



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN LAS DEPORTISTAS DE VOLEIBOL FEMENINO DE LA CATEGORÍA MAYORES DE LA ASOCIACIÓN LIGA DISTRITAL DE PUNO

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. CINTIA MILAGROS CRUZ CCORIMAYO

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PUNO – PERÚ

2023



Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**LAS CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS
EN LAS DEPORTISTAS DE VOLEIBOL FE
MENINO DE LA CATEGORÍA MAYORES D
E LA ASOCIACIÓN LIGA DISTRITAL DE P
UNO.**

AUTOR

CINTIA MILAGROS CRUZ CCORIMAYO

RECuento DE PALABRAS

19509 Words

RECuento DE CARACTERES

89903 Characters

RECuento DE PÁGINAS

91 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

3.4MB

FECHA DE ENTREGA

Oct 26, 2023 11:04 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Oct 26, 2023 11:06 PM GMT-5

● 16% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base c

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 12% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossr

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)


Dr. Francisco Manquí Pino
SUR DE INVESTIGACIÓN
EPEF - FUEBUC - UNAP


Al Sr. Germán Eduardo Villacoste Soriano
DOCENTE
URUGUAY - TUNO



DEDICATORIA

Dedico mi trabajo a mi familia por su confianza inquebrantable, apoyo constante y presencia en los momentos cruciales de mi vida, mi afecto hacia ellos es profundo y sincero.

También, extendo mi dedicación a Dios, quien ha sido mi guía en el camino correcto, infundiéndonos la fortaleza para perseverar sin desfallecer ante los desafíos que surgen y enseñándonos a enfrentar las adversidades sin nunca comprometer nuestra integridad.



AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional del Altiplano Puno, Facultad ciencias de la Educación, Escuela Profesional de Educación Física; a todos los docentes que durante toda mi carrera profesional me brindaron sus conocimientos, a mi director / Asesor DR. SIMÓN EDUARDO VILLASANTE SARAVIDA, por su guía, paciencia, tolerancia y ayuda invaluable esperando poder seguir su ejemplo. Nunca dejare de estar agradecida infinitamente por la formación que hemos recibido de su parte.

A los miembros del jurado por el tiempo dedicado a leer esta Tesis y sus valiosos consejos.

Agradecer a mis padres y familia por su esmero apoyo moral, económico, como también a todas las personas que han formado parte de mi vida profesional agradecerles por la amistad y compañía siempre los llevare en mi corazón.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 11

ABSTRACT..... 12

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 13

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 14

1.2.1. Problema general 14

1.2.2. Problemas específicos..... 14

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN 15

1.3.1. Hipótesis general..... 15

1.3.2. Hipótesis específicas..... 15

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO 15

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 16

1.5.1. Objetivo general..... 16



1.5.2. Objetivos específicos	16
------------------------------------	----

CAPITULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES	18
2.1.1. Internacional	18
2.1.1. Nacional	19
2.1.1. Regional	21
2.2. MARCO TEÓRICO	22
2.3. MARCO CONCEPTUAL	33

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	35
3.2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	35
3.2.1. Enfoque cuantitativo	35
3.2.2. Tipo de investigación.....	36
3.2.3. Diseño de investigación	36
3.2.3. Variables de estudio de investigación.....	36
3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO	37
3.3.1. Instrumento de recolección de investigación.....	39
3.3.2. Fiabilidad del instrumento de recolección de investigación.....	40
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO	41
3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO	42



3.6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	42
--	-----------

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS.....	44
4.2. DISCUSIÓN.....	53
V. CONCLUSIONES.....	56
VI. RECOMENDACIONES	58
VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS.....	70

Área: Educación física, deporte y recreación.

Tema: Las características psicológicas.

Fecha de sustentación: 15/11/2023



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Categorías del control del estrés.....	27
Figura 2. Categorías del control de la influencia de la evaluación.....	28
Figura 3. Categorías de la motivación.....	30
Figura 4. Categorías de la habilidad Mental.....	31
Figura 5. Categorías de la cohesión de equipo.....	32
Figura 6. Categorías de la cohesión de equipo.....	35
Figura 7. Formula de la prueba estadística chi cuadrada.....	42



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable	37
Tabla 2. Estudios que utilizaron el cuestionario CPRD.....	38
Tabla 3. Ficha técnica del cuestionario CPRD	39
Tabla 4. Nivel de fiabilidad del cuestionario CPRD del autor	40
Tabla 5. Población de deportista de la liga de voleibol de Puno	411
Tabla 6. Muestra de deportista de la liga de voleibol de Puno	42
Tabla 7. Baremo para los niveles de características psicológicas.....	44
Tabla 8. Baremo para la dimensión control del estrés	45
Tabla 9. Baremo para la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento	45
Tabla 10. Baremo para la dimensión motivación	45
Tabla 11. Baremo para la dimensión habilidad mental.....	45
Tabla 12. Baremo para la dimensión cohesión de equipo	46
Tabla 13. Resultados del nivel de la variable características psicológicas	47
Tabla 14. Resultados del nivel del control de estrés	48
Tabla 15. Resultados del nivel de la influencia de la evaluación del rendimiento	49
Tabla 16. Resultados del nivel de motivación	50
Tabla 17. Resultados del nivel de habilidad mental	51
Tabla 18. Resultados del nivel de cohesión de equipo	52



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

- CPRD** : Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento
Deportivo
- CSAI-2** : Competitive State Anxiety Inventory
- CSAI-2R** : Ansiedad Precompetitiva versión revisada
- STAI** : Inventario de Ansiedad Estado



RESUMEN

La presente investigación tuvo por objetivo determinar los niveles de las características psicológicas, se utilizó el enfoque cuantitativo y fue de tipo de investigación no experimental conjuntamente con su diseño descriptivo. Se utilizó el cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD) y se los aplicó a 64 deportistas pertenecientes de ocho equipos de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno, la muestra fue determinada de manera no probabilística, la variable estudiada fue las características psicológicas y sus dimensiones fueron control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo, para determinar los niveles alcanzados a nivel de variables y dimensiones se optó por cálculos por medio de baremos, determinados por la cantidad de ítems. Llegando a concluir que la mitad de las investigadas se encuentran en los niveles alto y muy alto, estos resultados evidencian que existe un grado óptimo de desenvolvimiento en las características psicológicas de las deportistas de la disciplina de voleibol, sin embargo, existe un porcentaje mínimo de 7.81% que se encuentran en el nivel regular y muestran inconvenientes en desempeñarse emocionalmente, se pudo observar también que no existen niveles bajos y muy bajos.

Palabras Clave: Ansiedad, Psicología, Estrés, Motivación, Voleibol.



ABSTRACT

The objective of this investigation was to determine the levels of psychological characteristics, the quantitative approach was used and it was of a non-experimental type of investigation together with its descriptive design. The Questionnaire "Psychological characteristics related to sports performance" (CPRD) was used and applied to 64 athletes belonging to eight women's volleyball teams in the senior category of the Puno District League Association, the sample was determined in a non-probabilistic way. , the studied variable was the psychological characteristics and its dimensions were stress control, influence of performance evaluation, motivation, mental ability and team cohesion. Coming to the conclusion that half of those investigated are at the "high and very high" levels, these results show that there is an optimal degree of development in the psychological characteristics of the athletes who practice the discipline of volleyball, however, there is a minimum percentage of 7.81% that are at the "regular" level and show problems in performing emotionally, it was also observed that there are no "low and very low" levels.

Keywords: Anxiety, Psychology, Stress, Motivation, Volleyball.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se rebeló que existe una cantidad considerable de personas que no realizan actividad física debido al sedentarismo que se vivió en la pandemia por Covid-19, Rueda (2021) confirmo que en catorce países hubo una disminución de la actividad física, a ello se sumaron las restricciones para movilizarse y realizar actividades deportivas en espacios abiertos y cerrados, de acuerdo a Teh y Krishnan (2022) se demostró que la mejor manera de alcanzar un nivel físico, es través de la práctica de un deporte, es por ello que realizar actividades deportivas mejora de forma saludable la salud mental de las personas, sin embargo, fueron menguándose debido al confinamiento que afecto a la población en general y principalmente a los deportistas quienes realizan trabajos constantes para mejorar sus habilidades y poder participar de forma profesional en concursos, campeonatos, etc. generando ansiedad, estrés y desmotivación deportiva; lo que claramente fue observado en la preparación para los juegos olímpicos de Tokio 2021, los deportistas se entrenaron en lugares y con instrumentos que no eran adecuados para poder lograr un nivel deportivo favorable. Sumado a ello las desfavorables secuelas a nivel psicológico perjudicando la confianza, la concentración y el autoestima de los deportistas; porque según a González et al. (2017) los niveles de ansiedad alcanzados por un deportista suelen mayores a la de una persona normal, la preparación a los que son sometidos es físicamente estresante y perder los niveles deportivos alcanzados crean angustia que no suele ser bueno para la salud mental del deportista. Para Zaldivar (2021) es necesario tomar conciencia sobre la situación actual de los que practican un deporte y buscar las estrategias adecuadas que permitan lograr un rendimiento deportivo adecuado que garantice el éxito personal, profesional y deportivo. Por tu parte los deportistas en



la región de Puno vieron sus metas truncadas por el confinamiento obligatorio a los que fueron sometidos y se pudo observar que muchos jóvenes muestran signos de sobre peso y obesidad, lo que es un claro reflejo de la realidad deportiva actual. Particularmente la disciplina de vóley viene convocando a campeonatos competitivos, de los cuales no se cuenta con información que ayude a conocer de qué manera fueron afectados por el confinamiento y la reducción de actividad física, es por ello que es necesario conocer los niveles de las características psicológicas con las que cuentan en los indicadores de control del estrés, evaluación del rendimiento , motivación, habilidad mental y cohesión de equipo; lo que aportara a que puedan alcanzar los niveles que poseían y de la misma manera superarlos.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿Cuáles son los niveles de las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuáles son los niveles del Control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?

¿Cuáles son los niveles de la Influencia de la evaluación del rendimiento en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?

¿Cuáles son los niveles del Motivación en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?

¿Cuáles son los niveles del Habilidad mental en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?



¿Cuáles son los niveles del Cohesión de equipo en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno?

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general

Las características psicológicas se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno.

1.3.2. Hipótesis específicas

Los niveles del Control del estrés se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Los niveles de la Influencia de la evaluación del rendimiento se encuentran en un nivel medio en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Los niveles del Motivación se encuentran en un nivel muy alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Los niveles del Habilidad mental se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Los niveles del Cohesión de equipo se encuentran en un nivel medio en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

La presente Investigación se enfocó en estudiar las Características Psicológicas de las deportistas de voleibol de los clubes pertenecientes a la liga distrital de Puno, es indiscutible la influencia de la psicología en las actividades deportivas porque para Mahamud et al. (2005) la salud mental de un jugador puede afectar de manera positiva o



negativa el rendimiento deportivo principalmente en los niveles tácticos y técnicos, para Gancino (2022) conocer la psicología deportiva es fundamental en el estudio del estado físico y mental de un deportista, pues se optimiza la calidad psíquica al momento de competir en un determinado deporte, de tal forma un deportista en estado óptimo será eficaz en desenvolverse en su disciplina, según Aznar y Vernetta (2022) conocer la condición mental del deportista elevara los niveles de motivación, las practicas no serán aburridas ni forzadas y los niveles de resiliencia serán superiores lo que le permitirá poder plantearse retos que cumplirá a medida que vaya creciendo profesionalmente, para Garcial et al. (2014) es necesario realizar diagnósticos de las capacidades psíquicas las cuales luego podrán ser apoyadas con la motivación, lo que permitirá que el deportista alcance un rendimiento físico superior al resto y por lo cual alcanzara el éxito, ya que fomentar la motivación tiene como consecuencia excelentes resultados. Es por ello que es necesario conocer las características psicológicas con las que cuentan las representantes de los equipos de voleibol de la liga distrital de la ciudad de Puno y a partir de ello plantearse diferentes estrategias para que los niveles de competitividad sean superiores, porque para Teh y Krishnan (2022) la mejor manera de alcanzar un nivel físico, es través de la práctica de un deporte, es por ello que realizar actividades deportivas mejora de forma saludable la salud mental de las personas.

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo general

Determinar los niveles de las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno

1.5.2. Objetivos específicos

Conocer los niveles del control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.



Establecer los niveles de influencia de la evaluación del rendimiento en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Identificar los niveles de motivación en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Conocer los niveles de la habilidad mental en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.

Identificar los niveles de cohesión de equipo en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga distrital de Puno.



CAPITULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. Internacional

Cárdenas (2020) tuvo como objetivo analizar las dimensiones psicológicas que afectan el rendimiento deportivo, la muestra estuvo determinada por 23 jugadoras de voleibol en las categorías Sub 19 y Mayores de las selecciones de Colombia, la metodología tomada en cuenta para el estudio fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental de diseño exploratorio transaccional, se utilizó el cuestionario denominado características psicológicas relacionadas con rendimiento deportivo desarrollado, concluyendo en que el estudio proporciona información valiosa para entender cómo ciertas dimensiones psicológicas afectan el desempeño deportivo de los jugadores de voleibol masculino en las categorías sub 19 y Mayores de la selección de Colombia.

Dreiszigacker y Leiva (2020) durante su investigación tuvo como objetivo identificar los niveles de motivación en jugadoras de vóley sin hijos y con hijos, la muestra se conformó por 50 mujeres de 30 y 40 años, se tomó en cuenta el diseño no experimental, tipo descriptivo de intensidad comparativa, de corte transversal de campo, el instrumento utilizado fue el "Sport Motivation Scale" de Brière, Vallerand, Blais, concluyendo en que los niveles de motivación predominantes en las jugadoras de vóley son la motivación intrínseca y estimulación, seguida por otros tipos de motivación, y que la maternidad no tuvo un efecto significativo en la motivación de las jugadoras.

Quispe (2019) realizó una investigación que tuvo por objetivo identificar los niveles de las características psicológicas de las jugadoras del DIKAXI y el rendimiento deportivo, se utilizó como metodología el tipo de investigación correlacional, evaluando la relación entre características psicológicas y rendimiento deportivo, se aplicaron



pruebas psicológicas relacionadas con el ámbito deportivo que tiene influencia de la evaluación del rendimiento, resultando una relación positiva entre las características psicológicas deportivas y el rendimiento de las jugadoras, concluyendo que es importante las características psicológicas en el rendimiento deportivo, mostrando cómo los aspectos mentales pueden influir en los resultados deportivos.

