

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

HABILIDADES PSICOLÓGICAS ENTRE
DEPORTISTAS PERUANOS DE ALTO
RENDIMIENTO MENORES Y MAYORES EN
LA VIDENA, 2023

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Angela Francesca Ramirez Alva

Asesor:

Dra. Shirley Fiorella Simbrón Espejo

<https://orcid.org/0000-0002-7521-0315>

Trujillo - Perú

2023

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	SILVIA KATHERINE CHANG LEON
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	CLAUDIA KARINA GUEVARA CORDERO	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	SHIRLEY FIORELLA SIMBRON ESPEJO	
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD






Página 2 of 84 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3131109882

10% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

- 0%  Fuentes de Internet
- 10%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A mis padres y hermano, por confiar en mí. Gracias a su esfuerzo y apoyo, hoy puedo
cumplir un sueño más.

AGRADECIMIENTO

A mi familia y amigas que estuvieron cerca, apoyándome en el transcurrir de mis objetivos personales y profesionales. A los deportistas peruanos de alto rendimiento quienes, con su esfuerzo diario, son inspiración para muchos, gracias por aceptar ser parte de esta investigación. A mis docentes asesores, por escuchar mis dudas y con paciencia brindarme sus conocimientos para ser empleados en el desarrollo de esta investigación. A mis docentes quienes compartieron su experiencia y conocimientos en mi vida universitaria, su vocación es parte fundamental de mis logros académicos.

Tabla de contenido

Jurado calificador	2
Informe de similitud	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
ÍNDICE DE FIGURAS	8
ÍNDICE DE ANEXOS	8
RESUMEN	9
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	11
1.1. Realidad problemática	11
1.2. Formulación del problema	24
1.3. Objetivos	24
1.3.1. Objetivo general	24
1.3.2. Objetivos específicos	24
1.4. Hipótesis	25
1.4.1. Hipótesis general	25
1.4.2. Hipótesis específicas	25
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	27
2.1. Tipo, Diseño y enfoque	27
2.2. Población	28
2.3. Muestra	28
2.4. Instrumentos y Recopilacion de datos	30
2.5. Principios éticos	31
CAPÍTULO III: RESULTADOS	32
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	49
REFERENCIAS	61
ANEXOS	66

Índice de tablas

Tabla 1	<i>Frecuencias Descriptivas de la Variable Habilidades Psicológicas</i>	32
Tabla 2	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Nivel de Autoconfianza</i>	33
Tabla 3	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control de Afrontamiento Negativo</i>	34
Tabla 4	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Atencional</i>	35
Tabla 5	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Visuo-Imaginativo</i>	36
Tabla 6	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Nivel Motivacional</i>	37
Tabla 7	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control de Afrontamiento Positivo</i>	38
Tabla 8	<i>Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Actitudinal</i>	39
Tabla 9	<i>Pruebas de Normalidad para la variable Habilidades Psicológicas</i>	40
Tabla 10	<i>Diferencias de las habilidades psicológicas entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	41
Tabla 11	<i>Diferencias de Control de Autoconfianza entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	42
Tabla 12	<i>Diferencias de Control de Afrontamiento Negativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	43
Tabla 13	<i>Diferencias de Control Atencional entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	44
Tabla 14	<i>Diferencias de Control Visuo-Imaginativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	45
Tabla 15	<i>Diferencias de Nivel Motivacional Negativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	46
Tabla 16	<i>Diferencias de Control de Afrontamiento Positivo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	47
Tabla 17	<i>Diferencias de Control Actitudinal entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores</i>	48

Índice de figuras

Figura 1. Diseño de investigación	28
---	----

Índice de Anexos

Anexo 1 Matriz de consistencia	66
Anexo 3. Inventario Psicologico de Ejecución Deportiva (IPED)	72
Anexo 4. Clave de corrección IPED.....	74
Anexo 5. Tabla de Baremos	75
Anexo 6. Estadística de grupo	76
Anexo 7. Radar de frecuencias	76
Anexo 8. Prueba de Normalidad.....	77
Anexo 9. Prueba Kolmogorov- Smirnov	77

RESUMEN

El presente estudio investigó la relación entre las habilidades psicológicas y los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años residentes en la VIDENA durante 2023. De tipo aplicada, con un diseño no experimental, transversal y enfoque cuantitativo, se evaluó a una muestra de 202 deportistas seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento utilizado fue el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), que mide siete dimensiones psicológicas: autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo-imaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal. Los resultados mostraron diferencias significativas en habilidades como el control atencional, el nivel motivacional y el control de afrontamiento negativo, siendo los deportistas mayores quienes presentaron mejores resultados en estas dimensiones. Sin embargo, habilidades como el control visuo-imaginativo, el control actitudinal y el afrontamiento positivo mostraron niveles predominantemente bajos en ambos grupos, sin diferencias significativas. Estos hallazgos subrayan la necesidad de programas de entrenamiento psicológico que aborden las debilidades detectadas, promoviendo un desarrollo integral y sostenible de las habilidades psicológicas desde etapas tempranas hasta el alto rendimiento.

PALABRAS CLAVES: *Psicología deportiva, habilidades psicológicas, rendimiento deportivo, deportistas peruanos, IPED.*

ABSTRACT

This study investigated the relationship between psychological skills and Peruvian high-performance athletes aged 24 and under and those over 24 residing at VIDENA during 2023. It was an applied study with a non-experimental, cross-sectional design and a quantitative approach. A sample of 202 athletes was selected through non-probability convenience sampling. The instrument used was the Psychological Inventory of Sports Execution (IPED), which assesses seven psychological dimensions: self-confidence, negative coping control, attentional control, visuo-imaginative control, motivational level, positive coping control, and attitude control. The results revealed significant differences in skills such as attentional control, motivational level, and negative coping control, with older athletes showing better outcomes in these dimensions. However, skills such as visuo-imaginative control, attitude control, and positive coping control showed predominantly low levels in both groups, with no significant differences. These findings highlight the need for psychological training programs to address the identified weaknesses, fostering the comprehensive and sustainable development of psychological skills from early stages to high-performance levels.

Keywords *Sports psychology, psychological skills, athletic performance, Peruvian athletes, IPED.*

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Según la Universidad de Toronto, los atletas de élite son más propensos a experimentar trastornos de salud mental debido al inmenso estrés y presión asociados con el deporte de alto rendimiento. Estos factores pueden impactar significativamente el bienestar emocional, y la manera en que los atletas manejan este estrés puede variar considerablemente según su edad. Los deportistas más jóvenes, que aún están desarrollando sus habilidades psicológicas, pueden ser particularmente vulnerables a trastornos como la depresión, la ansiedad y los trastornos alimenticios, especialmente cuando estos problemas son exacerbados por entrenadores desde edades tempranas. En el estudio de Poucher, que se centró en los atletas del equipo nacional canadiense que entrenaban para Tokio 2020, se observó que un 41 por ciento de estos atletas reportaron algún tipo de trastorno mental, con un 31,7 por ciento experimentando síntomas de depresión y un 18,8 por ciento enfrentando ansiedad moderada a severa. Otros estudios sugieren que las habilidades psicológicas, como la resiliencia y la capacidad de manejo del estrés, pueden evolucionar con la edad, siendo más limitadas en los atletas más jóvenes, lo que los hace más susceptibles a estos trastornos (National Geographic, 2022). La percepción y capacidad de afrontar la demanda psicológica de la competencia también tiende a mejorar con la madurez, haciendo que la presión psicológica sea percibida de manera diferente entre atletas de distintas edades (Infosalus, 2023).

Una investigación realizada en Argentina por estudiantes de la Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES) reveló un creciente interés por integrar herramientas de salud mental en las prácticas deportivas, especialmente en clubes de fútbol, básquet y rugby. Este interés ha crecido desde 2019, y ha sido impulsado por la conciencia de que las habilidades psicológicas son fundamentales para mejorar el rendimiento deportivo. Sin embargo, la efectividad de estas intervenciones puede variar según la edad de los deportistas. Los atletas más jóvenes, que aún están desarrollando su madurez emocional, pueden beneficiarse de manera diferente a los atletas mayores, que ya han desarrollado estrategias más efectivas para manejar el estrés y la presión competitiva (Diario EPOCA, 2023). En Chile, para las Olimpiadas de 2020, se destinó una parte significativa del presupuesto de \$180 mil millones de pesos chilenos para

programas de habilidades psicológicas, reconociendo la importancia de estas habilidades para el éxito a largo plazo de los deportistas de alto rendimiento. Este tipo de inversión es crucial para ayudar a los atletas a desarrollar y fortalecer sus habilidades psicológicas, que pueden variar considerablemente a lo largo de sus carreras deportivas (Ministerio del Deporte Chile, 2023).

En Perú, los deportistas que logran destacarse a nivel competitivo a menudo lo hacen gracias a su propio esfuerzo y al apoyo de sus familias, dado que el financiamiento estatal y el respaldo de sus federaciones deportivas son frecuentemente insuficientes. Esta situación plantea un desafío significativo para el desarrollo de habilidades psicológicas, especialmente en los atletas más jóvenes que aún están desarrollando su capacidad para manejar la presión y el estrés. Sin el acceso adecuado a recursos psicológicos y entrenamiento especializado, estos jóvenes atletas dependen en gran medida de su entorno familiar y de su propia resiliencia para alcanzar el éxito (INFOBAE, 2023). A nivel institucional, el presupuesto asignado al Instituto Peruano del Deporte (IPD) y su ejecución han sido objeto de crítica, con solo el 47,4 % del presupuesto ejecutado en infraestructura, lo que refleja una falta de prioridad en el desarrollo de campos deportivos y recursos que podrían beneficiar directamente a los deportistas, particularmente en el fortalecimiento de sus habilidades psicológicas a lo largo de su carrera (El Peruano, 2023).

A nivel local, este estudio, enfocado en habilidades psicológicas de los deportistas de alto rendimiento menores y mayores de 24 años, se anticipa que las diferencias en el acceso a recursos psicológicos, como el entrenamiento emocional, junto con la presión competitiva y las variaciones en la madurez emocional entre los deportistas menores y mayores, generan una disparidad significativa en el desarrollo emocional de estos atletas. En dimensiones como la adaptabilidad y el manejo del estrés, en comparación con sus contrapartes mayores que han tenido más tiempo para desarrollar estas habilidades. Este estudio pretende aportar al identificar y analizar estas diferencias en habilidades psicológicas, proporcionando datos que podrían ser fundamentales para diseñar intervenciones específicas y mejorar el apoyo psicológico, promoviendo así un desarrollo emocional más equilibrado y eficiente en los deportistas de alto rendimiento. Al hacerlo, se espera contribuir no solo al bienestar individual de los atletas, sino también al éxito sostenido de la región en el ámbito deportivo.

En cuanto a **estudios previos**, a nivel internacional, Osorio et al., (2023) investigaron las habilidades psicológicas básicas en un grupo de 17 tenistas jóvenes en formación de la Liga Vallecaucana de Tenis de Campo (LVTC), quienes presentaron una edad promedio de $14,4 \pm 1,4$ años. Utilizando métodos mixtos, los investigadores identificaron que el 100% de los participantes mostraron un alto nivel en el reto competitivo, mientras que las demás habilidades psicológicas, como la autoconfianza y el control emocional, se ubicaron en categorías inferiores, indicadas como áreas de mejora. Estos resultados subrayan que, a esta edad, los deportistas están en un punto crucial para el desarrollo de sus capacidades psicológicas, y se requiere un acompañamiento profesional continuo para asegurar un desarrollo integral, que les permita enfrentar de manera efectiva las exigencias del deporte de alto rendimiento.

Por otra parte, Ríos et al., (2023) realizaron un estudio descriptivo transversal con una muestra de 87 jóvenes deportistas en la provincia de Villa Clara, Cuba, con una edad promedio de $14,75 \pm 1,74$ años. Los resultados indicaron que el 75,9% de los participantes mostraron niveles altos de autoconfianza y motivación, mientras que solo el 42,5% alcanzó niveles adecuados en el control de afrontamiento negativo, la atención y la capacidad visuoespacial, siendo estas últimas las habilidades menos desarrolladas. Estas cifras sugieren que los deportistas en esta franja etaria tienen fortalezas en ciertos aspectos psicológicos, pero también enfrentan desafíos significativos en otras áreas que requieren atención específica para asegurar un desarrollo psicológico equilibrado.

