



Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá.

Helesyurdey Parias Quiceno

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

Mayo de 2022

Análisis de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en deportistas de una Universidad privada del Valle de Aburrá.

Helesyurdey Parias Quiceno

Trabajo de Grado Presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor(a)

Gustavo Alberto Carmona Ríos

Psicólogo

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)

Programa Psicología

Mayo de 2022

Dedicatoria

El proceso educativo te cambia la vida, te enseña cosas que el dinero jamás podrá comprar, el conocimiento es magia y a través de él podemos transformar vivencias y experiencias, por eso hoy dedico esta investigación a todos los jóvenes estudiantes y trabajadores que día a día luchan por cumplir sus sueños, a los que no se rinden, a los que saben que dejar de estudiar no es una opción, a todos esos estudiantes como yo que se han demorado un poco más de lo normal pero que van a hacer sus sueños realidad y que van a ser, y a construir, ese cambio que en nuestro país necesitamos.

Agradecimientos

Primeramente, agradecer a Dios por la vida y mis padres ya que sin ellos no estaría acá, fueron ellos los que siempre me impulsaron a hacer mis sueños realidad, me educaron y me enseñaron a no rendirme y me dijeron que los sueños si se hacen realidad.

Agradezco a la universidad por formarme como Psicóloga, por dame tanto conocimiento y tantas experiencias, al equipo de Futsala femenino por apoyarnos en el proceso deportivo.

También agradezco a Mariam Abissad Janna Psicóloga U de A por compartir su investigación Estandarización de cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento deportivo.

Y por último, pero no menos importante, agradezco a mi asesor Gustavo Carmona Ríos por acompañarme en este proceso, por ser mi guía, mi maestro, por confiar en mí y apoyarme en esta gran aventura.

Contenido

Lista de tablas	5
Lisata de anexos.....	6
Resumen.....	7
Abstract.....	8
Introducción.....	9
Planteamiento del problema	¡Error! Marcador no definido. 10
Antecedentes	15
4. Objetivos.....	20
4.1 General.....	20
4.2 Específico.....	21
5.Marco teórico.....	22
5.1 Deporte.....	22
5.2 Rendimiento deportivo.....	24
5.3 Control de éstress.....	25
5.6 Habilidad mental.....	27
5.7 Cohesión de equipo.....	28
6.1 Metodología	29
6.1 Población y muestras.....	30
6.2 Intrumento de medición	30
6.3 Criterios de inclusión.....	31

6.4 Criterios de exclusión.....	31
6.5 Variables de estudio.....	31
6.6 Operacionalización de la variables.....	31
7 consideraciones éticas.....	32
8 Resultados.....	35
9. Analisis y discusión.....	53
9. Conclusiones.....	60
10 Referencias.....	63
Anexos.....	65

Lista de tablas

Tabla 1 Puntuación promedio por factores psicológicos.....	34
Tabla 2 Control de estrés general.....	35
Tabla 3 Influencia de la evaluación del rendimiento general.....	35
Tabla 4 Motivación general.....	36
Tabla 5 Habilidad mental general.....	36
Tabla 6 Cohesión de equipo general.....	37
Tabla 7 Control de estrés Futsala Femenino.....	38
Tabla 8 Influencia de la evaluación del rendimiento Futsala Femenino.....	38
Tabla 9 Motivación Futsala Femenino.....	39
Tabla 10 Habilidad mental Futsala Femenino.....	39
Tabla 11 Cohesión de equipo Futsala Femenino.....	40
Tabla 12 Control de estrés Futsala Masculino.....	40
Tabla 13 Influencia en la evaluación del rendimiento Futsala Masculino.....	41
Tabla 14 Motivación Futsala Masculino.....	41
Tabla 15 Habilidad mental Futsala Masculino.....	42
Tabla 16 Cohesión de equipo Futsala Masculino.....	42
Tabla 17 Cohesión de equipo Voleibol Masculino.....	43
Tabla 18 Influencia de la evaluación del rendimiento Voleibol Masculino.....	43
Tabla 19 Motivación Voleibol Masculino.....	44
Tabla 20 Habilidad mental Voleibol Masculino.....	44

Tabla 21 Cohesión de equipo Voleibol Masculino.....	45
Tabla 22 Control de estrés Voleibol Femenino.....	45
Tabla 23 Influencia de la evaluación del rendimiento Voleibol Femenino.....	46
Tabla 24 Motivación Voleibol Femenino.....	46
Tabla 25 Habilidad mental Voleibol Femenino.....	47
Tabla 26 Cohesión de equipo Voleibol Femenino.....	47
Tabla 27 Control de estrés Mujeres.....	48
Tabla 28 Influencia de la evaluación del rendimiento Mujeres.....	48
Tabla 29 Motivación Mujeres.....	49
Tabla 30 Habilidad mental Mujeres.....	49
Tabla 31 Cohesión de equipo Mujeres.....	50
Tabla 32 Control de estrés Hombres.....	50
Tabla 33 Influencia de la evaluación del rendimiento Hombres.....	51
Tabla 34 Motivación Hombres.....	51
Tabla 35 Habilidad mental Hombres.....	52
Tabla 36 Cohesión de equipo Hombres.....	52

Lista de anexos

Consentimiento informado.....	64
-------------------------------	----

Resumen

En esta investigación se presenta el análisis de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, la cual se desarrolló con una muestra de 50 deportistas de deportes de conjunto más específicamente Futsala y voleibol de una universidad privada del Valle de Aburrá, Antioquia, Colombia, en el año 2022. El estudio es de enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo y diseño No experimental, transeccional-descriptivo. Las variables de estudio se midieron con el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), estandarizado para Colombia en 2018 por Mariam Abissad Janna y Estefanía Orozco Giraldo, quienes en su estandarización incluyeron factores sociodemográficos a la prueba como sexo, edad, deporte y tiempo de práctica, adicional a los factores que evalúa la prueba que son, control de estrés, influencia a la evaluación, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

De acuerdo a los resultados se encontraron diferentes datos a nivel general, por deporte y por sexo, donde las diferencias más significativas se evidencian en los factores de Influencia a la evaluación y Motivación. Con respecto al sexo, los hombres tuvieron puntuaciones menores a las mujeres en los dos aspectos mencionados. A nivel general se evidencia que todas las disciplinas deportivas representadas puntúan, en su mayoría, en rangos superiores a la media. Y a nivel de cada deporte por separado se evidencia que el equipo de voleibol masculino tuvo los puntajes más altos en Control de estrés, Influencia de la evaluación y Motivación y el equipo de voleibol femenino tuvo los puntajes más altos en Habilidad mental y Cohesión de equipo.

Palabras clave: Control de estrés, influencia de la evaluación, motivación, habilidad mental, cohesión de equipo, rendimiento deportivo, psicología deportiva.

Abstract

This research presents the analysis of the psychological characteristics related to sports performance, which was developed with a sample of 50 team sports athletes, more specifically Futsala and volleyball, from a private university in Valle de Aburrá, Antioquia, Colombia, in the year 2022. The study has a quantitative approach, a descriptive scope and a non-experimental, cross-sectional-descriptive design. The study variables were measured with the Questionnaire of Psychological Characteristics Related to Sports Performance (CPRD), standardized for Colombia in 2018 by Mariam Abissad Janna and Estefanía Orozco Giraldo, who in their standardization included sociodemographic factors to the test such as sex, age, sport and practice time, in addition to the factors that the test evaluates, which are stress control, influence on the evaluation, motivation, mental ability and team cohesion.

According to the results, different data were found at a general level, by sport and by sex, where the most significant differences are evident in the factors of Influence on evaluation and Motivation. Regarding gender, men had lower scores than women in the two aspects mentioned. At a general level, it is evident that all the represented sports disciplines score, for the most part, in ranges above the average. And at the level of each sport separately, it is evident that the men's volleyball team had the highest scores in Stress Control, Evaluation Influence and Motivation and the women's volleyball team had the highest scores in Mental Ability and Team Cohesion.

Keywords: stress control, evaluation influence, motivation, mental ability, team cohesion, sports performance, sports psychology

Introducción

Según la Asociación de Psicólogos Americanos, se define la Psicología del Deporte como; “El estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física”.

En la actualidad la psicología deportiva ha ido cogiendo más fuerza y se ha ido utilizando mucho más en los diferentes procesos deportivos, es por esta razón que surge la idea de esta investigación realizada en una universidad privada del Valle de Aburrá, la cual cuenta con diferentes deportistas tanto en deportes individuales como en deportes de conjunto, en este caso la idea investigativa nace a raíz de las estadísticas de los últimos campeonatos de deportes de conjunto en los que ha participado dicha universidad y en los cuales no ha obtenido grandes logros, por esta razón por medio de la investigación buscamos analizar los factores psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo mediante el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD), este cuestionario evalúa cinco características o aspectos relacionados con el rendimiento deportivo los cuales son: Control de estrés, Influencia de la evaluación, Motivación, Habilidad mental y Cohesión de equipo.

Teniendo en cuenta que este cuestionario nace en España se hace una búsqueda investigativa para conocer si hay aplicación de éste en nuestro país y se evidencia que en el año 2018 Mariam Abissad Janna y Estefanía Orozco Giraldo estudiantes de Psicología de la U de A realizaron la estandarización de este cuestionario en Colombia, lo que permite tener mayor seguridad a la hora de la aplicación de la prueba. La presente investigación se realizó con una muestra de 50 estudiantes universitarios pertenecientes a los equipos de Futsala masculino y femenino y voleibol masculino y femenino de una universidad privada del Valle de Aburrá, donde la idea principal de la investigación es poder conocer cómo se presentan las características psicológicas en los deportistas evaluados, cuáles son las características con mayor presencia y cuáles con menor, cómo se presentan en cada modalidad deportiva representada en la muestra y de acuerdo al sexo del deportista.