La investigación de García y Benedicto (2017) tuvo como objetivo identificar la percepción psicológica de los deportistas y su relación con el rendimiento deportivo, puesto que la psicología influye en las emociones, pensamientos y conducta en el rendimiento al practicar un determinado deporte. Se utilizó la revisión bibliográfica del diseño exploratorio por medio del test de influencia psicológica deportiva profesional, la cual fue aplicada a deportistas calificados. Se concluyó que la investigación fue acertada porque los deportistas manifestaron que la preparación física y adecuada maximiza su rendimiento por lo tanto la introducción de la psicología mejor de manera positiva los resultados de su trabajo.

2.1.1. Nacional

Apaza (2021) tuvo por objetivo determinar la eficacia del programa de entrenamiento aplicado en el rendimiento técnico-táctico, la muestra del estudio estuvo conformada por las jugadoras de la selección juvenil femenina de voleibol de la Universidad Alas Peruanas de la Filial Arequipa durante el año 2019, el estudio fue de enfoque cuantitativo de campo y transversal, donde se utilizó el diseño preexperimental con un solo grupo, se utilizó el instrumento denominado rendimiento técnico-táctico de las voleibolistas, donde los resultados evidenciaron una mejora significativa, porque antes de la implementación del programa, el nivel de rendimiento promedio era considerado malo, con un puntaje promedio de 51 puntos y después de la aplicación del programa, el nivel de rendimiento promedio se consideró excelente, con un puntaje



promedio de 91 puntos, concluyendo en que los resultados respaldan la hipótesis de investigación, demostrando que el programa de entrenamiento aplicado fue altamente eficaz en mejorar el rendimiento técnico-táctico de las jugadoras de voleibol de la selección juvenil femenina de la Universidad Alas Peruanas de la Filial Arequipa.

En la investigación de Rodríguez (2021) tuvo por objetivo conocer los niveles de relación que existen en la ansiedad y las características psicológicas en los jugadores que pertenecen al equipo de fútbol juvenil, se utilizó el enfoque cuantitativo, descriptivo correlación y de diseño no experimental, por medio del cuestionario Competitive State Anxiety Inventory CSAI-2. Concluyendo en que la relación entre las variables guarda relación es significativa, de la misma forma los resultados de las dimensiones muestran relación con la variable ansiedad.

La investigación de Bedoya (2020) tuvo por objetivo comprobar los niveles de relación que existen entre los tipos de ansiedad y del afrontamiento del estrés en los estudiantes que practican la disciplina de CrossFit, se utilizó el diseño correlacional no experimental donde se utilizó el test de Ansiedad Estado/ Rasgo STAI. Concluyendo que las variables se encuentran estadísticamente relacionadas, puesto que los niveles de ansiedad son mayores al soporte emocional, las diferentes estrategias muestran efectos evidentes en los niveles de ansiedad.

La investigación de Carrasco (2019) tiene por finalidad identificar los niveles de influencia que tiene la motivación deportiva sobre la ansiedad competitiva, tuvo un enfoque cuantitativo y diseño se utilizó el Test de Ansiedad Precompetitiva versión revisada CSAI-2R, la cual se aplicó a treinta. Llegando a concluir que la automotivación influye de forma significativa en la motivación deportiva y que la autoconfianza se



encuentra influenciada por la motivación intrínseca, por ende, los niveles alcanzados en el test son evidencia de la relación entre ambas variables.

La investigación de Onofre (2021) tuvo por objetivo conocer los niveles y diferencias de la ansiedad en deportistas de la selección de Judo, el método de investigación que tomo en cuenta fue de tipo descriptivo comparativo, con enfoque cuantitativo y de tipo no experimental, donde se utilizó el Inventario de Ansiedad Estado – Rasgo STAI. Concluyendo en que los deportistas muestran resultados superiores a los niveles permitidos concerniente a los niveles de ansiedad.

2.1.1. Regional

Mamani (2019) realizo su investigación teniendo como objetivo el de identificar la motivación deportiva de las jugadoras de las selecciones de voleibol femenino categoría infantil que participan en el campeonato de la región INKA, donde la muestra fue de 61 jugadoras de las selecciones, el estudio es de tipo no experimental de diseño transaccional descriptivo, se utilizó un inventario de la motivación deportiva para la recolección de información, donde los resultados permitieron conocer una información objetiva sobre la relación de la motivación con la conducta de las jugadoras, la motivación se considera como un proceso psicológico y fisiológico que gobierna los factores de la personalidad, adquirido en el contexto, interno o externo, y que nos conduce a una acción de desarrollo.

En la investigación de Aroni (2019) tuvo por objetivo realizar un análisis a los niveles de ansiedad de las deportistas que practican la disciplina de voleibol y que participan en campeonatos competitivos, fue una investigación de tipo no experimental, con diseño descriptivo transaccional, utilizando el inventario de ansiedad competitiva en el deporte del voleibol. Concluyendo en el 92.5% de los estudiantes muestran ansiedad y



de ellos 7.5% muestran ansiedad severa, por lo que se puede afirmar que los deportistas muestran niveles altos en ansiedad precompetitiva moderada.

En la investigación de Ramos (2021) el objetivo fue evaluar la influencia psicológica con las que cuenta los deportistas que practican la disciplina de futbol en deportistas femeninas pertenecientes a la liga distrital de Puno, la metodología utilizada para la presente investigación fue no experimental y de diseño diagnóstico simple, utilizando el test de evaluación psicológica deportiva. Concluyendo en el 36.4% de las encuestadas manifiestan que existe influencia psicología al momento de participar en los campeonatos deportivos a los que están acostumbrados, 5.5% de ellas muestran que los factores psicológicos son muchos más constantes y que se manifiestan de forma espontánea cuando realizan cualquier actividad.

Maron y Pari (2019) tuvo como objetivo determinar la eficacia de la saltabilidad antes y después de la aplicación del programa pliométrico multifuncional para mejorar la saltabilidad, la muestra se constituyó por 11 deportistas la selección de voleibol femenino categoría infantil de la Liga Distrital de Puno, donde se utilizó el estudio experimental con un diseño cuasi experimental, se aplicó programa pliométrico multifuncional para mejorar la saltabilidad de las jugadoras, donde los resultados mostraron una mejora significativa en la capacidad de saltabilidad durante un micro ciclo evidenciando que el programa pliométrico multifuncional mejoró de manera significativa la saltabilidad.

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Características Psicológicas

Para Rodríguez et al. (2019) las características psicológicas juegan un papel fundamental en el rendimiento y desarrollo de las deportistas de voleibol, de acuerdo a Sánchez y Ortín (2020) es necesario cultivar habilidades como la concentración, la



resiliencia, la confianza y la gestión emocional, estas deportistas pueden potenciar su desempeño en la cancha.

Según Uriarte (2015) es la capacidad de mantener la calma bajo presión les permite tomar decisiones estratégicas en momentos clave del juego, para Rodríguez et al. (2019) la confianza en sus habilidades les otorga la seguridad necesaria para enfrentar desafíos y superar obstáculos, la empatía y la comunicación efectiva fomentan un ambiente de equipo cohesionado, donde la colaboración y el apoyo mutuo son clave.

Según Zaldivar (2021) el enfoque en el desarrollo de las características psicológicas no solo mejora el rendimiento en el vóley, sino también contribuye al bienestar emocional.

Los deportistas enfrentan una serie de características psicológicas que pueden afectar su rendimiento y bienestar en el ámbito deportivo, porque según Pacheco y Gomez (2005) estas características son esenciales para la preparación mental antes de realizar o competir en una disciplina deportiva, y están estrechamente vinculadas tanto al rendimiento físico como al rendimiento mental.

Para Mahamud et al. (2005) las características psicológicas suelen comprender los niveles de estrés a los que son sometidos los deportistas, donde se desarrollan acciones para mejorar la autoconfianza como medida en la prevención a generar posibles niveles de ansiedad.

Para Rodríguez et al. (2019) las características psicológicas juegan un papel fundamental en el rendimiento y desarrollo de las deportistas de voleibol, de acuerdo a Sánchez y Ortín (2020) es necesario cultivar habilidades como la concentración, la resiliencia, la confianza y la gestión emocional, estas deportistas pueden potenciar su desempeño en la cancha.



Según Uriarte (2015) es la capacidad de mantener la calma bajo presión les permite tomar decisiones estratégicas en momentos clave del juego, mientras que la confianza en sus habilidades les otorga la seguridad necesaria para enfrentar desafíos y superar obstáculos, de la misma forma la empatía y comunicación efectiva fomentan un ambiente de equipo cohesionado, donde la colaboración y el apoyo mutuo son clave.

En última instancia, el enfoque en el desarrollo de las características psicológicas no solo mejora el rendimiento en el vóley, sino también contribuye al bienestar emocional y mental de las deportistas, promoviendo una trayectoria deportiva exitosa y satisfactoria en esta apasionante disciplina.

Para Fradejas y Espada (2018) las características psicológicas buscan evaluar los niveles de rendimiento de un deportista antes de que compita en su disciplina, destacando los siguientes la relación física y mental con la que cuenta el deportista.

Para Zaldivar (2021) el deporte profesión actualmente busca concientizar en la importancia de la salud mental de los deportistas, puesto que al tener personas sanas mentalmente los niveles de participación serán superiores.

La psicología como en cualquier área busca conocer hechos y comportamiento de la conducta humana, los cuales recopila y analiza para una posterior interpretación y comprensión, por lo que para Zaldivar (2021) el rendimiento físico de una persona dependerá del estado emocional en que se encuentre, ya que esto es sumamente fundamental para un óptimo rendimiento deportivo.

De acuerdo a González et al. (2017) es necesario trabajar para disminuir los niveles de ansiedad y estrés diagnosticando con trabajos de diagnóstico, estrategias para elevar su confianza y prepararlos mentalmente para rendir de forma óptima en una disciplina deportiva.



Según Juárez y Neri (2016) sugieren que es la adopción de comportamientos prosociales, que son considerados como positivos en una comunidad o influenciados por las normas socialmente aceptadas en un contexto específico, puede verse influenciada por la idiosincrasia o la cultura de cada región, donde las características psicológicas individuales, como la adaptación a estas normas y valores, pueden desempeñar un papel importante en este proceso.

Por otro lado Lorenzón et al. (2022) señalan que existen diversas características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, como la concentración, la confianza, la motivación, el control de la ansiedad y la preparación mental, estas habilidades cognitivas se consideran estrategias de afrontamiento que pueden ser utilizadas tanto por atletas profesionales como no profesionales, lo que sugiere que las características psicológicas individuales desempeñan un papel fundamental en el desempeño deportivo y en la gestión del malestar psicológico.

Según Ríos et al. (2023) es el análisis de las que se hace a las distintas habilidades psicológicas que posee el ser humano, refiriendo al ámbito deportivo en un área de estudio continuamente relevante y pertinente, tiene como propósito guiar la preparación psicológica con el objetivo de mejorar el rendimiento, especialmente en atletas jóvenes que están en etapas de desarrollo.

2.2.1.1. Control del estrés

Para Gancino (2022) es una manifestación psicológica donde se refleja la conducta de las personas que pueden ser causadas por diversos motivos y afectan la parte emocional, social y deportiva, por lo que para González et al. (2017) son respuestas relacionadas a la tensión, falta de concentración y niveles de confianza causados por la competición.



De acuerdo Muñoz et al. (2020) son reacciones emocionales que varían desde leves hasta excesivas, estas emociones pueden influir en la capacidad de las personas para desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento con el propósito de adaptarse a un nuevo entorno.

De la misma manera para Muñoz et al. (2020) son las reacciones emocionales que pueden dar lugar a comportamientos desadaptativos en términos emocionales, conductuales o cognitivos, estos comportamientos no solo limitan el funcionamiento de la persona que los experimenta, sino que también a menudo obstaculizan su habilidad para tomar decisiones adecuadas.

Según Cassaretto et al. (2021) el control del estrés es un proceso en constante evolución que se origina a partir de la interacción entre el individuo y su entorno, en este proceso la persona lleva a cabo dos evaluaciones clave: en primer lugar, evalúa si la situación actual le resulta favorable o desfavorable; en segundo lugar, analiza si cuenta con los recursos necesarios para hacer frente a la demanda.

Es por ello que para Cassaretto et al. (2021) el control del estrés es considerado esencial como un recurso que nos capacita para ajustarnos a las exigencias del entorno, pero es importante tener en cuenta que cuando esta respuesta es excesiva o perdura en el tiempo, puede tener consecuencias negativas para la salud de las personas.

Para Mahamud et al. (2005) el estrés influye en la evaluación del rendimiento y aumenta ante situaciones mucho más estresantes por lo que el deportista disminuye su capacidad física, según Pacheco y Gomez (2005) para controlar el estrés se necesita estimular los niveles psicológicos y evitar que los deportistas se frustren por no alcanzar las expectativas deseadas, el contenido de este factor abarca dos categorías de ítems:

Figura 1

Categorías del control del estrés



De acuerdo a Gimeno et al. (2012) la puntuación alcanzada por el deportista indicara si el deportista tiene los recursos psicológicos necesarios para realizar el control del estrés cuando realiza una determinada disciplina deportiva.

2.2.1.2. Influencia de la evaluación del rendimiento

Según Ursino et al. (2019) son los factores psicológicos que disminuyen, mantienen o aumentan el rendimiento deportivo, pueden definirse como el resultado de una acción o actividad deportiva, las cuales son tomadas en cuenta a través de las victorias y estímulos adquiridos.

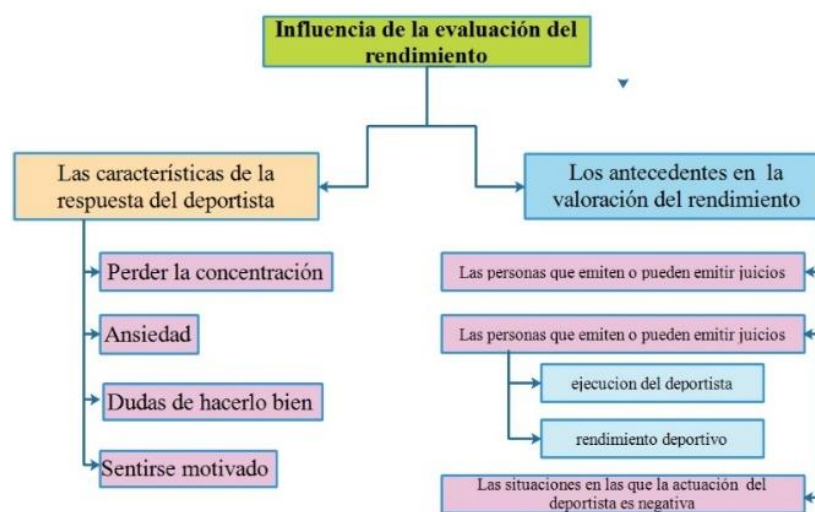
Para Fradejas y Espada (2018) es un factor específico relacionado con la evaluación y la ansiedad social donde se destaca la labor de ciertos miembros de un equipo sobre la de otros, lo cual puede ser influenciado por opiniones de personas externas, en ciertas circunstancias esta situación puede tener un impacto muy negativo.

