, según García (et al., 2003) y su estudio sobre la ansiedad en jugadoras de la liga española, pone de manifiesto que las jugadoras muestran valores relativamente reducidos de ansiedad-rasgo, lo que podría ser tanto una característica de la personalidad en la elite, como el resultado de la familiarización con las situaciones provocadas por la competición. Asimismo, muestra que el tiempo en que se participa de forma activa en los partidos constituye una variable relevante sobre la ansiedad y confirma la existencia, tanto en el entrenamiento como en la competición de una amplia variedad de factores personales y situacionales generadores de ansiedad.

En comparación del estudio que se encontró con nuestros resultados muestran que existe diferencia porque las jugadoras de la liga española presentan reducidos niveles de ansiedad en cambio las jugadoras de baloncesto presentan una ansiedad ligera.

CUADRO N°12

Nivel de ansiedad por edades

ANS. GENERAL	18-25		26-32		33-40	
CATEGORIAS	F	%	F	%	F	%
BANDA NORMAL(DE 0-20)	8	21%	5	29%	2	67%
ANSIEDAD LIGERA (21-30)	22	57%	7	42%	1	33%
ANSIEDAD MODERADA (31-40)	6	16%	5	29%	-	0%
ANSIEDAD GRAVE (41-50)	1	3%	-	0%	-	0%
ANSIEDAD MUY GRAVE (51 o MAS)	1	3%	-	0%	-	0%
TOTAL	38	100%	17	100%	3	100%



En el Cuadro N° 12 se puede observar que existe una diferencia mínima en cuanto al nivel de ansiedad por edades: de 18 a 25 años puntuaron 57% en ansiedad ligera, mientras que de 26 a 32 años puntuaron 42% en menor puntaje también se encuentran en ansiedad ligera; a diferencia de los 33 a 40 años con el 67% se encuentran en un nivel de banda normal; es decir que los jugadores de esta edad no presentan niveles ansiedad. Se considera que no se presenta ninguna característica de ansiedad en el desempeño de las actividades que realizan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto. Se puede observar una tendencia: a mayor edad menores niveles de ansiedad, mientras que a menor edad pueden existir niveles de ansiedades mayores.

En síntesis, se puede decir que los jugadores entre 33-40 años presentan niveles normales, mientras que las edades de 18-25 y 26-32 tienden a presentar ansiedad ligera.

De la revisión bibliográfica realizada se encontró que Sánchez y Ortega (2019) realizaron un estudio que mostro el caso de la ansiedad-rasgo en deportistas de entre 20 y 22 años son los que presentan mayores niveles; no se encuentra asociación entre la ansiedad-estado y la modalidad deportiva, pero en la ansiedad-rasgo los que practican deporte individual de contacto presentan una mayor ansiedad.

CUADRO N°13

Síntomas de la ansiedad por edades

POR SÍNTOM A	18-25										26-32										33-40									
CATEGORÍAS	FIS		PSI		CON		INT		ASER		FIS		PSI		CON		INT		ASER		FIS		PSI		CON		INT		ASER	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
BAND. NOR (0-20)	15	39%	10	26%	13	34%	12	31%	411	%	529	%	529	%	742	%	318	%	267	%	267	%	267	%	-	0%	267	%		
ANS. LIG (21-30)	20	53%	19	50%	18	47%	17	45%	22	58%	847	%	847	%	742	%	529	%	953	%	133	%	133	%	133	%	3100	%	133	%
ANS. MOD (31-40)	2	5%	6	16%	6	16%	7	18%	8	21%	3	18%	3	18%	5	29%	5	29%	5	29%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%
ANS. GR (41-50)	1	3%	1	3%	-	0%	1	3%	3	7%	1	6%	1	6%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%
ANS. M. GR (51 o MAS)	-	0%	2	5%	1	3%	1	3%	1	3%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%	-	0%
TOTAL	38	100%	38	100%	38	100%	38	100%	38	100%	17	100%	17	100%	17	100%	17	100%	17	100%	3	100%	3	100%	3	100%	3	100%	3	100%

De manera general, de acuerdo a los resultados obtenidos en el Cuadro N°13, en cuanto a los síntomas de ansiedad por edades, se puede observar que no existe una diferencia considerable entre las distintas edades; existe similitud entre las edades de 18 a 25 y 26 a 32 años de edad. En cuanto a los síntomas físicos, síntomas psíquicos, síntoma de conducta y síntomas asertivos, presentan un nivel de ansiedad ligera; mientras que en las edades de 33 a 40 años existen diferencias en los síntomas físicos, síntomas psíquicos, síntomas de conducta y síntomas asertivos, ya que de esta edad los niveles de ansiedad están en banda normal.

