



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

Carrera de **PSICOLOGÍA**

**“ANSIEDAD PRECOMPETITIVA Y MOTIVACIÓN  
DEPORTIVA EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE  
UNA UNIVERSIDAD DE LIMA, 2021”**

Tesis para optar al título profesional de:

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**Autores:**

David Alexander Miñano Rosas

Yudi Alvina Vidal Tarazona

Asesor:

Mg. Karim Elisa Talledo Sánchez  
<https://orcid.org/0000-0003-2083-4793>

Lima - Perú

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1	JOHNNY ERICK ENCISO RIOS	40419264
Presidente(a)	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	JORGE ALBERTO FLORES MORALES	08039505
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	GISELLA SOCORRO FLORES MEJIA	06093118
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

## INFORME DE SIMILITUD

### Tesis de Miñano y Vidal

#### ORIGINALITY REPORT

<b>6%</b>	<b>5%</b>	<b>2%</b>	<b>%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

#### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe">www.repositorioacademico.usmp.edu.pe</a> Internet Source	<b>2%</b>
<b>2</b>	<a href="http://www.scielo.org.ar">www.scielo.org.ar</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	<a href="http://marianito79.wordpress.com">marianito79.wordpress.com</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	Casas, Ferran, Mònica González, and Dolors Navarro. "Social Psychology and Child Well-Being", Handbook of Child Well-Being, 2014. Publication	<b>&lt;1%</b>
<b>5</b>	<a href="http://repositorio.une.edu.pe">repositorio.une.edu.pe</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>6</b>	<a href="http://revistas.utm.edu.ec">revistas.utm.edu.ec</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>7</b>	<a href="http://www.uanl.mx">www.uanl.mx</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>8</b>	Olena Klimenko, Juan Esteban Acevedo Londoño, Juan Sebastián Ríos Botero, John Fredy Londoño López. "Motivación deportiva,	<b>&lt;1%</b>

## **DEDICATORIA**

A nuestros padres, quienes merecen todo nuestro reconocimiento y admiración, por estar con nosotros apoyándonos en todo momento, motivándonos a seguir adelante.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a nuestros docentes, por su paciencia, por sus enseñanzas, quienes más allá de dictar una clase, nos enseñan a ser mejores profesionales cada día, no solo con conocimientos sino con valores.

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>JURADO EVALUADOR.....</b>	<b>2</b>
<b>INFORME DE SIMILITUD.....</b>	<b>3</b>
<b>DEDICATORIA .....</b>	<b>4</b>
<b>AGRADECIMIENTO.....</b>	<b>5</b>
<b>TABLA DE CONTENIDO .....</b>	<b>6</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS .....</b>	<b>7</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>8</b>
<b>CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO II. MÉTODO .....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO III. RESULTADOS.....</b>	<b>11</b>
<b>CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....</b>	<b>15</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>19</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>22</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Estadística de correlación entre las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva .....	11
Tabla 2. Estadística de correlación entre la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva .....	12
Tabla 3. Estadística de correlación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva .....	13
Tabla 4. Estadística de correlación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva .....	14

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad precompetitiva y motivación deportiva en los estudiantes de psicología de una Universidad de Lima, 2021. La metodología es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional. La población de estudio estuvo conformada por 2647 estudiantes de psicología de I a X ciclo, de ambos sexos. El tipo de muestreo fue no probabilístico intencional, y la muestra estuvo determinada por 336 estudiantes. La técnica usada fue la encuesta y los instrumentos Cuestionario de Estado de Ansiedad Competitiva (CSAI-2) y Escala de Motivación Deportiva – EMD. El análisis se realizó mediante el software estadístico SPSS vs 26. Los resultados dieron a conocer que no existe una relación entre la ansiedad y la motivación deportiva ( $p=0.209$ ). Asimismo, en dos de sus tres dimensiones se encontró una relación con la motivación deportiva, en la dimensión ansiedad cognitiva ( $p=0.016$ ;  $r= -0.132$ ), dimensión ansiedad somática ( $p=0.016$ ;  $r= -0.118$ ), sin embargo, no se encontró relación con la dimensión autoconfianza ( $p=0.068$ ). Se concluyó que las variables ansiedad y motivación deportiva no se relación entre sí.

**Palabras clave:** Motivación, ansiedad, deporte, estudiantes

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

Los deportistas pueden desarrollar múltiples habilidades y desempeñarse de manera óptima sin importar la edad, sin embargo, muchas veces sucede lo contrario debido a que el desempeño se ve mediado por factores determinantes que pueden cambiar el rumbo, tales como las condiciones propias del entorno (Weinberg & Gould, 2010).

Es así como, la psicología del deporte es un campo que ha ido creciendo cada vez, por los profesionales que se encuentran motivados a estudiarlo, debido a que, se busca identificar las principales pautas del deporte que motivan a las personas a participar en actividades deportivas, asimismo, realizar todo tipo de ejercicios que mejoren su calidad de vida (Weinberg & Gould, 2010).