Fradejas y Espada (2018) también lo consideran como otro aspecto importante en la influencia significativa que ejerce un agente clave sobre la trayectoria del deportista, como lo es el entrenador, esto se refleja en cómo el deportista percibe o recibe críticas, reconocimientos, instrucciones o comentarios por parte del entrenador, e incluso cómo interpreta los gestos del entrenador.

González et al. (2014) permiten conocer los niveles de ansiedad social los que son causados por la frustración o la excesiva mala concentración deportiva, en las que se nota claramente las variables psicológicas que pueden originar conllevan a que las posibilidades deportivas disminuyan. el contenido del mencionado factor abarca dos ítems:

Figura 2

Categorías del control de la influencia de la evaluación



De acuerdo a Gimeno et al. (2012) la influencia de la evaluación del rendimiento deportivo se encuentra relacionado con el estrés, pues contribuye a disminuir los niveles de ansiedad que puedan generarse, por lo que este factor espera mostrar la percepción del impacto que genera los niveles de estrés y ansiedad en ellos mismos.

Según Para Juárez y Neri (2016) son varios mecanismos intermedios que actúan como mediadores entre las tendencias de comportamiento, las respuestas emocionales y los estilos cognitivos, estos mecanismos se consideran vías directas a través de las cuales los factores generales de personalidad ejercen una influencia indirecta sobre la salud, el bienestar y la longevidad en general.



Para Quiñones et al. (2021) pueden llegar a influenciar en el rendimiento físico y de la misma en el desarrollo cognitivo de otras áreas que no demanden esfuerzo físico, tiene por características principales realizar un entorno compatible entre los deportistas acompañado del trabajo cooperativo, desarrollando actividades activas y reflexivas.

2.2.1.3. Motivación

Para Garcial et al. (2014) es el componente principal en el desarrollo de los deportistas se encuentra presente en todos los aspectos de interacción del ser humano en el campo laboral, en el educativo, en el social y en el deportivo.

Por su parte Mahamud et al. (2005) manifiesta que la motivación contribuye en brindar información sobre la actividad física deportiva y los aspectos psicológicos con los que cuenta un deportista.

La motivación también puede llegar a repercutir en el rendimiento, funcionamiento y autorregulación del ejercicio por lo que Mahamud et al. (2005) estableció los criterios para explorar las habilidades mentales de los deportistas antes de realizar una actividad basándose en lo trabajo.

De acuerdo con Nope et al. (2020) se trata de un proceso en constante cambio y movimiento, que coloca al individuo en una situación inestable, este proceso depende de una serie de factores en los ámbitos biológico, emocional, social y cognitivo, y en última instancia, influye en la regulación de la conducta y el comportamiento, desde la perspectiva de la psicología deportiva, este proceso se examina y se comprende más a fondo.

Para Aznar y Vernetta (2022) la motivación eleva los niveles de satisfacción de un componente emocional en el deportista, por lo que se demostró que a mayor tiempo

de practica será mucho mejor el rendimiento que se obtendrá, por ello Gimeno et al. (2012) sostiene que este factor posee los siguientes contenidos:

Figura 3

Categorías de la motivación



De acuerdo a Gimeno et al. (2012) la motivación tiene que ser vida desde la perspectiva de uno mismo y dejando de lado las opiniones de los demás, esto afecta en gran medida los resultados porque un deportista sin motivación no llegara a desenvolverse de la mejor manera en su disciplina.

2.2.1.4. Habilidad mental

La habilidad mental para Mahamud et al. (2005) explora el uso de un sinfín de habilidades de carácter psicológico con la finalidad de buscar un beneficio en el rendimiento de los atletas, estableciendo objetivos y metas, por lo que es necesario automotivarse para elevar los niveles emocionales a los que se encuentran acostumbrados los deportistas.

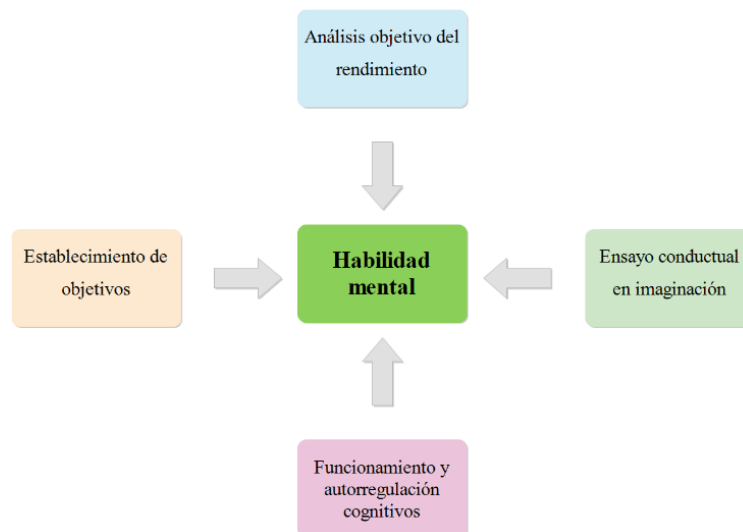
Según Cortez et al. (2022) sostienen que son los niveles elevados de resiliencia que son necesarios en los factores estratégicos y esenciales para afrontar las situaciones más desafiantes tanto en el entrenamiento como en las competiciones, fomentado la

capacidad de recuperación y el avance en el ámbito deportivo, implica que los deportistas deben ser capaces de controlar las demandas que superan sus propios recursos, tanto desde una perspectiva cognitiva como conductual, con el objetivo de enfrentar situaciones deportivas adversas.

Por ello Gimeno et al. (2012) sostiene que este factor favorece al rendimiento deportivo porque desarrolla habilidades psicológicas como:

Figura 4

Categorías de la habilidad mental



De acuerdo a Gimeno et al. (2012) las habilidades mentales analizan el funcionamiento del ensayo conductual por medio de la imaginación lo que ayuda a establecer objetivos para el correcto funcionamiento de los procesos cognitivos que conlleva desarrollar este factor.

2.2.1.5. Cohesión de equipo

De acuerdo a Mahamud et al. (2005) la cohesión busca reforzar las relaciones informales que existe cuando se practica un deporte, la comunicación y sincronización en

ocasiones necesitan serán trabajadas por lo que es necesario crear estrategias para que puedan ser superadas.

Cortez et al. (2022) señalan que es el desarrollo de la capacidad de focalizar la atención, la que se produce en situaciones deportivas favorables, lo que implica la elaboración de estrategias para mantener-dirigir la atención y la concentración hacia los estímulos más relevantes, donde se destaca la atención de estímulos cruciales en una tarea, incluso en un entorno lleno de distracciones y la capacidad de responder de manera efectiva a estos estímulos.

Por ello Gimeno et al. (2012) sostiene que este factor favorece la integración del deportista en un equipo abarcando lo siguiente:

Figura 5

Categorías de la cohesión de equipo



De acuerdo a Gimeno et al. (2012) la cohesión de equipo es fundamental para que las relaciones interpersonales entre jugadores se afiance y tengan más confianza al momento de ejecutar pases o jugadas, los niveles de satisfacción son altos y ayudan no solo al deportista sino más bien a todos los integrantes del equipo, se refuerza la idea del espíritu de equipo que a la larga que aumente al resiliencia.



2.3. MARCO CONCEPTUAL

Actividad Física: Según Escalante (2014) es cualquier movimiento que manifiesta el aparato locomotor y Bermejo (2013) lo define como cualquier movimiento producido por los músculos y que ayudan a movilizarse, jugar y trabajar.

Ansiedad: Para Figueirêdo et al. (2022) es una respuesta ante amenazas percibidas en la vida diaria, que se manifiesta a través de síntomas físicos y psicológicos.

Concentración Deportiva: Según Sánchez & León (2012) se centra en la capacidad del individuo para enfocarse en estímulos relevantes mientras descarta distracciones y se mantiene en el presente.

Empatía: Según Vital et al. (2020) es la habilidad de comprender y compartir las emociones de otras personas, lo que facilita interacciones personales positivas.

Frustración: De acuerdo a Gómez et al. (2022) es un estado o respuesta que surge cuando una persona no recibe la recompensa esperada o enfrenta dificultades para obtenerla.

Gestión Emocional: Para García (2019) implica la habilidad de una persona para manejar emociones negativas con facilidad, lo que mejora sus relaciones interpersonales.

Niveles Emocionales: De acuerdo Vallejos (2022) se relacionan con la inteligencia emocional y tienen un impacto en la salud mental, la satisfacción interpersonal y el uso de estrategias de afrontamiento para resolver problemas

Resiliencia: Para Cabanyes (2010) es la fortaleza que se posee para recuperarse de críticas situaciones emocionales, lo que se debe a la adaptación positiva alcanzada a través de la experimentación ante situación adversas.



Relación: De acuerdo a Hanco et al. (2021) es el aspecto básico con el que socializa el ser humano y por ende es el eje de su aprendizaje, lo que le permite en ocasiones alcanzar determinadas metas que necesitan del trabajo colaborativo que pueda generarse.

Rendimiento Deportivo: Para Bohórquez et al. (2016) son los esfuerzos realizados por un deportista, se pueden llegar a medir por medio del tiempo, alcance o puntaje.

CAPÍTULO III

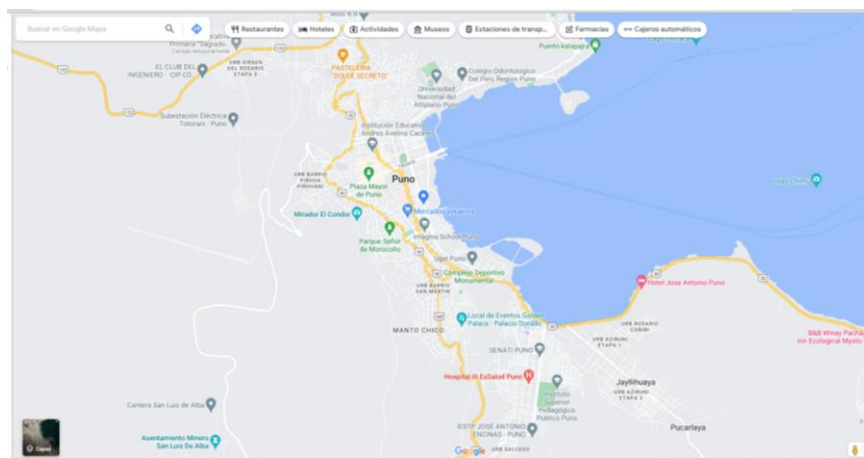
MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La liga distrital de voleibol se encuentra ubicada en la ciudad de Puno, distrito de Puno, provincia de Puno y región Puno, la ciudad colinda por el sur con el centro poblado de Ichu, por el norte con Paucarcolla, por el este con el lago sagrado de los Incas y por el oeste con el centro poblado de Totorani. En la ciudad existen diferentes ligas deportivas de las que destacan la liga de voleibol y está constituida por deportistas menores y mayores y se caracterizan por realizar distintos campeonatos durante el año.

Figura 6

Categorías de la cohesión de equipo



Fuente: Google Maps (2021) “Ubicación satelital de la ciudad de Puno”

3.2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

3.2.1. Enfoque cuantitativo

La presente investigación tomó en cuenta el enfoque cuantitativo, puesto que se aplicó el test que cuenta con una escala numérica y con valores que fueron contados, analizados y luego expuestos, lo que coincide con Sánchez (2019) quien manifiesta que



una investigación cuantitativa es aquella que busca medir los fenómenos utilizando datos los cuales son sometidos pruebas estadísticas con la finalidad de describir los resultados y a través de ello realizar conclusiones significativas.

3.2.2. Tipo de investigación

De acuerdo a la variable de investigación y tomando en cuenta los criterios abordados en la operacionalización, es opto por trabajar con un tipo de investigación no experimental, porque Monje (2011) y Hernandez (2014) esta investigación busca recolectar información si tener que realizar trabajos que orienten a lograr un resultado, en ocasiones describen fenómenos con el fin de documentar los resultados para que sean de base para futuras investigaciones.

3.2.3. Diseño de investigación

De acuerdo al instrumento utilizado para la presente investigación se pudo evidenciar que el diseño que le corresponde a esta investigación es de carácter descriptivo, porque según Abreu (2012) todo tipo de investigación que mantiene una sola variable o fenómeno a tratar, le corresponde el diseño descriptivo y por lo tanto está relacionada con el enfoque cuantitativo y poseen características ordinales. La investigación busco conocer los niveles de las características psicológicas de las deportivas de la liga distrital de Puno, en la cual no se evidencia otra variable es por ello que se trabajó con el mencionado diseño.

3.2.3. Variables de estudio de investigación

La presente investigación tiene por variable a las características psicológicas en las deportistas de voleibol y se detalla de la siguiente manera:

Tabla 1

Operacionalización de la variable

Variable	Dimensión	Ítems	Instrumento y escala
Características psicológicas	Control del estrés	1, 3, 6, 8, 10,	Test “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)” 1 = Totalmente en desacuerdo 2 = En desacuerdo 3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4 = De acuerdo 5 = Totalmente de acuerdo 0 = No entiendo
		12, 13, 14, 17,	
	19, 20, 21, 24,		
	26, 30, 32, 36,		
	41, 43, 54		
Influencia de Eva Ren.	9, 16, 28, 34, 35, 42, 44, 46, 47, 51, 52, 53		
Motivación	4, 15, 29, 31, 33, 39, 49, 55		
Habilidad mental	2, 7, 23, 25, 37, 40, 45, 48, 50	Baremo 1= Muy bajo 2= Bajo 3= Regular 4= Alto 5= Muy alto	
Cohesión de equipo	5, 11, 18, 22, 27, 38		

3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

En la investigación se utilizó el instrumento cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo” que responde al enfoque, tipo, diseño de investigación y forma parte de la técnica de la encuesta.