En cuanto a los síntomas intelectuales, existe una diferencia de las edades de 18-25 años con un 45% y de 33-40 años con un 100%, presentan un nivel de ansiedad ligera a diferencia con las edades de 26-32 años con un puntaje de 42%, estas edades no presentan niveles de ansiedad ya que se encuentran en banda normal.

Se puede observar que en los rangos de 18-25 y 26-32 años son más vulnerables a presentar niveles de ansiedad, esto puede ser porque les afecta más las distintas situaciones que se les presentan, a diferencia del rango 33-40 años, ya que de esta edad no muestran niveles de ansiedad en la mayoría de los síntomas.

5.5. Cuarto objetivo específico

El cuarto objetivo específico es:

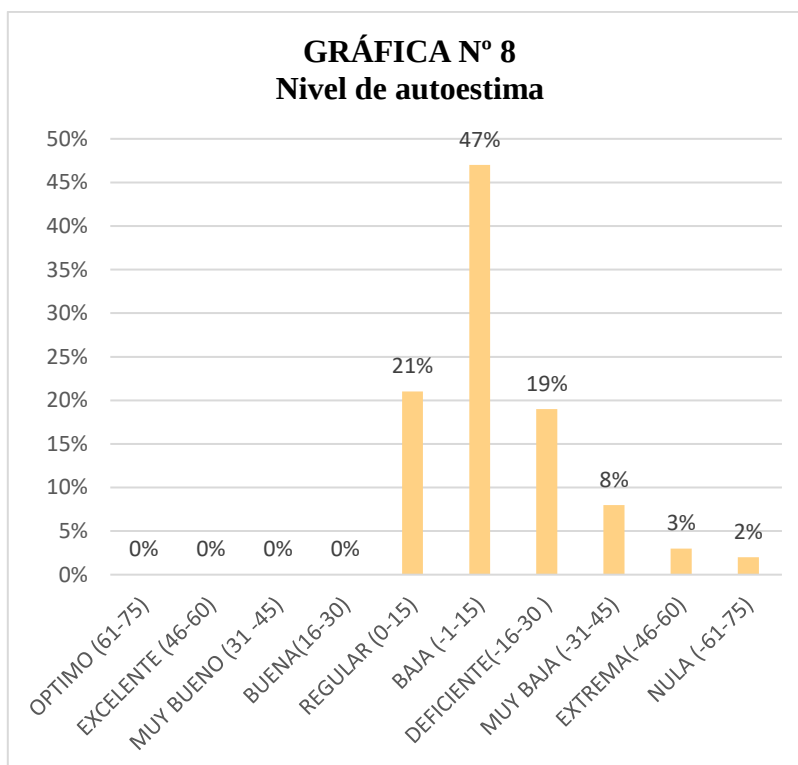
“Identificar el nivel de autoestima que presentan los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría “A””

En este objetivo se presentaran los niveles de autoestima. Para analizar este objetivo se van a considerar los datos más importantes que se obtuvieron a partir de la aplicación del cuestionario de autoestima 35B, considerando el puntaje alto para así responder al cuarto objetivo planteado.

CUADRO N°14

Nivel de autoestima

CATEGORIAS	F	%
ÓPTIMO (61-75)	-	0%
EXCELENTE (46-60)	-	0%
MUY BUENO (31 -45)	-	0%
BUENA(16-30)	-	0%
REGULAR (0-15)	12	21%
BAJA (-1-15)	27	47%
DEFICIENTE(-16-30)	11	19%
MUY BAJA (-31-45)	5	8%
EXTREMA(-46-60)	2	3%
NULA (-61-75)	1	2%
TOTAL	58	100%



La autoestima se genera como resultado de la historia de cada individuo, lo cual dependerá de las relaciones personales, familiares, amigos, el contexto social que le rodea al individuo. Esto puede influir en la formación de la autoestima.