Ramírez et al., (2021) evaluaron las habilidades psicológicas de 146 deportistas del programa de Desarrollo del Talento Deportivo (DTD) de la Diputación Foral de Gipuzkoa, encontrando diferencias significativas basadas en la categoría de los deportistas, más que en la edad per se. Específicamente, los resultados mostraron que los deportistas promesas (con una media de 16 años) presentaron una habilidad mental (H.M) significativamente menor ($p < 0,05$) en comparación con los talentos deportivos (con una media de 20 años). Además, el control del estrés (C.E) y la cohesión de equipo (C.EQ) también mostraron diferencias significativas, indicando que estas habilidades tienden a mejorar con la experiencia y la madurez que vienen con la edad.

Raimundi et al., (2022) llevaron a cabo un estudio con 103 deportistas de entre 15 y 28 años ($M = 20,4$, $DT = 3,08$), donde el 57,3% eran hombres. Los resultados

Indicaron que el nivel motivacional, el control del afrontamiento positivo y el control de la actitud fueron las habilidades psicológicas más desarrolladas, con un promedio de puntuaciones superior al 75% en todas ellas. Además, se encontraron diferencias significativas basadas en el género y la percepción del estilo del entrenador: el 60% de las mujeres reportaron un mejor desarrollo de habilidades psicológicas cuando recibieron apoyo a la autonomía por parte de sus entrenadores, mientras que el 40% de los hombres reportaron un impacto negativo en su control atencional y capacidad de visualización cuando estuvieron bajo un estilo controlador. Estos resultados destacan la importancia del rol del entrenador y cómo las diferencias en edad y género pueden influir en la evolución de las habilidades psicológicas.

Finalmente, Calviño et al., (2022) examinaron las habilidades psicológicas en un equipo femenino de baloncesto juvenil, compuesto por 12 deportistas con una edad promedio de 17 ± 1 años, previo a los Juegos Juveniles Nacionales. Se observó que el nivel motivacional y el control de la actitud tenían las puntuaciones más altas, con un 85% de las participantes mostrando un desarrollo significativo en estas áreas. Sin embargo, no se encontraron correlaciones significativas entre la edad y las habilidades psicológicas específicas, lo que sugiere que, aunque estas deportistas ya muestran un alto nivel en ciertas capacidades, aún pueden requerir un refinamiento continuo a medida que avanzan en sus carreras y enfrentan mayores desafíos competitivos.

La comparación de los estudios a nivel internacional, los estudios de Osorio et al., (2023) y Ríos et al., (2023) se centran en la evaluación de las habilidades psicológicas en jóvenes deportistas. Osorio et al., examinaron a un grupo de tenistas con una edad promedio de 14 años y encontraron que, aunque los jóvenes deportistas mostraban un alto nivel en el reto competitivo, otras habilidades psicológicas, como la autoconfianza y el control emocional, eran áreas que requerían mayor desarrollo. De manera similar, Ríos et al., en su estudio con jóvenes deportistas de diferentes disciplinas en Cuba, identificaron que mientras la autoconfianza y la motivación estaban bien desarrolladas en la mayoría de los participantes, habilidades como el control de afrontamiento negativo y la atención necesitaban fortalecerse. Ambos estudios sugieren que, en esta etapa de desarrollo, las habilidades psicológicas en jóvenes deportistas son desiguales y requieren un apoyo continuo para asegurar un desarrollo integral.

Por otro lado, estudios como el de Ramírez et al., (2021) y Raimundi et al., (2022) se enfocaron en deportistas mayores y de alto rendimiento, explorando cómo la edad y la experiencia influyen en las habilidades psicológicas. Ramírez et al., encontraron que los deportistas más experimentados, categorizados como talentos deportivos, mostraban un mejor control del estrés y una mayor cohesión de equipo en comparación con los deportistas más jóvenes o menos experimentados. Raimundi et al., por su parte, observaron que el apoyo a la autonomía por parte de los entrenadores jugaba un papel crucial en el desarrollo de habilidades psicológicas, especialmente en mujeres deportistas, y que estas habilidades eran más robustas en atletas de mayor edad. Estos estudios destacan que las habilidades psicológicas tienden a mejorar con la edad y la experiencia, resaltando la importancia del entorno de apoyo en este proceso.

Por otra parte, en el **contexto nacional**, se tiene el estudio de Urcia (2022) llevó a cabo una investigación para determinar la influencia de los aspectos psicológicos en el rendimiento competitivo de 39 nadadores adolescentes de la piscina olímpica de Trujillo, con edades comprendidas entre 13 y 18 años. Los resultados revelaron que el 71,8% de los nadadores presentaban una motivación regular, mientras que un 30,8% mostraba una atención regular. Además, el 77% de los participantes percibió su rendimiento deportivo como regular. Estos hallazgos sugieren que, en esta cohorte de edad, las habilidades psicológicas como la motivación y la concentración no están completamente desarrolladas, lo que afecta directamente su rendimiento competitivo. La distribución normal de las variables ($p > 0.05$) indicó que estas habilidades tienen un impacto significativo en el rendimiento de los nadadores adolescentes.

Chomba (2022) también investigó la influencia de los aspectos psicológicos, centrándose en 61 futbolistas juveniles de clubes competitivos en Trujillo. Los resultados mostraron que el 57,3% de los futbolistas presentaban una motivación baja, el 59,2% exhibía una concentración deficiente y el 59,1% tenía un rendimiento deportivo insatisfactorio. La prueba de Shapiro Wilk reveló una distribución normal ($p > 0.05$), lo que indica que las variables psicológicas influyen negativamente en el rendimiento de los futbolistas juveniles. Este estudio destaca que, a pesar de la juventud de los deportistas, las deficiencias en motivación y concentración son comunes, lo que sugiere una necesidad crítica de intervención psicológica temprana.

Janampa (2023) se enfocó en las características psicológicas de 20 atletas de fondo del club de atletismo Jujoca en Huancayo, con el propósito de entender cómo estas influyen en su rendimiento. El estudio encontró que un porcentaje mayoritario de los atletas se encontraba en un nivel bueno en cuanto a las características psicológicas evaluadas, lo que se correlacionó con un buen rendimiento deportivo. Este estudio, aunque se centró en una muestra más pequeña y específica, resalta la importancia de las habilidades psicológicas en el rendimiento de atletas jóvenes, indicando que aquellos con mejores habilidades psicológicas tienden a tener un rendimiento superior.

Méndez (2023) examinó la relación entre la ansiedad Estado-Rasgo y la autoeficacia en 51 deportistas de alto rendimiento durante la pandemia de Covid-19, con edades entre 16 y 27 años ($M = 19.80$, $DE = 3.262$). Se encontró una correlación significativa y positiva entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado ($r = .40$), así como una diferencia significativa en la autoeficacia según la edad, siendo los deportistas de mayor edad los que mostraban niveles más altos de autoeficacia. Estos resultados sugieren que, con la edad, los deportistas desarrollan una mayor autoeficacia, lo que puede ayudarles a manejar mejor la ansiedad, especialmente en contextos de alto estrés como una pandemia.

En cuanto a la comparación de los estudios en el contexto nacional, los estudios de Urcia (2022) y Chomba (2022) se centraron en jóvenes deportistas peruanos, analizando cómo las habilidades psicológicas influyen en su rendimiento deportivo. Urcia encontró que la mayoría de los nadadores adolescentes en su estudio mostraban niveles regulares de motivación y atención, lo que se reflejaba en un rendimiento deportivo percibido también como regular. Chomba, en un estudio similar con futbolistas juveniles, identificó que más de la mitad de los participantes presentaban baja motivación y concentración deficiente, lo que impactaba negativamente en su rendimiento. Ambos estudios resaltan la necesidad de intervenciones tempranas para mejorar las habilidades psicológicas en los jóvenes deportistas, ya que estas son fundamentales para alcanzar un rendimiento óptimo.

Por otra parte, investigaciones como la de Méndez (2023) se enfocó en deportistas peruanos de mayor edad y de alto rendimiento. Méndez encontró que, en el contexto de la pandemia, los deportistas más experimentados presentaban mayores niveles de autoeficacia y mejor manejo de la ansiedad en comparación con los más

Jóvenes, sugiriendo que la edad y la experiencia juegan un papel importante en el desarrollo de estas habilidades.

Como **bases teóricas**, tenemos a las habilidades psicológicas tenemos las siguientes teóricas:

Teoría de la autoeficacia de Bandura (1977) citado en Alvan (2019) expresa que los procesos de autoeficacia, se dan en seis referentes: Logros de ejecución; que tienen que ver con la experiencia del deportista ya sean estas positivas o negativas. Persuasión verbal; es la influencia verbal ejercida en el deportista por otra persona. Experiencia vicaria; es la forma como el deportista utiliza como información la conducta de otros y forma la suya propia. Estado fisiológico; es la recepción de estímulos a través de las respuestas fisiológicas percibidas, el cual influirá en su expectativa de autoeficacia. Estado emocional; dependiendo del estado emocional por el cual atraviese favorecerá o afectará sus expectativas de autoeficacia. Experiencia imaginaria, se genera una visualización de una condición de juego que influirá en su autoeficacia.

Este modelo ve en el deporte un ámbito donde pueda observarse de qué manera el deportista con elevada autoeficacia realiza actividades complejas y que pese al esfuerzo en su realización logra alcanzar la meta elevando su autoestima y motivación. Para Sandoval, Caracuel & Ceballos (2014) las actividades que se planifiquen deberán concordancia con su progreso físico y mental, acordes a sus destrezas y cualidades

La teoría de la Autodeterminación de Deci & Ryan (1985), citado por Moreno, Orrego & Sepúlveda (2018) sostienen que la conducta esta regularizada por tres factores psicológicos básicos que lleva a la motivación, refieren que son: La autonomía, es el sentir que la conducta y los resultados son autodeterminados o resultan de la propia persona sin sentirse influido de aspectos externos; la competencia, es la obligación de sentirse capaz de realizar actividades de diferente dificultad; finalmente las relaciones sociales, es el sentirse apoyado o cuidado por los demás. Así mismo, que cuando las personas satisfacen estos factores psicológicos tienden a motivarse de manera intrínseca y dependiendo del nivel de satisfacción o frustración la respuesta será mayor o menor. Por consiguiente, al emplear premios o estímulos por la actividad realizada, se pierde la autonomía y el comportamiento pasa a ser externo; ello se ve

reflejado en las pruebas, presión social y exigencias de resultados, practica comunes en el ámbito deportivo.

Cuando se tiene buena disposición física, técnica y táctica, el entender y controlar los procesos atencionales le permitirá la realización de la actividad y el logro deportivo se incrementará, ya que al conseguir el mantener la atención en el objetivo evitará otras distracciones aprovechando los recursos disponibles para la mejora del rendimiento.

La teoría de los estilos atencionales de Nideffer (1976) citado en Álvarez (2014) sostiene que la actividad deportiva se relaciona con el estilo o foco atencional del deportista y si ese estilo logra ser identificado y desarrollado por el mismo deportista será más fácil comprender y anticipar el resultado, pudiendo ayudar a hacer frente a la variedad de exigencias del deporte que practique.

Según Alvan (2019), esta teoría plantea que el estilo presenta dos capacidades fundamentales: la dirección, que permite dirigir la atención tanto hacia el interior como hacia el exterior, y la amplitud, que determina la cantidad de información atendida en un momento específico. La combinación de ambas capacidades genera cuatro formas atencionales distintas: amplia-externa, donde se centra la atención en una gran cantidad de estímulos externos; amplia-interna, que atiende a estímulos internos globales que serán utilizados una vez planificados; estrecha-externa, que concentra la atención en un único estímulo externo; y estrecha-interna, donde la atención se dirige sobre uno mismo.

Cada deportista tiene un estilo atencional predominante que dependiendo de la disciplina que se realice y el momento en que se encuentre deberá de ser entrenado y hacer frente a las exigencias deportivas. Existen diferentes clasificaciones sobre que habilidades psicológicas deportivas intervienen en el aprendizaje del fútbol atendiendo a sus niveles de enseñanza: (iniciación, formación preliminar, formación y formación posterior), de las cuales la formación preliminar (13 – 15 años) es clave por ser la etapa de más progreso de las capacidades técnicas, tácticas y psicológicas en donde la actitud mental será fundamental (FIFA, 2020).