Muchas veces la motivación que tenga la persona, está mediada por el grado o nivel que presente para desarrollar la actividad, siendo este el deporte, no significa que tener síntomas ansiosos, disminuya el rendimiento de la persona en niveles bajos, ya que es un impulsador para permitir potenciar la habilidad y desarrollo de la tarea; sin embargo, si se presenta en niveles altos, podría dificultar que la persona mantenga esa motivación inicial debido al malestar emocional que experimenta (Usán & Salavera, 2018).

Huaranga (2016) explica que en el ámbito universitario, los problemas que presentan los jóvenes tales como algún malestar emocional leve puede deberse a la falta de actividad deportiva; sin embargo, esto no es tomado en cuenta en su totalidad por el sector académico, ya que, la gran mayoría solo se enfoca en la adquisición del conocimiento, a pesar de que los estudios determinan la importancia de realizar algún deporte lo que ayuda a manejar los síntomas de estrés y ansiedad, cabe rescatar que, algunas universidades en la actualidad ofrecen becas a quienes realizan prácticas deportivas, siendo esencial que los jóvenes deportistas cumplan con las reglas asignadas.

Los principales motivos por los que los universitarios practican deporte en eventos organizados por la universidad, especialmente los relacionados con salud física y mental, puesto que se presentan indicadores de estrés y ansiedad; además de la ejecución, es decir, quieren mejorar sus habilidades, sin embargo, no todos quieren hacer este tipo de ejercicio porque llevan una vida sedentaria (Torres et al., 2020).

Por ello, se refiere que la ansiedad es una sensación subjetiva que se experimenta en situaciones en las que hay un sentimiento de peligro y amenaza, debido a la novedad o la naturaleza inesperada o la intensidad de la estimulación, esta condición alerta al cerebro y provoca una respuesta adecuada, algunas de estas respuestas se "programan" y se realizan automáticamente, mientras que otras se realizan conscientemente, para ello, la parte consciente debe ser capaz de atenuar, dirigir y terminar las diversas respuestas provocadas por la situación desencadenante (Martens et al., 1990; Schlatter, 2003; Lang, 2002; Freud, 1917).

La ansiedad precompetitiva es un tipo ansiedad que se encuentra suscitado ante situaciones de competencia de cualquier índole en donde empieza a presentar diversos signos y síntomas de tensión, nerviosismo, a nivel físico, psicológica y comportamental (Martens et al., 1990).

Martens comenzó a desarrollar su teoría en 1974 y publicó sus primeros axiomas en la monografía Sport Competition Anxiety Test en 1977, pero necesitaba apoyo empírico, por lo que cuando publicó el CSAI-2 reveló sus hipótesis, principalmente sobre las causas. Para la competencia la ansiedad y su relación con el rendimiento deportivo (Martens et al., 1990).

Según Martens et al. (1990) es importante tener en cuenta dos conceptos: amenaza y estado de ansiedad, por amenaza se entiende la percepción de peligro que resulta de una situación competitiva objetiva; mientras que el estado de ansiedad se refiere a la respuesta de un individuo ante la percepción de peligro.

Martens et al. (2003) agruparon en tres dimensiones la ansiedad precompetitiva, siendo

las siguientes, la primera la dimensión ansiedad cognitiva, es aquella que está alojada en el área cognitiva encargada de la percepción, pensamiento, que se genera en la mente de la persona, plasmando a través de la preocupación, las cuales vienen a ser determinantes para que se generen las respuestas ante la situación generadora de la ansiedad, luego, la dimensión ansiedad somática, es aquella que presente llegar a visibilizarse mediante los signos y síntomas físicos, como actividad motora tanto consciente como inconsciente, es decir a nivel fisiológico la cual se produce producto de la experiencia ansiógena y muchas veces tiende a no poderse controlar, por último, la dimensión autoconfianza, es aquella convicción propia del individuo para creer que puede lograr y tener éxito en alguna tarea propuesta.

Estudios realizados internacional y nacionalmente indicaron la existencia de una relación inversa entre la ansiedad y motivación deportiva, alegando que los mayores niveles de padecer signos y síntomas de ansiedad iba a generar una disminución en la motivación deportiva en los jóvenes, por lo que alegaron la necesidad de establecer adecuadas estrategias para reducir la tensión y presión (Trigueros et al., 2020; Prieto, 2017; España, 2016; Catalá et al., 2016; Carrasco, 2019). Sin embargo, en un estudio realizado por Pulido et al. (2017) no se encontró relación alguna.

En los universitarios, es la motivación propia de la persona quien juega un papel importante para que deseen desarrollar alguna práctica deportiva, ya que en su mayoría no lo hacen, a pesar de que el deporte está estrechamente ligado a factores tales como condiciones físicas y emocionales (Torres et al., 2020).

Campo y Díaz (2003) menciona que el concepto sobre la motivación es muy complejo, puesto que existen muchos autores que definen la motivación con diferentes sentidos, generalmente la motivación deportiva es el impulso que dirige al individuo a actuar de determinada manera, es decir que da origen a un comportamiento específico y además puede ser provocado por un estímulo externo, que proviene del ambiente, o generado internamente

por procesos mentales de la misma persona.