Según Arias (2012) es un procedimiento ordenado que utiliza preguntas las cuales tienen un valor, luego es interpretado con la visión planteada en el objetivo, en ocasiones suelen incluir puntajes valorados en baremos los cuales mejoran la interpretación de los resultados.

Para Valdivieso (1991) la técnica de la encuesta tiene por finalidad recolectar información de manera eficaz y su propósito es obtener datos los cuales son interpretados de forma literal lo que ayuda a su mejor comprensión.

De acuerdo a la técnica utiliza la investigación se tomó en cuenta las características psicológicas de los deportivos de la liga de voleibol de Puno por medio del cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)”, fue valorado y ejecutado por diversos autores que se detallan en la siguiente tabla:

Tabla 2

Estudios que utilizaron el cuestionario CPRD

Autor	Título	Publicación
Mahamud et al. (2005)	Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas.	Artículo científico
Gimeno et al. (2012)	El cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): características psicométricas	Artículo científico
Poirier (2019)	Características psicométricas del cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD) en jugadores de baloncesto españoles	Artículo científico
Pérez et al. (2002)	El cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): Un estudio con la escala del control del estrés	Artículo científico
Pagano y Vizioli (2020)	Adaptación del cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)	Artículo científico

Las investigaciones tomadas en cuenta son reflejo que el instrumento se encuentra

validado y que la investigación cuenta con una herramienta que posee una estructura aplicable para la presente investigación, las presentes investigaciones utilizaron el mismo instrumento y lograron adaptarla a su contexto con la finalidad de medir el rendimiento de los deportistas.

3.3.1. Instrumento de recolección de investigación

El instrumento tomado en cuenta en la investigación tiene los siguientes detalles:

Tabla 3

Ficha técnica del cuestionario CPRD

Cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo” (CPRD)	
Autor	Gimeno et al. (2012)
Procedencia	Universidad de zaragoza de España
Administración	Se debe de preguntar los ítems del cuestionario uno a uno, la escala de valoración fue adaptada para que elija entre las escalas totalmente de acuerdo, de acuerdo, indiferente; en desacuerdo; totalmente en desacuerdo
Duración	El tiempo aproximado es de entre diez y quince minutos.
Aplicación	Se aplica de forma individual en un espacio acondicionado donde no se escuche ruidos distractores.
Descripción	El instrumento corresponde al ámbito la Psicología del Deporte, es una herramienta de uso básico que mide de manera sencilla los niveles psicológicos de los deportistas y su escala permite medir de forma precisa los niveles psicológicos con lo que se cuenta cuando se practica una disciplina deportiva, lo que ayuda a diagnosticar de forma preventiva los problemas que puedan aquejar el rendimiento físico y deportivo de un atleta. El instrumento se encuentra estructurado con:
Composición	<ul style="list-style-type: none">• 55 ítems• 5 dimensiones psicológicas:<ul style="list-style-type: none">➤ Control del estrés con 20 ítems➤ Influencia de la evaluación del rendimiento con 12 ítems➤ Motivación con 8 ítems➤ Habilidad mental con 9 ítems➤ Cohesión de equipo con 6 ítems

Fuente: Gimeno et al. (2012) en su investigación El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas.

3.3.2. Fiabilidad del instrumento de recolección de investigación

Para que un instrumento de una investigación pueda ser viable es necesario que sea sometido a la prueba estadística de Alfa de Cronbach donde los índices resultantes deben de ser mayores a 0.7, el instrumento utilizado en la investigación fue sometido a la prueba de fiabilidad tal como lo describe Gimeno et al. (2012) en la presente tabla:

Tabla 4

Nivel de fiabilidad del cuestionario CPRD del autor

	Puntuaciones máximas	Coefficiente de Cronbach
Control del estrés	80	0.88
Influencia de Eva Ren.	45	0.72
Motivación	31	0.67
Habilidad mental	34	0.34
Cohesión de equipo	24	0.78
Cuestionario CPRD		0.85

Fuente: Gimeno et al. (2012) en su investigación El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas.

Es por ello que Gimeno et al. (2012) tomo como referencia los resultados de la tabla 5, donde se puede observar que el nivel general del cuestionario es mayor a los 0.70 por lo que la ejecución del instrumento se encuentra con los niveles adecuados para su aplicación.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

Para determinar la población de investigación se tuvo que tomar en cuenta lo descrito por Arias et al. (2016) quien manifiesta que la población es un grupo de individuos que poseen un problema en común y que en su mayoría coinciden con las características que fueron elegidos. Es por ello que nuestra población está conformada por las deportistas femeninas de la liga deportiva de voleibol de Puno.

Tabla 5

Población de deportista de la liga de voleibol de Puno

Clubes deportivos	Integrantes
IESE María Auxiliadora	12
Zaetas	12
Internacional Olímpicos	12
Universitario	12
Santa Rosa	12
Albatros	12
Carlos Rubina	12
Santhiago Joaquín Laberna	12
Total	96

La muestra de la investigación se determinó de manera no probabilistas puesto que es necesario tomar en cuenta solo los integrantes del equipo de voleibol que no son más de ocho integrantes entre jugadores en cancha y reemplazos. La forma de determinar la muestra está sustentada por Arias et al. (2016) quien aduce que es el método que se caracteriza por ser sencillo de escoger y a su vez ayuda a determinar los sujetos de investigación, que al igual que la población poseen características similares para su estudio.

Tabla 6

Muestra de deportista de la liga de voleibol de Puno

Clubes deportivos	Integrantes
IESE María Auxiliadora	8
Zaetas	8
Internacional Olímpicos	8
Universitario	8
Santa Rosa	8
Albatros	8
Carlos Rubina	8
Santhiago Joaquín Laberna	8
Total	64

Nota: En la muestra de investigación se tomó en cuenta las deportistas titulares y dos suplementes por club deportivo es una característica similar que se poseen en todos los equipos.

3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO

La presente investigación opto por utilizar las medidas de interpretación a nivel estadístico por medio de la prueba chi cuadrada, la misma que fue interpretada por medio de las tablas de doble entrada y gráficos de barras que fueron planteados en los resultados de la investigación.

Figura 7

Formula de la prueba estadística chi cuadrada

$$x^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(o_i + e_i)^2}{e_i}$$

3.6. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Los resultados fueron del único grupo de investigación fueron organizados, codificados, valorados e interpretados en tablas y gráficos de barra, se sometieron a un



análisis de medias aritméticas conjuntamente con sus varianzas, de la misma manera se comprobó la correlación entre las dimensiones de investigación y se realizó la diferenciación entre los resultados hallados, de tal manera se trabajaron los datos resultantes de la presente investigación. Adicionalmente se realizará el cruce de resultados por las edades de los deportistas de la liga de voleibol de Puno, por lo que se conocerá los niveles de características psicológicas poseen.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

Los presentes resultados se encuentran distribuidos primero por los valores resultantes de la variable características psicológicas, seguida de los resultados a niveles de las cinco dimensiones control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y cohesión de equipo, se realizó el análisis de los resultados a nivel de las edades de la muestra investigada.

Para determinar los niveles de la variable características psicológicas, se tomó en cuenta la composición de los baremos utilizados por Roman y Guzmán (2018) y de la misma manera los adaptados por Alcantara y Terrones (2022), quienes realizaron el conteo total del valor las escalas, para luego valorarlas en una escala que permite interpretar de forma más entendible los niveles de las características psicológicas.

Tabla 7

Baremo para los niveles de características psicológicas

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 55$
Bajo	2	$>56 - \leq 110$
Regular	3	$>111 - \leq 165$
Alto	4	$>166 - \leq 220$
Muy alto	5	$>221 - \leq 275$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

Al igual que en la variable, se dispuso también tomar en cuenta los mismos criterios para determinar los niveles de las cinco dimensiones que componen a la variable

características psicológicas, las cuales fueron distribuidas de acuerdo a la cantidad de ítems con las que cuenta cada una de ellas, siendo de la siguiente manera:

Tabla 8

Baremo para la dimensión control del estrés

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 20$
Bajo	2	$>21 - \leq 40$
Regular	3	$>41 - \leq 60$
Alto	4	$>61 - \leq 80$
Muy alto	5	$>81 - \leq 100$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

Tabla 9

Baremo para la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 12$
Bajo	2	$>13 - \leq 24$
Regular	3	$>25 - \leq 36$
Alto	4	$>37 - \leq 48$
Muy alto	5	$>49 - \leq 60$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

Tabla 10

Baremo para la dimensión motivación

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 8$
Bajo	2	$>9 - \leq 16$
Regular	3	$>17 - \leq 24$
Alto	4	$>25 - \leq 32$
Muy alto	5	$>33 - \leq 40$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

Tabla 11

Baremo para la dimensión habilidad mental

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 9$
Bajo	2	$>10 - \leq 18$
Regular	3	$>19 - \leq 27$
Alto	4	$>28 - \leq 36$
Muy alto	5	$>37 - \leq 45$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

Tabla 12

Baremo para la dimensión cohesión de equipo

Escala	Valor	Rango
Muy bajo	1	$>0 - \leq 6$
Bajo	2	$>7 - \leq 12$
Regular	3	$>13 - \leq 18$
Alto	4	$>19 - \leq 24$
Muy alto	5	$>25 - \leq 30$

Fuente: Roman y Guzmán (2018) y Alcantara y Terrones (2022)

4.1.1. Resultados de las características psicológicas

Los resultados son el reflejo de los datos obtenidos por medio del instrumento test de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD), el cual conto con 55 ítems y con cinco escalas de totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo, luego los resultados fueron sometidos al baremo anteriormente descrito resultado los siguientes valores:

Tabla 13

Resultados del nivel de la variable características psicológicas

Escala	Valor	F_i	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	0	0%
Regular	3	5	7,81%
Alto	4	39	60,94%
Muy alto	5	20	31,25%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 13, se puede observar que los niveles muy bajo y bajo no representan ningún porcentaje porque ambos cuenta con el 0%, el nivel regular tiene un 7.81%, seguido del 60.94% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y por último el 31.25% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto de lo que se puede inferir que una cantidad considerable de las evaluadas muestran niveles óptimos en relación de las características psicológicas.

Es necesario mencionar que no se encuentran deportistas de vóley que muestren niveles bajos por lo que suponemos que la mayoría mantienen el control de estrés, motivación, cohesión de equipo, habilidad mental en buen estado. Al igual que en la investigación de Uriarte (2015) la mayoría de los investigados obtuvieron porcentajes positivos y es una clara evidencia que ambas poblaciones mantienen características similares.

De la misma forma se confirma lo manifestado por Rodríguez et al. (2019), quien manifiesta que las características son importantes en el rendimiento de las deportistas de vóley, es por ello que no hay deportistas en niveles bajos de satisfacción con respecto a esas características, lo que significa que el rendimiento que desempeñan cuando juegan al voleibol es el mejor por lo que su desempeño se encuentra en óptimas condiciones,

entonces los niveles altos y muy altos de satisfacción con las características psicológicas implican un buen rendimiento en el voleibol, lo cual es coherente con el hecho de que la mayoría de las deportistas encuestadas reportaron niveles alto y muy alto en la tabla.

A partir de estos resultados se puede confirmar que no existen deportistas que jueguen al voleibol en la liga distrital de Puno que cuenten con niveles bajos, que afecten el desenvolvimiento psicológico cuando compiten a nivel de campeonato.

4.1.2. Resultados de las dimensiones de las características psicológicas

Los resultados son el reflejo de los datos obtenidos por medio del instrumento test de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD), el cual conto con 55 ítems y con cinco escalas de totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo, luego los resultados fueron sometidos al baremo anteriormente descrito resultado los siguientes valores:

Tabla 14

Resultados del nivel del control de estrés

Escala	Valor	Fi	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	8	12.50%
Regular	3	17	26.56%
Alto	4	32	50%
Muy alto	5	7	10.94%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 14, se puede observar que el nivel muy bajo es el 0%, el nivel bajo cuentan con el 12.50%, el nivel regular tiene un 26.56%, seguido del 50% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y solo el 10.94% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, de lo que se puede interpretar que las deportistas en su mayoría se encuentran en un nivel aceptable con

relación al control de estrés, pero solo el 12.50% de los estudiantes muestran indicios de tener inconvenientes con el estrés, ansiedad, preocupación, por lo que su rendimiento pueda verse afectado.

De acuerdo con Mahamud et al. (2005), el estrés puede influir en la evaluación del rendimiento y afectar la capacidad física del deportista, lo cual podría relacionarse con el hecho de que la mitad de las deportistas presentan un nivel "Alto" de control de estrés.

Para Pacheco y Gomez (2005) mencionan que para controlar el estrés se necesitan estimular los niveles psicológicos y evitar que los deportistas se frustren por no alcanzar las expectativas deseadas, lo que puede ser relevante para entender los diferentes niveles de control de estrés observados en las deportistas evaluadas.

Tabla 15

Resultados del nivel de la influencia de la evaluación del rendimiento

Escala	Valor	Fi	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	6	9.38%
Regular	3	18	28.13%
Alto	4	29	45.31%
Muy alto	5	11	17.19%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 9, se puede observar que el nivel muy bajo no tienen ningún porcentaje, el nivel bajo cuentan con el 9.38%, el nivel regular tiene un 28.13%, seguido del 45.31% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y el 17.19% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, por lo que se puede afirmar que más de la mitad de los deportistas poseen niveles positivos en la influencia de la evaluación del rendimiento, porque los porcentajes son aceptables y son estos

resultados los que refuerzan el desenvolvimiento de los deportistas durante los partidos del voleibol.

Según Ursino et al. (2019), la influencia de la evaluación del rendimiento deportivo se refiere a los factores psicológicos que pueden disminuir, mantener o aumentar el rendimiento deportivo, esto se refleja en cómo los resultados y estímulos adquiridos pueden afectar la percepción y el desempeño de los deportistas.

De la misma manera Fradejas (2018) y González et al. (2014) señalan que esta influencia permite conocer los niveles de ansiedad social que pueden ser causados por la frustración o la falta de concentración deportiva, lo que afecta las posibilidades deportivas.