Por otro lado el rendimiento esta relacionado con los niveles de estrés tal como afirman Iza y Zumbana (2023), Bazán (2023) y Marcen et al., (2023), en la búsqueda de la relacion entre entre la ansiedad precompetitiva y los aspectos psicológicos

vinculados al rendimiento deportivo con resultados como la correlación paramétrica de Pearson ($r = 0.673$) mostraron una correlación mostrando significativamente con procesos estadísticos exhaustivos entre variables como la influencia-evaluación y el factor control de estrés.(p.165) en el estudio de Ríos Montes (2023)

Sin embargo debemos considerar en esta investigación la navegación por la salud mental del deportista, tal como lo estudian Ciaccioni et al., (2023), Mitchell et al., (2023), Liddelow et al., (2023) e Iza & Zumbana (2023) quienes publican sobre la navegación por la salud mental deportiva orientado el rendimiento en deporte de elite. Concluyendo que es importante:

Una reflexión sobre la importancia de cómo los directores de rendimiento del deporte de élite perciben la salud mental y las enfermedades mentales. Es crucial educar mejor a los líderes deportivos en esta área. Las campañas, orientaciones y recomendaciones de salud mental *dentro del deporte de élite han estado nadando en las aguas poco profundas de un tema complejo y profundamente estratificado* (Prior et al., 2023).

Para conocer las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (Acevedo et al., 2017) se encuentra que el rendimiento deportivo de los atletas está en relación directa de los factores y condiciones que requieren de previo entrenamiento y preparados para mostrar en una competencia, es así que la preparación mental es fundamental para complementar un conjunto de variables que pueden ser entrenadas por los deportistas; es por tanto la potencialización y el complemento del desarrollo mental del entrenamiento permite que el deportista posiblemente alcance los objetivos entre las habilidades psicológicas como la motivación, autoconfianza, atención, controles de activación, ansiedad y autoconocimiento general (p.4), hechos confirmados también por Marcen et al., (2023) y Carvajal y De la Torre (2023).

Las habilidades psicológicas de los atletas de alto rendimiento son definidas después de aplicado el inventario del test arrojan nivel motivacional, control de actitud, autoconfianza, control visuoimaginativo. Carvajal & De la Torre (2023) el deporte como ultratrail convoca multitudes para ver competidores de largas distancias y terrenos muy variables en altitud, clima, temperaturas todas en extremo. Se requiere se ejecuten mejoras en las habilidades psicológicas y factores clave como la motivación, atención, estrés, ansiedad y confianza que aplicaran durante la carrera

deportiva. Los resultados concluyen estadísticamente que es la motivación la que tiene una asociación estadísticamente probada con las hipótesis de investigación científica que es el rendimiento psicológico se basa en la motivación (p.5), resultados confirmados también por Acevedo et al., (2017), Carvajal y De la Torre (2023) y Villacrés (2023)

Por otro lado, en la literatura de las tesis sobre este tema, se considera a **Gómez, (2023)** quien desarrolló su tesis para encontrar la influencia de factores psicológicos y el rendimiento en el deporte de escalada deportiva para obtener el Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Miguel Hernández. Se define que el deporte es una disciplina compleja que va más allá de las habilidades físicas y técnicas y cobró más importancia a partir de los Juegos Olímpicos de Barcelona en 1992. El objetivo trata del análisis y síntesis de los estudios que tratan sobre la relación de la psicología deportiva y el rendimiento en la escalada. Los factores **psicológicos** hallados fueron en primer término la experiencia definida como el factor clave más importante en el deporte de escalada y en otros. Además se encuentra que existen el escalador sano, emocionalmente inestable, medido y obediente, y curioso e impulsivo y por último el factor de gestión de emociones que viene determinado por las aptitudes psicológicas del atleta, cuando escaladores vinculaban sentimientos de miedo relacionado con muerte y fracaso disminuía la eficacia, distancia y rendimiento en la escalada.

Según la Asociación de Psicólogos Americanos (APA), La Psicología del Deporte y de la Actividad Física es una disciplina científica que se enfoca en el estudio de los factores psicológicos que se relacionan con la participación y el desempeño en el deporte, el ejercicio y otras formas de actividad física. Explorando una amplia variedad de temas, desde el análisis de la motivación, la toma de decisiones y la atención, hasta el desarrollo de habilidades y estrategias de entrenamiento mental para mejorar el desempeño atlético.

Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), las habilidades psicológicas, utilizándose instrumento de la IPED para evaluar las habilidades psicológicas en este estudio. El IPED, desarrollado por Raimundi et al., (2016), es una herramienta de evaluación diseñada específicamente para medir el rendimiento deportivo desde una perspectiva psicológica. Esta prueba se compone de El Inventario

Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) consta de un total de 42 ítems, cada uno de los cuales presenta cinco opciones de respuesta que abarcan un espectro que va desde "casi siempre" hasta "casi nunca". Esta amplia gama de opciones de respuesta permite capturar y medir con mayor precisión las diferentes frecuencias y niveles de manifestación de las habilidades psicológicas evaluadas.

Los participantes tienen la oportunidad de seleccionar la opción que mejor refleje su propia experiencia y comportamiento en relación con cada ítem específico del inventario. Esta estructura de respuesta brinda una mayor flexibilidad y sensibilidad al capturar las variaciones individuales en la manifestación de las habilidades psicológicas, permitiendo así obtener una visión más completa y detallada de la capacidad y frecuencia con la que se despliegan dichas habilidades en el contexto deportivo.

El IPED evalúa diversas dimensiones relacionadas con el rendimiento deportivo, permitiendo obtener una visión integral de las habilidades psicológicas de los deportistas. Al utilizar esta herramienta, se espera obtener datos precisos y fiables que contribuyan a comprender y analizar el impacto de las habilidades psicológicas en el desempeño deportivo de los participantes en este estudio. En su versión reducida de 42 ítems en Argentina y validada por Cortez et al., (2022).

Dimensiones del instrumento IPED, evalúa siete aspectos psicológicos que impactan en el rendimiento en el ámbito deportivo.

- La primera dimensión la Autoconfianza (AC), que se refiere al grado de seguridad que tiene el individuo en sus habilidades para alcanzar el éxito deportivo.
- La segunda dimensión es Control de Afrontamiento Negativo (CAN), que se refiere al control que el individuo ejerce sobre sus actividades cognitivas y conductuales para enfrentar situaciones adversas en el deporte.
- El Control Atencional (CAT), como tercera dimensión, evalúa el nivel de control que posee una persona sobre su estado de alerta y disposición para la acción. Es una medida del grado de dominio que el individuo tiene en su capacidad de atención y preparación para responder adecuadamente.
- La cuarta dimensión es el Control Visuoimaginativo (CVI) se refiere a la capacidad de controlar las experiencias sensoriales y perceptivas

en ausencia de estímulos externos. Se trata de un proceso cognitivo controlado que permite producir estas experiencias de forma consciente.

- La quinta dimensión se denomina Nivel Motivacional (NM) y se enfoca en los procesos que activan, guían y mantienen el comportamiento de un individuo hacia una meta específica, brindándole intensidad y persistencia. Este aspecto comprende tanto los aspectos internos, como las necesidades y deseos personales, como los aspectos externos, como los incentivos y recompensas ofrecidas para alcanzar la meta deseada. En síntesis, el Nivel Motivacional se refiere a los elementos que estimulan y mantienen la conducta dirigida a metas, considerando tanto los aspectos internos como los externos que influyen en el nivel de motivación de una persona.

- La sexta dimensión es El Control de Afrontamiento Positivo (CAP) se refiere al dominio que tiene un individuo sobre las actividades cognitivas y conductuales que utiliza para mantener su atención y concentración en situaciones deportivas favorables. Se trata de un proceso que permite al individuo adaptarse a las demandas del entorno y enfrentarse de manera efectiva a situaciones positivas.

- La séptima dimensión corresponde al Control Actitudinal (CAC) y se refiere al control que tiene una persona sobre su actitud y evaluación de objetos, personas y comportamientos en su entorno. Este proceso le permite al individuo reaccionar de forma coherente y adecuada ante su entorno, adaptándose a las exigencias de cada situación.

El estudio examina las siete dimensiones psicológicas que influyen en el desempeño deportivo. El enfoque del IPED en la evaluación de las dimensiones psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo es notablemente completo y abarcador. Proporcionando una visión holística de las habilidades psicológicas de los deportistas. Esta herramienta permite obtener datos precisos y fiables que ayudan a comprender mejor el impacto de estas habilidades en el desempeño deportivo.

Esta investigación se justifica por la importancia de comprender los factores que contribuyen al alto rendimiento deportivo, el cual implica alcanzar resultados sobresalientes a nivel nacional e internacional. En el Perú, según la Ley del Deportista de Alto Nivel (2019), se considera como tal al desempeño que contiene un elevado

nivel de exigencia, lo que hace indispensable que los atletas posean recursos tanto físicos como psicológicos adecuados para satisfacer estos requerimientos. En este contexto, las habilidades psicológicas constituyen un componente fundamental, pues comprenden diversas dimensiones que deben ser evaluadas considerando las características específicas de la población estudiada, incluyendo la relación entre las etapas de desarrollo y el perfil psicológico necesario para el rendimiento óptimo.

En la presente investigación se aplicó un instrumento de evaluación: Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED), con la finalidad de obtener información sobre la diferencia de las habilidades psicológicas entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. Los resultados obtenidos son de utilidad para el deportista y las federaciones.

Así mismo, se pueden elaborar programas que favorezcan al desarrollo de las habilidades psicológicas de forma global y por dimensiones, según las necesidades que presenten los deportistas. También es de utilidad para aumentar los estudios en psicología deportiva, ya que son escasos en el país, contribuyendo además en los conocimientos académicos de quienes están interesados en este ámbito de la psicología, para futuras investigaciones.

En el ámbito de la salud mental, para visibilizar la importancia de las habilidades psicológicas como un aspecto fundamental para el desarrollo del deporte de alto rendimiento de forma saludable.

La presente investigación se justifica teóricamente en la necesidad de profundizar en el conocimiento de las habilidades psicológicas que impactan en el rendimiento deportivo, particularmente en cómo estas habilidades varían en función de la edad. La teoría sugiere que factores como la autoconfianza, el control del afrontamiento (tanto positivo como negativo), la motivación, la atención y otros componentes psicológicos son cruciales para el éxito deportivo. Sin embargo, existe una brecha en la literatura respecto a cómo estas habilidades se desarrollan y manifiestan en deportistas de diferentes grupos etarios, especialmente en el contexto peruano. Este estudio se basa en modelos teóricos de psicología del deporte que proponen que la intervención y el desarrollo de habilidades psicológicas pueden optimizar el rendimiento deportivo, lo cual es fundamental para entender las

necesidades y las estrategias más efectivas en el entrenamiento psicológico de los deportistas de alto rendimiento.

Finalmente, esta investigación se justifica de manera práctica, ya que se puede apreciar que las Habilidades Psicológicas está involucradas en diversos aspectos de la vida del deportista e involucra cuestiones determinantes para afrontar las exigencias de deporte profesional y de su vida en general.

1.2. Formulación del problema

Por la anterior, surge la interrogante:

¿Existen diferencias significativas en las dimensiones de las habilidades psicológicas entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Comparar las habilidades psicológicas de los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años en la Videna, 2023

1.3.2. Objetivos específicos

- Diferenciar el nivel de autoconfianza (AC) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años en la Videna, 2023.
- Diferenciar el control de afrontamiento negativo (CAN) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.
- Diferenciar el control atencional (CAT) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.
- Diferenciar el control visuo-imaginativo (CVI) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.
- Diferenciar el nivel motivacional (NM) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.

Diferenciar el control de afrontamiento positivo (CAP) entre los deportistas peruanos alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.