Deci y Ryan (1985) indican que la motivación deportiva es una mezcla de motivaciones extrínsecas e intrínsecas que se encuentran en la necesidad esencial de autodeterminación a la hora de enfrentarse en una competencia, con la finalidad de alcanzar las metas deseadas, razón por la cual la motivación va tomando mayor importancia en el ámbito deportivo.

Weinberg y Gould (2010) precisaron que la motivación deportiva es producto de dos características importantes, siendo estos los siguientes, intensidad del esfuerzo, referido en cómo las personas le ponen el empeño realizando ciertas conductas, comportamientos que llevan al deportista a desempeñar de forma fructífera sus habilidades, actitudes y aptitudes, además, la dirección del esfuerzo, es decir el hecho de que el deportista busque orientar su esfuerzo hacia una tarea en concreto, buscando, aproximándose a practicar un deporte en colectivo, buscando así incorporarse, e invirtiendo su tiempo en el logro.

Deci y Ryan (1985) en su modelo teórico de interacción explica la motivación de la persona en diversos ámbitos, siendo una de ellas la actividad física – deportiva, esta teoría está estrechamente relacionada con el desarrollo y funcionamiento de las características de la personalidad en los entornos sociales, estableciendo si sus respuestas son volitivas, propias de la persona o autodeterminadas debido a que, se asume que las personas son organismos que están en constante actividad con tendencia siempre hacia el crecimiento y desarrollo personal; dieron a conocer que el comportamiento está regulado por tres factores importantes, siendo del área psicológica que llevan que la persona desarrolle y aumente su motivación siendo la autonomía, la competencia, y las relaciones sociales, es así que en la motivación deportiva se busca desarrollar la motivación intrínseca y los métodos de regulación.

Además, propusieron un total de tres dimensiones; la primera la dimensión motivación intrínseca se define como aquella en donde la persona hace uso de sus propios recursos para que desarrolle alguna actividad, plasmando ímpetu y compromiso, además, se evidencia un

placer e interés al ejecutar las acciones para el logro; luego la dimensión motivación extrínseca es entendida como los motivos ajenos de los propios para realizar acciones que conlleven al logro de la tarea, debido a que en el proceso existe un premio y/o recompensa, asimismo, las personas asimilan y valoran los motivos extrínsecos para la realización; por último, la dimensión amotivación, es la ausencia total de regulaciones tanto intrínsecas como extrínsecas que permiten regular la conducta hacia el logro de alguna tarea, debido a que la persona no encuentra el sentido de continuar realizando algo, en los deportistas es plasmado a través de la intención de actuar lo que genera sentimiento de frustración y apatía (Deci & Ryan, 1985).

Como justificación teórica la presente investigación busca brindar nuevos conocimientos acerca de la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva en los estudiantes universitarios, puesto que se ha observado pocos estudios sobre la relación de ambas variables, por lo que servirá como línea de investigación de futuros estudios. Como justificación práctica, permitirá que las instituciones educativas implementen dentro de su malla curricular actividades deportivas para los universitarios. Como justificación social, se pretende que la comunidad incentive la realización de deportes en los jóvenes, buscando que sea un medio de recreación y de hábito saludable. Como justificación metodológica, se utilizará pruebas ya adaptadas en la población peruana, que contará con una validez y confiabilidad con valores adecuados.

Se formuló la siguiente pregunta de investigación ¿Existe relación entre la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?

Como preguntas específicas: ¿Existe relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021? ¿Existe relación entre la dimensión ansiedad somática y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021? ¿Existe relación entre la dimensión

autoconfianza y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima,  
2021?

Como objetivo general se planteó lo siguiente: Determinar la relación entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021.

Asimismo, los siguientes objetivos específicos: Determinar la relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021. Determinar la relación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021. Determinar la relación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

Por último, como hipótesis de investigación: Existe relación inversa entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021

Como hipótesis específicas: Existe relación inversa entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021. Existe relación inversa entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021. Existe relación inversa entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021.

## CAPÍTULO II. MÉTODO

El enfoque de la presente investigación fue cuantitativo, de diseño no experimental, de corte transversal y alcance correlacional como lo refieren Hernández y Mendoza (2018) el enfoque cuantitativo es aquella que recoge y analiza el grado de relación de las variables, además de realizarse en un único momento no generando ningún tipo de manipulación dentro del estudio.

Según Hernández y Mendoza (2018) la población es el número del conjunto total de una comunidad o un contexto en donde se pretende desarrollar la investigación. En la presente investigación la población estuvo conformada por un total de 2647 estudiantes universitarios de la carrera de psicología del I al X ciclo de una universidad de Lima, siendo estos estudiantes mayores de edad.

Hernández y Mendoza (2018), definen el tamaño de la muestra como elementos pertenecientes a la población que comparten similitudes. Ante ello, se obtuvo que la muestra estuvo conformada por un total de 336 estudiantes universitarios, además, se tuvo criterios de inclusión siendo los siguientes: estudiantes de la carrera de psicología del I al X ciclo de una universidad de Lima matriculados en el año 2021, realizar algún tipo de deporte al menos 2 veces por semana, además, de edades entre 18 a 35 años, de ambos sexos. En cuanto a los criterios de exclusión, fue no firmar el consentimiento informado ([ver anexo 5](#)) y/o disponer alguna discapacidad intelectual que no les permita resolver el cuestionario; responder con una misma opción de respuesta todo el cuestionario.