1 Planteamiento del problema

Teniendo en cuenta el Artículo 1 de la ley 181 de 1995 todo ciudadano colombiano, tiene derecho “al patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, como método de aprovechamiento del tiempo libre, promoviendo la sana competencia y el respeto por las normas”, según el (Ministerio de deportes, 2021)

“el deporte contribuye al desarrollo, la salud y la convivencia de los ciudadanos mediante la recreación, el deporte formativo, social, comunitario, educativo y la actividad física en sus diversas modalidades y expresiones, asegurando el acceso de la población para su práctica y disfrute”;

De esta manera se ha ido evidenciando la importancia que tiene el deporte en el bienestar físico y a la vez mental de los individuos. El deporte, además de ser una actividad física, es uno de los medios a partir del cual el ser humano logra descargarse de tensiones y situaciones que le pueden generar episodios de estrés. A partir de esto, se considera que el deporte es fuente de salud mental, ya que permite manejar síntomas relacionados con la ansiedad y con emociones de bajo tono, logrando en el deportista un mayor desempeño, motivación, autoconcepto, desarrollo de su potencial y rendimiento deportivo.

Según Pérez y Estrada (2014),

la psicología del deporte es un área relativamente joven, cuyo objeto de estudio lo constituyen las particularidades psicológicas de la actividad deportiva y del deportista esta disciplina de la psicología se comenzó a desarrollar desde el año 1879 pasando por diferentes fases hasta llegar a su reconocimiento oficial que inició desde el año 1986 hasta la actualidad.

En la cual se ha logrado evidenciar la importancia que tiene la psicología en el deporte, ya que, por medio de esta se ha logrado estudiar la influencia del mundo afectivo y emocional en diferentes

dimensiones del deporte. Siendo estos aspectos importantes para trabajar en el rendimiento deportivo, estos factores son relevantes para que el deportista o los deportistas puedan lograr las metas y objetivos establecidos en las diferentes competencias.

Según Pardo (2010) el rendimiento deportivo “es la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas”, por eso es tan necesario que dicho aspecto se logre trabajar desde la psicología ya que por medio de esta se le permite a cada uno de los deportistas reconocer sus recursos y condiciones y así mismo generar metodologías que permitan incrementar esas habilidades y potenciarlas.

Cuando hablamos del rendimiento deportivo nos damos cuenta que hay varios factores que hacen parte del mismo, uno de los instrumentos psicológicos para evaluarlo es el Cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) en el cual se encuentran los siguientes aspectos a evaluar: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión en equipo.

También es importante resaltar a Vidaurreta (2001) quien plantea que, “El objetivo final del entrenamiento es la mejora de la prestación o rendimiento deportivo, por lo tanto, es necesario afrontar la tarea de definir el concepto de rendimiento deportivo”, siendo así, el rendimiento deportivo un tema fundamental en la vida del deportista y en el ejercicio de la psicología del deporte. Por lo que es necesario conocer sobre aquellos aspectos que le configuran y que según sus características le puede favorecer o afectar.

Debido al desconocimiento de los factores psicológicos y físicos asociados al rendimiento deportivo muchos de los deportistas no tienen la capacidad de afrontar las diferentes situaciones que atraviesan en el proceso formativo, antes, durante y después de las competencias, lo que genera un desgaste en la salud no solo física sino también mental.

Teniendo en cuenta lo anterior se indaga con el área de bienestar institucional de una universidad privada del Valle de Aburrá, donde se logró conocer el objetivo general del plan de calidad 2022 tanto de permanencia estudiantil como del área de deportes, al hablar del área de permanencia estudiantil, se establece como objetivo general: “Brindar a los estudiantes oportunidades de acceso y permanencia a la educación superior por medio de una estrategia integral de acompañamiento y atención para que puedan permanecer graduarse y vincularse laboralmente” (Permanencia estudiantil, 2022).

Asimismo, en diferentes universidades del país para estimular la permanencia del deportista se establecen ciertos beneficios económicos por el hecho de representar deportivamente la universidad, siendo esto una gran ayuda para que el paso por la universidad de los jóvenes sea mucho más ameno, tranquilo y que los estudiantes se motiven más por obtener no sólo reconocimientos académicos sino, también reconocimientos deportivos.

Según el reglamento estudiantil (2014) de dicha universidad del Valle de Aburrá en el artículo 108 se establece que, por el hecho de realizar actividades deportivas, culturales, artísticas, de pastoral o de servicio social se le podrá otorgar a los estudiantes la beca de espíritu, siendo así esto una motivación para que permanezcan en la institución y sostengan el promedio establecido para continuar disfrutando de dicha beca.

Por otra parte el objetivo del área de deportes plateado por permanencia estudiantil (2022), es “promocionar la práctica deportiva en una dimensión formativa, recreativa y representativa, enmarcada en una sana competencia, permitiendo el uso adecuado del tiempo libre” de esta manera, dicha universidad privada del Valle de Aburrá, comenzó a consolidar equipos deportivos de conjunto como (Futsal masculino, Futsal femenino, voleibol masculino y femenino) desde el año 2013 para competir en representación de la Universidad (Bienestar institucional, 2022).

Se ha evidenciado que en el transcurso de ese año (2013) y hasta la actualidad 2022, no se han logrado muchos reconocimientos deportivos en las diferentes competencias como: La copa norte, Juegos Regionales Ascun y Aciet, juegos Nacionales Ascun y Aciet, Juegos Regionales INDER, Juegos Nacionales de una universidad privada del Valle de Aburrá y el torneo Universitario de Envigado, en los cuales se han obtenido los siguientes reconocimientos: fútbol masculino (3), Futsal masculino (2), fútbol ocho femenino (1), Futsal femenino (1), voleibol femenino (3) y voleibol masculino (0).

Es importante resaltar que cada semestre todas los equipos deportivos de la universidad son inscritos en mínimo un torneo, es decir que, al año se están realizando un aproximado de dos competencias por deporte, siendo así a la fecha cada uno de los equipos deportivos de dicha universidad privada del Valle de Aburrá ha representado a la universidad en al menos 18 competencias de las cuales quienes han obtenido mayores reconocimientos (han estado en los 3 primeros lugares de los campeonatos) han sido Fútbol masculino y Voleibol Femenino; teniendo en cuenta esta información se puede hipotétizar que hay factores que están afectando el rendimiento de dichos deportistas dado que los resultados que se han obtenido son mínimos en cuanto a las competencias que se han desarrollado.

1.1 Formulación del problema

En relación con lo anterior, surge el interrogante: ¿Cómo se presentan los niveles de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá?

2 Justificación

Teniendo en cuenta que esta universidad privada del Valle de Aburrá, ha participado desde el año 2013 en diferentes competencias deportivas, es importante establecer cuáles son los factores que están afectando el rendimiento de los deportistas de dicha universidad y cómo generando un alza en el rendimiento de dichos deportista se pueden lograr más reconocimientos a nivel institucional y así mismo, que los objetivos propuestos por la institución a nivel deportivo con sus diferentes dependencias tengan un mayor reconocimiento no solo institucional si no a nivel regional y nacional, por eso es necesario establecer cuáles son esas causas y a su vez realizar un trabajo conjunto entre el psicólogo y los entrenadores logrando generar estrategias y metodologías que nos permitan realizar un aumento en el rendimiento deportivo y encontrar diferentes métodos para garantizar que los deportistas de esta universidad mejoren el rendimiento deportivo, ya que esto dará muestras del trabajo que los entrenadores están realizando en cada uno de los entrenamientos, partidos precompetitivos y competitivos por tal motivo es relevante que ese rendimiento sea alto, para demostrar que las estrategias y objetivos que los entrenadores están desarrollando si dan resultados en las competencias y si no se evidencian dichos resultados positivos, es necesario reestructurar las metodologías utilizadas, adicionalmente al evaluar el rendimiento de los deportistas por medio los entrenadores quienes dan cuenta de la calidad, las cualidades y las oportunidades de mejora de cada uno de sus equipos e individuos lo que va a permitir tener expectativas a corto y largo plazo, generar objetivos cumplibles y planificar los entrenamientos y los partidos dependiendo las cualidades de cada uno de los deportistas y equipos competitivos.

Además, esto tendrá relevancia en la comprensión de las condiciones psicológicas de los deportistas, las cuales estarán involucradas con el resultado del rendimiento deportivo, al igual que los aspectos físicos, ya que teniendo en cuenta lo que nos dice, Arellano y Hernández, 1971 (p. 145) “Aun cuando un deportista tenga buena condición física y buen entrenamiento, si en el momento de

iniciar la competencia está muy inseguro, muy temeroso de hacerlo mal esa emotividad le va a bloquear y le va a impedir el rendimiento de que es capaz”, debido a esto es muy necesario que el trabajo interdisciplinario garantice que los deportistas tengan una estabilidad física y mental para que puedan dar lo mejor de sí en sus competencias y puedan reconocer sus emociones y así diferenciarlas para evitar que estas interfieran en su nivel y rendimiento deportivo tanto a nivel individual como grupal.

3 Antecedentes

Para llevar a cabo dicha investigación se realizó la búsqueda de artículos académicos y de investigación en los que se abordó el tema del rendimiento deportivo y/o en los que se utilizó el CPRD como instrumento de medición.

Inicialmente se abordó la Historia de la psicología del deporte en Colombia mediante la Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte pág.277 en la cual el autor Luis Humberto Serrato Hernández en el año 2008 en la ciudad de Bogotá, Colombia tuvo como objetivo principal darnos a conocer los cuatro periodos en los que se divide la psicología deportiva en Colombia, las funciones del psicólogo deportivo, la formación, la investigación y la intervención del mismo, asimismo se complementa esta información con el artículo Historia de la psicología deportiva escrito por los autores Eugenio Pérez Córdoba y Omar Estrada Contreras, quienes en el Año 2015 en Sevilla, España dieron a conocer la historia de la psicología deportiva como objeto de estudio que constituyen las particularidades psicológicas de la actividad deportiva y el deportista desde sus comienzos en 1879 hasta el reconocimiento oficial en 1986.