Tabla 16

Resultados del nivel de motivación

Escala	Valor	Fi	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	3	4.69%
Regular	3	10	15.63%
Alto	4	39	60.94%
Muy alto	5	12	18.75%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 16, se puede observar que el nivel muy bajo no tienen ningún porcentaje, el nivel bajo cuentan con el 4.69%, el nivel regular tiene un 15.63%, seguido del 60.94% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y el 18.75% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, de lo que se puede inferir que la mayor parte de las deportistas poseen niveles altos de motivación y son estos niveles los que se ven reflejados en el rendimiento deportivos de las atletas,

pero existe un grupo mínimo que aun necesitan desarrollan estrategias que mejoren su habilidades por medio de la motivación.

Según Garcial et al. (2014), la motivación es un componente principal en el desarrollo de los deportistas y está presente en todos los aspectos de interacción del ser humano, incluyendo el ámbito deportivo.

Para Mahamud et al. (2005) menciona que la motivación contribuye a brindar información sobre la actividad física deportiva y los aspectos psicológicos de un deportista, también se menciona que la motivación puede repercutir en el rendimiento, funcionamiento y autorregulación del ejercicio lo que es evidente en los resultados obtenidos.

Tabla 17

Resultados del nivel de habilidad mental

Escala	Valor	Fi	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	15	23.44%
Regular	3	6	9.38%
Alto	4	23	35.94%
Muy alto	5	20	31.25%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 17, se puede observar que el nivel muy bajo no tienen ningún porcentaje, el nivel bajo cuentan con el 23.44%, el nivel regular tiene un 9.38%, seguido del 35.94% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y el 31.25% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, de lo que se puede inferir que en esta dimensión las deportistas muestran en su mayoría con niveles altos y positivos, el desarrollo de la habilidad mental ayuda a que puedan tomar decisiones al momento de realizar los trabajos deportivos, pero los porcentajes negativos son

mínimos de los que destacan los 23.44% de deportistas que necesitan elevar esta habilidad.

Los resultados de la tabla muestran diferentes niveles de habilidad mental en las deportistas de voleibol encuestadas y estos niveles se relacionan con los contenidos teóricos de Mahamud et al. (2005) y Gimeno et al. (2012), implica el uso de habilidades psicológicas que pueden favorecer al rendimiento deportivo, y los diferentes niveles reflejan el grado de desarrollo de estas habilidades en las deportistas, las deportistas con niveles bajos pueden beneficiarse al mejorar sus habilidades psicológicas, mientras que las que se encuentran en los niveles alto y muy alto demuestran un alto grado de habilidad mental, lo que puede ser un factor importante en su éxito deportivo.

Tabla 18

Resultados del nivel de cohesión de equipo

Escala	Valor	Fi	%
Muy bajo	1	0	0%
Bajo	2	1	1.54%
Regular	3	20	30.77%
Alto	4	23	36.92%
Muy alto	5	20	30.77%
Total		64	100%

Interpretación

De la tabla 18, se puede observar que el nivel muy bajo no tienen ningún porcentaje, el nivel bajo cuentan con el 1.54%, el nivel regular tiene un 30.77%, seguido del 36.92% del nivel alto el que se caracteriza por ser el más alto de todos los resultados alcanzados y el 30.77% de las deportistas se encuentran en el nivel muy alto, donde se puede observar que los niveles de alto y muy alto sumados representan a más de la mitad de las deportistas lo que les permite realizar trabajos técnicos que mejoren la efectividad



en el rendimiento físico durante un partido de vóley, por lo que se puede afirmar que las deportistas poseen un nivel positivo en la cohesión de equipo.

Los resultados de la tabla 18, muestran diferentes niveles de cohesión de equipo en las deportistas de voleibol encuestadas, y estos niveles se relacionan con los contenidos teóricos de Mahamud et al. (2005) y Gimeno et al. (2012), la cohesión de equipo implica la integración del deportista en el grupo, y los diferentes niveles reflejan el grado de fortaleza en las relaciones informales y en la comunicación dentro del equipo, las deportistas con niveles bajos pueden beneficiarse al trabajar en estrategias para mejorar la cohesión, mientras que las que se encuentran en los niveles alto y muy alto demuestran un alto grado de cohesión y una mayor sincronización y comunicación dentro del equipo.

4.2. DISCUSIÓN

De acuerdo a los resultados, el estudio mostró diversos niveles relación con los antecedentes de la investigación, donde se evidenció que las características psicológicas en deportistas de voleibol son importantes para elevar los niveles competitivos, lo que influye en el rendimiento deportivos de las deportistas. Según Castaño y Martínez (2019), la ansiedad, la autoconfianza y la motivación son factores psicológicos relevantes para el rendimiento de deportistas de voleibol sub 21, estos hallazgos concuerdan con Dreiszigacker y Leiva (2020), quienes también destacan la importancia de la motivación en el desempeño deportivo de deportistas de vóley, pues los niveles psicológicos fueron similares a los hallados por los investigadores anteriormente mencionados, donde los deportistas en ocasiones no son tomados en cuenta puesto que se desconoce la ardua de labor en la preparación de un atleta, al igual que cualquier profesión necesita de tiempo y entrenamiento lo que genera frustración y puede generar secuelas como el estrés, la ansiedad, la preocupación, el miedo entre otras emociones, las cuales no ayudan a su desenvolvimiento sino más bien disminuyen su capacidad deportiva.



De la misma manera los resultados de la investigación de Cárdenas (2020) señalaron que la relevancia de las características psicológicas para el rendimiento deportivo que no son tratadas de forma oportuna, generan problemas en el desempeño deportivo de sus atletas, es por ello que la investigación evidencio que los resultados en la presente investigación son el reflejo de la exhausta tarea que tiene un deportista a nivel competitivo, que evidencia un mayor nivel de exigencia en los trabajos para un mejor rendimiento físico, cabe recalcar que las condiciones de preparación de una dama son muy distintas a la de un varón, por otro lado la edad juega un papel importante en la conformación de un equipo que desea participar en una liga deportiva, estos son algunos criterios base para determinar si los deportistas poseen niveles aceptables de desenvolvimiento físico, sin embargo en ocasiones es importante realizar trabajos de diagnósticos que sean de carácter psicológico, puesto que un deportista es un ser humano y necesita desenvolverse de la mejor manera, es necesario conocer cuales puedan ser sus inconvenientes no solo físicos sino mentales.

La salud mental y el bienestar emocional también son considerados por Zaldivar (2021) y Bedoya (2020) como factores importantes en el rendimiento de los deportistas, es por ello que la investigación mostró que las deportistas que se desempeñan en la disciplina de voleibol muestran desempeños superiores cuando no poseen algún tipo de estrés, lo que contrasta con los resultados obtenidos en la presente investigación, donde la mayoría de las atletas se encuentran en niveles de regular a muy alto, lo que quiere decir que la mayoría de ellas podrán desempeñarse de forma óptima cuando se encuentren jugando un partido de voleibol.

De la misma forma se evidenció que la práctica de un deporte individual o colectivo y el realizarlo de forma constante hace que en ocasiones la mente se sature con el trabajo, lo que quiere decir que es prudente realizar trabajos de diagnóstico a nivel



psicológico para determinar cuáles podrían ser las afecciones a las que se encuentran sometidos los deportistas, es por ello que la investigación revela que existen niveles considerables en la cohesión de equipo donde se puede ver que un porcentaje mínimo de las investigadas muestra tener inconvenientes al momento de tomar decisiones a nivel de equipo lo que contrasta también en las diferentes dimensiones donde los porcentajes mínimos se encuentran en el nivel bajo, puesto que las deportistas de voleibol aun manifiestan que existen inconvenientes emocionales que deben ser trabajados desde una perspectiva diferentes.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA : Se concluye que más de la mitad de las investigadas se encuentren en los niveles alto y muy alto, estos resultados evidencian que existe un grado óptimo de desenvolvimiento en las características psicológicas de las deportistas que practican la disciplina de voleibol, sin embargo, existe un porcentaje mínimo de 7.81% que se encuentran en el nivel regular y muestran inconvenientes en desempeñarse emocionalmente, se pudo observar también que no existen niveles bajos y muy bajos.

SEGUNDA : Se concluye que el 60.94% de las investigadas tienen niveles de alto y muy alto en los niveles de control de estrés, lo que evidencia que su desenvolvimiento deportivo será el mejor, a diferencia de los 39.06% que se encuentran en los niveles bajo y regular quienes mostraron que en ocasiones muestran ansiedad/estrés antes y durante las competencias deportivas.

TERCERA : Se concluye de acuerdo a los resultados de la influencia de la evaluación del rendimiento, que el 62.50% se encuentran en los niveles alto y muy alto los cuales muestran que tienen dominio en realizar esfuerzos para que su desempeño y evaluación sean los mejores, a diferencia de los 37.51% de deportistas con niveles de bajo y regular los cuales se muestran distantes en realizar trabajos de rendimiento a nivel deportivo.

CUARTA : Se concluye de acuerdo a los resultados que el 79.69% se encuentran en los niveles alto y muy alto los cuales destacan por poseer capacidades motivadoras no solo a nivel individual sino de forma colectiva, a diferencia de los 20.32% de deportistas con niveles de bajo y regular las



que consideran que es necesario aumentar las actividades motivacionales.

QUINTA : Se concluye de acuerdo a los resultados que el 67.19% se encuentran en los niveles alto y muy alto los cuales afirman que es necesario realizar trabajos funcionales con la finalidad de mejorar el rendimiento colectivo del equipo, a diferencia de los 32.82% de deportistas con niveles de bajo y regular quienes desconocen de algunas actividades que tengan que ver con el desarrollo de la habilidad mental.

SEXTA : Se concluye de acuerdo a los resultados que el 67.69% se encuentran en los niveles alto y muy alto los cuales destacan que realizar trabajos de equipo aumentan los niveles de eficacia a nivel competitivo, a diferencia de los 32.31% de deportistas con niveles de bajo y regular los que consideran que los trabajos de equipo solo benefician al grupo.



VI. RECOMENDACIONES

- PRIMERO** : Se recomienda la implementar programas de apoyo psicológico y emocional que les ayuden a mejorar su desenvolvimiento emocional y afrontar situaciones de estrés de manera más efectiva.
- SEGUNDO** : Se recomienda desarrollar estrategias de manejo del estrés específicas para estas deportistas, lo que podría incluir técnicas de relajación, respiración y visualización para reducir la ansiedad antes y durante las competiciones.
- TERCERO** : Se recomienda trabajar en el desarrollo de habilidades para recibir y utilizar de manera constructiva las evaluaciones de su rendimiento, incluyendo la colaboración con entrenadores y psicólogos deportivos.
- CUARTO** : Se recomienda implementar estrategias de motivación personalizada, que incluyan objetivos claros y el reconocimiento de logros individuales y colectivos, fomentando un ambiente de motivación positiva.
- QUINTA** : Se recomienda realizar trabajo de entrenamiento adicional en habilidades mentales y trabajo en equipo para que las deportistas puedan comprender y aprovechar plenamente las actividades relacionadas con el desarrollo de la habilidad mental.
- SEXTA** : Se recomienda promover la importancia del trabajo en equipo y la colaboración a través de ejercicios y actividades, que permitan experimentar los beneficios del trabajo colectivo en el rendimiento deportivo.



VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abreu, J. (2012). Hipótesis, Método y Diseño de Investigación. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 7(2), 187–197. <http://www.spentamexico.org/v7-n2/7%282%29187-197.pdf>
- Alcantara, A., & Terrones, M. (2022). *Características psicológicas y el rendimiento deportivo en jugadores de un club de fútbol de la ciudad de Cajamarca, 2022* [Univesidad Privada del Norte]. https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/32226/PT_FORMATO_2022_Alcántara_%26_RoncalF_PDF_TOTAL.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Apaza, R. (2021). *Aplicación de un programa de entrenamiento para mejorar el rendimiento técnico – táctico de la selección juvenil femenina de voleibol de la Universidad alas Peruanas, filial Arequipa, 2019* [Universidad Nacional De San Agustín]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f3cc2ba3-f061-4019-8a1b-8b76b594009c/content>
- Arias, F. (2012). El Proyecto De Investigación: Introducción a la metodología científica. In Editorial Episteme (Ed.), *El Proyecto De Investigación* (6° Edicion, Issue July 2012). <https://doi.org/10.29327/527957>
- Arias, J., Villasís, M., & Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201–206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Aroni, L. (2019). *Ansiedad precompetitiva en jugadoras de la categoría juvenil que participan en el campeonato de voleibol femenino de la región Inka* [Universidad Nacional del Altiplano].



http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/12684/Aroni_Checmapocco_Luis_Reynaldo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Aznar, A., & Vernetta, M. (2022). Disfrute y motivación en la práctica de actividad física y satisfacción con los servicios deportivos durante la adolescencia. *Retos*, 47(2), 51–60. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.94986>

Bedoya, M. (2020). *Ansiedad y Estrategias de Afrontamiento en Deportistas que Practican CrossFit en Centro de Entrenamiento Pulso Fitness Center, Lima 2019* [Universidad Privada de Tacna]. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1680/Bedoya-Lanchipa-Maripaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bermejo, J. (2013). Revisión del concepto de Técnica Deportiva desde la perspectiva biomecánica del movimiento. *Revista Digital de Educación Física*, 25(0), 45–59. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4707702.pdf>

Bohórquez, M., Delgado, P., & Fernández, J. (2016). Rendimientos deportivos auto y heteropercibidos y cohesión grupal: un estudio exploratorio. *Retos*, 31, 103–106. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.43559>

Cabanyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 145–151. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2010.09.003>

Cárdenas, A. (2020). *Ciencias Del Deporte y la Educación Física Dimensiones psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo de las selecciones de voleibol de Colombia* [Universidad de Cundinamarca]. [https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/bitstream/handle/20.500.12558/3648/Dimensiones psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo de las](https://repositorio.ucundinamarca.edu.co/bitstream/handle/20.500.12558/3648/Dimensiones%20psicol%C3%B3gicas%20que%20influyen%20en%20el%20rendimiento%20deportivo%20de%20las)



selecciones masculinas de voleibol de Colombia..pdf?sequence=1

Carrasco, A. (2019). *Influencia de la motivación deportiva sobre la ansiedad precompetitiva en deportistas calificados de una Universidad Privada de Lima* [Universidad San Ignacio de Loyola].
<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/69a8503f-396f-4370-b7b3-1dbdf292c83b/content>

Cassaretto, M., Vilela, P., & Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LIBERABIT. Revista Peruana de Psicología*, 27(2), e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>

Castaño, L., & Martínez, H. (2019). *Factores psicológicos que influyen en el desempeño del equipo de Voleibol de la Categoría Sub 21 del Municipio de el Santuario* [Universidad Católica de Oriente].
[https://repositorio.uco.edu.co/jspui/bitstream/20.500.13064/521/5/Factores Psicológicos Que Influyen En El Desempeño Del Equipo De Voleibol De La Categoría Sub 21 Del Municipio De El Santuario.pdf](https://repositorio.uco.edu.co/jspui/bitstream/20.500.13064/521/5/Factores%20Psicologicos%20Que%20Influyen%20En%20El%20Desempe%C3%B1o%20Del%20Equipo%20De%20Voleibol%20De%20La%20Categor%C3%ADa%20Sub%2021%20Del%20Municipio%20De%20El%20Santuario.pdf)

Cortez, M., Quiroz, S., Caycho, T., Hernández, A., Brandão, M., & Reyes, M. (2022). Propiedades Psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) en deportistas peruanos de Alto Rendimiento. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 22(2), 115–135. <https://doi.org/10.6018/cpd.487641>

Dreiszigacker, C., & Leiva, A. (2020). *motivación predominante en mujeres jugadoras de vóley no federadas con y sin hijos de la ciudad de Paraná* [Universidad Católica Argentina “Santamaría de los Buenos Aires”].