Es así como, en cuanto a las características de la muestra, el 69% estuvo conformada por mujeres y el 31% por varones, siendo en su mayoría jóvenes de entre 23 – 25 años (56%).

Asimismo, para hallar la muestra se utilizó el muestreo no probabilístico intencional, ante ello, Hernández y Mendoza (2018) indican que en este tipo el investigador es libre de decidir quienes ingresan o no a su estudio.

La técnica utilizada para la presente investigación es la encuesta, según Guillermina (2017) es la aplicación de un cuestionario a la población/muestra que el investigador elige, cuestionario el cual se encuentra realizado basado a una teoría el cual se compone por dimensiones e indicadores, y es de ahí donde surgen los ítems que evalúan una variable. Asimismo, los instrumentos utilizados fueron los siguientes: Ficha sociodemográfica con la finalidad de obtener datos como sexo, edad, e indicar si practican o no algún tipo de deporte con qué frecuencia; además, el Test de la Ansiedad Precompetitiva versión revisada (CSAI 2R) y Escala de Motivación Deportiva (EMD).

En cuanto a la primera variable, el instrumento original es el Test de la Ansiedad Precompetitiva versión revisada (CSAI 2R) de Martens, Russell y Cox (2003). Se compone por 21 ítems reunidos de tres dimensiones (Ansiedad cognitiva, ansiedad somática y la autoconfianza. Las respuestas se representan a través de una escala con cuatro opciones (Nada, Un poco, Moderadamente y Mucho). Los autores Martens et al. (2003) analizaron la estructura interna mediante un análisis factorial confirmatorio, la estructura factorial original con 8 ítems para ACF, 7 para AS y 6 para AC. La confiabilidad presentó valores moderados a altos (de  $\rho = .84$  a  $.96$ ).

Para el estudio se usó el instrumento adaptado por Rosado (2016) al Perú en universitarios taekwondistas de Lima, para ello se evaluó a una muestra no probabilística de 307 universitarios taekwondistas (varones y mujeres), cuyas edades oscilaban entre los 17 y 30 años, realizando una validez de constructo mediante Kaiser-Meyer-Olkin alcanzando un puntaje mayor a 0.75 indicando así un valor adecuado; en cuanto a su confiabilidad fue hallado

mediante el coeficiente alfa de Cronbach 0.60 para la variable ansiedad precompetitiva y para sus dimensiones: ansiedad cognitiva (.773), ansiedad somática (.747) y autoconfianza (.826).

En cuanto a la segunda variable, el instrumento original es la Escala de Motivación Deportiva (EMD) desarrollada por Brière, Vallerand, Blais y Pelletier en 1995. Esta escala está compuesta por 28 ítems agrupados en tres dimensiones (motivación intrínseca, motivación extrínseca y amotivación). Las respuestas a los diferentes ítems están presentadas en una escala tipo Likert con un rango de respuesta de 1 a 7, donde 1 corresponde a Totalmente en desacuerdo y 7 a Totalmente de acuerdo.

La presente investigación hizo uso de la adaptación al contexto del Perú por Reyes (2018), realizado en 120 futbolistas de 18 – 36 años; en cuanto a la adaptación se tuvo que eliminar los ítems: 21, 22, y 26, ya que la carga factorial de ambos ítems evidenciaron valores por debajo de lo mínimo, además, se realizó un primer análisis factorial exploratorio, resultando 9 factores y cargas factoriales muy dispersas en el sentido de que se realizó un nuevo análisis factorial considerando el modelo teorizado de 3 factores, sin embargo, se eliminaron los ítems 21, 22 y 26 porque las cargas factoriales para estos ítems muestran valores por debajo del valor mínimo esperado de 0.30, lo que arroja tres componentes con valores propios mayores que 1. En cuanto a la confiabilidad realizada mediante alfa de Cronbach, el primer componente obtuvo un puntaje de .56, el segundo componente .84 y para el tercer componente .84.

Para la recolección de datos se envió el formulario por medios virtuales, tales como redes sociales - Facebook, correos electrónicos, grupos estudiantiles de WhatsApp, el formulario contenía, el consentimiento informado, ficha sociodemográfica con pregunta tales como edad, sexo, ciclo de la carrera, y si practicaban algún tipo de deporte al menos dos veces a la semana y finalmente los ítems de los instrumentos a evaluar.

Luego de haber realizado el proceso de recolección de datos, estos se trasladaron al

programa Excel, donde se organizó una base de datos que contenía la ficha demográfica, los puntajes de las dimensiones y puntajes totales de cada variable para que sea analizado estadísticamente.