Por otra parte se abordó el artículo Aportes de la Psicología del deporte para conceptualizar, operacionalizar, y maximizar el rendimiento deportivo de Ursino, Damián J; Cirami, Lautaro; Barrios, Raúl M. quienes en el año 2018 en Argentina tuvieron como objetivo analizar las consecuencias

sociodemográficas que interfieren en el rendimiento deportivo, dando a conocer que las condiciones físicas técnicas, tácticas y psicológicas impactan en el desarrollo del rendimiento deportivo, logrando cambiar el foco conceptual y comprendiendo que las condiciones y los componentes de los entrenamientos son base fundamental para mejorar el rendimiento deportivo.

Otro de los artículos utilizados fue el de las Variables físicas y psicológicas predictoras del rendimiento deportivo y del cambio terapéutico, desarrollado en el año 1993 en la ciudad de Madrid por José Gil Martínez, Antonio Capafons Bonet y Francisco Labrador Encías, quienes buscaban desarrollar habilidades psicológicas en los deportistas que les permita cambiar esos pensamientos y emociones negativas para incrementar las emociones positivas y los niveles de confianza llevando así a los deportistas a mejorar su rendimiento deportivo, en medio de la investigación se halló que en general las variables que predicen el rendimiento en la línea base son la conducta competitiva, las creencias irracionales y la ansiedad competitiva, al analizar estos datos se puede hipotética que existen otras variables que pueden afectar el rendimiento de los deportistas por esta razón se aborda el artículo Mindfulness y rendimiento deportivo, escrito por Israel mañas, Jesús del Águila, Clemente Franco, María Dolores Gil y Consolación Gil, en el año 2014, donde por medio de la investigación se buscan las variables físicas y psicológicas que mejor predicen el rendimiento deportivo en jugadores de balonmano, antes y después de un entrenamiento psicológico llegando a la conclusión de que los aciertos de dichos deportistas tienden a ser enfocados a las variables físicas, técnicas y antropométricas y así mismo se evidenció que los errores en dicha competencia se enfocan más a las variables de personalidad y de conducta.

Luego de observar que son muchas las variable que pueden afectar el rendimiento deportivo se realiza un rastreo de una prueba específica que nos permita evaluar las variables psicológicas de los deportistas y se halló El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD) escrito por los autores Fernando Gimeno, José María Buceta y María del Carmen

Pérez- Llanta pertenecientes a la Universidad nacional de educación a distancia de España en el año 2001, dichos autores tienen como objetivo principal desarrollar un cuestionario para evaluar el rendimiento de los deportista por medio de cinco variables las cuales son: el control de estrés, la influencia de la evaluación, la motivación, la habilidad mental y la cohesión de equipo, de esta manera se pueden interpretar cuál de estos factores son los que más afectación le puede generar a los diferentes deportistas ya sean de deportes individuales o grupales, teniendo como resultado la veracidad del cuestionario para evaluar dichos aspectos psicológicos de los deportistas.

También se encontraron investigación en las que se aplicó dicho cuestionario tales como Características Psicológicas del Rendimiento Deportivo en atletas de Boccia pertenecientes al Comité Paralímpico de Chile, desarrollado por los autores Mariangel Correa, Luis Felipe Castelli, Kevin Capos y Cristian Luarte, en año 2021, donde se buscó evaluar las características psicológicas de los atletas paralímpicos Boccia-Chile de acuerdo a su clasificación deportiva, mediante el (CPRD), luego de realizadas las pruebas se evidenció que las puntuaciones más altas corresponden a la Habilidad mental y Motivación; así mismo la más baja fue en cohesión de equipo.

Otro de los artículos investigados fue el de Características psicológicas del rendimiento deportivo en deportes de conjunto, escrito por Ianelleen Arias Padilla, Tomás Alberto Cardoso Quintero, Hector Haney Aguirre Loaza, Jaime Alberto Arenas, en el año 2015 en Colombia, donde se identifican las diferentes características psicológicas relacionadas con el rendimiento en deportes de conjunto como fútbol, baloncesto, voleibol y fútbol sala anexando la variable sociodemográfica de género, en dicha investigación se utilizó el (CPRD), donde los resultados de los puntajes generales mostraron diferencias significativas en todas las disciplinas deportivas y cambios en la cohesión de equipo según el género, así mismo los resultados sugieren que los programas de intervención deben ser acordes al género, las exigencias de entrenamiento y la competencia en las diferentes disciplinas.

Teniendo en cuenta que esta investigación se realizará con una muestra de deportistas Colombianos se realizó un rastreo bibliográfico en el que se encontró que en el año 2018 Mariam Abissad Janna y Estefanía Orozco Giraldo estudiantes de psicología de la Universidad de Antioquia realizaron su proyecto de grado en la Estandarización del cuestionario “Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)” con deportistas de la ciudad de Medellín, Colombia, en dicha investigación el objetivo inicial fue adaptar el cuestionario al contexto Colombiano modificando algunas de las preguntas y anexando factores sociodemográficos como lo son la edad, el género, el tipo de deporte, el tiempo que lleva practicando el deporte y las horas que le dedica al mismo por semana, teniendo como resultado la estandarización del (CPRD) Individual y el (CPRD) grupal, que fue aplicado a los deportistas de la Universidad de Antioquia que estaban bajo la modalidad de alto rendimiento o representación, según correspondiera con su modalidad de deporte (individual o grupal) y generando así la validez para que dicho cuestionario se pueda aplicar en nuestro país con las garantías necesarias de su efectividad.

4 Objetivos

4.1 General.

Analizar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá.

4.2 Específicos.

1. Inferir los niveles de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los deportistas pertenecientes a los equipos de Fútbol Masculino y femenino y Voleibol masculino y femenino de una universidad privada del Valle de Aburrá.

2. Interpretar la influencia de la evaluación del rendimiento en los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá en relación con el sexo (hombre y mujer).
3. Examinar la motivación en los deportistas de conjunto de una universidad privada del Valle de Aburrá a nivel general.
4. Establecer si la habilidad mental en los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá está relacionada con el sexo del deportista.
5. Diferenciar la cohesión de equipo en los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá según el deporte que practican Fútbol Masculino y femenino y Voleibol masculino y femenino.

5 Marco Teórico

5.1 Deporte.

Es de suma importancia iniciar este proyecto con un adecuado conocimiento de lo que es y para lo que sirve el deporte como menciona el Sistema Nacional de Deporte por medio de la ley 181 de 1995,

“Toda la comunidad tiene derecho al deporte, a la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física, teniendo como objetivo generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación, y el aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos”

siendo de esta manera una ley que nos permite a nosotros mismo como ciudadanos hacer uso de todos los escenarios deportivos y reconocer la importancia que tiene la actividad física en la salud no solo física sino mental de los seres humanos, así mismo es de suma importancia que en la comunidad educativa se fomente y se dé el apoyo necesario para que los estudiantes realicen actividad física garantizando escenarios deportivos adecuados, un grupo interdisciplinario completo para que la actividad se lleve a cabo de la mejor manera y se garantice que los estudiantes que pertenecen a las diferentes dependencias educativas cuente con los implementos necesarios para dicha práctica y se garantice que esta práctica ayude a mejorar su calidad de vida.

Por otra parte, (Hernández y Castejón 2004, como citaron Robles, Abad y Giménez, 2016, p. 4) el deporte “es un juego reglado, pues tiene esas características que lo detallan: parte como juego, hay actividad física, competición y tiene una serie de reglas para los participantes. Todos estos elementos se interrelacionan”.

Teniendo en cuenta esta definición se evidencia la importancia de que los entrenadores de las dependencias deportivas de una universidad privada del valle de Aburrá den claridad en los reglamentos establecidos para cada uno de los deportes, dando a los deportistas el conocimiento adecuado para las competencias y garanticen que en cada una de estas se respeten las reglas y se asuman las determinadas consecuencias en caso de que no sea así, adicional a esto se evidencia la importancia que tienen los entrenamientos y los juegos de preparación antes de una competencia, para que los deportistas logren adquirir un determinado nivel físico y un gran manejo de sus emociones teniendo en cuenta que la mayoría de las dependencias deportivas requieren contacto físico y de esta manera se pueda garantizar el bienestar psicológico y físico de cada uno de los deportistas.

(Sánchez Bañuelos 1992 como citaron Robles, Abad y Giménez, 2016, p. 3), “toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo” de esta manera al deportista una universidad privada del valle de aburra en sus dependencias de conjunto darle cumplimiento a esas metas y/o objetivos individuales va a aportar a que las metas y/o objetivos del conjunto sean más fáciles de alcanzar logrando así que la misma institución logre un mayor reconocimiento a nivel deportivo.

A partir de esto, podemos observar que hay diferentes tipos de deportes, unos son individuales y otros son de conjunto, pero independientemente de esto a la hora de practicar un deporte se evidencian las habilidades individuales de los deportistas, lo que genera que cada uno se proponga diferentes metas individuales, objetivos y que entreguen lo mejor de sí para que esas metas y/o objetivos se cumplan a cabalidad.

5.2 Rendimiento deportivo

Según (Dosil 2007; Weinberg y Gould 2007 p. 3) “uno de los principales intereses de la Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico ha estado, y está, constituido por la mejora del rendimiento deportivo mediante la aplicación de herramientas o estrategias psicológicas”; debido a esto es de suma importancia comprender que el rendimiento deportivo está constituido por diferentes factores tanto físicos como psicológicos mediante los cuales cada uno de los deportista puede tener resultados positivos o negativos a la hora de una competencia o un partido por esta razón es necesario establecer no solo esos factores sino también diferentes estrategias que permitan que ese rendimiento deportivo incremente, logrando así una mayor efectividad y cumplimiento de logros a nivel individual y grupal.

Por otro lado, Castilla y Campoy (2011), manifiestan que “la aceptación de emociones y sensaciones negativas por parte del jugador durante el transcurso de la competición puede marcar la diferencia en lo que a rendimiento se refiere” por eso es tan importante que se realice el trabajo psicológico con cada uno de los competidores ya que de esta manera se puede aprender a reconocer las emociones positivas y negativas y a trabajar en pro de ellas, adquiriendo diferentes técnicas para el manejo de las mismas y que de esta manera el deportista logre garantizar que sus competencias no se van a ver afectadas por el mal manejo de las emociones, sino que estas pueden jugar un papel más positivo que negativo permitiéndoles tener mayores resultados, es importante aclarar que el rendimiento deportivo es algo que se puede controlar, se puede aumentar o disminuir dependiendo estos factores que lo afectan, dependiendo las capacidades físicas y psicológicas pero más aún con el desempeño y la responsabilidad en los entrenamientos ya que en esos momentos es donde el deportista va a poder adquirir mayores resultados, tal como nos expresan Montero y Lázaro (2014) “ el rendimiento deportivo puede analizarse y controlarse en todas las magnitudes de la escala de tiempo (días, mes, años, etc.) p. 2”, razón por la que son tan necesarios los entrenamientos y la planeación de los mismos.