- Diferenciar el control actitudinal (CAC) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

Existe una diferencia significativa en las dimensiones de las habilidades psicológicas entre los deportistas de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

1.4.2. Hipótesis específicas

Hi 1: Existe una diferencia significativa en la dimensión Autoconfianza (AC) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 2: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control de Afrontamiento Negativo (CAN) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 3: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Atencional (CAT) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 4: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Visuo-Imaginativo (CVI) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 5: Existe una diferencia significativa en la dimensión Nivel Motivacional (NM) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 6: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Afrontamiento Positivo (CAP) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

Hi 7: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Actitudinal (CAC) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo, Diseño y enfoque

La investigación fue de tipo básica, según Hernández y Mendoza (2018), este tipo de investigación también conocida como investigación fundamental o pura, es un tipo de estudio científico que se enfoca en expandir el conocimiento teórico y la comprensión de fenómenos, principios o leyes fundamentales, sin una aplicación práctica inmediata

La investigación se llevó a cabo bajo un diseño no experimental, caracterizado por la ausencia de manipulación de variables. En lugar de intervenir, se optó por observar cuidadosamente los fenómenos en su entorno natural con el propósito de analizarlos en profundidad. Eso permitió recopilar información significativa sobre los fenómenos tal y como ocurren en la realidad, sin alterar su curso. Al observar los fenómenos en su contexto, se buscó captar tanto su complejidad como las dinámicas e interacciones presentes, logrando una comprensión más integral de su comportamiento natural. Este diseño resulta especialmente útil cuando se requiere estudiar fenómenos en su estado original y no es ético o factible manipular las variables involucradas. Como resultado, se obtuvo un análisis profundo y contextualizado de los fenómenos, aportando una perspectiva auténtica y fiel a su realidad. Según el tiempo de aplicación, esta investigación se clasifica como transversal, ya que el instrumento se aplicará en una única ocasión (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2020).

Por otra parte, el enfoque fue cuantitativo, ya que se distingue por la recolección y análisis de datos numéricos, permitiendo identificar patrones y relaciones entre variables. Creswell y Guetterman (2019) señalan que la investigación cuantitativa se basa en una indagación objetiva en torno al fenómeno bajo estudio. Este enfoque emplea herramientas estadísticas para probar hipótesis y generalizar resultados a partir de muestras representativas.

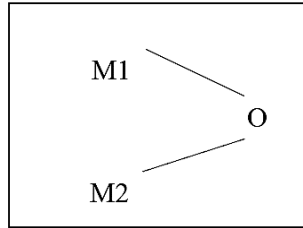


Figura 1. Diseño de investigación

M1: Menores igual de 24 años.

M2: Mayores de 24 años.

O: Habilidades psicológicas.

2.2. Población

Por otro lado, al referirnos a población se puede considerar que es “el conjunto de todos los individuos que concuerdan con una serie de especificaciones, las cuales se sitúan claramente en torno a sus características de contenido, de lugar y en el tiempo” (Condori, 2020).

La población de la presente investigación estuvo constituida por deportistas peruanos de alto rendimiento en el año 2023 que residen en la Villa Deportiva Nacional (VIDENA) en Lima, que son un total de 420.

2.3. Muestra

El muestreo no probabilístico por conveniencia es una técnica de selección de muestra en la que los participantes son elegidos principalmente por su accesibilidad, disponibilidad y proximidad al investigador. Según Martínez (2019), este tipo de muestreo "se basa en la selección de individuos que están más fácilmente disponibles para participar en el estudio, sin que todos los miembros de la población tengan la misma probabilidad de ser seleccionados". Esto implica que la muestra no es representativa de la población en su totalidad, pero resulta útil en investigaciones exploratorias o cuando existen limitaciones de recursos o tiempo.

Criterios de inclusión

- Deportistas de alto rendimiento que residen en la Villa Deportiva Nacional (VIDENA) en Lima, Perú.
- Deportistas activos durante el año 2023.
- Deportistas de ambos géneros (masculino y femenino).
- Deportistas con edades comprendidas entre menores o iguales a 24 años y mayores de 24 años.
- Deportistas mayores de 18 años (mayores de de edad según la legislación peruana).
- Deportistas voluntarios que aceptaron participar en la investigación mediante el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Deportistas que, aun residiendo en la VIDENA, se encuentren en periodo de rehabilitación por lesiones físicas graves.
- · Deportistas que hayan participado en menos de tres competencias oficiales durante el año 2023.
- · Deportistas con menos de dos años de experiencia en competencias de alto rendimiento.
- · Deportistas que estén participando simultáneamente en otros estudios de investigación psicológica que puedan interferir con los resultados.
- · Deportistas que hayan experimentado eventos traumáticos significativos en los últimos seis meses que puedan afectar su estado psicológico habitual.
- · Deportistas que no comprendan adecuadamente el idioma español para responder a los instrumentos de evaluación.
- · Formularios con respuestas contradictorias o patrones de respuesta que sugieran falta de atención o compromiso con la evaluación.

Con un nivel de confianza de 95% y un 5% de error; la muestra fue conformada por 202 deportistas (100%), de los cuales 99 son menores de 24 años (49%) y 103 son mayores de 24 años (51%), hombres y mujeres. Es especialmente adecuado cuando se desea estudiar un grupo específico y accesible, como en este caso, los

deportistas de la VIDENA que cumplieran con los criterios establecidos para la investigación.

2.4. Instrumentos y Recopilación de datos

En cuanto a la metodología utilizada para recopilar datos, se empleó un cuestionario que ha sido administrado siguiendo los criterios establecidos en el estudio, este cuestionario fue diseñado cuidadosamente y se aplicó de acuerdo con los criterios y pautas establecidos en el estudio. El objetivo de este estudio fue investigar, analizar y describir las características del constructo habilidades psicológicas a través de la recolección de información basada en los datos obtenidos de la muestra de estudio. La finalidad principal fue obtener una comprensión detallada y precisa de las diversas variables relacionadas con el constructo, con el fin de proporcionar una visión completa y fundamentada de los fenómenos investigados. Se emplearon diferentes métodos y técnicas de recopilación de datos para garantizar una captura exhaustiva de la información relevante, y posteriormente se llevó a cabo un análisis minucioso para examinar las relaciones y patrones identificados. El muestreo no probabilístico por conveniencia se utilizó como una estrategia práctica y accesible para seleccionar la muestra, lo que permitió la obtención de datos de manera eficiente y oportuna para el desarrollo del estudio (García, citado por Casas, Repullo y Donado, 2003).

En cuanto a las propiedades psicométricas del instrumento utilizado, el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) constituye la adaptación al español del Psychological Performance Inventory (PPI) desarrollado originalmente por Loehr (1986). El instrumento original (PPI) presentó propiedades psicométricas aceptables, con coeficientes de fiabilidad (alfa de Cronbach) entre 0.72 y 0.84 para sus siete dimensiones: autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo-imaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal. La primera adaptación al español fue realizada por Hernández-Mendo (2006), quien tradujo y adaptó culturalmente los ítems del PPI original conservando la estructura factorial de siete dimensiones con 6 ítems cada una (42 reactivos en total), evaluados mediante una escala Likert de 5 puntos. Las propiedades psicométricas del IPED han sido estudiadas desde múltiples perspectivas metodológicas: la Teoría Clásica de los Tests (con índices de fiabilidad entre 0.70 y

0.80 para todas las subescalas), la Teoría de Respuesta al Ítem (que confirmó la idoneidad de los ítems y su capacidad discriminativa) y la Teoría de la Generalizabilidad (que evaluó la precisión de generalización de los resultados). La adaptación argentina del IPED por Raimundi, Reigal y Hernández-Mendo (2016), referenciada en el trabajo de Cortez et al. (2022), presentó robustas propiedades psicométricas con coeficientes alfa de Cronbach entre 0.70 y 0.80 para todas las subescalas y confirmación de la estructura de siete factores mediante análisis factorial confirmatorio. Finalmente, el estudio de validación en deportistas peruanos de alto rendimiento realizado por Cortez et al. (2022) confirmó las excelentes propiedades psicométricas del instrumento con un buen ajuste del modelo de siete dimensiones ($SB\chi^2 = 2243,096/df = 798$; CFI = 0,955; SRMR = 0,095; RMSEA = 0,084 [IC90%: 0,080-0,069]) y valores de consistencia interna (omega) entre 0,754 y 0,841 para las siete dimensiones, lo que demuestra que esta adaptación peruana del IPED constituye un instrumento válido y fiable para evaluar las habilidades psicológicas en deportistas de alto rendimiento en el contexto nacional.

2.5. Principios éticos

En relación con la ética de esta investigación, se consideraron varios aspectos importantes. En cuanto a la confidencialidad, se protegió la identidad de los deportistas participantes, revelando únicamente información básica como su género, edad y deporte practicado. Se garantizó la objetividad de los resultados al no alterar ni manipular los datos obtenidos. Asimismo, se aplicó un riguroso enfoque científico

utilizando un instrumento adaptado y validado en el país, lo que aseguró su fiabilidad, siguiendo los estándares correspondientes. También se respetó la voluntariedad de los deportistas, quienes no fueron sometidos a presiones ni manipulaciones para su participación. Finalmente, se obtuvo el consentimiento informado de las personas voluntarias, quienes fueron debidamente informadas sobre el proceso y la forma en que se utilizarían sus respuestas durante la prueba.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla 1

Frecuencias Descriptivas de la Variable Habilidades Psicológicas

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Baja	44	44,4	23
Regular	54	54,5	79	76,7
Alta	1	1,0	1	1,0
Total	99	100,0	103	100,0

En la Tabla 1 se presentan las frecuencias descriptivas de la variable Habilidades Psicológicas entre deportistas menores y mayores de 24 años. Para los deportistas menores de 24 años, el 44,4% presenta un nivel bajo de habilidades psicológicas, el 54,5% un nivel regular, y solo el 1% un nivel alto. En cuanto a los deportistas mayores de 24 años, el 22,3% tiene un nivel bajo de habilidades psicológicas, el 76,7% un nivel regular, y el 1% presenta un nivel alto. Esto indica que la mayoría de los deportistas, tanto menores como mayores, se encuentran en un nivel regular de habilidades psicológicas, siendo más prevalente el nivel regular en los deportistas mayores.

Tabla 2
Frecuencias Descriptivas de la dimensión Nivel de Autoconfianza

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	54	54,5	49	47,6
Regular	45	45,5	53	51,5
Alta	0	0	1	1.0
Total	99	100,0	103	100.0

La Tabla 2 muestra las frecuencias descriptivas para la dimensión Nivel de Autoconfianza. Entre los deportistas menores de 24 años, el 54,5% tiene un nivel bajo de autoconfianza, mientras que el 45,5% presenta un nivel regular, y ninguno alcanza un nivel alto. En cambio, entre los deportistas mayores de 24 años, el 47,6% tiene un nivel bajo de autoconfianza, el 51,5% tiene un nivel regular, y el 1% presenta un nivel alto. Estos resultados indican que la mayoría de los deportistas, independientemente de la edad, tienen niveles de autoconfianza bajos o regulares, y es más común observar un nivel regular en los deportistas mayores.

Tabla 3
Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control de Afrontamiento Negativo

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	9	9,1	2	1,9
Regular	72	72,7	68	66,0
Alta	18	18,2	33	32,0
Total	99	100,0	103	100.0

En la Tabla 3 se analizan las frecuencias descriptivas del Control de Afrontamiento Negativo. Para los deportistas menores de 24 años, el 9,1% tiene un nivel bajo, el 72,7% un nivel regular, y el 18,2% un nivel alto de control de afrontamiento negativo. Por su parte, entre los deportistas mayores de 24 años, el 1,9% presenta un nivel bajo, el 66% un nivel regular, y el 32% un nivel alto. Esto sugiere que la mayoría de los deportistas, tanto menores como mayores, se encuentran en un nivel regular en el control de afrontamiento negativo, con una mayor proporción de deportistas mayores mostrando un nivel alto en comparación con los menores.

Tabla 4
Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Atencional

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	12	12,1	0	0,0
Regular	61	61,6	39	37,9
Alta	26	26,3	64	62,1
Total	99	100,0	103	100,0

La Tabla 4 presenta las frecuencias descriptivas para la dimensión Control Atencional. Entre los deportistas menores de 24 años, el 12,1% tiene un nivel bajo de control atencional, el 61,6% presenta un nivel regular, y el 26,3% un nivel alto. Para los deportistas mayores de 24 años, ninguno presenta un nivel bajo, el 37,9% tiene un nivel regular, y el 62,1% un nivel alto. Los datos sugieren que la mayoría de los deportistas mayores tienen un nivel alto de control atencional, mientras que en los deportistas menores predominan los niveles regulares, indicando un posible aumento en la capacidad de control atencional con la edad.