Para el análisis exploratorio de los datos se usó la prueba de normalidad de hipótesis que permitió determinar si existe una distribución normal o no normal mediante la prueba Kolmogorov-Smirnov ([ver anexo 4](#)) debido a que la muestra de investigación es mayor a 50 personas, obteniéndose que distribución fue no normal ( $p < 0.05$ ) (Hernández & Mendoza, 2018). Por lo cual se empleó la prueba no paramétrica Rho Spearman para los análisis de correlación.

En cuanto a los aspectos éticos de esta investigación, tanto previo, durante y posterior a la aplicación de los instrumentos se recalzó a cada uno de los participantes que todas las respuestas que brindan en los cuestionarios serán de manera anónima y que no se solicitarían los nombres, asimismo los resultados serían utilizados únicamente con fines académicos, además, ellos tuvieron la libertad de elegir el momento y lugar para resolver la encuesta, que estuvo diseñada sin discriminación al sexo ni condición social; para la aplicación de las pruebas los estudiantes firmaron un consentimiento informado, el cual expresa si el participante desea o no participar de manera voluntaria en la investigación, asimismo, se les informó que puede abandonar la evaluación cuando lo considere pertinente, si desearán realizar consultas o inquietudes se les brindó el correo institucional, por último, toda la obtención de la información fue citada y referenciada debidamente de lo contrario se denominaría plagio (Código de Ética del Investigador UPN, 2016; American Psychological Association [APA], 2013; Código del Psicólogo del Perú, 2017)

### CAPÍTULO III. RESULTADOS

En el siguiente capítulo se muestran los resultados obtenidos en esta investigación acorde a los objetivos.

**Objetivo general:** Determinar la relación entre la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021.

#### Tabla 1

*Estadística de correlación entre las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva*

		Motivación deportiva
Ansiedad precompetitiva	Coefficiente de correlación	-,069
	Rho de Spearman	
	Sig. (bilateral)	,209
	N	336

H0: No existe correlación entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva

HA: Existe correlación entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva

Se visualiza en la estadística de correlación entre las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva (Rho= -.069;  $p > .05$ ), por tanto, no se rechaza la H0 concluyendo que las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva no se relacionan entre sí.

**Objetivo específico 1:** Determinar la relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en los estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021

**Tabla 2**

*Estadística de correlación entre la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva*

		Motivación deportiva
Ansiedad cognitiva	Coefficiente de correlación	-,132
	Rho de Spearman	
	Sig. (bilateral)	,016
	N	336

H0: No existe correlación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva

HA: Existe correlación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva

Se observa en la estadística de correlación entre la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva (Rho= -.132;  $p < .05$ ), por tanto, se rechaza la H0 y se acepta la HA concluyendo que la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva se relacionan entre sí, según Hernández y Mendoza (2018) indican una relación inversa y débil.

**Objetivo específico 2:** Determinar la relación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en los estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021

**Tabla 3**

*Estadística de correlación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva*

		Motivación deportiva
Ansiedad somática	Coefficiente de correlación	-,118
	Rho de Spearman	
	Sig. (bilateral)	,031
	N	336

H0: No existe correlación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva

HA: Existe correlación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva

Se indica en la estadística de correlación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva (Rho= -.118;  $p < .05$ ), por tanto, se rechaza la H0 y se acepta la HA concluyendo que la dimensión ansiedad somática y motivación deportiva se relacionan entre sí, según Hernández y Mendoza (2018) indican una relación inversa y débil.

**Objetivo específico 3:** Determinar la relación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en los estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021

**Tabla 4**

*Estadística de correlación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva*

		Motivación deportiva
Autoconfianza	Coefficiente de correlación	,068
	Rho de Spearman	
	Sig. (bilateral)	,214
	N	336

H0: No existe correlación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva

HA: Existe correlación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva

Se menciona en la estadística de correlación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva (Rho= -.068;  $p > .05$ ), por tanto, no se rechaza la H0 concluyendo que la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva no se relacionan entre sí.

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Generalmente la ansiedad y la motivación se tiende a estudiar en temas asociados a contextos clínicos, educativos hasta sociales, sin embargo, aún no se le da la debida importancia al campo deportivo a pesar de los beneficios que trae para la salud física y mental en los universitarios quienes presentan signos y síntomas no solo de estrés sino también de ansiedad pudiendo disminuir su motivación, es por ello que se han investigado estas dos variables en una población poco estudiada siendo estos los estudiantes universitarios.

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021. Después de la recolección de datos y su análisis estadístico a través del coeficiente de correlación de Rho de Spearman, se halló una relación débil inversa ( $Rho = -0.132$ ) pero no significativa ( $p = 0.209$ ;  $p > 0.05$ ) entre ambas variables. Por ello, no se acepta la hipótesis del investigador y se admite la hipótesis nula que menciona que no existe relación entre las variables, esto significa que los índices de signos y síntomas de ansiedad precompetitiva no se encuentran relacionadas con los índices de motivación deportiva. Al respecto, Trigueros et al. (2020) encontró una relación inversa entre la motivación deportiva y la ansiedad precompetitiva ( $Rho = -0.48$ ;  $p < 0.01$ ). El estudio presentado puede diferir en los resultados debido a que la muestra en la que se realizó el estudio fue en deportistas calificados. Según Martens et al. (1990) la ansiedad precompetitiva es un estado momentáneo en donde se empiezan a generar diversas situaciones de reacción emocional tales como tensión, nerviosismo, entre otros, sin embargo, ello no va a afectar en que la persona disminuya o aumente su motivación de obtener su logro personal. Esto quiere decir que, en el transcurso del logro de sus objetivos, se evidencian periodos de preocupación, tensión, debido que para el cumplimiento de las metas existen diversas dificultades que deben de afrontarse, sin embargo, ello no va a perjudicar en la motivación propia.