5.3 Control de estrés

(Selye 1973 citado por Barrio et al., 2006 p.2) definía el estrés como “la respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda que sobre él se ejerce” de esta manera el ser humano está expuesto constantemente a diferentes situaciones estresantes y es muy complejo pensar que esas situaciones se pueden evitar, más aún si hablamos del estrés que pueden sentir los deportistas a la hora de una competencia o de un partido importante ya que el simple hecho de saber que tienen una responsabilidad no solo con ellos mismos sino con su equipo puede provocar en ellos una demanda que afecta no solo su estabilidad emocional sino también la física teniendo en cuenta que los entrenadores, familiares y compañeros siempre van a esperar que el deportista de lo mejor de sí en el juego o competencia y que se destaque por sus habilidades; Lazarus y Folkman (1984), definen el estrés como “un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación p. 4” es ahí cuando la persona debe evidenciar si esa situación lo afecta de forma positiva o de forma negativa generando o incrementando sus niveles de estrés, una vez el deportista logre controlar las situaciones que se le presenten y reconocer esa emoción que la situación le produce va a lograr tener un mayor control del estrés, por eso es tan importante que los entrenadores y los psicólogos deportivos realicen diferentes actividades en las que se permita a los deportistas pasar por situaciones que les genere estrés, que aprendan a reconocerlo y lo más importante que aprendan a controlar esas emociones, sensaciones o temores que les produce estrés antes de una competencia o un juego con el fin de que este factor no los afecte a la hora de competir y puedan desempeñar su labor de la mejor manera y con la mayor calma posible.

5.4 Influencia de la evaluación del rendimiento

Este es uno de los factores que puede llegar a tener mayor afectación en los deportistas ya que a la hora de informales que van a ser evaluados en cuanto a su rendimiento se puede ocasionar en ellos diferentes emociones como: pérdida de la concentración, ansiedad, dudas de hacerlo bien o mal, teniendo en cuenta que al ser evaluados se pueden emitir diferentes juicios acerca de su rendimiento y esa sensación puede afectar no solo el rendimiento en ese momento sino también el resultado de la evaluación que se le está realizando, según Gimeno et al (2001) la influencia de la evaluación del rendimiento es “una variable del estrés específica, ya que esta puede ser ocasionada por factores externos y en algunas situaciones puede resultar muy negativa” debido a esto es la importancia del trabajo interdisciplinario de los psicólogos y entrenadores, teniendo en cuenta que mediante los entrenamientos se pueden desarrollar estrategias que le permitan al deportista adoptar mecanismos para evitar que el hecho de saber que van a ser evaluados se les vuelva una situación estresante y puedan hacer su labor de la mejor manera.

5.5 Motivación

Cuando hablamos de motivación pensamos en eso que nos inspira o nos genera una necesidad a la hora de realizar una actividad determinada en este caso practicar el deporte generando en el ser humano una satisfacción de hacer las cosas de la mejor manera y es importante tener en cuenta que este es uno de los factores que puede afectar el rendimiento de los deportistas como nos manifiesta Sexton (1977) la “Motivación es el proceso de estimular a un individuo para que se realice una acción que satisfaga alguna de sus necesidades y alcance alguna meta deseada para el motivador” al llevar esto a colación en el campo del deportista es fundamental que el deportista tenga diferentes estímulos que le permitan lograr los objetivos que se proponen por el entrenador como el hecho de ganar una competencia deportiva y obtener un reconocimiento, es importante

tener en cuenta que estos objetivos no se logran únicamente al estar motivados sino que por medio del esfuerzo según Robbins (1999) se pueden conseguir cualquier meta, debido a esto en cada uno de los planteamientos estratégicos o en los planes de entrenamiento se deben establecer ejercicios de motivación para que cada uno de los deportistas se sientan incentivados a realizar las actividades planteadas con mira a los resultados que se pueden obtener en las diferentes competencias.

Asimismo, Stoner (1996) define la motivación como “Una característica de la Psicología humana, incluye los factores que ocasionan, canalizan y sostienen la conducta humana. Lo que hace que las personas funcionen” (p.XX), siendo de esta manera la motivación una conducta humana que nos permite a los seres humanos actuar de una forma más proactiva ante la realización de diferentes actividades que conllevan a una finalidad específica y lograr el cumplimiento de los objetivos convirtiéndola según Chiavenato (2000) en “el resultado de la interacción entre el individuo y la situación que lo rodea” (p. XX).

5.6 Habilidad mental

La habilidad mental se puede definir como la capacidad de reacción ante una situación ya sea simple o compleja de nivel psíquico o motor con el fin de poder ejecutar acciones con mayor rapidez y esmero en cualquier aspecto de la vida (Varren, 2006) de esta manera podemos evidenciar la importancia de dicho aspecto en cuanto al rendimiento de los deportista teniendo en cuenta que en las competencias o partidos el deportista se va a enfrentar a diferentes situaciones que van a necesitar una reacción rápida y pertinente para poder lograr los objetivos planteados por los entrenadores y por el mismo deportista, es importante destacar que no todas las personas desarrollan las mismas habilidades mentales y de la misma manera por esta razón autores como el **doctor y la doctora (Thurstone,1967)** **crean la teoría “habilidades mentales primarias”** (p.) en la que manifiestan que existen cinco habilidades mentales diferentes tales como: comprensión verbal, comprensión espacial, raciocinio, números y

fluidez verbal, de las cuales el ser humano puede llegar a desarrollar más unas que otras es por esta razón que no todas las personas comprenden la información de la misma manera y por la cual los entrenadores deben adaptar sus planes de entrenamiento de tal manera que cada uno de sus deportistas logre desarrollar sus habilidades mentales en pro del beneficio del equipo, logrando así los objetivos planteados.

5.7 Cohesión de equipo

Según Carrón (1982) la cohesión de equipo es definida “como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia de un grupo a unirse y permanecer unido en busca de unos determinados objetivos” (p. 1), cuando hablamos de deportes de conjunto debemos tener en cuenta que cada uno de los miembros como anteriormente lo hablábamos tienen habilidades y capacidades diferentes, pero cuando se unen estas habilidades se puede lograr que el equipo se consolide y se ponga más fuerte, siendo unos el complemento de los otros, lo que va a permitir que los deportistas tengan mayor confianza en sus compañeros a la hora de tomar decisiones y se logren mayores resultados.

De esta manera la cohesión grupal ha sido considerada como un proceso clave en la formación y desarrollo de los equipos de trabajo (Barrasa y Gil, 2004, citado por López y Frutos, 2011, p. 398) de esta manera la cohesión de equipo se convierte en un aspecto fundamental en la creación de equipos deportivos ya que se basa en la colaboración que se puede dar por parte de cada uno de los compañeros para alcanzar los objetivos propuestos, cuando se practican deportes de conjunto es muy importante actuar de la manera más adecuada a la situación ya que un solo error puede perjudicar a todo el equipo, pero cuando los deportistas logran generar un alto grado de confianza con sus compañeros se va a evidenciar en el campo de juego, teniendo en cuenta que al conocer las habilidades de los compañeros se pueden hacer determinadas exigencias, se puede saber que puede

y que no puede dar el compañero y así se pueden tomar mejores decisiones que permitan conseguir los objetivos establecidos.

6 Metodología

La investigación se lleva a cabo bajo un enfoque cuantitativo. Según Hernández Sampieri et al. (2014) “el enfoque cuantitativo usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento” (p. 4). Se medirán las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, y se analizarán matemáticamente, con el propósito de establecer la forma cómo se presentan en la muestra evaluada.

Así mismo, la investigación se basa en un alcance descriptivo que permite recolectar los datos con el fin de “probar hipótesis basados en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento” (Hernández Sampieri, et al. 2014, p. 46); en un determinado grupo de personas, en este caso, los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá, y poder así llegar a una conclusión mediante datos estadísticos que nos permitan analizar y sacar conclusiones de los mismos.

El diseño de la investigación es un diseño no experimental transaccional descriptivo. Según Hernández Sampieri et-al., (2014 p. 165) el diseño No experimental es aquel que se realiza sin manipular las variables, realizando únicamente la observación del fenómeno tal cual como se da en su estado natural con el único fin de ser analizados. Así mismo, un estudio transaccional descriptivo es aquel que se encarga de recolectar datos en un único momento, con el fin de describir y analizar dichas variables. En el presente estudio se evalúan las características psicológicas de un grupo de

universitarios deportistas, con el propósito de mostrar cómo se presentan en solo momento de tiempo, en el contexto de actividad deportiva de los evaluados.

6.1 Población y muestra

Teniendo en cuenta lo que dice Hernández Sampieri, et al. (2014) una población es el “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p.174). Considerando dicha información esta investigación se llevará a cabo con una población conformada por los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá. Estos son seleccionados a partir de un muestreo no probabilístico por criterio, el cual consiste en la elección de métodos no aleatorios de una muestra con determinadas características entre la población estudiantil; por tanto, se utilizará como muestra a los individuos que pertenecen a los diferentes equipos deportivos de la universidad y en esta investigación se trabajará con 50 deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá y dicha muestra corresponde a los deportistas de conjunto (fútbol y voleibol), n=50.

6.2 Instrumento de medición

El instrumento que se utilizo es el Cuestionario de “Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo”, que consta de 55 ítems divididos en cinco dimensiones: control del estrés (20), evaluación del rendimiento (12), motivación (8), habilidad mental (9) y cohesión en equipo (6). Diseñado por Fernando Gimeno, José María Buceta y María del Carmen Pérez- Llanta (2003).