<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10902/1/motivacion-jugadoras-voley-parana.pdf>

Escalante, Y. (2014). Actividad física, ejercicio físico y condición física en el ámbito de la salud pública. *Journal of Pediatric Rehabilitation Medicine*, 7(3), 195–196.
<https://doi.org/10.3233/PRM-140298>

Figueirêdo, M., Vasconcelos, V., Marques, M., Cavalcante, M., Bastos, R., Silvano, A., & Carvalho, A. (2022). Síntomas de ansiedad y factores asociados en los profesionales de la salud durante la pandemia de Covid-19. *Cogitare Enfermagem*, 27(e79739). <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.79739>

Fradejas, E., & Espada, M. (2018). La influencia de la evaluación del rendimiento en el deporte en edad escolar. *Revista de Educación Física*, 36(1), 1–11.
https://oa.upm.es/54952/1/INVE_MEM_2018_298382.pdf

Gancino, N. (2022). *Revisión sistemática sobre el stress pre-competitivo y sus manifestaciones en jugadoras de fútbol*. 7(1), 135–147.
<http://scielo.sld.cu/pdf/cyd/v7n1/2223-1773-cyd-7-01-135.pdf>

García, C. (2019). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Rev. Cubana Edu. Superior*, 39(2), 22.
<http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v39n2/0257-4314-rces-39-02-e15.pdf>

García, F., & Benedicto, E. (2017). *La importancia de la Psicología en el Deporte Profesional* [Universidad de Valladolid].
<https://core.ac.uk/download/pdf/154403220.pdf>

Garcial, J., Caracuel, J., & Ceballos, O. (2014). Motivación Y Ejercicio Físico Deportivo:



Una Añeja Relación. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, 24(1), 71–88.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65452570005>

Gimeno, F., Buceta, J., & Pérez, M. (2012). El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. *Análise Psicológica*, 19(1), 93–113.
<https://doi.org/10.14417/ap.346>

Gómez, M., Aguirre, T., & Borges, M. (2022). Tolerancia a la frustración en niñez con altas capacidades. Diseño y evaluación de un programa de intervención. *Revista Educación*, 46(1), 383–399. <https://doi.org/10.15517/revedu.v46i1.45393>

González, G., Campos, M., & Romero, S. (2014). Análisis de la influencia de la evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol. *RETOS. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 4(25), 85–89.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34486>

González, G., Valdivia, P., Cachón, J., Zurita, F., & Romero, O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 3–6.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345751100001>

Google Maps. (2021). *Ubicación satelital de la ciudad de Puno*. Google Maps.
<https://www.google.com/maps/@-15.8462911,-70.0145854,15z>

Hanco, M., Carpio, A., Laura, Z., & Flores, E. (2021). Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del departamento de Puno.



Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo, 12(3), 186–194. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.12.3.552>

Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, M. (2014). *Metodologia de la Investigacion* (Sexta). McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C.V. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Juárez, A., & Neri, J. (2016). Cartacterísticas psicológicas y problemas de salud mental en estudiantes mexicanos: un análisis estructural. *Liberabit*, 22(2), 137–152. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68649318010.pdf>

Lorenzón, J., González, F., Aceiro, M., & Delfino, G. (2022). Malestar psicológico relacionado a características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en jóvenes deportistas. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), 1–13. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2685>

Mahamud, J., Tuero, C., & Márquez, S. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas. *Revista de Psicología Del Deporte*, 14(2), 237–251. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119230004.pdf>

Mamani, G. (2019). *Motivación deportiva en jugadoras de las selecciones de voleibol femenino categoría infantil que participan en el campeonato de la región Inka 2017* [Universidad Nacional Del Altiplano]. http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/11034/Mamani_Torrez_Gastón_William.pdf?sequence=1&isAllowed=y



- Maron, C., & Pari, E. (2019). *Influencia del programa pliométrico multifuncional sobre la saltabilidad en la selección de voleibol femenino categoría infantil de la asociación liga distrital de Puno* [Universidad Nacional del Altiplano]. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/7104/Molleapaza_Mamani_Joel_Neftali.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. In *Repositorio Universidad Sur Colombiana*. Universidad Sur Colombiana. <http://carmonje.wikispaces.com/file/view/Monje+Carlos+Arturo+-+Guía+didáctica+Metodología+de+la+investigación.pdf>
- Muñoz, S., Molina, D., Ochoa, R., Sánchez, O., & Esquivel, J. (2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. *Acta Pediátrica de México*, 41(4S1), 127. <https://doi.org/10.18233/APM41No4S1ppS127-S1362104>
- Nope, D., Petro, J., & Bonilla, D. (2020). Factores que influyen en la motivación del deportista. *Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 10(2), 61–77. <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/6226/6002/>
- Onofre, A. (2021). *Ansiedad estado - rasgo en deportistas de judo y de artes marciales mixtas de Lima metropolitana* [Universidad Autónoma de Perú]. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/905/1/GrimaldoGarcia%2C%20Margarita%20Isabel.pdf>
- Pacheco, M., & Gomez, J. (2005). Características psicológicas y rendimiento deportivo.



- un estudio en jugadores bolivianos de fútbol profesional. *Revistas Científicas de América Latina*, 3(2), 1–26.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545476003>
- Pagano, E., & Vizioli, N. (2020). Adaptación del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). *Revista Evaluar*, 20(3), 51–67. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v20.n3.31713>
- Pérez, M., Buceta, J., López, A., Gimeno, F., & Ezquerro, M. (2002). El cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD): Un estudio con la escala del control del estrés. *Revista Electronica de Motivacion y Emocion*, 5(3), 11–12.
<http://reme.uji.es/articulos/apxrem3930912102/texto.html>
- Poirier, S. (2019). Características psicométricas del cuestionario Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) en jugadores de baloncesto españoles. *Universidad de Zaragoza*.
<https://core.ac.uk/download/pdf/290002941.pdf>
- Quiñones, M., Martín, A., & Coloma, C. (2021). Rendimiento académico y factores educativos de estudiantes del programa de educación en entorno virtual. Influencia de variables docentes. *Formación Universitaria*, 14(3), 25–36.
<https://doi.org/10.4067/S0718-50062021000300025>
- Quispe, P. (2019). *Características psicológicas y rendimiento deportivo en jugadoras del club dikaxi* [Universidad Mayor de San Andrés].
<https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/18742>
- Ramos, B. (2021). Evaluación de la influencia psicológica, en el fútbol femenino antes



de un encuentro deportivo en la Liga Distrital – de la ciudad de Puno [Universidad Nacional del Altiplano]. In *Tesis*. http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/17045/Ramos_Catacora_Briseyda_Soledad.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ríos, J., Pérez, Y., Soris, Y., Calviño, D., & Gómez, A. (2023). Habilidades psicológicas en una muestra de jóvenes deportistas cubanos: Diferencias según sexo y deporte. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 9(2), 220–236. <https://doi.org/10.17979/sportis.2023.9.2.9268>

Rodríguez, N., Guanipa, I., & Sánchez, R. (2019). Habilidades mentales de las integrantes del equipo de voleibol femenino. *EPISTEME KOINONIA*, 2(3), 4–23. <https://doi.org/10.35381/e.k.v2i3.514>

Rodriguez, O. (2021). *Ansiedad y características psicológicas de un equipo de fútbol juvenil en el distrito de Surco, 2021* [Universidad Cesar Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/81507#:~:text=En los resultados se observa,en el distrito de Surco.>

Roman, E., & Guzmán, C. (2018). *Evaluación de los niveles medidos por el cuestionario psicológico de rendimiento deportivo (C.P.R.D) en el equipo de fútbol del tercer año de secundaria en la Institución Educativa 41008 Manuel Muñoz Najar Cercado Arequipa-2017* [Universidad Nacional San Agustín]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/9eb64668-51c1-4bda-8f79-e0827484d41e>

Rueda, F. (2021, March 5). *Un estudio confirma la disminución de la actividad física en los países afectados por la COVID-19 – ImFine*. ImFine UPM. <https://www.imfine.es/un-estudio-confirma-la-disminucion-de-la-actividad->



fisica-en-los-paises-afectados-por-la-covid-19/

- Sánchez, A., & León, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18). <https://doi.org/10.15332/s1794-3841.2012.0018.11>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 13, 101–122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, M., & Ortín, F. (2020). Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico. *Revista de Psicología Aplicada Al Deporte y Al Ejercicio Físico*, 5(1), e11, 1–8. https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/archivos/2530_3910_rpade6_2_e16.pdf
- Teh, R., & Krishnan, R. (2022). Los efectos de individual vs. deportes de equipo sobre estrés percibido, ansiedad deportiva y motivación deportiva entre atletas juveniles competitivos. *Journal of Sport and Health Research*, 14(3), 395–404. <https://doi.org/10.58727/jshr.96641>
- Uriarte, J. (2015). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 61–79. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
- Ursino, D., Abal, F., Cirami, L., & Barrios, R. (2019). La evaluación del rendimiento deportivo en Psicología del Deporte: una revisión sistemática. *Anuario de Investigaciones*, 26, 413–421. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369163433045>



- Valdivieso, L. (1991). Escalas de Medición. *Pro Mathematica*, 5(9–10), 53–67.
<http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v65n6/v65n6a9.pdf>
- Vallejos, C. (2022). Levels of emotional intelligence in psychology students at a Peruvian public university. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 22(3), 556–563.
<https://doi.org/10.25176/RFMH.v22i3.5015>
- Vital, M., Martínez, V., & Gaeta, M. (2020). La empatía docente en educación preescolar: un estudio con educadores mexicanos. *Educ. Pesqui. São Paulo*, 46(e219377).
<https://doi.org/10.1590/s1678-4634202046219377>
- Zaldivar, M. (2021). El impacto de la ansiedad en deportistas profesionales. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 35(9), 1–19.
<https://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v9nspe1/2007-7890-dilemas-9-spe1-00035.pdf>



ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Problema	Hipótesis	Objetivo	Variables y Dimensiones	Metodología	Estadística
<p>Problema general ¿Cuáles son los niveles de las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuáles son los niveles del Control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p>	<p>Hipótesis general Las características psicológicas se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno.</p> <p>Hipótesis específicas Los niveles del Control del estrés se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno.</p>	<p>Objetivo general Determinar los niveles de las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno</p> <p>Objetivos específicos Determinar los niveles del Control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno Determinar los niveles de la Influencia de la evaluación del rendimiento en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno ¿Cuáles son los niveles del Control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno? ¿Cuáles son los niveles de la Influencia de la evaluación del rendimiento en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno? ¿Cuáles son los niveles del Control del estrés de las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p>	<p>Variable características psicológicas</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Control del estrés • Influencia de la evaluación del rendimiento • Motivación • Habilidad mental • Cohesión de equipo 	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Tipo No experimental</p> <p>Diseño Descriptivo</p> <p>Instrumento Cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo” (CPRD)</p> <p>Escala 1 = Totalmente desacuerdo 2 = En desacuerdo 3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4 = De acuerdo 5 = Totalmente de acuerdo 0 = No entiendo</p>	<p>Población 96 deportistas de 8 equipos pertenecientes a la liga de voleibol de puno.</p> <p>Muestra 64 deportistas de los 8 equipos pertenecientes a la liga de voleibol de puno. Determinados de manera no probabilística.</p>

<p>mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p> <p>¿Cuáles son los niveles de la habilidad mental en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p> <p>¿Cuáles son los niveles de la cohesión de equipo en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno?</p>	<p>encuentran en un nivel muy alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno.</p> <p>Los niveles de la habilidad mental se encuentran en un nivel alto en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno</p> <p>Los niveles de cohesión de equipo se encuentran en un nivel medio en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno</p>	<p>Determinar los niveles de la habilidad mental en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno</p> <p>Determinar los niveles de la cohesión de equipo en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno</p>		
---	---	---	--	--



Anexo 2. Instrumento de investigación

CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

C.P.R.D.