Además, en el primer objetivo específico se determinó la relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en los estudiantes. Hallándose una relación débil, inversa ( $Rho = -.132$ ;  $p = .016$ ) entre ambas variables. Por tal razón, se acepta la hipótesis del investigador que menciona que existe relación entre la dimensión y variable estudiada, esto significa que los índices de tener pensamientos angustiosos se relacionan con los menores índices de motivación deportiva. Ante ello, España (2016) presentó una relación media directa ( $Rho = .41$ ;  $p = 0.000$ ) entre ambas. Este resultado puede diferir debido a que la población fueron jóvenes adolescentes que realizan constantemente la práctica del deporte. Deci y Ryan (1985) indican que la motivación deportiva tiene como finalidad alcanzar las metas deseadas, pero cuando se involucran muchas situaciones demandantes la persona empieza a generar preocupación y tensión a nivel físico y psicológico, disminuyendo su motivación.

Asimismo, en el segundo objetivo específico se determinó la relación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en los estudiantes. Donde se halló una relación débil inversa ( $Rho = -.118$ ;  $p < .05$ ), entre ambas variables. Por tal motivo, se acepta la hipótesis del investigador que menciona que existe relación entre la dimensión y variable estudiada, esto significa que los mayores índices de síntomas a nivel físico se relacionan con los menores índices de motivación deportiva. Ante ello, Pulido et al. (2017) encontró una relación inversa entre ambas ( $Rho = -.30$ ;  $p < .01$ ). Deci y Ryan (1985) indicaron que cuando existen diversos síntomas de malestar físico hacia alguna actividad empieza la amotivación que es la ausencia total de regulaciones tanto intrínsecas como extrínsecas que permiten regular la conducta hacia el logro de alguna tarea, debido a que la persona no encuentra el sentido de continuar realizando algo generando sentimiento de frustración y apatía. Se da a conocer que se originan síntomas de apatía que se plasman corporalmente en la persona debido a que en el transcurso se evidencian dificultades, que hacen poner nervioso a la persona, sin embargo, a mayores de estos síntomas, la motivación tiende a disminuir.

En cuanto, al tercer objetivo específico se determinó la relación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en los universitarios. Halándose una relación débil directa ( $Rho=.068$ ) pero no significativa ( $p=0.214$ ;  $p>0.05$ ) entre ambas variables. Por ello, no se acepta la hipótesis del investigador y se admite la hipótesis nula que menciona que no existe relación entre las variables, esto significa que los índices de tener una adecuada percepción de las propias capacidades no se relacionan con la motivación deportiva. Esto difiere de lo encontrado por Pulido et al. (2017) quienes en su estudio indicaron una relación directa débil ( $Rho=.27$ ;  $p<0.01$ ). Este resultado puede diferir a que, los participantes de tal estudio pertenecen a categorías desde infantil hasta senior, involucrándose desde pequeños en el deporte, a diferencia de los participantes de la presente investigación. Martens et al. (2003) indica que la persona debe de tener la convicción propia del individuo para creer que puede lograr y tener éxito en alguna tarea propuesta, aumentando así en su autonomía y confianza en sus capacidades. Esto nos indica que, si bien no se encontró una relación significativa, mientras la persona tenga plena seguridad en sus habilidades y destrezas, es probable que su motivación vaya en aumento.

Dentro del estudio se tuvieron las siguientes limitaciones, el primer referente a la obtención de información debido a que, la ansiedad precompetitiva y motivación deportiva es un tema que recién se está desarrollando y estudiando a nivel nacional, por lo cual hay poca información de ella en nuestro contexto, por lo que hubo una dificultad en el contraste de los resultados de los antecedentes con los hallazgos obtenidos en la presente investigación, también, al haber utilizado un muestreo no probabilístico, los resultados no se pueden generalizar a otras poblaciones, por último, los estudios que se han realizado han sido en deportistas mas no en universitarios.

En las implicancias a nivel teórico se da a conocer que hay pocos estudios que han relacionado con las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva, por lo que la presente investigación podrá servir de antecedente para futuras investigaciones que se deseen realizar. Además, el presente estudio va a poder servir para que las instituciones educativas observen la realidad de la problemática de los universitarios y a pesar de no haberse encontrado una relación significativa entre ambas variables si evidencia la necesidad de ejecutar actividades deportivas. Asimismo, los profesionales de la salud psicoeduquen a la comunidad dándoles la información necesaria así volviendo autónomos a los jóvenes para que tomen la decisión de realizar actividades deportivas que no solo lo ayudarán físicamente, sino también psicológicamente, permitiéndole así tomarlo como una estrategia para afrontar diversos estresores. Finalmente, los instrumentos utilizados han tenido una adaptación peruana por lo que los resultados de nuestra investigación son confiables.