En base a los resultados obtenidos en el Cuadro N°14 se tiene que los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto en un 47% presentan un nivel de **autoestima baja**, es decir que tienden fácilmente a perder la motivación, son personas inseguras de sí mismas. También el 21% se encuentra en un nivel de autoestima regular. Así mismo, el 19% de los jugadores está dentro de la autoestima deficiente. Se puede ver que los puntajes son dispersos.

El nivel de autoestima será una variable que pueda ayudar o dificultar alcanzar estos objetivos. La autoestima puede hacer que este trayecto sea algo más llevadero, pero también puede hacer que puedan abandonar el deporte o seguir sólo como aficionados dejando la alta competición. Aunque es cierto que la influencia también se da a la inversa, es decir, cómo se sucedan estas etapas de la carrera deportiva va a tener una influencia crucial en el nivel de autoestima, y esto puede dejar marcada a la persona incluso una vez retirado del deporte.

Los resultados pueden perjudicar en el rendimiento de los jugadores de baloncesto, porque presentar una baja autoestima suele generar desventajas en el desempeño; las personas inseguras, tienden a desmotivarse fácilmente, lo cual afecta a uno mismo y al equipo en competencia.

En síntesis, los jugadores de baloncesto muestran una baja autoestima con una tendencia a encontrarse en los niveles inferiores de autoestima, lo cual revela a que no tienen confianza de sí mismos, se dejan manipular con las personas, les cuesta resolver sus problemas solos, necesitan ayuda de los demás, le es difícil lograr sus metas trazadas pues no se sienten con la seguridad de lograrlas, son muy dependientes de los demás.

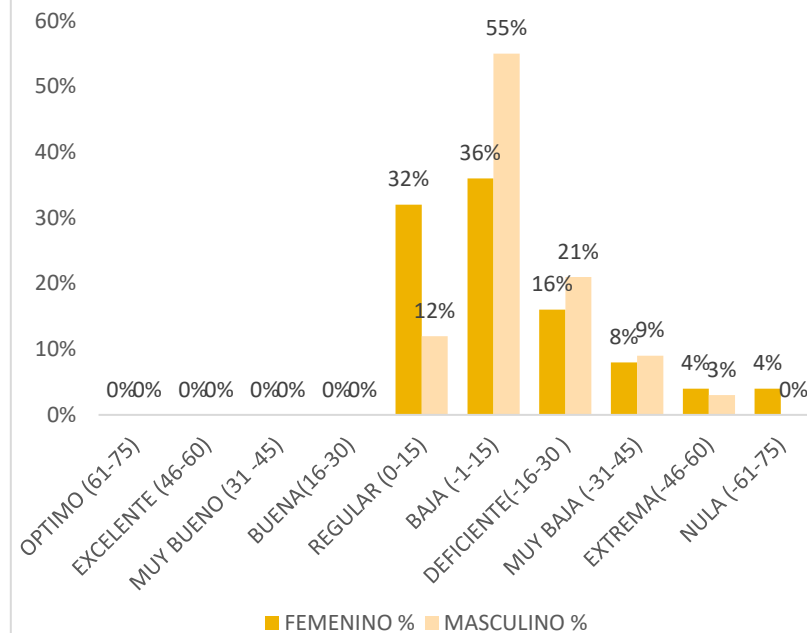
CUADRO N°15

Nivel de autoestima por sexo de los jugadores de baloncesto

CATEGORÍAS	FEMENINO		MASCULINO	
	F	%	F	%
ÓPTIMO (61-75)	-	0%	-	0%
EXCELENTE (46-60)	-	0%	-	0%
MUY BUENO (31 -45)	-	0%	-	0%
BUENA(16-30)	-	0%	-	0%
REGULAR (0-15)	8	32%	4	12%
BAJA (-1-15)	9	36%	18	55%
DEFICIENTE(-16-30)	4	16%	7	21%
MUY BAJA (-31-45)	2	8%	3	9%
EXTREMA(-46-60)	1	4%	1	3%
NULA (-61-75)	1	4%	-	0%
TOTAL	25	100%	33	100%

GRÁFICA N°9

Nivel de autoestima por sexo



Realizando una comparación en el Cuadro N° 15 respecto al nivel de autoestima por sexo, se puede observar que no existe diferencia considerable en cuanto al sexo, las mujeres presentan un puntaje de 36% mientras que los varones puntuaron 55%; ambos se encuentran en un nivel de autoestima baja tanto mujeres y hombres son personas inseguras de sí mismas. Es decir que a ambos sexos les puede afectar en su rendimiento y desempeño que puedan tener en competencia.