6.3 Criterios de inclusión:

- Ser Estudiante de la universidad privada del Valle de Aburrá dónde se realiza el estudio.
- Pertenecer a unos de los equipos deportivos, representativos de la Universidad.

6.4 Criterios de exclusión:

- No ser Estudiante de una universidad privada del Valle de Aburrá
- No pertenecer a unos de los equipos deportivos, representativos de la Universidad.

6.5 Variables de estudio

- Características socio demográficas y propias definidas por el investigador, de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá (edad, sexo, grado de escolaridad, tiempo de práctica y entrenamiento).
- Cohesión de equipo, control de estrés, motivación, influencia de la evaluación del rendimiento y habilidad mental, mediante el (C.P.R.D.)

6.6 Operacionalización de la variable

Se analizaron las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá mediante la aplicación de CPRD la cual fue subida a la aplicación de Google Forms para ser enviada a los estudiantes que representan dicha Universidad del Valle de Aburrá en algún deporte de conjunto, allí mismo se adjuntó el consentimiento informado, una vez recolectada la información, se realizó una base de datos de Excel mediante una tabla de datos de doble entrada con las unidades de análisis, las variables sociodemográficas y las variables de estudio. Luego, se realizan análisis generales de los datos, un análisis por características poblacionales del deporte, un análisis estadístico de nivel descriptivo de medidas de tendencia central y un análisis de distribución de frecuencias de cada una de las variables de la muestra, tanto de las características sociodemográficas y las características de la muestra definidas por el investigador, como control de estrés, influencia a la evaluación, motivación, habilidad

mental y cohesión de equipo. Se establecen los datos brutos, se definen los valores estándar y se presentan por medio de tablas de frecuencia en las que se registran los porcentajes de cada una de las variables, para así entregar información contextualizada y pertinente para que los entrenadores y psicólogos deportivos realicen planes de entrenamiento y estrategias de intervención, basada en los datos suministrados.

7 Consideraciones éticas

Dentro de las condiciones éticas para este estudio se encuentran las siguientes:

- **Secreto Profesional:** la investigación garantiza el anonimato de los participantes debido a la importancia y respeto a la dignidad y valor del individuo, además el respeto por el derecho a la privacidad. Los investigadores se comprometen a no informar en su publicación ninguna de los nombres de los participantes ni otra información que permitiese su identificación y tienen presentes las sanciones dispuestas por el código penal en el art. 156 en caso de divulgar el secreto profesional.
- **Derecho a la no-participación:** los participantes, al estar informados de la investigación y el procedimiento, tienen plena libertad para abstenerse de responder total o parcialmente las preguntas que le sean formuladas y a prescindir de su colaboración cuando a bien lo consideren.
- **Derecho a la información:** los participantes podrán solicitar la información que consideren necesaria con relación a los propósitos, procedimientos, instrumentos de recopilación de datos y la proyección y/o socialización de la investigación, cuando lo estimen conveniente.
- **Remuneración:** los fines de la presente investigación son eminentemente formativos, académicos y profesionales y no tienen ninguna pretensión económica. Por tal motivo la colaboración de los participantes en ella es totalmente voluntaria y no tiene ningún tipo de contraprestación económica ni de otra índole.

- **Divulgación:** la devolución de los resultados será presentada (por escrito u oralmente) al interior de la Universidad en la que se realiza la investigación y posiblemente en publicaciones académicas. No obstante, en este proceso el secreto profesional se mantendrá sin que se pudiera dar lugar al reconocimiento de la identidad.
- **Acompañamiento:** los investigadores contarán con el acompañamiento permanente de docentes del nivel en las diferentes etapas del proceso de investigación, quienes brindarán la asesoría teórica, metodológica y ética pertinente para la realización del trabajo.

8 Resultados

Por medio del CPRD se evaluaron los cinco factores que dan a conocer las características psicológicas de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá las cuales son: Control de estrés media 59.3, Influencia de la evaluación Media 34.2, Motivación media 22.5, Habilidad mental 30.5 y Cohesión de equipo 21.7, obteniendo así resultados grupales e institucionales de los deportes de conjunto de dicha universidad; entre los cuales están: Futsala Femenino, Futsala Masculino, Voleibol Masculino y Voleibol Femenino con una sumatoria de 50 deportistas con el objetivo de analizar las variables que afectan psicológicamente el rendimiento de dichos deportistas y de los equipos realizando un análisis grupal y general del rendimiento de dicha Universidad privada del Valle de Aburrá.

Los puntajes promedios obtenidos de los 50 deportistas evaluados en cada uno de los factores fueron: en Cohesión de equipo 59.3, en Influencia de la evaluación del rendimiento 34.2, en la Motivación 22.5, en la Habilidad mental 30.5 y en la Cohesión de equipo 21.7 (Tabla 1), donde podemos evidenciar que todos los factores se encuentran por encima de los baremos establecidos por el CPRD, según esta información se puede indicar que los deportistas de dicha universidad privada

del Valle de Aburrá pueden controlar muy bien sus emociones antes durante y después de una competencia o partido, asimismo tienen confianza en sí mismos y en sus compañeros de equipo, aceptan correctamente las críticas del entrenador y/o compañeros con el fin de mejorar sus habilidades y lograr los objetivos propuestos, tienden a usar la técnica de la imaginación para prepararse antes de un partido y pueden trabajar en equipo complementando sus habilidades y conocimientos para lograr los objetivos propuestos por el entrenador.

Tabla 1

Puntuación promedio por factores psicológicos.

Tipo de deporte	Factores Psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo								
	CE		IE		M		HM		CdE
	Promedio	Baremos	Promedio	Baremos	Promedio	Baremos	Promedio	Baremos	Promedio
Futsala Femenino	55		34,3		27		30,3		22.4
Futsala Masculino	61,1		33,5		25,8		31		21,8
Voleibol Masculino	58,1		32,6		26		29		22,3
Voleibol Femenino	63		36,6		27,4		31,7		20.4
Promedio	59,3	46,16	34,2	25,11	22,5	19,59	30.5	21,16	21.7
		14,44		7,63		5,06		4,6	

Nota: CE= control de estrés. IER= influencia de la evaluación del rendimiento. M= Motivación. HM= Habilidad mental. CdE= Cohesión de equipo.

A nivel general se puede evidenciar que el Control de estrés tuvo un promedio de 59.3 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 72% en el rango de 50 - 89 y 28% en el rango de 90-99 (Tabla 2).

Tabla 2

Control de estrés general

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	36	0.72%	72%
90-99	14	0.28%	28%
Total	50	0.100%	100%

Asimismo, se evidencia que en la Influencia a la evaluación se obtuvo un promedio de 34.2 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 22% en el rango de 11-49, 32% en el rango de 50 - 89 y 46% en el rango de 90-99 (Tabla 3).

Tabla 3

Influencia de la evaluación del rendimiento general

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%

11-49	11	0.22%	22%
50-89	16	0.32%	32%
90-99	23	0.46%	46%
Total	50	0.100%	100%

Cuando hablamos de la Motivación se evidencia que el promedio está en un 22.5 con unos porcentajes en los rangos de los baremos de 10% en el rango de 11-49, 34% en el rango de 50 - 89 y 56% en el rango de 90-99 (Tabla 4).

Tabla 4

Motivación general

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	5	0.10%	10%
50-89	17	0.34%	34%
90-99	28	0.56%	56%
Total	50	0.100%	100%

Teniendo en cuenta los resultados de la investigación el promedio del factor Habilidad mental está en un 30.5 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 06% en el rango de 50 - 89 y 94% en el rango de 90-99 (Tabla 5)

Tabla 5

Habilidad mental general

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%

50-89	3	0.06%	06%
90-99	47	0.94%	94%
Total	50	0.100%	100%

Por último y teniendo en cuenta que esta investigación se realizó únicamente con deportistas de conjunto es muy importante conocer cómo está la cohesión de equipo en los deportistas de dicha universidad, la cual obtuvo un promedio de 21.7 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 62% en el rango de 50 - 89 y 38% en el rango de 90-99 (Tabla 6).

Tabla 6

Cohesión de equipo general

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	31	0.62%	62%
90-99	19	0.38%	38%
Total	50	0.100%	100%

A continuación, se darán a conocer los resultados por equipos con una muestra de 50 deportistas que se distribuyen de la siguiente manera 27 Hombres entre los 17 y 36 años y 23 mujeres entre los 17 y los 27 años, las horas de práctica en general a la semana son entre 2 y 18 y el tiempo practicando el deporte en general es entre una semana y 20 años, con unos porcentajes de 26% mujeres pertenecientes al equipo de Fútbol femenino, 32% hombres pertenecientes al equipo de Fútbol masculino, 20% mujeres pertenecientes al equipo de voleibol femenino y el 22% pertenece a los hombres del equipo de voleibol masculino, siendo un porcentaje de 46% de mujeres y 54% el porcentaje perteneciente a los hombres partícipes de la investigación.

El primer equipo evaluado fue Fútbol Femenino el cual está compuesto por 13 participantes con un rango de edades entre los 18 y los 26 años, con entrenamientos por semana entre 2 a 11 horas

y con un tiempo de práctica entre un mes a 10 años; en el factor de Control de estrés el promedio fue de 55 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 76.9% en el rango de 50 - 89 y 23% en el rango de 90-99 (Tabla 7).

Tabla 7

Control de estrés Futsal Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	10	0,769 %	76,9%
90-99	3	0,23 %	23,0%
Total	13	0,99%	99%

En el componente Influencia de la evaluación el porcentaje fue de 34.3 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 46% en el rango de 50 - 89 y 53.8% en el rango de 90-99 (Tabla 8).

Tabla 8

Influencia de la evaluación del rendimiento Futsal Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	6	0.46%	46%
90-99	7	0.538%	53.8%
Total	13	0.998%	99.8%

En la Motivación la puntuación fue 27 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 38% en el rango de 50 - 89 y 62% en el rango de 90-99 (Tabla 9).