Tabla 5
Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Visuo-Imaginativo

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	69	69,7	81	78,6
Regular	26	26,3	22	21,4
Alta	4	4,0	0	0,0
Total	99	100,0	103	100,0

En la Tabla 5 se presentan las frecuencias descriptivas para la dimensión Control Visuo-Imaginativo. Entre los deportistas menores de 24 años, el 69,7% presenta un nivel bajo de control visuo-imaginativo, el 26,3% tiene un nivel regular, y el 4% tiene un nivel alto. Para los deportistas mayores de 24 años, el 78,6% tiene un nivel bajo y el 21,4% un nivel regular, mientras que ninguno alcanza un nivel alto. Estos resultados indican que la mayoría de los deportistas, independientemente de la edad, presentan niveles bajos de control visuo-imaginativo, aunque la proporción de deportistas con niveles bajos es mayor en los mayores de 24 años.

Tabla 6

Frecuencias Descriptivas de la dimensión Nivel Motivacional

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Baja	72	72,7	87
Regular	25	25,3	16	7,9
Alta	2	2,0	0	0,0
Total	99	100,0	103	100.0

La Tabla 6 muestra los datos descriptivos de la dimensión Nivel Motivacional. Entre los deportistas menores de 24 años, el 72,7% tiene un nivel bajo de motivación, el 25,3% un nivel regular, y el 2% un nivel alto. En comparación, entre los deportistas mayores de 24 años, el 43,1% presenta un nivel bajo, el 7,9% un nivel regular, y ninguno tiene un nivel alto. Los resultados sugieren que los deportistas menores de 24 años tienden a tener un nivel de motivación más bajo, mientras que en los mayores es menos frecuente, lo que puede indicar una mayor estabilidad o confianza en la motivación en deportistas mayores

Tabla 7

Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control de Afrontamiento Positivo

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Baja	84	84,8	94	91,3
Regular	14	14,1	9	8,7
Alta	1	1,0	0	0
Total	202	100,0	103	100.0

La Tabla 7 presenta las frecuencias descriptivas para la dimensión Control de Afrontamiento Positivo. El 84,8% de los deportistas menores de 24 años tiene un nivel bajo de afrontamiento positivo, el 14,1% un nivel regular, y solo el 1% un nivel alto. En cuanto a los deportistas mayores de 24 años, el 91,3% presenta un nivel bajo y el 8,7% un nivel regular, mientras que ninguno alcanza un nivel alto. Esto indica que el control de afrontamiento positivo es predominantemente bajo en ambos grupos, siendo más frecuente el nivel bajo entre los deportistas mayores.

Tabla 8

Frecuencias Descriptivas de la dimensión Control Actitudinal

	Deportistas Menores de 24 años		Deportistas Mayores de 24 años	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
	Baja	71	71,7	84
Regular	25	25,3	18	17,5
Alta	3	3,0	1	1,0
Total	99	100,0	103	100,0

En la Tabla 8 se muestran las frecuencias descriptivas de la dimensión Control Actitudinal. Para los deportistas menores de 24 años, el 71,7% tiene un nivel bajo de control actitudinal, el 25,3% presenta un nivel regular, y el 3% alcanza un nivel alto. Entre los deportistas mayores de 24 años, el 81,6% tiene un nivel bajo, el 17,5% un nivel regular, y solo el 1% un nivel alto. Estos resultados sugieren que el control actitudinal también es mayormente bajo en ambos grupos, con una proporción más alta de niveles bajos entre los deportistas mayores de 24 años.

Pruebas de Normalidad para la variable Habilidades Psicológicas

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Habilidades Psicológicas	,413	202	,000
Nivel de Autoconfianza	,344	202	,000
Control de Afrontamiento Negativo	,396	202	,000
Control Atencional	,295	202	,000
Control Visuo-imaginativo	,456	202	,000
Nivel Motivacional	,481	202	,000
Control de Afrontamiento Positivo	,521	202	,000
Control Actitudinal	,468	202	,000

La Tabla 9 muestra los resultados de las pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para la variable Habilidades Psicológicas y sus dimensiones. Se observa que el valor de significancia (Sig.) para todas las variables es igual a 0,000, lo cual indica que no se cumple con la normalidad, ya que los valores son menores al nivel de significancia estándar de 0,05. Esto sugiere que la distribución de las habilidades psicológicas, así como las dimensiones de autoconfianza, afrontamiento negativo, control atencional, visuo-imaginativo, nivel motivacional, afrontamiento positivo y control actitudinal, no siguen una distribución normal.

Tabla 10

Diferencias de las habilidades psicológicas entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a		D de cohen
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)	
Habilidades Psicológicas total	3983,500	0.001	0.390654

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 10 el valor de p es igual a 0.001, dado que este valor es menor al nivel de significancia convencional de 0,05, se puede concluir que hay diferencias significativas en las habilidades psicológicas entre los grupos de deportistas menores y mayores de 24 años.

Los resultados obtenidos rechazan la hipótesis nula; por lo tanto, se concluye que existen diferencias significativas en las habilidades psicológicas generales entre ambos grupos de deportistas. El tamaño del efecto es pequeño (0.390654), además la media de 18 a 24 (1.56) es menor que la media de 25 a 38 años (1.78).

Tabla 11

Diferencias de Control de Autoconfianza entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney^a	
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)
Control de Autoconfianza total	4720,500	0.294

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 11 muestra los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el control de autoconfianza entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,294. Este valor es mayor al nivel de significancia de 0,05, lo que indica que no existen diferencias significativas en el control de autoconfianza entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto sugiere que no existe diferencia de la dimensión control de autoconfianza de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

Diferencias de Control de Afrontamiento Negativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a		D de cohen
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)	
Control de Afrontamiento Negativo total	4158,000	0.005	0.40777

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 12 presenta los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar si existen diferencias en el control de afrontamiento negativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,005. Dado que este valor es menor al nivel de significancia de 0,05, se puede concluir que existen diferencias significativas en el control de afrontamiento negativo entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto indica que existe diferencia de la dimensión Control de Afrontamiento Negativo (CAN) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

El tamaño del efecto es pequeño (0.40777) además la media de 18 a 24 (2.09) es menor que la media de 25 a 38 años (2.30).

Diferencias de Control Atencional entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a		D de cohen
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)	
Control Atencional total	3035,500	0.000	0.29768

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 13 muestra los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el control atencional entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,000. Como este valor es menor al nivel de significancia de 0,05, se puede concluir que existen diferencias significativas en el control atencional entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto indica existe diferencia de la dimensión Control Atencional (CAT) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

El tamaño del efecto es pequeño (0.29768) además la media de 18 a 24 (2.14) es menor que la media de 25 a 38 años (2.62).

Tabla 14

Diferencias de Control Visuo-Imaginativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a	
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)
Control Visuo-Imaginativo total	4598,500	0.113

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 14 presenta los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el control visuo-imaginativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,113. Este valor es mayor al nivel de significancia de 0,05, lo que indica que no existen diferencias significativas en el control visuo-imaginativo entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto sugiere que no existe diferencia de la dimensión Control Visuo-Imaginativo (CVI) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

Tabla 15

Diferencias de Nivel Motivacional Negativo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a		D de cohen
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)	
Nivel Motivacional total	4484,000	0.037	0.43974

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 15 muestra los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el nivel motivacional entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,037. Como este valor es menor al nivel de significancia de 0,05, se puede concluir que existen diferencias significativas en el nivel motivacional entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto indica que existe diferencia significativa de la dimensión Nivel Motivacional (NM) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

El tamaño del efecto es pequeño (0.43974) además la media de 18 a 24 (1.29) es mayor que la media de 25 a 38 años (1.15).

Tabla 16

Diferencias de Control de Afrontamiento Positivo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a	
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)
Control de Afrontamiento Positivo total	4767,000	0.155

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 16 presenta los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el control de afrontamiento positivo entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,155. Este valor es mayor al nivel de significancia de 0,05, lo que indica que no existen diferencias significativas en el control de afrontamiento positivo entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto sugiere que no existe diferencia de la dimensión Control Afrontamiento Positivo (CAP) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

Tabla 17

Diferencias de Control Actitudinal entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores.

Escala de Habilidades Psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores	Estadístico U de Mann Withney ^a	
	U de Mann Withney	Sig. Asint. Bilateral (Menores - Mayores)
Control Actitudinal total	4582,500	0.090

a. Variable de agrupación: Edad

La Tabla 17 muestra los resultados de la prueba U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias en el control actitudinal entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores. La significancia asintótica bilateral es 0,090. Dado que este valor es mayor al nivel de significancia de 0,05, se concluye que no existen diferencias significativas en el control actitudinal entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Esto sugiere que no existe diferencia de la dimensión Control Actitudinal (CAC) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores, 2023.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en el nivel de autoconfianza entre los deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.294$). Esto indica que ambos grupos presentan niveles mayoritariamente bajos o regulares, con ausencia de niveles altos en los menores y solo un 1% de los mayores alcanzando un nivel alto de autoconfianza. Estos hallazgos sugieren una carencia en el desarrollo de esta dimensión en la mayoría de los deportistas evaluados, sin importar su edad.

En contraste con los resultados obtenidos, estudios como el de Ramírez et al., (2021) y Raimundi et al., (2022) señalan que los deportistas mayores suelen presentar niveles más altos de autoconfianza debido a la experiencia acumulada en competencias y su capacidad para manejar situaciones de alta presión. Sin embargo, los hallazgos coinciden parcialmente con los estudios de Urcia (2022) y Chomba (2022) en el contexto nacional, quienes encontraron que los jóvenes peruanos suelen presentar autoconfianza baja o regular, posiblemente debido a una falta de entrenamiento psicológico adecuado en esta dimensión.

Desde la perspectiva de la Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977), la autoconfianza se relaciona con la experiencia previa, la persuasión verbal y la visualización positiva. La falta de diferencias significativas entre los grupos podría deberse a que estos factores no han sido desarrollados de manera consistente en el entorno deportivo de los participantes. Además, las bajas puntuaciones en ambos grupos podrían indicar un entorno competitivo que no fomenta adecuadamente el refuerzo verbal positivo o la acumulación de logros significativos.

El resultado plantea una crítica a los programas de formación psicológica en el contexto deportivo peruano. La falta de diferencias significativas sugiere que, a pesar

de la experiencia, los deportistas mayores no han alcanzado un nivel óptimo de autoconfianza, posiblemente por la ausencia de un acompañamiento psicológico continuo. Esto resalta la necesidad de implementar intervenciones personalizadas que trabajen específicamente en el fortalecimiento de la autoconfianza desde las primeras etapas del desarrollo deportivo, para garantizar que esta habilidad se mantenga y potencie a lo largo de la carrera deportiva.

Los resultados evidenciaron diferencias significativas en el control de afrontamiento negativo entre deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.005$), con una media mayor en los deportistas mayores (2.30 frente a 2.09). Esto indica que los deportistas mayores tienen un mayor dominio sobre las actividades cognitivas y conductuales necesarias para manejar situaciones adversas en el deporte. Sin embargo, ambos grupos presentan niveles mayoritariamente regulares, lo que sugiere que esta habilidad, aunque más desarrollada en los mayores, aún no alcanza niveles óptimos.

Los hallazgos son consistentes con estudios como el de Ramírez et al., (2021), quienes observaron que el manejo del afrontamiento negativo mejora con la experiencia acumulada en competiciones. Asimismo, Raimundi et al., (2022) resaltaron que los deportistas mayores tienden a mostrar un mayor control en esta dimensión debido a su capacidad para manejar mejor las demandas del entorno deportivo. A nivel nacional, los resultados coinciden con Urcia (2022), quien identificó que los jóvenes presentan debilidades en el afrontamiento emocional.

Desde la Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977), el control de afrontamiento negativo puede estar influido por logros previos y el estado emocional del deportista. Los mayores de 24 años, al haber enfrentado más situaciones competitivas, pueden haber fortalecido su capacidad para manejar adversidades.

Asimismo, la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985) subraya que la percepción de competencia influye en el afrontamiento negativo; los mayores, al sentir mayor control sobre las situaciones deportivas, podrían manejar mejor los desafíos. No obstante, los niveles regulares indican una falta de programas estructurados que refuerzan esta habilidad desde etapas tempranas.

Este resultado subraya la importancia de la experiencia en el desarrollo del afrontamiento negativo, pero también revela una brecha en la formación psicológica, ya que incluso los deportistas mayores no logran niveles altos de esta habilidad. La diferencia significativa entre los grupos podría atribuirse más a la exposición a situaciones competitivas que a programas de entrenamiento psicológico específicos. Esto refuerza la necesidad de implementar intervenciones tempranas y continuas que no solo preparen a los jóvenes para manejar situaciones adversas, sino que fortalezcan esta habilidad en los mayores, asegurando que puedan alcanzar un desempeño óptimo en el deporte de alto rendimiento.