Apellidos y Nombres :

Fecha de Nacimiento :

Deporte :

Club :

Edad :

INSTRUCCIONES: Conteste, por favor, a cada una de las siguientes cuestiones, indicando en que medida se encuentra de acuerdo con ellas. Como podrá observar existen seis opciones de respuesta. Elija la que desee, según se encuentre más o menos de acuerdo, marcando con una “X” el lugar correspondiente. En el caso de que no entienda lo que quiere decir exactamente alguna de las preguntas, marque con una cruz en la última columna.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en desacuerdo ni de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	No entiendo
1	2	3	4	5	0

Ítems	1	2	3	4	5	0
1. Suelo tener problemas concentrándome mientras compito	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Mientras duermo, suelo “darle muchas vueltas” a la competición (o el partido) en la que voy a participar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Tengo una gran confianza en mi técnica.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Algunas veces no me encuentro motivado(a) por entrenar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Me llevo muy bien con otros miembros del equipo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Rara vez me encuentro tan tenso(a) para que mi tensión interfiera negativamente en mi rendimiento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. A menudo ensayo mentalmente lo que debo hacer justo antes de comenzar mi participación en una competición (o de empezar a jugar en un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. En la mayoría de las competiciones (o partidos) confié en que lo hare bien.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Cuando lo hago mal, suelo perder la concentración.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.No se necesita mucho para que se debilite mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11.Me importa más mi propio rendimiento que el rendimiento del equipo (más lo que tengo que hacer yo que lo que tiene que hacer el equipo).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12.A menudo estoy “muerto(a) de miedo” en los momentos anteriores al comienzo de mi participación en una competición (o en un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13.Cuando cometo un error me cuesta olvidarlo para concentrarme rápidamente en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14.Cualquier pequeña lesión o un mal entrenamiento puede debilitar mi confianza en mí mismo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



15. Establezco metas (u objetivos) que debo alcanzar y normalmente las consigo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Algunas veces siento una intensa ansiedad mientras estoy participando en una prueba (o jugando un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Durante mi actuación en una competición (o en un partido) mi atención parece fluctuar una y otra vez entre lo que tengo que hacer y otras cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Me gusta trabajar con mis compañeros de equipo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Tengo frecuentes dudas respecto a mis posibilidades de hacerlo bien en una competición (o de un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Gasto mucha energía intentando estar tranquilo(a) antes de que comience una competición (o un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Cuando comienzo haciéndolo mal, mi confianza baja rápidamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Pienso que el espíritu d equipo es muy importante.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Cuando practico mentalmente lo que tengo que hacer me “veo” haciéndole como si estuviera viéndome desde mi persona en un monitor de televisión.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Generalmente, puedo seguir participando (jugando) con confianza, aunque se trate de una de mis peores actuaciones.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. Cuando me preparo para participar en una prueba (o para jugar un partido), intento imaginarme, intento imaginarme, desde mi propia perspectiva, lo que veré, hare o notare cuando la situación sea real.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26. Mi confianza en mí mismo(a) es muy inestable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27. Cuando mi equipo pierde me encuentro mal con independencia de mi rendimiento individual.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28. Cuando cometo un error en una competición (o en un partido) me pongo muy ansioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29. En este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30. Soy eficaz controlando mi tensión.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31. Mi deporte es toda mi vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32. Tengo fe en mí mismo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33. Suelo encontrarme motivado(a) por superarme día a día.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34. A menudo pierdo la concentración durante la competición (o durante los partidos) como consecuencia de las decisiones de loa árbitros o jueces me considero desacertadas y van en contra mía o de mi equipo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Cuando cometo un error durante una competición (o durante un partido) suele preocuparme lo que piensen otras personas como el entrenador, los compañeros de equipo o alguien que este entre los espectadores.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. El día anterior a una competición (o un partido) me encuentro habitualmente demasiado nervioso(a) o preocupado(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Suelo marcarme objetivos cuya consecución depende de mí al 100% en lugar de objetivos que no dependen solo de mí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



38. Creo que la aportación específica de todos los miembros de un equipo es sumamente importante para la obtención del éxito del equipo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. No merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. En las competiciones (o en los partidos) suelo animarte con palabras, pensamientos o imágenes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41. A menudo pierdo la concentración durante una competición (o un partido) por preocuparme o ponerme a pensar en el resultado final.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
42. Suelo aceptar bien las críticas e intento aprender de ellas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
43. Me concentro con facilidad en aquello que es lo más importante en cada momento de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
44. Me cuesta aceptar que se destaque más la labor de otros miembros del equipo que la mía.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
45. Cuando finaliza una competición (o un partido) analizo mi rendimiento de forma objetiva y específica (es decir, considerando hechos reales y cada apartado de la competición o el partido por separado).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
46. A menudo pierdo la concentración en la competición (o el partido) a consecuencia de la actuación o los comentarios poco deportivos de los adversarios.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
47. Me preocupan mucho las decisiones que respecto a mí pueda tomar el entrenador durante una competición (o un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
48. No ensayo mentalmente, como parte de mi plan de entrenamiento, situación que debo corregir o mejorar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
49. Durante los entrenamientos suelo estar muy concentrado(a) en lo que tengo que hacer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
50. Suelo establecer objetivos prioritarios antes de cada sesión de entrenamiento y de cada competición (o partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
51. Mi confianza en la competición (o en el partido) depende en gran medida de los éxitos o fracasos en las competiciones (o partidos) anteriores.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
52. Mi motivación depende en gran medida del reconocimiento que obtengo de los demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
53. Las instrucciones, comentarios y gestos del entrenador suelen interferir negativamente en mi concentración durante la competición (o el partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
54. Suelo confiar en mí mismo(a) aun en los momentos más difíciles de una competición (o de un partido).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
55. Estoy dispuesto(a) a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Anexo 3. Resultado de la dimensión control de estrés

N°	Ítems																									Resultados de dimensión control de estrés	Valor
	1	3	6	8	10	12	13	14	17	19	20	21	24	26	30	32	36	41	43	54							
1	1	3	5	2	5	4	3	5	1	3	5	2	3	5	5	4	5	2	1	4						68.00	4.00
2	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	3	3	5	5	4	5	2	1	4						73.00	4.00
3	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	5						84.00	5.00
4	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	5	3	5	4	2	4	5	4	3						72.00	4.00
5	2	1	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	1	4	3	3	4	3	2	3						58.00	3.00
6	1	3	1	2	5	4	3	5	1	3	5	2	3	5	5	4	5	2	1	4						64.00	4.00
7	2	5	4	1	4	3	5	4	2	5	4	3	3	5	5	4	5	2	1	4						71.00	4.00
8	2	2	2	4	1	4	3	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2						39.00	2.00
9	2	2	5	4	1	3	4	3	2	3	1	4	1	4	3	3	4	3	2	3						57.00	3.00
10	1	2	3	5	1	2	4	5	4	3	2	1	2	4	5	4	3	2	1	5						59.00	3.00
11	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	1	3	3	2	2	1	4	5						56.00	3.00
12	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	3	5	4	2	5	4	3	5						76.00	4.00
13	4	5	2	3	5	2	5	4	4	5	2	3	2	5	4	4	5	2	3	3						72.00	4.00
14	1	4	1	5	5	4	5	2	1	4	3	5	4	5	2	2	4	3	5	4						69.00	4.00
15	2	2	2	4	1	4	3	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2						39.00	2.00
16	1	2	1	2	3	5	4	5	4	3	1	1	2	4	5	4	3	2	1	4						57.00	3.00
17	1	3	5	2	5	4	3	5	1	3	5	1	3	5	5	4	5	2	1	4						67.00	4.00
18	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	1	3	3	5	5	4	5	2	1	4						70.00	4.00
19	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	5						84.00	5.00
20	2	5	4	3	4	3	1	4	2	5	4	3	3	5	4	2	5	1	3	5						68.00	4.00
21	4	5	2	3	5	2	5	4	4	5	2	3	2	5	4	4	5	1	3	1						69.00	4.00
22	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	4	1	4						39.00	2.00
23	2	3	1	4	3	3	4	3	2	3	1	4	3	4	3	2	3	1	4	2						55.00	3.00
24	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	5						84.00	5.00
25	2	3	1	4	3	3	4	3	2	3	1	4	5	5	3	2	3	1	4	1						57.00	3.00



26	1	2	3	5	4	5	4	5	4	4	5	2	1	2	1	2	1	5	4	3	2	1	4	3	2	1	4	61.00	4.00	
27	4	5	2	3	5	5	4	5	4	2	5	2	3	2	3	2	5	4	4	4	5	1	3	1	4	5	1	3	70.00	4.00
28	1	4	3	5	5	4	5	4	5	2	1	1	3	5	4	4	5	2	1	4	3	5	5	4	3	1	4	68.00	4.00	
29	2	3	1	4	3	3	4	3	2	3	2	3	1	4	3	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	49.00	3.00	
30	1	3	5	2	5	4	3	5	1	3	5	1	3	5	2	3	5	5	4	5	2	2	1	1	4	5	2	65.00	4.00	
31	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	2	5	4	3	3	5	5	4	5	2	2	1	4	5	2	1	73.00	4.00	
32	2	2	2	4	1	4	3	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	39.00	2.00	
33	4	5	2	1	5	2	5	4	4	5	2	4	5	2	3	2	5	4	4	5	2	2	1	1	4	5	2	66.00	4.00	
34	1	5	3	5	5	4	5	2	1	4	2	1	4	3	5	4	5	2	1	1	1	1	5	4	1	1	5	66.00	4.00	
35	2	3	1	4	1	1	4	5	1	1	5	1	1	1	5	1	5	5	5	3	1	4	3	1	4	3	1	56.00	3.00	
36	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	84.00	5.00	
37	4	5	2	3	5	5	5	4	4	4	4	5	2	3	2	5	4	4	4	5	2	5	3	5	2	3	5	77.00	4.00	
38	1	1	3	5	5	4	5	2	1	4	5	2	1	4	3	5	4	2	1	4	3	1	4	3	5	2	1	68.00	4.00	
39	2	1	1	5	3	3	4	3	2	3	2	3	1	4	3	4	3	2	3	2	3	1	4	3	1	4	3	55.00	3.00	
40	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	2	5	4	3	5	4	2	2	5	4	2	5	4	3	5	3	75.00	4.00	
41	2	2	2	4	1	4	3	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	39.00	2.00	
42	1	3	5	2	5	4	1	5	1	3	5	1	3	5	1	1	5	1	1	5	2	2	1	4	2	1	4	56.00	3.00	
43	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	5	5	4	5	5	84.00	5.00	
44	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	1	4	3	1	4	5	2	1	4	3	1	4	3	5	5	5	67.00	4.00	
45	2	3	1	4	3	3	4	3	2	3	2	3	1	4	3	4	3	2	3	2	3	1	4	3	1	4	3	56.00	3.00	
46	1	4	3	5	5	1	1	2	1	4	3	5	5	5	4	5	5	4	5	2	1	5	2	1	4	3	4	64.00	4.00	
47	2	3	1	4	3	3	4	3	2	3	1	4	3	1	4	4	3	3	4	3	2	3	1	4	2	3	1	56.00	3.00	
48	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	1	4	4	1	4	39.00	2.00	
49	4	5	2	3	5	2	5	4	4	5	2	3	3	5	2	3	5	2	5	4	4	4	5	2	4	4	5	74.00	4.00	
50	3	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	2	2	2	4	5	4	5	4	5	4	5	5	84.00	5.00	
51	2	5	1	1	1	3	5	4	2	5	4	2	5	4	3	3	5	5	4	5	1	1	4	1	4	5	1	64.00	4.00	
52	1	2	1	5	4	2	4	5	4	3	2	1	5	4	2	1	5	4	4	1	4	1	4	3	2	4	3	59.00	3.00	
53	2	2	2	4	1	4	3	1	1	1	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	39.00	2.00	
54	1	3	5	2	5	4	3	5	1	3	5	1	3	5	2	3	1	5	4	5	2	4	5	2	1	4	4	64.00	4.00	



55	2	5	4	3	4	3	3	5	4	2	5	4	1	3	5	5	4	5	2	1	4	71.00	4	1	4	4.00
56	1	4	3	5	5	4	4	5	2	1	4	1	5	5	5	4	5	2	1	4	3	69.00	3	4	3	4.00
57	2	3	1	4	3	3	4	4	3	2	1	1	4	4	3	3	4	3	2	3	1	54.00	1	3	1	3.00
58	1	2	1	5	4	2	4	4	5	4	1	2	1	5	4	2	4	5	4	3	2	61.00	2	3	2	4.00
59	3	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	2	2	4	5	4	5	5	84.00	5	4	5	5.00
60	1	3	5	2	5	4	3	5	5	1	3	5	2	3	5	5	4	5	2	1	4	68.00	4	1	4	4.00
61	2	2	2	4	1	4	3	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	39.00	2	2	2	2.00
62	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	5	4	3	3	4	3	5	4	2	5	4	74.00	4	5	4	4.00
63	2	1	1	4	3	3	4	4	3	2	3	1	4	4	3	3	4	3	2	3	1	54.00	1	3	1	3.00
64	1	4	5	2	5	1	3	5	1	3	5	5	1	3	5	5	2	2	2	1	4	60.00	4	1	4	3.00



Anexo 4. Resultado de la dimensión habilidad mental

N°	Ítems									Resultados de dimensión Habilidad mental	Valor
	2	7	23	25	37	40	45	48	50		
1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	16	2
2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
3	2	3	2	3	5	4	2	3	5	29	4
4	2	5	4	3	2	5	4	3	5	33	4
5	2	3	3	1	2	2	3	2	2	20	3
6	5	5	5	5	5	5	5	2	5	42	5
7	2	3	4	2	3	5	4	3	3	29	4
8	5	5	5	5	5	5	4	5	4	43	5
9	1	2	2	3	1	2	2	3	2	18	2
10	5	5	5	5	5	5	5	5	2	42	5
11	2	3	5	4	2	3	5	4	4	32	4
12	4	3	2	5	4	3	5	2	1	29	4
13	3	1	2	2	3	2	2	2	2	19	3
14	5	5	5	5	5	2	5	5	2	39	5
15	4	2	3	5	4	3	3	3	4	31	4
16	2	5	4	3	2	5	4	3	1	29	4
17	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
18	2	3	5	4	2	3	5	5	4	33	4
19	4	3	2	5	4	3	5	2	1	29	4
20	3	1	2	2	3	2	2	2	2	19	3
21	5	5	5	5	5	2	5	5	2	39	5
22	4	2	3	5	4	3	3	3	4	31	4
23	2	5	4	3	2	5	4	3	1	29	4
24	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
25	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
26	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
27	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
28	1	2	1	2	2	3	1	2	2	16	2
29	4	3	2	5	4	3	5	2	1	29	4
30	3	1	2	2	3	2	2	2	2	19	3
31	5	5	5	5	5	2	5	5	2	39	5
32	4	2	3	5	4	3	3	3	4	31	4
33	2	5	4	3	2	5	4	3	1	29	4
34	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
35	5	5	5	5	5	5	4	5	4	43	5
36	1	2	2	3	1	2	2	3	2	18	2
37	5	5	5	5	5	5	5	5	2	42	5
38	2	3	5	4	2	3	5	4	4	32	4
39	2	5	4	3	2	5	4	3	1	29	4
40	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
41	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5