Abalde Pino (et al., 2016) mencionó que la existencia de diferencias de medias entre hombres y mujeres con respecto a la autoestima y a la autoeficacia, observando que los deportistas varones sostienen niveles más elevados en ambas autopercepciones que las deportistas mujeres. En el caso de la autoestima, se comprueba también una correlación positiva con respecto a los resultados deportivos.

Respecto a los resultados se puede indicar que en este estudio los varones tienen niveles más altos que las mujeres de autoestima, en el caso de nuestros resultados ambos sexos mujeres y varones tienen un nivel de autoestima baja.

CUADRO N°16

Nivel de autoestima por edad de los jugadores de baloncesto

CATEGORÍAS	18-25		26-32		33-40	
	F	%	F	%	F	%
ÓPTIMO (61-75)	-	0%	-	0%	-	0%
EXCELENTE (46-60)	-	0%	-	0%	-	0%
MUY BUENO (31 - 45)	-	0%	-	0%	-	0%
BUENA(16-30)	-	0%	-	0%	-	0%
REGULAR (0-15)	10	26%	2	12%	-	0%
BAJA (-1-15)	17	45%	8	47%	2	67%
DEFICIENTE(-16-30)	5	13%	5	29%	1	33%
MUY BAJA (-31-45)	3	8%	2	12%	-	0%
EXTREMA(-46-60)	2	5%	-	0%	-	0%
NULA (-61-75)	1	3%	-	0%	-	0%
TOTAL	38	100%	17	100%	3	100%

Se puede observar en el Cuadro N° 16 que no existe una diferencia considerable entre las distintas edades de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto, sin embargo se observa que de 33 a 40 años puntuaron un 67%, mientras que de 26-32 años puntuaron 47% y de 18-25 años puntuaron 45%, todas estas edades se encuentran en nivel de autoestima baja, es decir que en todas las edades presentan inseguridad de sí mismos, les cuesta resolver sus problemas necesitan ayuda de los demás.

Los puntajes se encuentran dispersos, destacante que los de 18-25 años de edad tienden a presentar menores niveles de autoestima, esto se puede dar porque son más inseguros de sí mismos, son más propensos de buscar ayuda ante alguna situación complicada, ellos solos no pueden resolver sus problemas, se dejan influenciar fácilmente por sus amigos, a diferencia de los que tienen mayor edad.

5.6. Análisis de las hipótesis planteadas

5.6.1. Primera hipótesis

La primera hipótesis planteada es:

“Los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría “A” presentan habilidades excelentes en el rendimiento psicológico”

Considerando la hipótesis planteada y los resultados obtenidos, en el Cuadro N°4 los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan en el rendimiento psicológico, tiempo para mejorar (63%), necesita atención especial (29%), donde habilidades excelentes solo llega alcanzar el (8%) por lo cual la **hipótesis se rechaza**.

5.6.2. Segunda hipótesis

La segunda hipótesis planteada es:

“Los principales rasgos de personalidad que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” son reservados, afectados por los sentimientos”

Considerando la hipótesis planteada y los resultados obtenidos en el Cuadro N° 7 los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan rasgos de personalidad de mucha tensión (91%), poca fuerza superyó (84%), poca fuerza del yo (afectados por los sentimientos) 83%, sizotimia (reservado) 72%, timidez (55%) y, por lo cual la **hipótesis se acepta** parcialmente.

5.6.3. Tercera hipótesis

La tercera hipótesis planteada es:

“Los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría “A” presentan un nivel grave de ansiedad”

Considerando la hipótesis planteada y los resultados obtenidos en el Cuadro N° 9, los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan un nivel de ansiedad ligera con un 52%, donde el nivel grave sólo llega a alcanzar el 2% lo cual nos indica que la **hipótesis se rechaza**.

5.6.4 Cuarto hipótesis

La cuarto hipótesis planteada es:

“El nivel autoestima de los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” se encuentra en un nivel regular”

Considerando la hipótesis planteada y los resultados obtenidos en el Cuadro N°14 los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto presentan un nivel de autoestima baja con un 47%, el nivel regular sólo llega a un 21%, por lo que no se cumple los criterios específicos de la hipótesis, por lo cual la **hipótesis se rechaza**.