En la conclusión general se identificó que no existe relación significativa entre la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva. En relación con el objetivo específico uno, se halló una relación significativa, negativa y débil entre la ansiedad cognitiva y la motivación deportiva. En cuanto al segundo objetivo, se halló que existe una relación significativa, negativa y débil entre ansiedad somática y la motivación deportiva. Por último, referente al cuarto objetivo, no se encontró una relación significativa entre la autoconfianza y la motivación deportiva.

## REFERENCIAS

American Psychological Association (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*.

[https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite\\_etica/Codigo\\_APA.pdf](https://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf)

Carrasco, A. (2019). *Influencia de la motivación deportiva sobre la ansiedad precompetitiva en deportistas calificados de una universidad privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola.

[http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9845/1/2019\\_Carrasco%20Ramos.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/9845/1/2019_Carrasco%20Ramos.pdf)

Catalá, P., Peñacoba, C., Velasco, L., Jareño, N. & Fernández, A. (2016). La motivación como variable influyente en la ansiedad y autoconfianza en deportistas. *Información psicológica*, 16(2), 2-12.

<http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/565>

Código de Ética del Investigador UPN (2016). *Resolución Rectoral N° 104-2016-UPN-SAC*.  
<https://www.upn.edu.pe/sites/default/files/documentos/codigo-etica-investigador-cientifico-upn.pdf>

Código de Ética del Psicólogo del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*.  
[https://www.cpsp.pe/documentos/marco\\_legal/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)  
Deci, E. & Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer US.

España, L. (2016). *Relación entre motivación deportiva y ansiedad precompetitiva en tenistas adolescentes guatemaltecos* [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional de la Universidad Rafael Landívar.  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Espana-Lisa.pdf>

- Freud, S. (1917). *La Angustia*. En S. Freud (Ed.), *Obras Completas*, 16. Amorrortu Editores.
- Guillermina, P. (2017). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.  
[https://www.sijufor.org/uploads/1/2/0/5/120589378/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_guillermina\\_baena\\_paz.pdf](https://www.sijufor.org/uploads/1/2/0/5/120589378/metodologia_de_la_investigacion_guillermina_baena_paz.pdf)
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill- education.  
<https://files.sld.cu/anestesiologia/files/2011/10/burnout-2.pdf>
- Huaranga, S. (2016). *¿Cuál es la situación del deporte en el Perú? Punto Edu*.  
<https://puntoedu.pucp.edu.pe/noticias/informe-de-puntoedu-sobre-la-situaciondel-deporte-en-el-peru/>
- Lang, P. (2002) *Fear Reduction and Fear Behavior: Problems in Treating a Construct*. J.H. Shilen. Research in psychotherapy.
- Martens, M., Cox, R. & Russell, W. (2003). Measuring Anxiety in Athletes: The Revised Competitive Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport Psychology* 25(1), 519-533.  
<https://journals.humankinetics.com/view/journals/jsep/25/4/article-p519.xml>
- Martens, R., Vealey, R. & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport (Ansiedad competitiva en el deporte)*. Human Kinetics Europe.
- Prieto, J. (2017). Experiencia deportiva, ansiedad y motivación en corredores populares. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 51-58.  
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/291911>
- Pulido, S., Fuentes, J. & Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3(3), 436-453  
<https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>
- Reyes, M. (2018). *Motivación y síndrome de Burnout en un grupo de futbolistas profesionales*

- de segunda división del campeonato peruano* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres.  
<https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/4253>
- Rosado, R. (2016). *Adaptación del cuestionario de estado de ansiedad competitiva (CSAI-2) en Universitarios taekwondistas de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad Cesar Vallejo.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1233/Rosado\\_ZRF.pdf?sequence=1](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/1233/Rosado_ZRF.pdf?sequence=1)
- Schlatter, J. (2003). *La ansiedad. Un enemigo sin rostro*. Eunsa.  
<http://pesquisa.bvsalud.org/bvsecuador/resource/es/mdl-26715623>
- Torres, G., Carrasco, L. & Medina, J. (2020). Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte. el caso de la universidad de granada. *Revista de motricidad*, 6, 95-105.  
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/67328/56153-166875-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J., Álvarez, J., Cangas, A. J. & López-Liria, R. (2020). El efecto de la motivación sobre la resiliencia y la ansiedad del deportista. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y del deporte*, 20(77), 73–86.  
<https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.77.005>
- Usán, P. & Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112.  
<https://www.redalyc.org/journal/1332/133258487007/html/>
- Weinberg, R. & Gould, D. (2010). *Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico*. Ariel