Tabla 9

Motivación Futsal Femenino

Rango en			
percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	5	0.38%	38%
90-99	8	0.62%	62%
Total	13	0.100%	100%

Quando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos que está en un porcentaje de 30.3 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 0.7%% en el rango de 50 - 89 y 93% en el rango de 90-99 (Tabla 10)

Tabla 10

Habilidad mental Futsal Femenino

Rango en			
percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	1	0.076%	0.076%
90-99	12	0.923 %	92.3%
Total	13	0.999%	99.9%

Al hablar de Cohesión de equipo siendo uno de los factores más importante debido a que es un

deporte de conjunto se sitúa con un porcentaje de 22.4 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 46% en el rango de 50 - 89 y 54% en el rango de 90-99 (Tabla 11).

Tabla 11

Cohesión de equipo Futsal Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	6	0.46%	46%
90-99	7	0.538%	53.8%
Total	13	0.998%	99.8%

El segundo equipo evaluado Futsal Masculino el cual está conformado por dieciséis participantes con un rango de edades entre los 17 y los 36 años, con entrenamientos por semana entre 2 a 8 horas y con un tiempo de práctica entre 1 mes a 15 años; en el factor de Control de estrés la puntuación fue de 61.1 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 56.2% en el rango de 50 - 89 y 43.7% en el rango de 90-99 (Tabla 12).

Tabla 12

Control de estrés Futsal Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	9	0.562%	56.2%
90-99	7	0.437%	43.7%

Total	16	0.999%	99.9%
-------	----	--------	-------

En el componente Influencia de la evaluación la puntuación fue de 33.5 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 50% en el rango de 50 - 89 y 50% en el rango de 90-99 (Tabla 13).

Tabla 13

Influencia en la evaluación del rendimiento Futsal Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	8	0.50%	50%
90-99	8	0.50%	50%
Total	16	0.100%	100%

En la Motivación la puntuación fue 25.8 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 31.2% en el rango de 50 - 89 y 68.7% en el rango de 90-99 (Tabla 14).

Tabla 14

Motivación Futsal Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	5	0.312%	31.2%
90-99	11	0.687%	68.7%
Total	16	0.999%	99.9%

Cuando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos que está en un puntaje de 31 y unos porcentajes en los rangos de los baremos del 100% en el rango de 90-99 (Tabla 15).

Tabla 15

Habilidad mental Futsal Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	0	0,0%	0,0%
90-99	16	0.100%	100%
Total	16	0.100%	100%

En la Cohesión de equipo siendo uno de los factores más importante debido a que es un deporte de conjunto se sitúa con una puntuación de 21.8 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 62.5% en el rango de 50 - 89 y 37.5% en el rango de 90-99 (Tabla 16).

Tabla 16

Cohesión de equipo Futsal Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	10	0,625%	62.5%
90-99	6	0.375%	37.5%
Total	16	0.100%	100%

El tercer equipo evaluado fue el de Voleibol Masculino el cual está conformado por once participantes con un rango de edades entre los 16 y los 25 años, con entrenamientos por semana entre 2 a 18 horas y con un tiempo de práctica entre 1 mes a 15 años; en el factor de Control de estrés la puntuación fue de 58 y unos porcentajes en los rangos del 100% en el rango de 90-99 (Tabla 17).

Tabla 17

Cohesión de equipo Voleibol Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	11	0.100%	100%
90-99	0	0,0%	0,0%
Total	11	0.100%	100%

En el componente Influencia de la evaluación del rendimiento la puntuación fue de 32 y unos porcentajes en los rangos de los baremos del 100% en el rango de 11 - 49 (Tabla 18).

Tabla 18

Influencia de la evaluación del rendimiento Voleibol Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	11	0.100%	100%
50-89	0	0,0%	0,0%
90-99	0	0,0%	0,0%
Total	11	0.100%	100%

En la Motivación la puntuación fue 26 y unos porcentajes en los rangos de los baremos del 100% en el rango de 50 - 89 (Tabla 19).

Tabla 19

Motivación Voleibol Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	11	0.100%	100%
50-89	0	0,0%	0,0%
90-99	0	0,0%	0,0%
Total	11	0.100%	100%

Cuando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos que está en un puntaje de 30 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 18.1% en el rango de 50 - 89 y 81.8% en el rango de 90-99 (Tabla 20).

Tabla 20

Habilidad mental Voleibol Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	2	0.181%	18.1%
90-99	9	0.818%	81.8%
Total	11	0.999%	99.9%

La Cohesión de equipo, siendo uno de los factores más importante debido a que es un deporte de conjunto, se sitúa con una puntuación de 23 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 45.4% en el rango de 50 - 89 y 54.5% en el rango de 90-99 (Tabla 21).

Tabla 21

Cohesión de equipo Voleibol Masculino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	5	0.454%	45.4%
90-99	6	0.545%	54.5%
Total	11	0.999%	99.9%

El último equipo evaluado fue el de Voleibol Femenino el cual está conformado por diez participantes con un rango de edades entre los 17 y los 27 años, con entrenamientos por semana entre 2 a 12 horas y con un tiempo de práctica entre 1 mes a 6 años; en el factor de Control de estrés la puntuación fue de 63 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 60% en el rango de 50 - 89 y 40% en el rango de 90-99 (Tabla 22).

Tabla 22

Control de estrés Voleibol Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%

50-89	6	0.60%	60%
90-99	4	0.40%	40%
Total	10	0.100%	100%

En el componente Influencia de la evaluación del rendimiento la promedio fue de 38 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 20% en el rango de 50 - 89 y 80% en el rango de 90-99 (Tabla 23).

Tabla 23

Influencia de la evaluación del rendimiento Voleibol Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	2	0.20%	20%
90-99	8	0.80%	80%
Total	10	0.100%	100%

En la Motivación la puntuación fue 28 y unos porcentajes en los rangos de los baremos de 10% en el rango de 50 - 89 y 90% en el rango de 90-99 (Tabla 24).

Tabla 24

Motivación Voleibol Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	1	0.10%	10%

90-99	9	0.90%	90%
Total	10	0.100%	100%

Cuando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos que está en un puntaje de 34 y unos porcentajes en los rangos de los baremos del 100% en el rango de 90-99 (Tabla 25).

Tabla 25

Habilidad mental Voleibol Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	0	0,0%	0,0%
90-99	10	0.100%	100%
Total	10	0.100%	100%

La Cohesión de equipo siendo uno de los factores más importante debido a que es un deporte de conjunto se sitúa con una puntuación de 27 y unos porcentajes en los rangos de los baremos del 100% en el rango de 50 - 89 (Tabla 26).

Tabla 26

Cohesión de equipo Voleibol Femenino

Rango en percentiles	F	F	fi
----------------------	---	---	----

0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	10	0.100%	100%
90-99	0	0,0%	0,0%
Total	10	0.100%	100%

Así mismo se realizó un análisis por sexo en el cual se evidencio que el porcentaje de mujeres que hacen parte de los diferentes equipos de dicha universidad es el 46% donde se evidencio que en el factor de Control de estrés con unos porcentajes en los rangos de los baremos de 69.5% en el rango de 50 - 89 y 30.4% en el rango de 90-99 (Tabla 27).

Tabla 27

Control de estrés Mujeres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	16	0.695%	69.5%
90-99	7	0.304%	30.4%
Total	23	0.999%	99.9%

En el componente Influencia de la evaluación con unos porcentajes en los rangos de los baremos de 34.7% en el rango de 50 - 89 y 65.2% en el rango de 90-99 (Tabla 28).

Tabla 28

Influencia de la evaluación del rendimiento Mujeres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	8	0.347%	34.7%
90-99	15	0.652%	65.2%
Total	23	0.999%	99.9%

En la Motivación se evidenciaron unos porcentajes en los rangos de los baremos de 26% en el rango de 50 - 89 y 73.9% en el rango de 90-99 (Tabla 29).

Tabla 29

Motivación Mujeres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	6	0.260%	26%
90-99	17	0.739%	73.9%
Total	23	0.999%	99.9%

Cuando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos unos porcentajes en los rangos de los baremos de 04.3% en el rango de 50 - 89 y 95.6% en el rango de 90-99(Tabla 30).

Tabla 30

Habilidad mental Mujeres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	1	0.043%	04.3%
90-99	22	0.956%	95.6%
Total	23	0.999%	99.9%

Y en la Cohesión de equipo siendo uno de los factores más importante debido a que es un deporte de conjunto los porcentajes en los rangos de los baremos fueron de 69.5% en el rango de 50 - 89 y 30.4% en el rango de 90-99 (Tabla 31).

Tabla 31

Cohesión de equipo Mujeres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	16	0.695%	69.5%
90-99	7	0.304%	30.4%
Total	23	0.999%	99.9%

El porcentaje de hombres es de 54% donde se evidencio que en el factor de Control de estrés que los porcentajes en los rangos de los baremos son del 74% en el rango de 50 - 89 y 25.9% en el rango de 90-99 (Tabla 32).

Tabla 32

Control de estrés Hombres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	0	0,0%	0,0%
50-89	20	0.740%	74%
90-99	7	0.259%	25.9%
Total	27	0.999%	99.9%

En el componente Influencia de la evaluación los porcentajes en los rangos de los baremos fueron del 40.7% en el rango de 11-49, del 29.6% en el rango de 50 - 89 y del 29.6% en el rango de 90-99 (Tabla 33).

Tabla 33

Influencia de la evaluación del rendimiento Hombres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	11	0.407%	40.7%
50-89	8	0.296%	29.6%
90-99	8	0.296%	29.6%
Total	27	0.999%	99.9%

En la Motivación los porcentajes en los rangos de los baremos fueron del 40.7% en el rango de 11-49, del 18.5% en el rango de 50 - 89 y del 40.7% en el rango de 90-99 (Tabla 34).

Tabla 34

Motivación Hombres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0,0%	0,0%
11-49	11	0.407%	40.7%
50-89	5	0.185%	18.5%
90-99	11	0.407%	40.7%
Total	27	0.999%	99.9%

Cuando evaluamos la Habilidad mental evidenciamos los porcentajes en los rangos de los baremos son del 07.4% en el rango de 50 - 89 y del 92.5% en el rango de 90-99 (Tabla 35).