Los resultados muestran diferencias significativas en el control atencional entre deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.000$), con una media superior en los mayores (2.62 frente a 2.14). Esto indica que los deportistas mayores tienen un nivel más alto de capacidad para dirigir su atención y mantenerla en tareas relevantes durante las competencias. Mientras que en los deportistas menores predominan los niveles regulares (61.6%), en los mayores destacan los niveles altos (62.1%), sin que ninguno presente niveles bajos. Esto sugiere que la experiencia acumulada puede haber favorecido el desarrollo de esta habilidad en los deportistas mayores.

Los hallazgos coinciden con los estudios de Raimundi et al., (2022) y Nideffer (1976), que destacan que el control atencional se fortalece con la práctica constante y

la exposición a situaciones competitivas exigentes. Por otro lado, los resultados de Urcia (2022) y Chomba (2022) en el contexto nacional también señalaron deficiencias atencionales en deportistas jóvenes, lo cual concuerda con los niveles predominantemente regulares y bajos observados en los menores de 24 años. Estas diferencias resaltan cómo la edad y la experiencia competitiva juegan un papel importante en la mejora del control atencional.

Desde la perspectiva de los estilos atencionales de Nideffer (1976), el control atencional es crucial para responder adecuadamente a las demandas específicas del deporte. Los resultados reflejan que los deportistas mayores han desarrollado una mayor capacidad para enfocar su atención de manera precisa y consistente, lo que podría estar relacionado con la práctica repetida y la adaptación a exigencias competitivas. Además, la Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) sugiere que los logros previos pueden fortalecer la capacidad de concentración, permitiendo a los deportistas mayores mantener el foco en situaciones críticas.

Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en el control visuo-imaginativo entre deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.113$). En ambos grupos, la mayoría presenta niveles bajos de esta habilidad (69.7% en los menores y 78.6% en los mayores), con muy pocos casos de niveles regulares y ausencia de niveles altos en los mayores. Esto evidencia una deficiencia generalizada en la capacidad de ambos grupos para usar la imaginación visual y sensorial en el contexto deportivo, lo que podría limitar su preparación psicológica y su desempeño en situaciones competitivas. Los hallazgos coinciden parcialmente con el estudio de Raimundi et al., (2022), que señaló que las habilidades visuo-imaginativas no suelen estar suficientemente desarrolladas en deportistas que no reciben entrenamiento específico. Sin embargo,

La Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) enfatiza la importancia de las experiencias imaginarias en la construcción de expectativas de rendimiento. La falta de desarrollo en el control visuo-imaginativo podría deberse a una limitada incorporación de estas estrategias en los entrenamientos psicológicos de los deportistas peruanos. Asimismo, la ausencia de diferencias entre los grupos sugiere que esta habilidad no se desarrolla automáticamente con la experiencia, sino que requiere un entrenamiento intencionado y continuo.

Los resultados muestran diferencias significativas en el nivel motivacional entre los deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.037$), con un tamaño del efecto pequeño (0.43). Sin embargo, ambos grupos presentan niveles predominantemente bajos de motivación (72.7% en los menores y 43.1% en los mayores), aunque esta proporción es considerablemente mayor en los deportistas menores. Además, mientras que ningún deportista mayor alcanza un nivel alto, el 2% de los menores lo logra. Estos resultados reflejan una deficiencia generalizada en el nivel motivacional, siendo más acentuada en los deportistas más jóvenes.

Los hallazgos son consistentes con los estudios de Urcia (2022) y Chomba (2022), quienes reportaron bajos niveles de motivación en jóvenes deportistas peruanos debido a la falta de refuerzo positivo y metas claras. Sin embargo, contrastan parcialmente con los resultados de Méndez (2023), quien observó que los deportistas mayores mostraban niveles más altos de motivación intrínseca, posiblemente debido a una mayor claridad en sus metas y compromiso con el deporte. Esto sugiere que, aunque los mayores tienen mejor motivación relativa a los menores, no alcanzan niveles óptimos debido a la falta de estrategias efectivas para potenciar esta dimensión en el contexto deportivo peruano.

La Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan (1985) enfatiza que la motivación intrínseca surge cuando las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relaciones sociales están satisfechas. Los bajos niveles de motivación en ambos grupos pueden estar relacionados con la insatisfacción de estas necesidades, posiblemente debido a un entorno deportivo que no fomenta suficientemente la autonomía ni brinda incentivos para el desarrollo de la competencia percibida. Asimismo, la Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) plantea que la motivación está vinculada a la confianza en la capacidad de alcanzar metas, lo cual podría estar limitado en estos deportistas debido a la falta de logros previos y de un sistema estructurado de refuerzos.

Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en el control de afrontamiento positivo entre deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.155$). En ambos grupos, los niveles bajos predominan de manera contundente (84.8% en los menores y 91.3% en los mayores). Estas cifras reflejan una debilidad generalizada en la capacidad de los deportistas para mantener su enfoque y adaptarse positivamente a situaciones deportivas favorables, sin lograr consolidar un control óptimo en esta dimensión.

Los resultados son consistentes con estudios como el de Urcia (2022), que identificó carencias similares en el afrontamiento positivo en deportistas jóvenes peruanos. A nivel internacional, Raimundi et al., (2022) observaron que esta dimensión tiende a estar más desarrollada en deportistas mayores, lo que difiere de los hallazgos de este estudio, donde incluso los mayores presentan niveles predominantemente bajos.

La Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) sugiere que el afrontamiento positivo está influido por la percepción de éxito en experiencias previas y el estado

emocional. La prevalencia de niveles bajos en ambos grupos podría deberse a una falta de experiencias deportivas que refuercen esta percepción. Por otro lado, la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985) destaca la importancia de un entorno que fomente la competencia y las relaciones sociales positivas para estimular el afrontamiento. La ausencia de diferencias significativas entre los grupos sugiere que esta habilidad no se desarrolla únicamente con la experiencia, sino que requiere de intervenciones psicológicas específicas.

Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en el control actitudinal entre deportistas menores y mayores de 24 años ($p = 0.090$). En ambos grupos, los niveles bajos predominan de manera considerable, con el 71.7% en los menores y el 81.6% en los mayores. Esto sugiere que tanto los deportistas jóvenes como los experimentados tienen dificultades para gestionar su actitud hacia el entorno deportivo y los desafíos competitivos, limitando su capacidad para reaccionar de manera coherente y efectiva ante las demandas del deporte de alto rendimiento.

Los hallazgos son congruentes con estudios nacionales como los de Chomba (2022) y Urcia (2022), que identificaron deficiencias en habilidades actitudinales y emocionales en jóvenes deportistas. Sin embargo, contrastan con los estudios internacionales de Raimundi et al., (2022) y Ramírez et al., (2021), quienes encontraron que los deportistas mayores tienden a desarrollar un mejor control actitudinal con la experiencia acumulada. La falta de diferencias significativas en este estudio podría deberse a un entorno deportivo peruano que no prioriza la educación emocional y actitudinal como parte de la formación integral de los deportistas.

La Teoría de la Autoeficacia de Bandura (1977) resalta que el control actitudinal está influido por la autoevaluación y la regulación de emociones ante las demandas del

entorno. Los niveles bajos observados podrían reflejar una carencia en la construcción de expectativas positivas frente a los desafíos competitivos. Además, desde la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985), la falta de satisfacción de necesidades psicológicas básicas como la autonomía y las relaciones sociales podría limitar el desarrollo de actitudes favorables en los deportistas. Esto sugiere que esta habilidad no solo depende de la experiencia, sino también de un enfoque formativo que promueva actitudes resilientes y positivas.

Implicancias

Este estudio contribuye a la literatura existente en psicología del deporte al aportar evidencia empírica sobre las diferencias en las habilidades psicológicas entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años. Los hallazgos, en su mayoría, reflejan un desarrollo incompleto de dimensiones como la autoconfianza, el control de afrontamiento positivo, y el control actitudinal, lo que reafirma la importancia de las teorías de Bandura (1977) y Deci & Ryan (1985) para comprender cómo los factores psicológicos y ambientales influyen en estas habilidades. Sin embargo, los resultados también evidencian que la experiencia no garantiza una mejora en todas las dimensiones psicológicas, sugiriendo la necesidad de modelos teóricos que integren enfoques específicos para el contexto deportivo peruano.

El uso del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) permitió evaluar con detalle dimensiones clave de las habilidades psicológicas, como la autoconfianza, el control atencional y el nivel motivacional, entre otras. Sin embargo, los resultados también resaltan la necesidad de complementar esta herramienta con enfoques cualitativos, como entrevistas o análisis observacionales, para captar de manera más profunda los factores contextuales que afectan el desarrollo de estas

habilidades en los deportistas peruanos. Además, el tamaño del efecto encontrado en varias dimensiones refuerza la importancia de continuar utilizando pruebas robustas como la U de Mann-Whitney para comparar grupos en futuras investigaciones.

Los resultados tienen implicaciones significativas para el diseño e implementación de programas de formación psicológica para deportistas peruanos. Dado que tanto los menores como los mayores presentan niveles bajos o regulares en la mayoría de las habilidades evaluadas, se hace evidente la necesidad de programas de intervención que aborden dimensiones como la autoconfianza, el control actitudinal y el afrontamiento positivo desde etapas tempranas. Además, es crucial que estos programas incluyan estrategias específicas para mejorar habilidades como el control visuo-imaginativo y el nivel motivacional, adaptándolas a las características y necesidades de cada grupo etario. Las federaciones deportivas y los entrenadores deben priorizar estas intervenciones como parte del entrenamiento integral de los deportistas de alto rendimiento.

Los resultados también reflejan la importancia de sensibilizar a los entrenadores, gestores deportivos y familias sobre la relevancia de las habilidades psicológicas para el éxito deportivo. Esto es particularmente relevante en el contexto peruano, donde las expectativas sociales y la presión por resultados pueden dificultar el desarrollo de habilidades intrínsecas como la autoconfianza y la motivación. La promoción de una cultura deportiva que valore el desarrollo integral del deportista puede contribuir a crear entornos más favorables para la formación de estas habilidades.

Limitaciones

Futuros estudios podrían incluir una muestra más representativa de deportistas peruanos de distintas regiones, disciplinas deportivas y niveles competitivos (juvenil, amateur y profesional). Esto permitiría identificar diferencias específicas entre deportes individuales y de equipo, así como entre contextos urbanos y rurales.

Se recomienda realizar investigaciones longitudinales para observar cómo las habilidades psicológicas evolucionan con el tiempo y cómo factores como la edad, la experiencia competitiva y las intervenciones psicológicas influyen en este desarrollo. Esto aportaría información valiosa para diseñar estrategias formativas sostenibles.

Futuros estudios podrían evaluar la efectividad de programas de entrenamiento psicológico diseñados específicamente para mejorar dimensiones como la autoconfianza, el control visuo-imaginativo y el afrontamiento positivo. Estos programas podrían personalizarse según el grupo etario y la disciplina deportiva.

Para comprender mejor los factores contextuales que influyen en las habilidades psicológicas, sería útil incorporar entrevistas, análisis de casos y metodologías mixtas. Esto permitiría explorar cómo las percepciones de los entrenadores, las relaciones interpersonales y la presión externa afectan el desarrollo psicológico de los deportistas.

Futuros estudios podrían centrarse en explorar cómo las habilidades psicológicas específicas se relacionan directamente con los resultados deportivos y los indicadores de salud mental, como la ansiedad precompetitiva, el estrés crónico y la resiliencia. Esto ayudaría a establecer vínculos más sólidos entre el desarrollo psicológico y el desempeño integral de los deportistas.

Estudios que comparen las habilidades psicológicas de los deportistas peruanos con las de otros países podrían aportar información valiosa sobre las diferencias culturales, metodológicas y estructurales en la formación deportiva, lo que permitiría identificar mejores prácticas que puedan adaptarse al contexto peruano.

Conclusiones

No se encontraron diferencias significativas en el nivel de autoconfianza entre los deportistas menores y mayores de 24 años. Ambos grupos presentaron niveles predominantemente bajos o regulares, lo que evidencia una carencia en esta dimensión fundamental para el rendimiento deportivo. Esto sugiere la necesidad de diseñar programas de intervención que fortalezcan la autoconfianza en todas las etapas del desarrollo deportivo.