ANEXOS

**Anexo 1. Matriz de Consistencia Interna**

Problema General	Objetivo General	Hipótesis General	Variables	Metodología
¿Existe relación entre la ansiedad precompetitiva y la motivación deportiva en los estudiantes de Psicología de una universidad de Lima, 2021?	Determinar la relación entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva en los estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021	Existe relación inversa entre ansiedad precompetitiva y motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021	Variable 1: Ansiedad  Martens (1990) define la ansiedad precompetitiva es un tipo ansiedad que se encuentra suscitado ante situaciones de competencia de cualquier índole en donde empieza a presentar diversos signos y síntomas de tensión, nerviosismo, a nivel físico, psicológica y comportamental (Martens, 1990).	<p><b>1. Tipo de investigación</b></p> <p><b>Enfoque de investigación:</b> Cuantitativo  <b>Diseño de investigación:</b> no experimental  <b>Corte de investigación:</b> transversal  <b>Alcance:</b> correlacional</p> <p><b>2. Población y muestra</b></p> <p>La población está conformada por 2647 estudiantes de la carrera de psicología.</p> <p>La muestra está determinada por 336 estudiantes de una Universidad de Lima, 2021. El muestreo es no probabilístico intencional</p> <p><b>3. Instrumentos:</b></p> <p>Test de la Ansiedad Precompetitiva versión revisada (CSAI 2R)  Escala de Motivación Deportiva (EDM)</p> <p><b>4. Análisis de datos</b></p> <p>Programa informático Excel  Programa estadístico SPSS - 26</p>
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicos		
P1: ¿Existe relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?	O1: Determinar la relación entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021	H1: Existe relación inversa entre la dimensión ansiedad cognitiva y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021	Variable 2: Motivación deportiva  Deci y Ryan (1985) definen la motivación deportiva como una mezcla de motivaciones extrínsecas e intrínsecas que se encuentran en la necesidad esencial de autodeterminación a la hora de enfrentarse en una competencia.	
P2: ¿Existe relación entre la dimensión ansiedad somática y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?	O2: Determinar la relación entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021	H2: Existe relación inversa entre la dimensión ansiedad somática y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021		
P3: ¿Existe relación entre la dimensión autoconfianza y motivación deportiva en estudiantes de psicología de una universidad de Lima, 2021?	O3: Determinar la relación entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021	H3: Existe relación inversa entre la dimensión autoconfianza y la motivación deportiva en estudiantes de Psicología de una Universidad de Lima, 2021		

## Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las Variables 1: Ansiedad

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Escala
<b>Ansiedad</b>	Martens, Russell y Cox (2003) definen a la ansiedad como una emoción que surge frente a una situación competitiva o el miedo al fracaso, el juicio social negativo y las amenazas desconocidas que tienen el potencial de provocar daños físicos en algunas personas.	Ansiedad cognitiva	Ansiedad Cognitiva	3,6,9,12,15,18.	1 = Nada 2 = Un poco 3 = Moderadamente 4 = Mucho
		Ansiedad somática	Ansiedad Somática	2, 5, 8, 11, 14,17.	
		Autoconfianza	Autoconfianza	1, 4, 7, 10, 13, 16, 19,20, 21.	

### Anexo 3. Matriz de Operacionalización de las Variables 2: Motivación Deportiva

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Reactivos	Escala
Motivación Deportiva	Deci y Ryan (1985) definen la motivación deportiva como una mezcla de motivaciones extrínsecas e intrínsecas que se encuentran en la necesidad esencial de autodeterminación a la hora de enfrentarse en una competencia.	Motivación	Para conocer	2,4,27,23	1 = Totalmente en desacuerdo 2 = Bastante en desacuerdo 3 = Algo en desacuerdo 4 = Neutral 5 = Algo de acuerdo 6 = Bastante de acuerdo 7 = Totalmente en desacuerdo
		Intrínseca	Para experimentar estimulación	1,13,18,25	
			Para conseguir cosas	8,12,15,20	
		Motivación extrínseca	Regulación identificada	7,11,17,24	
			Regulación introyectada	9,14,21,26	
		Amotivación	Regulación externa Desmotivación	6,10,16,22 3,5,19,28	

**Anexo 4: Tabla 5. Prueba de normalidad para las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva**

Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig
Ansiedad precompetitiva	0.108	336	0.000
Motivación deportiva	0.097	336	0.000

Dentro de la prueba de normalidad para las variables ansiedad precompetitiva y motivación deportiva se encontró un nivel de significancia menor a 0.05 por lo que se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman debido que la distribución resulto ser no normal.

## Anexo 5: Consentimiento informado

Estimado/a participante:

Te saluda David Miñano y Alvina Vidal, estudiantes del X ciclo de la carrera de Psicología. En esta ocasión, nos encontramos realizando una investigación.

Es así que de manera voluntaria y anónima, se encuentra invitado/a para formar parte de la presente investigación.

Cabe recalcar que la información recaudada es con fines académicos, respetando la confidencialidad del caso. Siendo así que no se podrá brindar o utilizar dichos datos para otros propósitos

alvinavidalt@gmail.com [Cambiar de cuenta](#) 

\* Indica que la pregunta es obligatoria

Correo \*

Tu dirección de correo electrónico \_\_\_\_\_

Después de haber leído lo anterior, ¿acepta participar en la investigación? \*

si

No

[Siguiente](#) [Borrar formulario](#)