Tabla 35

Habilidad mental Hombres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0	0
11-49	0	0	0
50-89	2	0,074%	07.4%
90-99	25	0.925%	92.5%
Total	27	0.999%	99.9%

La Cohesión de equipo siendo uno de los factores más importante debido a que es un deporte de conjunto tiene unos porcentajes en los rangos de los baremos del 55.5% en el rango de 50 - 89 y del 44.4% en el rango de 90-99 (Tabla 36).

Tabla 36

Cohesión de equipo Hombres

Rango en percentiles	F	F	fi
0-10	0	0	0
11-49	0	0	0
50-89	15	0.555%	55.5%
90-99	12	0.444%	44.4%
Total	27	9,99	99.9%

9 Análisis y Discusión

A nivel general del rendimiento de los deportistas de la universidad en cuestión se puede evidenciar que las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo evaluadas están en un nivel medio- alto en base a los baremos del CPRD.

De los resultados en Control de estrés se puede inferir que los deportistas de dicha universidad del Valle de Aburrá tienen una gran habilidad para controlar las situaciones estresantes que se les puede presentar en las diferentes competencias, que se pueden concentrar fácilmente a la hora de competir, que el hecho de cometer un error en la competencia no los desconcentra, sino que les permite adquirir mayor concentración para evitar cometer el error de nuevo, también se puede inferir que son deportistas que se preparan psicológicamente desde el día anterior a una competencia evitando estar nervioso o preocupados por el partido o competencia que se va a jugar al día siguientes.

Teniendo en cuenta los resultados anteriormente mencionados sobre La influencia a la evaluación, se puede afirmar que es uno de los factores con puntuaciones más bajas puesto que un 22% de los deportistas evaluados están en un rango bajo, lo significa que pueden llegar a experimentar ansiedad a la hora de las diferentes competencias o partidos, cuando cometen un error tienden a desconcentrarse más fácilmente debido a ese error y el hecho de que los jueces o árbitros tomen decisiones que les parecen inapropiadas también hace que pierdan la concentración.

Asimismo la motivación es otro factor que debe ser intervenido prontamente ya que un 10% de los deportistas puntúan en un rango bajo lo que quiere decir que estos deportistas no están motivados para ir a los entrenamientos, no están estableciendo metas y objetivos a corto mediano y largo plazo con respecto a su formación como deportistas, no le dan la suficiente importancia a los entrenamientos y no están haciendo los ejercicios de la mejor manera en conclusión no se motivan por superarse día a día, es importante tener en cuenta que estos factores hacen que la motivación del equipo en general tienda a disminuir.

Ahora bien la Habilidad mental es una característica muy importante a la hora de las competencias por eso es muy necesario que los deportistas logren desarrollar esta habilidad, esta característica tiene el mayor porcentaje en el rango más alto de los baremos dando a entender que los deportistas se preparan mentalmente para sus competencias ensayando lo que deben hacer y haciendo uso de la técnica de la imaginación para recrear el próximo partido o competencia, generando así mayor seguridad en ellos mismos y dando a entender que son deportistas que se proponen objetivos que dependan de ellos mismos.

Teniendo presente que se evaluaron deportistas pertenecientes a deportes de conjunto y de acuerdo a estos resultado arrojados en el factor Cohesión de equipo se puede concluir que gran porcentaje los deportistas se encuentran en un nivel medio y alto pero sería importante que ese 62% que está en el

rango medio puede incrementar para lograr una mejor relación grupal y mejores resultados grupales ya que el aporte de todos los miembros del equipo es fundamental para obtener esos los objetivos, asimismo es posible inferir que los deportistas logran reconocer los errores individuales y grupales teniendo en cuenta que al perder un partido o una competencia no se van a poner por encima los errores individuales sino que se va a analizar los errores grupales con el fin de no buscar un culpable, sino de buscar soluciones que eviten que se sigan cometiendo esos errores y se logre llegar a la meta u objetivo establecido.

Por otra parte al analizar los datos arrojados por cada deporte practicado en dicha universidad privada de Valle de Aburrá y haciendo énfasis en la Cohesión de equipo ya que todos son deportes de conjunto podemos argumentar que el equipo de Voleibol Masculino tiene el porcentaje más alto en el rango de 90-99 según los baremos del CPRD siendo de 54.5% y en el rango de 50-89 se ubica el equipo de Voleibol Femenino con un porcentaje del 100%, teniendo en cuenta esta información se puede inferir que los equipos de Voleibol Masculino y Femenino de dicha universidad tienen una muy buena relación entre ellos mismos, se preocupan más por el rendimiento general del equipo y no tanto por su rendimiento individual, no tiene problema alguno en trabajar en equipo y con todos los integrantes del mismo, consideran que el espíritu del equipo es muy importante para lograr los objetivos y tratan de minimizar los errores que cometen individualmente en las competencias o partidos con el fin de que ninguno del grupo se desconcentre y logren los objetivos que se plantean. Igualmente, es importante aclarar que los cuatro equipos deportivos se encuentran en la media en este factor lo que nos da a entender que a pesar de que los equipos de Futsal Femenino y Masculino tienen unas puntuaciones menores también pueden trabajar en equipo, aceptar sus diferencias, enfocarse a las mismas metas, pero pueden mejorar algunos aspectos para así lograr mejores resultados grupales.

Adicional a esto se evidenció que el factor control de estrés en el equipo de Futsal femenino tiene una puntuación menor en comparación a los demás; es decir que este equipo tiende a no controlar sus emociones y las situaciones estresantes que puedan darse en una competencia o partido y el equipo de voleibol femenino es quien tiene un puntaje más alto siendo así el equipo que puede controlar más fácilmente las situaciones estresantes ya sea en un entrenamiento, partido o competencia.

Al validar la Influencia de la evaluación se encuentra que el equipo de voleibol masculino quien tiene un nivel más bajo en este aspecto dando a conocer que los participantes de este equipo no logran trabajar bajo presión y obtener buenos resultados, están a la expectativa de lo que los demás pueden pensar y piensan frecuentemente en cómo van a ser evaluados, mientras que las jugadoras del equipo de voleibol femenino tienen la puntuación más alta con lo cual se evidencia que el hecho de saber que van a ser evaluadas no afecta su concentración, motivación y desempeño ya que no están a la expectativa de los juzgamientos que les hacen los demás,

En cuanto a la Motivación se evidenció que tanto los equipos de Futsal y Voleibol femeninos tienen los puntajes más altos de lo que podemos inferir que son estas deportistas quienes más motivadas se encuentran a la hora de realizar los entrenamientos, establecen metas y objetivos alcanzables y normalmente los consiguen y se visualizan haciendo sus labores deportivas con el fin de interiorizarlas y mejorarlas, mientras que el equipo de Futsal Masculino es el que tiene un puntaje menor en este factor lo que quiere decir que estos deportistas tienden a considerar que no vale la pena dedicarle tanto tiempo y esfuerzo al deporte lo que los lleva a no estar motivados con superarse día a día, a desconcentrarse no solo en los entrenamientos sino también en los partidos lo que puede influir negativamente a la hora de lograr los objetivos propuestos.

Con respecto a la Habilidad mental los resultados nos indican que el equipo de Voleibol Masculino tiene el puntaje menor de lo que se puede hipotética que este equipo no se proyecta y no genera objetivos antes de los entrenamientos, competencias o partidos, no hacen uso de la técnica de la imaginación ensayando mentalmente las jugadas que podrían poner en práctica en los partidos o competencias y tienden a sentirse incómodos cuando uno de sus compañeros es destacado por la labor o participación en los partidos o competencias, con respecto a los otros tres equipos se evidencio que están en puntuaciones muy similares por encima de la media lo que quiere decir que probablemente estos deportistas ensayan mentalmente lo que deben hacer antes durante y después de las competencias o partidos, aceptan las cualidades y habilidades de sus compañeros y comprenden que las habilidades individuales también son necesarias para lograr objetivos grupales.

Con respecto a los resultados arrojados en cuanto al factor sociodemográfico Sexo en el factor de Influencia en la evaluación del rendimiento se evidencia que las mujeres tienen mayores porcentajes en cuanto a los baremos del CPRD iniciando por el hecho de que los hombres tienen un porcentaje de 40.7% siendo este el porcentaje mayor de sus rangos, correspondiente al rango de 11-49 mientras que las mujeres en este rango no tienen ningún porcentaje y su porcentaje mayor está ubicado en el rango de 90-99 común porcentaje del 65.2% de lo que podemos inferir que las mujeres tienen mayor dominio a la hora de aceptar las críticas y aprender de ellas, mientras que los hombres pueden pensar que están siendo criticados y no valoran dichas críticas, asimismo las mujeres suelen no preocuparse tanto por las decisiones que el entrenador pueda tomar con respecto a su participación en el juego aceptando que debe competir quien esté en mejores condiciones, mientras que los hombres tienden a enojarse o a no comprender dichas decisiones del entrenador y pueden tomárselo personal.

Por otra parte los resultados de la Habilidad mental con respecto al sexo nos dan a conocer que esta característica está en la media para ambos sexos lo que quiere decir que tanto los hombres como las mujeres pertenecientes a los diferentes equipos deportivos de una universidad privada del Valle de Aburrá tienen la capacidad de una vez terminado el partido o la competencia analizar el rendimiento individual y colectivo de una manera objetiva y específica donde se consideren los hechos reales y cada apartado de la competencia o partido con el fin de buscar soluciones para esos factores negativos y poder seguir mejorando en los factores positivos con el fin de que el siguiente partido o competencia tenga mejores resultados, otro aspecto importante es que antes, durante y después de la competencia los deportistas suelen animarse con palabras, pensamientos e imágenes que les permite tener una mayor confianza en sí mismos y en sus compañeros.

Se evidencia que las mujeres tienen un porcentaje más alto que los hombres en cuanto a la Motivación con un porcentaje del 73.9% en el rango del 90-99 con respecto a los baremos del CPRD lo que nos da a entender que las mujeres están más motivadas que los hombres para ir a los entrenamientos, adicional a esto las mujeres establecen metas y objetivos a corto mediano y largo plazo con respecto a su formación como deportistas y se esfuerzan constantemente por mejorar sus cualidades con el fin de lograr las metas propuestas.