Se encontraron diferencias significativas en el control de afrontamiento negativo, siendo los deportistas mayores quienes mostraron un nivel más alto en esta dimensión. Sin embargo, la mayoría de los participantes, independientemente de la edad, se ubicaron en niveles regulares, indicando una oportunidad de mejora para ambos grupos. Estos resultados destacan la importancia de la experiencia en el desarrollo de esta habilidad y la necesidad de incluir entrenamientos específicos para optimizarla.

Los resultados mostraron diferencias significativas en el control atencional, con un nivel más alto en los deportistas mayores. Mientras que la mayoría de los deportistas menores presentaron niveles regulares, los mayores alcanzaron niveles predominantemente altos. Esto resalta la influencia de la experiencia competitiva en el desarrollo del control atencional y subraya la necesidad de entrenamientos específicos para fortalecer esta habilidad en los deportistas jóvenes.

No se encontraron diferencias significativas en el control visuo-imaginativo entre los deportistas menores y mayores de 24 años. En ambos grupos, los niveles bajos predominan de manera considerable, lo que refleja una debilidad generalizada en esta habilidad. Esto evidencia la necesidad de implementar estrategias de visualización y entrenamiento cognitivo que permitan desarrollar el control visuo-imaginativo en los deportistas.

Se encontraron diferencias significativas en el nivel motivacional, con una mayor proporción de deportistas mayores mostrando niveles más altos en comparación con los menores. Sin embargo, ambos grupos presentaron una mayoría de niveles bajos, lo que sugiere que la motivación sigue siendo un desafío generalizado. Este resultado resalta la importancia de trabajar en estrategias que promuevan la motivación intrínseca desde etapas tempranas.

No se observaron diferencias significativas en el control de afrontamiento positivo entre los grupos. Los niveles bajos dominaron en ambos, siendo ligeramente más prevalentes en los deportistas mayores. Este resultado evidencia una deficiencia estructural en el desarrollo de esta dimensión y la necesidad de diseñar programas que promuevan una actitud positiva frente a las demandas competitivas.

No se encontraron diferencias significativas en el control actitudinal entre los grupos. Tanto los deportistas menores como mayores presentaron niveles predominantemente bajos, lo que refleja una dificultad compartida en el manejo de la actitud frente a las exigencias deportivas. Esto subraya la necesidad de incluir entrenamientos enfocados en la regulación emocional y el desarrollo de actitudes resilientes.

Referencias

- Acevedo, V. L., Martínez, G. F., & Tutor, N. A. N. G. (2017). Caracterización psicológica en deportes de combate. *Ser Cultura y Movimiento*, Universidad, 6(1), 10. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1>
- Alván, M. J. (2019). *Habilidades Psicológicas y Motivación Deportiva en deportistas calificados*, Chiclayo 2017. (Tesis de licenciatura). Universidad Señor de Sipán. Pimentel. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/6197>
- Álvarez, A. (2014). *Influencia de los procesos atencionales y de la motivación en el desempeño de aspirantes a árbitros de básquet* (Doctoral dissertation). <http://rpsico.mdp.edu.ar/handle/123456789/28>
- Bazán Flecha Enrique Fernando. (2023). Adaptación paraguaya del Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). *Revista Científica de La Facultad de Filosofía.– UNA*, 18(2), 28–36. <https://doi.org/10.57201/rcff.v18i2.4000>
- Benchjoam, D. (2020). *Psicología Deportiva. Habilidades psicológicas y técnicas de intervención*. In *Neuro Class*. <https://neuro-class.com/wp-content/uploads/2022/12/Manual-Psicologia-deportiva-1.pdf>
- Calviño C. Dayana. C., & de la Torre, D. I. (2023). Características de las habilidades psicológicas de ejecución deportiva en atletas juveniles de Baloncesto. *Revista Ciencia y Actividad Física*, 10(1). https://www.researchgate.net/profile/Dayana-Carvajal-4/publication/380212363_Caracteristicas_de_las_habilidades_psicologicas_de_ejecucion_deportiva_en_atletas_juveniles_de_Baloncesto/links/6633eb607091b94e93ec2e67/Caracteristicas-de-las-habilidades-psicologicas-de-ejecucion-deportiva-en-atletas-juveniles-de-Baloncesto.pdf
- Carvajal, D. C., & De la Torre, D. I. (2023). Características de las habilidades psicológicas de ejecución deportiva en atletas juveniles de Baloncesto. *Ciencia y Actividad Física*, January 2023, 11.

<https://www.researchgate.net/publication/380212363%0ACaracterísticas>

- Chomba Valiente, J. E. (2022). Aspectos psicológicos y su influencia en el rendimiento competitivo en futbolistas juveniles de diferentes clubes competitivos de Trujillo 2022. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/130930>
- Ciaccioni, S., Castro, O., Bahrami, F., Tomporowski, P. D., Capranica, L., Biddle, S. J. H., Vergeerf, I., & Pesce, C. (2023). Martial arts, combat sports, and mental health in adults: A systematic review. *Psychology of Sport & Exercise*, 70, 18. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102556>
- Condori-Ojeda, P. (2020). Universo, población y muestra. <https://www.academica.org/cporfirio/18.pdf>
- Creswell, J. W., & Guetterman, T. C. (2019). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (6th ed.). Pearson.
- El Peruano (2023) MEF transfiere más de S/ 31 millones al IPD para los Juegos Panamericanos Lima 2027. <https://elperuano.pe/noticia/248099-mef-transfiere-mas-de-s-31-millones-al-ipd-para-los-juegos-panamericanos-lima-2027>
- EPOCA (2023) Crece la psicología deportiva en los clubes de Resistencia. <https://www.diarioepoca.com/1299324-crece-la-psicologia-deportiva-en-los-clubes-de-resistencia>
- Gardner, A. J., & Gilbert, R. (2023). The ultra mentality – Foundations for maximising athletic mental performance. *JSAMS Plus*, 3, 4. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jsampl.2023.100054>
- Gómez, A. A. (2023). La influencia de los factores psicológicos en el rendimiento de la escalada deportiva, una revisión sistemática. In *Universitas Miguel Hernandez* (Issue 710).
- Gonzalo Prato, J. A. (2022). Efectos de un programa de intervención en entrenamiento de habilidades psicológicas en un equipo de fútbol femenino de Lima Metropolitana. <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/659091>
- Hernández-Mendo, A., Blanco-Villaseñor, A., Pastrana, J. L., Morales-Sánchez, V., & Ramos-Pérez, F. J. (2016). SAGT: Aplicación informática para análisis de generalizabilidad. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*,

- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., & Peñalver, I. (2014). Replicación de las propiedades psicométricas del inventario psicológico de ejecución deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 311-324.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.
- INFOBAE (2023) El abandono de los deportistas peruanos de alto rendimiento: bajo presupuesto, falta de apoyo y exclusión. <https://www.infobae.com/peru/2023/11/17/el-abandono-de-los-deportistas-peruanos-de-alto-rendimiento-bajo-presupuesto-falta-de-apoyo-y-exclusion/>
- Infosalus (2023) Tras la mala suerte de Carolina Marín en los JJ.OO.: ¿cómo se trabaja la presión psicológica en deportistas de élite?. <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-mala-suerte-carolina-marin-jjoo-trabaja-presion-psicologica-deportistas-elite-20230808083849.html>
- Janampa Soto, A. C. (2023). Características psicológicas de los atletas de fondo del club de atletismo Jujoca Corredores de Huancayo. <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/9107>
- Liddelow, C., Schweickle, M. J., Sutcliffe, J. T., Swann, C., Keegan, R., Rice, S., Okely, A., & Vella, S. A. (2023). Defining the scope and content of mental health guidelines for community sport in Australia: A Delphi study. *Psychology of Sport & Exercise*, 70, 9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102553> Recibido
- López Cazorla, R., Hernández Mendo, A., Reigal Garrido, R. E. y Morales Sánchez, V. (2015). Relaciones entre el autoconcepto y el perfil psicológico deportivo en triatletas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 95-102.
- Martínez, P. (2019). *Técnicas de muestreo en investigación social: Teoría y práctica*. Ediciones Educativas
- Marcen, C., Aguilera, A., & Arbonés-Arqué, I. (2023). Bmx Race: Psychosocial Profile of Performance-Oriented Athletes | Bmx Race: Perfil Psicosocial En Deportistas

- Orientados Al Rendimiento Deportivo. *Journal of Sport and Health Research*, 16(1), 109–126. <https://doi.org/https://doi.org/10.58727/jshr.97770>
- Ministerio del Deporte de Chile (2023) El deporte de alto rendimiento. <https://www.ind.cl/indeduca/deporte-de-alto-rendimiento/>
- Mitchell, J., Tilbrook, M., Kiropoulos, L., & Krug, I. (2023). Australian elite sport coaches' mental health literacy of eating disorders, orthorexia, and muscle dysmorphia in athletes: A qualitative study. *Body Image*, 48, 11. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101670> Recibido
- Moreno, A., Orrego, E. y Sepúlveda, A. (2018) La motivación en los deportistas universitarios de las selecciones de fútbol participantes del campeonato Fenaude Zona Costa de la Región de Valparaíso. (Tesis de licenciatura) Pontificia Universidad Católica de Valparaíso. Viña del Mar.
- National Geographic (2022) La salud mental en el deporte de élite, la gran asignatura pendiente en España. <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2022/01/la-salud-mental-en-el-deporte-de-elite-la-gran-asignatura-pendiente-en-espana>
- Osorio Roa, D. M. O., Gómez, G. D. I., & Ortíz, J. D. T. (2023). Habilidades psicológicas básicas de un grupo de tenistas en formación de la ciudad de Santiago de Cali. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (50), 895-903. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9075495>
- Prior, P. L., Keltz, R. R., Faricier, R., Hartley, T., Huitema, A. A., McKelvie, R. S., ... & Keir, D. A. (2023). A standardized approach to evaluate effectiveness of aerobic exercise training interventions in cardiovascular disease at the individual level. *International Journal of Cardiology*, 412, 132335.
- Psicología Deportiva La Llave Del Rendimiento. In Scribd.Com. <https://es.scribd.com/document/459172741/Psicologia-deportiva-la-llave-del-rendimiento-pdf>
- Raimundi, M. J., Celsi, I., & Otero, C. (2022). Habilidades psicológicas para el rendimiento de deportistas jóvenes: El papel de los estilos interpersonales percibidos de sus entrenadores/as. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 56(3), 1-19. <https://www.redalyc.org/journal/284/28473958001/28473958001.pdf>

- Ramírez, A., & Andreu, J. M. P. (2021). Análisis de las habilidades psicológicas en los deportistas promesas y talentos guipuzcoanos. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (39), 465-470. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7602495>
- Ríos Montes, I. S. (2023). Correlación entre Ansiedad Precompetitiva y Aspectos Psicológicos del Rendimiento Deportivo en Futbolistas Profesionales Femeninas. Estudios y Perspectivas Revista Científica y Académica, 3(1), 156–173. <https://doi.org/https://doi.org/10.61384/r.c.a..v3i1.28>
- Ríos, J., Pérez Surita, Y., Soris Moya, Y., Calviño, D., & Gómez Quintana, 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://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/33067>
- Sandoval, J. R. G., Caracuel, J. C., & Ceballos, O. (2014). Motivación y ejercicio físico deportivo: una añeja relación. Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, 24(1), 71-88. <https://www.redalyc.org/pdf/654/65452570005.pdf>
- Urcia Vasquez, F. A. (2022). Aspectos psicológicos y su influencia en el rendimiento competitivo en nadadores adolescentes de la piscina olímpica, Trujillo 2022. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/94852>
- Villacrés Altamirano, K. A. (2023). Motivación y rendimiento psicológico deportivo en atletas de ultra trail. Revista Cuatrimestral Conecta Libertad, (7), 1–15. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/download/314/501/2636>