42	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
43	1	2	2	3	1	2	2	2	2	17	2
44	5	5	5	5	5	5	5	5	2	42	5
45	2	3	5	4	2	3	5	5	4	33	4
46	4	3	2	5	4	3	5	2	1	29	4
47	3	1	2	2	3	2	2	2	2	19	3
48	5	5	5	5	5	2	5	5	2	39	5
49	4	2	3	5	4	3	3	3	4	31	4
50	2	5	4	3	2	5	4	3	1	29	4
51	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
52	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
53	2	3	1	2	2	3	1	2	2	18	2
54	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
55	1	2	1	2	2	3	1	2	2	16	2
56	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45	5
57	2	3	2	3	5	4	2	3	5	29	4
58	2	5	4	3	2	5	4	3	5	33	4
59	2	3	3	1	2	2	3	2	2	20	3
60	5	5	5	5	5	5	5	2	5	42	5
61	2	3	4	2	3	5	4	3	3	29	4
62	5	5	5	5	5	5	4	5	4	43	5
63	1	2	2	3	1	2	2	3	2	18	2
64	5	5	5	5	5	5	5	5	2	42	5



Anexo 5. Resultado de la dimensión influencia de la evaluación del rendimiento

N°	Ítems												Resultados de dimensión Influencia en la evaluación del	Valor
	9	16	28	34	35	42	44	46	47	51	52	53		
1	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	1	23.00	2
2	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	5	42.00	4
3	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	37.00	4
4	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
5	4	5	2	3	5	2	5	4	4	5	2	3	44.00	4
6	5	5	5	5	2	5	3	5	3	5	3	4	50.00	5
7	2	2	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	36.00	3
8	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
9	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	35.00	3
10	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	1	23.00	2
11	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	4	41.00	4
12	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	1	34.00	3
13	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	2	43.00	4
14	3	5	2	5	4	4	3	4	3	5	4	2	44.00	4
15	5	5	4	5	2	1	3	5	2	5	4	3	44.00	4
16	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
17	3	4	3	5	4	2	4	3	3	4	3	3	41.00	4
18	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	37.00	4
19	2	5	4	3	4	3	4	5	4	3	2	1	40.00	4
20	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	1	23.00	2
21	1	2	3	5	5	4	5	2	1	4	3	5	40.00	4
22	2	2	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	36.00	3
23	1	2	3	5	4	2	4	5	4	3	2	1	36.00	3
24	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	35.00	3
25	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	45.00	4
26	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
27	1	2	3	5	4	2	4	5	4	3	2	1	36.00	3
28	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	35.00	3
29	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	45.00	4
30	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	1	23.00	2
31	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	1	34.00	3
32	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	2	43.00	4
33	2	2	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	36.00	3
34	1	2	3	5	4	2	4	5	4	3	2	1	36.00	3
35	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	35.00	3
36	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	45.00	4
37	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
38	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	1	34.00	3
39	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	50.00	5
40	1	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	1	23.00	2
41	5	5	4	5	2	1	3	5	2	5	4	3	44.00	4



42	4	3	3	4	3	2	5	5	4	5	2	5	45.00	4
43	3	4	3	5	4	2	4	3	3	4	3	3	41.00	4
44	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	37.00	4
45	2	5	4	3	4	3	4	5	4	3	2	1	40.00	4
46	4	5	2	3	5	2	4	3	1	3	1	5	38.00	4
47	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
48	2	2	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	36.00	3
49	1	2	3	5	4	2	4	5	4	3	2	1	36.00	3
50	2	3	2	2	3	1	2	1	2	1	1	3	23.00	2
51	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	45.00	4
52	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	50.00	5
53	1	2	3	5	4	2	4	5	4	3	2	1	36.00	3
54	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	5	42.00	4
55	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	4	37.00	4
56	2	5	4	3	4	3	5	4	2	5	4	3	44.00	4
57	4	5	2	3	5	2	5	4	4	5	2	3	44.00	4
58	1	2	3	5	5	4	5	2	1	4	3	5	40.00	4
59	5	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	5	51.00	5
60	5	5	5	5	2	5	3	5	3	5	3	4	50.00	5
61	2	3	1	4	3	5	4	3	1	3	1	5	35.00	3
62	2	5	4	3	5	3	5	4	2	5	4	3	45.00	4
63	1	4	3	5	5	4	5	2	1	4	3	4	41.00	4
64	2	3	5	4	3	3	4	3	2	3	1	1	34.00	3



Anexo 6. Resultado de la dimensión motivación

N°	Ítems								Resultados de dimensión Motivación	Valor
	4	15	29	31	33	39	49	55		
1	1	2	2	3	1	2	2	2	15.00	2.00
2	5	5	5	5	5	5	5	5	40.00	5.00
3	2	3	5	4	2	3	5	5	29.00	4.00
4	2	5	4	3	2	5	4	4	29.00	4.00
5	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
6	1	2	3	5	5	4	5	3	28.00	4.00
7	2	3	1	2	2	3	4	1	18.00	3.00
8	5	5	5	5	5	5	4	5	39.00	5.00
9	5	4	2	3	5	4	4	2	29.00	4.00
10	4	3	2	5	4	3	5	2	28.00	4.00
11	3	1	2	2	3	2	2	2	17.00	3.00
12	5	5	5	5	5	2	5	5	37.00	5.00
13	4	2	3	5	4	3	3	3	27.00	4.00
14	3	2	5	4	3	4	3	5	29.00	4.00
15	3	4	5	2	3	5	2	5	29.00	4.00
16	1	2	2	4	3	2	5	5	24.00	3.00
17	5	5	5	5	4	2	4	3	33.00	5.00
18	1	2	2	3	1	2	2	2	15.00	2.00
19	5	5	5	5	5	5	5	5	40.00	5.00
20	2	3	5	4	2	3	5	5	29.00	4.00
21	4	3	2	5	4	3	5	2	28.00	4.00
22	3	1	2	2	3	2	2	2	17.00	3.00
23	5	5	5	5	5	2	5	5	37.00	5.00
24	4	2	3	5	4	3	3	3	27.00	4.00
25	3	2	5	4	3	4	3	5	29.00	4.00
26	3	4	5	2	3	5	2	5	29.00	4.00
27	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
28	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
29	1	2	3	5	5	4	5	3	28.00	4.00
30	4	2	3	5	4	3	3	3	27.00	4.00
31	3	2	5	4	3	4	3	5	29.00	4.00
32	3	4	5	2	3	5	2	5	29.00	4.00
33	1	2	2	4	3	2	5	5	24.00	3.00
34	5	5	5	5	4	2	4	3	33.00	5.00
35	1	2	2	3	1	2	2	2	15.00	2.00
36	5	5	5	5	5	5	5	5	40.00	5.00
37	2	3	5	4	2	3	5	5	29.00	4.00
38	2	5	4	3	2	5	4	4	29.00	4.00
39	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
40	1	2	3	5	5	4	5	3	28.00	4.00
41	2	3	1	2	2	3	4	1	18.00	3.00



42	5	5	5	5	5	5	4	5	39.00	5.00
43	5	4	2	3	5	4	4	2	29.00	4.00
44	4	3	2	5	4	3	5	2	28.00	4.00
45	3	1	2	2	3	2	2	2	17.00	3.00
46	5	5	5	5	5	2	5	5	37.00	5.00
47	4	2	3	5	4	3	3	3	27.00	4.00
48	3	2	5	4	3	4	3	5	29.00	4.00
49	3	4	5	2	3	5	2	5	29.00	4.00
50	1	2	2	4	3	2	5	5	24.00	3.00
51	2	5	4	3	2	5	4	4	29.00	4.00
52	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
53	1	2	3	5	5	4	5	3	28.00	4.00
54	2	3	1	2	2	3	4	1	18.00	3.00
55	5	5	5	5	5	5	4	5	39.00	5.00
56	5	4	2	3	5	4	4	2	29.00	4.00
57	4	3	2	5	4	3	5	2	28.00	4.00
58	3	1	2	2	3	2	2	2	17.00	3.00
59	5	5	5	5	5	2	5	5	37.00	5.00
60	4	2	3	5	4	3	3	3	27.00	4.00
61	3	2	5	4	3	4	3	5	29.00	4.00
62	3	4	5	2	3	5	2	5	29.00	4.00
63	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00
64	4	5	2	3	4	5	2	2	27.00	4.00



Anexo 7. Resultado de la dimensión cohesión de equipo

Nº	5	11	18	22	27	38	Resultados de dimensión Cohesión de equipo	Valor
1	4	3	5	1	3	5	21	4
2	3	5	4	2	5	4	23	4
3	4	5	4	4	5	5	27	5
4	4	5	2	1	4	3	19	4
5	3	4	3	2	3	1	16	3
6	4	3	5	1	3	5	21	4
7	3	5	4	2	5	4	23	4
8	4	3	1	1	1	2	12	2
9	3	4	3	2	3	1	16	3
10	2	4	5	4	3	2	20	4
11	5	4	3	1	3	1	17	3
12	3	5	4	2	5	4	23	4
13	2	5	4	4	5	2	22	4
14	4	5	2	1	4	3	19	4
15	4	3	1	1	1	2	12	2
16	5	4	5	4	3	1	22	4
17	4	3	5	1	3	5	21	4
18	3	5	4	2	5	1	20	4
19	4	5	4	4	5	5	27	5
20	3	1	4	2	5	4	19	4
21	2	5	4	4	5	2	22	4
22	3	1	1	1	2	3	11	2
23	3	4	3	2	3	1	16	3
24	4	5	4	4	5	5	27	5
25	3	4	3	2	3	1	16	3
26	5	4	5	4	3	2	23	4
27	5	5	4	2	5	2	23	4
28	4	5	2	1	1	3	16	3
29	3	4	3	2	3	1	16	3
30	4	3	5	1	3	5	21	4
31	3	5	4	2	5	4	23	4
32	4	3	1	1	1	2	12	2
33	2	5	4	4	5	2	22	4
34	4	5	2	1	4	3	19	4
35	1	4	5	1	1	1	13	3
36	4	5	4	4	5	5	27	5
37	5	5	4	4	5	2	25	5
38	4	5	2	1	4	3	19	4
39	3	4	3	2	3	1	16	3
40	3	5	4	2	5	4	23	4
41	4	3	1	1	1	2	12	2
42	4	1	5	1	3	5	19	4

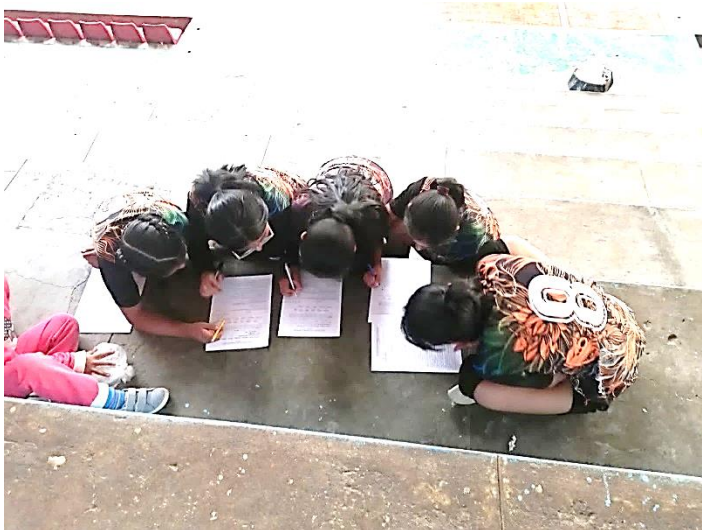


43	4	5	4	4	5	5	27	5
44	4	5	2	1	4	3	19	4
45	3	4	3	2	3	1	16	3
46	1	1	2	1	4	3	12	2
47	3	4	3	2	3	1	16	3
48	3	1	1	1	2	3	11	2
49	2	5	4	4	5	2	22	4
50	4	5	4	4	5	5	27	5
51	3	5	4	2	5	4	23	4
52	2	4	5	4	3	2	20	4
53	4	3	1	1	1	2	12	2
54	4	3	5	1	3	5	21	4
55	3	5	4	2	5	4	23	4
56	4	5	2	1	4	1	17	3
57	3	4	3	2	1	1	14	3
58	2	4	5	4	1	2	18	3
59	4	5	4	4	5	5	27	5
60	4	3	5	1	3	5	21	4
61	4	3	1	1	1	2	12	2
62	3	5	4	2	5	4	23	4
63	3	4	3	2	3	1	16	3
64	1	3	5	1	3	5	18	3

Anexo 8. Evidencias del estudio



Deportistas de la liga distrital de voleibol respondiendo cuestionario de características Psicológicas relacionadas con el rendimiento Deportivo (C.P.R.D.)



Deportistas de la liga distrital de voleibol respondiendo cuestionario de características Psicológicas relacionadas con el rendimiento Deportivo (C.P.R.D.)

Deportistas de la liga distrital de voleibol respondiendo cuestionario de características Psicológicas relacionadas con el rendimiento Deportivo (C.P.R.D.)



Deportistas de la liga distrital de voleibol respondiendo cuestionario de características Psicológicas relacionadas con el rendimiento Deportivo (C.P.R.D.)



Anexo 9. Formato del consentimiento informado.



Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por la estudiante Cinthia Milagros Cruz Ccorimayo perteneciente a la Escuela Profesional de Educación Física, de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano. El propósito del estudio será: determinar los niveles de Las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la asociación liga distrital de Puno.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de un cuestionario para completar una encuesta. Esto tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria, porque la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por la estudiante Cinthia Milagros Cruz Ccorimayo de Escuela Profesional de Educación Física, de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano. He sido informado (a) del propósito de la investigación que será el de determinar los niveles de Las características psicológicas en las deportistas de voleibol femenino de la categoría mayores de la asociación liga distrital de Puno.

Me han indicado también que tendré que responder de un test para completar una encuesta, lo cual tomará aproximadamente 15 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar al celular: 980 577 783 y/o al email: cicruz@est.unap.edu.pe.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a al celular o correo electrónico anteriormente mencionado.

Nombre del Participante

Firma del Participante

Fecha



Anexo 10. Autorización para el depósito de tesis o trabajo de investigación en el repositorio institucional.



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Cintia Milagros Cruz Ccorimayo,
identificado con DNI 73677924 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

Educación Física
informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

“ Las Características Psicológicas en las deportistas de Voleibol Femenino de la categoría Mayores de la Asociación Liga Distrital de Puno ”

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los “Contenidos”) que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 10 de Octubre del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella



Anexo 11. Declaración jurada de autenticidad de tesis.



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo Cintia Milagros CRUZ Ccorimayo,
identificado con DNI 73647924 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
Educación Física

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

“ Las características psicológicas en las deportistas de
Voleibol Femenino de la categoría Mayores de la Asociación
Liga Distrital de Puno. ”

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 10 de octubre del 2023

FIRMA (obligatoria)



Huella