Por otra parte, se evidencia que con un puntaje del 44.4% en el rango de 90-99 los hombres tienen una mayor Cohesión de equipo que las mujeres lo que nos da a entender que ellos pueden trabajar más fácilmente en grupo, tienden a darle la misma importancia a cada miembro del grupo y hacerlo sentir importante y están unos para los otros sea cual sea el resultado.

Con respecto al Control de estrés se evidencia que los hombres tienen un puntaje menor que las mujeres con un porcentaje de 25.9% en el rango de 90-99 de lo anterior se puede hipotetizar que los hombres tienden a dejarse llevar más fácilmente por situaciones estresantes que se les presenten

en un partido o competencia como los malos comentarios de los espectadores, contrincantes o los mismos compañeros y esto los puede llevar a desconfiar de sus propias habilidades, también son personas que tienden a desanimarse o llegar sin ánimos a las competencias lo que hace que no pueda demostrar al 100% su potencial.

Ahora bien, con los resultados obtenidos en la investigación a nivel general se puede predecir que las características psicológicas evaluadas impactan en el rendimiento deportivo ya sea positiva o negativamente, en esta investigación se evidencio que los deportistas de dicha universidad privada del Valle de Aburrá tienen un porcentaje medio- alto en las características evaluadas como: Control de estrés, Influencia de la evaluación del rendimiento, Motivación, Habilidad mental y Cohesión de equipo lo que les permite tener un nivel medio-alto en el rendimiento deportivo en cuanto a las condiciones psicológicas, siendo así lo anterior concuerda con la investigación de Barrios, en el artículo Aportes de la Psicología del deporte para conceptualizar, operacionalizar, y maximizar el rendimiento deportivo, quienes en el año 2018 en Argentina dieron a conocer que las condiciones físicas técnicas, tácticas y psicológicas impactan en el desarrollo del rendimiento deportivo, logrando cambiar el foco conceptual y comprendiendo que las condiciones y los componentes de los entrenamientos son base fundamental para mejorar el rendimiento deportivo.

Por otra parte (Martínez et al., 1993) en el artículo las Variables físicas y psicológicas predictoras del rendimiento deportivo y del cambio terapéutico desarrollado en Madrid, hallaron que las variables que predicen el rendimiento deportivo son la conducta competitiva, las creencias irracionales y la ansiedad competitiva, por tal motivo busca alternativas para modificar esas creencias irracionales y/o pensamientos negativos y así poder lograr un aumento en la motivación, esta información suministrada en dicha investigación concuerda correctamente con los hallazgos realizados en la universidad privada del Valle de Aburrá trayendo esto a colación que a nivel general

tanto la Influencia de la evaluación del rendimiento como la Motivación son los factores que están teniendo porcentajes menores lo que quiere decir que los deportistas probablemente están presentando signos de ansiedad a la hora de competir, no logran obtener pensamientos positivos y posiblemente generan creencias irracionales individuales o grupales lo que hace que su rendimiento en estas dos características psicológicas sea menor y pueda llevar a una disminución del rendimiento deportivo en general.

Al realizar esta investigación se toma la decisión de evaluar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento en base al sexo ya que es importante validar si este es un factor diferencial, a lo que los resultados nos arrojaron puntuaciones más altas para las mujeres en cuatro de las cinco características, siendo la característica de Cohesión de equipo la única en la que los hombre tuvieron una puntuación por encima de las mujeres, dicha información concuerda correctamente con lo investigado por (Arias Padilla et al., 2015) en el artículo Características psicológicas del rendimiento deportivo en deportes de conjunto en Colombia, donde hablan de las disciplinas deportivas como futsal, futbol, baloncesto, voleibol, donde mostraron diferencias significativas logrando evidenciar cambios en la Cohesión de equipo según el género, así mismo los resultados sugieren que los programas de intervención, las exigencias de entrenamiento y la competencia en las diferentes disciplinas deben ser acordes al género.

10 Conclusiones

Se puede concluir por medio de los resultados arrojados de los diferentes deportes que:

* A nivel general de las características evaluadas todos los equipos se encuentran en un porcentaje medio-alto con respecto a los baremos del CPRD, donde las puntuaciones más bajas que se evidencian son en La influencia a la evaluación del rendimiento y la motivación, sin salirse de la media.

* El equipo de Voleibol Femenino es quien tiene mayores puntuaciones en la mayoría de los factores lo que hace que sea el equipo con mejor rendimiento en cuanto a las características psicológicas de dicha universidad privada del Valle de Aburrá.

*Se evidencia que los equipos de Futsala de dicha Universidad privada del Valle de Aburrá tienen falencias en la Cohesión de equipo, por lo que podrían tomar las críticas constructivas como ofensas y no tomar las oportunidades de mejora.

*Se puede inferir que los equipos femeninos de dicha universidad privada del Valle de Aburrá tienen mayor motivación lo cual se puede evidenciar en la entrega deportiva tanto en los entrenamientos como en los partidos o competencias.

*El equipo de Futsal femenino tiene el menor puntaje en el Control de estrés por tal motivo puede distraerse fácilmente con comentarios dentro o fuera del campo de juego, que podría ocasionar dificultades en la consecución de los objetivos planteados.

*El equipo de Voleibol Masculino tiene el puntaje más bajo en la Influencia de la evaluación, debido a esto tienden a preocuparse más por lo que pasa a su alrededor y lo puede generar que desconfíen de sus propias habilidades.

*Los equipos de Futsal femenino, Futsal masculino y Voleibol femenino tienen una buena Habilidad mental, por ende, suelen animarse entre ellos mismos para lograr las metas propuestas.

*Las mujeres tienen una puntuación más alta en La influencia de la Evaluación del rendimiento, lo que les puede permitir aceptar de una mejor manera las decisiones del entrenador, sin sentir estas a título personal, sino pensando más en el bienestar grupal.

*Las mujeres están más motivadas, de acuerdo con esto se podría deducir que ellas tienen mayor deseo por mejorar sus habilidades en comparación con los hombres.

*Los hombres tienen una puntuación más alta en la Cohesión de equipo lo que nos permite hipotética que saben trabajar más fácilmente en equipo para lograr las metas y/o objetivos establecidos.

Referencias

- De la Paz, L., & Montero, R. (2015). Razonamientos sobre el rendimiento deportivo. Sus principales indicadores en corredores de 400 metros planos. *Efdeportes*, 19(202) https://www.researchgate.net/publication/327890807_Razonamientos_sobre_el_rendimiento_deportivo_Sus_principales_indicadores_en_corredores_de_400_metros_planos_Lic_Raynier_Montoro_Bombu
- Fenoy, J., & Campoy, L. (2012). Rendimiento deportivo, estilos de liderazgo y evitación experiencial en jóvenes futbolistas almerienses. *Redalyc*, 21(1), 137-142. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235124455017.pdf>
- Fradejas, E., & Espada, M. (2018). La influencia de la evaluación del rendimiento en el deporte en edad escolar. *Revista De Educación Física*, 36(1) https://oa.upm.es/54952/1/INVE_MEM_2018_298382.pdf
- Guterman, T. (2022). Hasta siempre Roberto Di Giano. *Efdeportes*, 27(287) <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/efdeportes/issue/view/54>
- Ministerio del deporte. (2021). Dirección Fomento y Desarrollo. Mindeporte. <https://www.mindeporte.gov.co/mindeporte/quienes-somos/dependencias/direccion-fomento-desarrollo>
- Pérez, E., & Estrada, O. (2015). Historia de la Psicología del Deporte. *Apuntes De Psicología*, 33(1), 39-5346. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/561/424>

- Robles, J., Abad, M., & Gimenez, F. (2009). Concepto, Características, Orientaciones Del Deporte Actual. *Efdeportes*, 14 (138) <https://zdocs.mx/doc/concepto-caracteristicas-orientaciones-del-deporte-actual-7p4m94ydqzpj>
- Ruiz, L. (2003). Rendimiento deportivo, optimización y excelencia en el deporte. *Revista De Psicología del deporte*, 8(2) <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v8n2/19885636v8n2p235.pdf>
- Viru, A., & Viru, M. (2011). Análisis y control el rendimiento deportivo. Paidotribo S.L.
- Lopez, A., & Frutos H. (2011). La cohesión grupal, un estudio observacional de su incidencia en educación física, 397-410.
- Montoro Rainer, & Lázaro de la Paz. (2015). Razonamientos sobre el rendimiento deportivo, 2.
- Barrio J.A et al., (2006) El estrés como respuesta, 2.

Anexos

Anexo 1 Consentimiento informado

Consentimiento Informado:

Esta investigación respeta las todas las leyes colombianas y presta especial atención a lo contenido en el Título IV, Capítulo I, Artículos 103, 104, 105 y 106 de la Constitución Política, en donde se definen las formas de participación democrática, lo que contempla la Resolución 8430 de 1993 en la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud y el Código Deontológico y Bioético en Psicología dispuesto en la Ley 1090 de 2006.

Objetivo de la Investigación:

Analizar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo de los deportistas de una universidad privada del Valle de Aburrá.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al curso y proceso de la investigación, sus objetivos y procedimientos. Que actúo consciente, libre y voluntariamente como participante de la presente investigación. Soy conocedor (a) de la autonomía suficiente que poseo para abstenerme de responder total o parcialmente las preguntas que me sean formuladas y a prescindir de mi colaboración cuando a bien lo considere y sin necesidad de justificación alguna. Que se respetará la buena fe, la confidencialidad e intimidad de la información por mí suministrada, lo mismo que mi seguridad física y psicológica.

(El anterior consentimiento informado es una adaptación del propuesto por las investigadoras Mariam Abissad Janna y Estefanía Orozco Giraldo, 2018, de la Universidad de Antioquia)

Cualquier inquietud o si desea ampliar la información sobre su participación en la siguiente investigación comunicarse con:

Helesyurdey Parias Quiceno
Investigadora
hpariasquic@uniminuto.edu.co