Anexos

Anexo 1 Matriz de consistencia

Habilidades psicológicas entre deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores en la VIDENA, 2023.					
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	MÉTODO	POBLACIÓN - MUESTRA
¿Existen diferencias significativas en	<p>General:</p> <p>Comparar las habilidades psicológicas de los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años en la Videna, 2023</p>	<p>General:</p> <p>Existe una diferencia significativa en las dimensiones de las habilidades psicológicas entre los deportistas de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p>		<p>El tipo de investigación según su finalidad es aplicado debido a que se utilizó la teoría para dar solución a un interrogante; asimismo, según su naturaleza es</p>	<p>La población de la presente investigación estuvo constituida por deportistas peruanos de alto rendimiento en el año 2023 que residen en la Villa Deportiva</p>

las dimensiones de las habilidades psicológicas entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023?					Nacional (VIDENA) en Lima, que son un total de 420.
	Específicas: Comparar el nivel de autoconfianza (AC) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años en la Videna, 2023. Comparar el control de afrontamiento negativo (CAN) entre los deportistas peruanos de	Específicos: Hi 1: Existe una diferencia significativa en la dimensión Autoconfianza (AC) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023. Hi 2: Existe una diferencia significativa	Habilidades Psicológicas	cuantitativa porque hizo uso de procedimientos estadístico. Así también, por su carácter es comparativa, por que utilizará dos poblaciones en una sola variable. La presente investigación es de tipo no experimental, en la cual el estudio se realizó sin la manipulación de las variables y en los que sólo se observan los	La muestra fue conformada por 202 deportistas (100%), de los cuales 99 son menores de 24 años (50%) y 103 son mayores de 24 años (50%), hombres y mujeres. Este estudio tuvo como muestreo el ser no probabilístico por conveniencia, debido al acceso y a la

	<p>alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Comparar el control atencional (CAT) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.</p> <p>Comparar el control visuo-imaginativo (CVI) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.</p>	<p>en la dimensión Control de Afrontamiento Negativo (CAN) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Hi 3: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Atencional (CAT) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de</p>		<p>fenómenos en su ambiente natural para analizarlos. (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2020). En tal sentido, esta investigación según su tiempo de aplicación es transversal, porque el instrumento se aplicará una sola vez.</p>	<p>viabilidad a los sujetos de estudio.</p>
--	---	--	--	--	---

	<p>Comparar el nivel motivacional (NM) entre los deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.</p> <p>Comparar el control de afrontamiento positivo (CAP) entre los deportistas peruanos alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.</p> <p>Comparar el control actitudinal (CAC) entre los</p>	<p>24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Hi 4: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Visuo-Imaginativo (CVI) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Hi 5: Existe una diferencia significativa en la dimensión Nivel Motivacional (NM) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de</p>		<div data-bbox="1487 248 1731 435" data-label="Diagram"> <pre> graph LR M1 --- O((O)) M2 --- O </pre> </div> <p>Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED). De acuerdo con Raimundi et. al (2016), es una prueba diseñada para evaluar el rendimiento deportivo desde una perspectiva psicológica. Validada por Cortez et al., (2022)</p>	
--	---	--	--	---	--

	<p>deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna 2023.</p>	<p>alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Hi 6: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Afrontamiento Positivo (CAP) de la variable habilidades psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.</p> <p>Hi 7: Existe una diferencia significativa en la dimensión Control Actitudinal (CAC) de la variable habilidades</p>			
--	---	---	--	--	--

		psicológicas en deportistas peruanos de alto rendimiento menores y mayores de 24 años de la Videna, 2023.			
--	--	---	--	--	--

Anexo 2. Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)

Autor: Hernández Mendo (2006) Adaptación: Raimundi y Hernández Mendo (2013)

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones referidas a tus pensamientos, sentimientos, actitudes o comportamientos durante los entrenamientos y/o competencias o partidos. Lee atentamente cada frase y decide la **frecuencia** con la que crees que se produce cada una de ellas.

		Casi siempre	Muchas veces	A veces sí, a veces no	Pocas veces	Casi nunca
1.	Me veo más como un perdedor que como un ganador durante las competencias o partidos.					
2.	Me enoja y me frustro durante las competencias o partidos.					
3.	Me distraigo y pierdo mi concentración durante las competencias o partidos.					
4.	Antes de las competencias me imagino a mí mismo ejecutando mis acciones y rindiendo perfectamente.					
5.	Estoy muy motivado/a para dar lo mejor de mí en cada competencia o partido.					
6.	Puedo mantener emociones positivas durante las competencias.					
7.	Durante las competencias o partidos pienso positivamente.					
8.	Creo en mí mismo/a como deportista.					
9.	Me pongo demasiado nervioso/a durante las competencias o partidos.					
10.	En los momentos críticos de las competencias me da la impresión de que mi cabeza va demasiado rápido (a mil kilómetros por hora).					
11.	Practico mentalmente mis habilidades físicas.					
12.	Trabajo y entreno duro gracias a los objetivos que yo me he fijado como deportista.					
13.	Disfruto durante las competencias o partidos, aunque me encuentre con dificultades.					
14.	Durante las competencias mantengo diálogos internos (conversaciones conmigo mismo) negativos.					
15.	Pierdo mi confianza fácilmente.					
16.	Los errores durante las competencias me hacen sentir y pensar negativamente sobre mí mismo.					
17.	Puedo controlar rápidamente mis emociones y recuperar la concentración.					
18.	Para mí es fácil pensar fotográficamente (en imágenes) acerca de mi deporte.					
19.	No necesito que me empujen a entrenar duro y competir con intensidad. Yo soy mi mejor motivador.					

		Casi siempre	Muchas veces	A veces sí, a veces no	Pocas veces	Casi nunca
20.	Cuando las cosas se vuelven contra mí durante las competencias, tiendo a "bajonarme" emocionalmente.					
21.	Pongo todo mi esfuerzo durante las competencias o partidos, pase lo que pase.					
22.	Puedo rendir por encima de mi talento y mis habilidades.					
23.	Durante las competencias siento que mis músculos se tensan y creo que no me van a responder.					
24.	Tengo momentos de desconcentración durante las competencias o partidos.					
25.	Antes de las competencias me visualizo superando situaciones difíciles y ejecutando acciones complejas.					
26.	Darí lo que fuera por desarrollar todo mi potencial y alcanzar la cumbre como deportista.					
27.	Entreno con una intensidad alta y positiva.					
28.	Controlando mi pensamiento puedo transformar estados de ánimo negativos en positivos.					
29.	Soy un/a deportista fuerte mentalmente.					
30.	Cuando compito, las situaciones incontrolables, como el viento, las trampas de los contrarios, los malos arbitrajes, me alteran y hacen que me derrumbe.					
31.	Durante las competencias o partidos pienso en errores pasados o en oportunidades perdidas.					
32.	Durante las competencias utilizo imágenes que me ayudan a rendir mejor.					
33.	Estoy aburrido/a y quemado/a con respecto a mi deporte.					
34.	Las situaciones difíciles para mí suponen un desafío y me inspiran.					
35.	Mi entrenador diría de mí que tengo una buena actitud.					
36.	La imagen que proyecto al exterior es la de ser un/a luchador/a.					
37.	Puedo permanecer tranquilo/a durante las competencias aunque aparezcan problemas perturbadores.					
38.	Mi concentración se rompe fácilmente.					
39.	Cuando me visualizo compitiendo o entrenando, puedo ver y sentir las cosas de forma muy real.					
40.	Al despertar por las mañanas me siento entusiasmado/a en relación con mis entrenamientos y competencias.					
41.	Practicar este deporte me aporta un sentido genuino de disfrute y realización.					
42.	Yo puedo convertir una crisis en una oportunidad.					

Anexo 3. Clave de corrección IPED

*Items directos (casi siempre=1 y casi nunca =5

1,2,3,4,9,10,14,15,16,20,23,24,30,31,33,38

**Items que se invierten (casi siempre =5 y casi nunca 1)

5,6,7,8,11,12,13,17,18,19,21,22,25,26,27,28,29,32,34,35,36,37,39,40,41,42

*** Dimensiones

Dimensión 1 Autoconfianza (AC):	1,8,15,22,29,36
Dimensión 2 Control de afrontamiento negativo (CAN):	2,9,16,23,30,37
Dimensión 3 Control atencional (CAT):	3,10,17,24,31,38
Dimensión 4 Control visuo-imaginativo (CVI):	4,11,18,25,32,39
Dimensión 5 Nivel motivacional (NM):	5,12,19,26,33,40
Dimensión 6 Control de afrontamiento positivo (CAP):	6,13,20,27,34,41
Dimensión 7 Control actitudinal (CACT):	7,14,21,28,35,42

Anexo 4. Tabla de Baremos

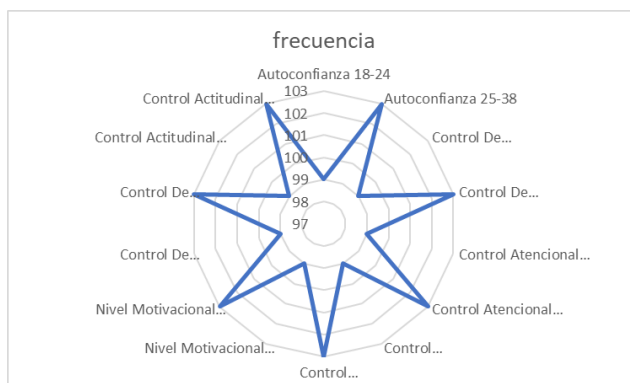
Baremos para menores y mayores 18 - 24 años

Perce ntil	Tota l Test	Autoconfi anza	Control De Afrontam iento Negativo	Contro l Atenci onal	Control Visuoimagi nativo	Nivel Motivaci onal	Control De Afrontam iento Positivo	Control Actitud inal
1	79	10	12	14	9	11	10	8
10	80- 138	11-19	11-16	15-16	10-17	12-21	11-20	9-20
20	139- 149	20-23	-	17	18-20	22-23	21-23	21-22
30	150- 156	24-25	17	-	21	-	24	23-24
40	157- 161	26	18	18	22-23	24	-	25
50	162- 168	27	19	-	24-25	25	-	26
60	169- 171	-	20	19	26-27	-	25	27
70	172- 173-	-	21-22	20-21	-	26	26	-
80	175- 176-	28	23	-	28	27-28	27	-
90	176- 182	29	24	22	29	29	28-29	28
99	≥18 3	≥30	≥25	≥23	≥30	≥30	≥30	≥29

Anexo 5. Estadística de grupo

Edad	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar	
Autoconfianza	18-24	99	25.2828	4.44017	0.44625
	25-38	103	27.4078	3.22805	0.31807
Control De Afrontamiento Negativo	18-24	99	19.4949	3.31470	0.33314
	25-38	103	22.0194	2.59706	0.25590
Control Atencional	18-24	99	18.9798	2.33858	0.23504
	25-38	103	17.8350	1.84761	0.18205
Control Visuoimaginativo	18-24	99	23.9394	4.90693	0.49316
	25-38	103	25.6408	4.07733	0.40175
Nivel Motivacional	18-24	99	24.6263	3.84545	0.38648
	25-38	103	26.3592	3.04172	0.29971
Control De Afrontamiento Positivo	18-24	99	24.6465	3.50018	0.35178
	25-38	103	26.3010	3.03843	0.29939
Control Actitudinal	18-24	99	24.9091	3.89162	0.39112
	25-38	103	26.2233	3.43549	0.33851

Anexo 6. Radar de frecuencias



Anexo 7. Prueba de Normalidad

Prueba de Kolmogorov-Smirnov									
		Total Test	Autoconfianza	De Afrontamiento Negativo	Control Atencional	Control Visuoimaginativo	Nivel Motivacional	Control De Afrontamiento Positivo	Control Actitudinal
N		202	202	202	202	202	202	202	202
Parámetros normales ^{a,b}	Media	166.9901	26.3663	20.7822	18.3960	24.8069	25.5099	25.4901	25.5792
	Desv. Desviación	18.30722	4.00428	3.22183	2.17438	4.57196	3.55796	3.36833	3.71579
Máximas diferencias extremas	Absoluta	0.110	0.221	0.118	0.171	0.159	0.109	0.150	0.151
	Positivo	0.065	0.182	0.093	0.171	0.128	0.103	0.090	0.117
	Negativo	-0.110	-0.221	-0.118	-0.106	-0.159	-0.109	-0.150	-0.151
Estadístico de prueba		0.110	0.221	0.118	0.171	0.159	0.109	0.150	0.151
Sig. asin. (bilateral) ^c		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

Anexo 8. Prueba Kolmogorov- Smirnov

Prueba de Kolmogorov-Smirnov	
	Total Test
N	202
Estadístico de prueba	0.110
Sig. asin. (bilateral) ^c	0.000