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

Una vez analizados los resultados, estas son las conclusiones en relación a los objetivos e hipótesis planteadas:

- Los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A”, en cuanto al **rendimiento psicológico**, presentan un porcentaje más alto en la dimensión tiempo para mejorar, es decir que necesitan tiempo en cuanto al desempeño que tienen en competencia. Por lo que su habilidad para establecer y mantener un clima estable durante el juego necesita ser mejorado.

Existe una diferencia en los jugadores de la Asociación Tarijeña en cuanto al rendimiento psicológico en cuanto al sexo en energía positiva, control de atención en mujeres necesitan atención especial y en varones muestran tiempo para mejorar, en control visual de imagen las mujeres presentan tiempo para mejorar y los varones necesitan atención especial.

Así también existe diferencia en cuanto al rendimiento psicológico en cuanto a las edades, de 18-25 años y 26-32 años en energía negativa, control de atención y control visual de imagen presentan tiempo para mejorar, mientras que de 33-40 años necesitan atención especial a diferencia de las anteriores edades.

- Los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría A presentan rasgos de personalidad de **mucha tensión** son tensos irritables, frustrados, impacientes e

inestables, también presenta altos porcentajes en **poca fuerza superyó**, son despreocupados, poca aceptación de normas convencionales, relajados, **poca fuerza del yo**, son afectados por los sentimientos, poco estable emocionalmente, de **sizotimia**, es decir que son reservados, alejados, críticos, fríos y **timidez** es decir que son cohibidos, tímidos, susceptibles, retraídos, cautelosos, aislados, cerrados.

Existe diferencia en cuanto a los rasgos de personalidad por sexo de los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto categoría A, en los rasgos de **timidez** y **ternura** tanto mujeres y varones.

- El nivel de **ansiedad** que presentan los jugadores de la Asociación Tarijeña de Baloncesto categoría “A” es ligera lo cual hace referencia a que existe temor, presentan inquietud. También presentan síntomas físicos, psíquicos, conductuales, intelectuales y asertivos. Es decir, se da la presencia de palpitaciones, inquietud interior, estado de alerta, pensamientos preocupantes y negativos, bloqueo en la relación humana.

No existe diferencia considerable en cuanto al sexo, ya que ambos puntuaron en el nivel de ansiedad ligera; respecto a los síntomas existe una diferencia en el síntoma intelectual, las mujeres puntuaron un nivel de ansiedad ligera mientras que los varones no presentan niveles de ansiedad que está en banda normal.

Los jugadores de 33-40 años no presentan niveles de ansiedad mientras que las edades de 18-25 y 26-32 años presentan niveles de ansiedad ligera. En cuanto a los síntomas, el rango de 33 a 40 años presenta diferencia en lo físico, psicológico, conductual y asertivo no presentan niveles de ansiedad, a diferencia de 18-25 y 26-32 años quienes presentan un nivel de ansiedad ligera. En cuanto a lo intelectual, de 33-40 y 18-25 años presentan un nivel de ansiedad ligera y de 26-32 años no presentan ansiedad.

- El nivel de **autoestima** de los jugadores de la asociación Tarijeña de baloncesto presentan un nivel de Autoestima baja, es decir que tienden fácilmente a perder la motivación, son personas inseguras de sí mismas.

No existe diferencia en cuanto al sexo mujeres y varones, ambos se encuentran en un nivel de autoestima baja.

Así también, no existe diferencia entre las distintas edades de los jugadores; todas las edades se encuentran en un nivel de autoestima baja.

6.2. Recomendaciones

En base a los resultados obtenidos en la presente investigación, se realiza las siguientes recomendaciones:

A la asociación tarijeña de baloncesto

- Desarrollar cursos de apoyo y seguimiento para los jugadores que les permita un equilibrio emocional al momento de competir.
- Realizar convenios, para que puedan tener un apoyo psicológico a los jugadores de baloncesto.

A futuras investigaciones

- Para futuras investigaciones, se recomienda profundizar en este tema tomando en cuenta otras variables como el estrés, relaciones interpersonales, familiares, a través de pruebas proyectivas para así tener un abordaje más completo respecto al tema.
- Ampliar variables en la investigación, abordando la frecuencia con la que es practicado el deporte de baloncesto, los días que practican, así también el apoyo de las relaciones sociales, familiares, laborales, etc., que permitan ampliar más aún sobre las incidencias del baloncesto en las características de la personalidad de los jugadores.

