

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Tolerancia a la frustración en deportistas amateurs
frente a situaciones estresantes, Arequipa 2022**

Diego Fabricio Huamani Vilca

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Arequipa, 2023

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TESIS

A : Eliana Carmen Mory Arciniega
Decano de la Facultad de Humanidades

DE : Javier Rigoberto Ortega
Asesor de tesis

ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de tesis

FECHA : 26 de Setiembre de 2023

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para saludarlo y en vista de haber sido designado asesor de la tesis titulada: "TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN EN DEPORTISTAS AMATEURS FRENTE A SITUACIONES ESTRESANTES, AREQUIPA 2022", perteneciente al/la/los/las estudiante(s) DIEGO FABRICIO HUAMANI VILCA, de la E.A.P. de Psicología; se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 18 % de similitud (informe adjunto) sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores (Nº de palabras excluidas: 15) SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que la tesis constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad.

Recae toda responsabilidad del contenido de la tesis sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios de legalidad, presunción de veracidad y simplicidad, expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI y en la Directiva 003-2016-R/UC.

Esperando la atención a la presente, me despido sin otro particular y sea propicia la ocasión para renovar las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Asesor de tesis
Mg. Javier Rigoberto Ortega
DNI: 42338231

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Diego Fabricio Huamani Vilca, identificado(a) con Documento Nacional de Identidad No. 72309918, de la E.A.P. de Psicología de la Facultad de Humanidades la Universidad Continental, declaro bajo juramento lo siguiente:

1. La tesis titulada: "Tolerancia la frustración en deportistas amateurs frente a situaciones de estrés, Arequipa 2022", es de mi autoría, la misma que presento para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología.
2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas, por lo que no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis es original e inédita, y no ha sido realizado, desarrollado o publicado, parcial ni totalmente, por terceras personas naturales o jurídicas. No incurre en autoplagio; es decir, no fue publicado ni presentado de manera previa para conseguir algún grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, pues no son falsos, duplicados, ni copiados, por consiguiente, constituyen un aporte significativo para la realidad estudiada.

De identificarse fraude, falsificación de datos, plagio, información sin cita de autores, uso ilegal de información ajena, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las acciones legales pertinentes.

18 de Octubre de 2023.



Diego Fabricio Huamani Vilca

DNI. No. 72309918

TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN EN DEPORTISTAS AMATEURS FRENTE A SITUACIONES ESTRESANTES, AREQUIPA 202

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%	18%	5%	5%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	7%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.continental.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	<1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
8	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	

		<1 %
10	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
11	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
13	www.dspace.espol.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	www.redalyc.org Fuente de Internet	<1 %
17	www.strom.sk Fuente de Internet	<1 %
18	ansiedadystres.es Fuente de Internet	<1 %
19	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
20	Submitted to University of Wales central institutions	<1 %

Trabajo del estudiante		
21	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1 %
22	academic-accelerator.com Fuente de Internet	<1 %
23	repositorioslatinoamericanos.uchile.cl Fuente de Internet	<1 %
24	archive.org Fuente de Internet	<1 %
25	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	repositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
27	"Applied Technologies", Springer Science and Business Media LLC, 2023 Publicación	<1 %
28	dspace.unach.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
29	issuu.com Fuente de Internet	<1 %
30	repositorio.ulasamericas.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
31	repositorio.utesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

32	Submitted to Infile Trabajo del estudiante	<1 %
33	www.psibe.org Fuente de Internet	<1 %
34	Submitted to UNIV DE LAS AMERICAS Trabajo del estudiante	<1 %
35	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	<1 %
36	Submitted to Universidad de Málaga - Tii Trabajo del estudiante	<1 %
37	rodin.uca.es Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado primero a Dios por guiar mi camino y brindarme la vitalidad de hacer posible uno de mis sueños; además a mis padres Ronald y Trinidad, por el gran esfuerzo que hicieron para que yo siga mi carrera profesional y por estar siempre conmigo. A mis hermanos, que son mi inspiración a ser siempre mejor. Y, finalmente, a mis abuelitos amados y a todos aquellos que fueron parte de mi sendero y hoy ya no están.

AGRADECIMIENTOS

Primero, agradezco a la Universidad Continental por brindarme un espacio en el cual yo logré iniciar y desarrollar mi vida profesional. Al docente Jonathan Jara Quispe, por el soporte moral y los consejos que me brindo para yo poder seguir y culminar mi carrera. Y en general a todos los docentes que fueron parte de este proceso y me brindaron sus conocimientos y experiencias.

Asimismo, retribuyo a mis padres que hicieron el esfuerzo para que yo sea profesional y por la motivación que me brindaron en el proceso universitario.

Además, doy las gracias a la academia Esther Grande de Bentín por permitirme realizar mi investigación y por la paciencia del proceso.

Finalmente, agradezco a mi asesor de tesis el Mg. Javier Rigoberto Ortega, quien se tomó el tiempo y la dedicación para guiarme con sus conocimientos en el proceso de este trabajo.

RESUMEN

La tolerancia a la frustración es la capacidad del individuo para afrontar problemas o situaciones que se presenten en el marco de vida, esta capacidad está comprendida como algo similar a la resiliencia. Diversos autores la definen como la acción que aparece cuando no se consigue satisfacer una necesidad planteada. En la presente investigación, se planteó como objetivo determinar la relación entre tolerancia a la frustración y situaciones de estrés en deportistas amateurs de la academia Esther Grande de Bentín, en la ciudad de Arequipa; además 100 estudiantes de la academia de ambos sexos conformaron la muestra. Asimismo, se consideran variables de estudio la tolerancia a la frustración y la variable situaciones estresantes en un ámbito deportivo. De esta manera, el estudio utilizó un diseño no experimental, cuantitativo con un enfoque descriptivo correlacional. Se emplearon tanto Escala de Evaluación del Estrés Deportivo (EEAD) como la Escala de Tolerancia la Frustración. Para la obtención de los resultados estadísticos, se utilizaron tablas de normalidad y homogeneidad de Kolmogorov-Smirnov, correlación de RHO de Spearman y la significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman. De acuerdo con los datos estadísticos, se descubre un RHO de Spearman de -0.136, lo que indica una correlación negativa muy baja. De tal forma, se determina que los resultados tienen un sentido invertido, donde a más situaciones estresantes, menos tolerancia a la frustración producirá en la persona.

Palabras clave: frustración, tolerancia a la frustración, estrés, deportistas amateurs, situaciones de estrés

ABSTRACT

Frustration tolerance is the individual's ability to cope with problems or situations that arise in the framework of life, this ability is understood as something like resilience. Various authors define it as the action that appears when an established need is not satisfied. The objective of this research was to determine the relationship between frustration tolerance and stress situations in amateur athletes from the Esther Grande de Bentín Academy in the city of Arequipa; 100 students of both sexes from the academy made up the sample. Frustration tolerance and the variable stressful situations in a sporting environment were considered as study variables. The study used a non-experimental, quantitative design with a descriptive correlational approach. Both the Sport Stress Evaluation Scale (SES) and the Frustration Tolerance Scale were used. To obtain the statistical results, Kolmogorov-Smirnov normality and homogeneity tables, Spearman's RHO correlation and linear regression significance for Spearman's correlation were used. According to the statistical data, a Spearman's RHO of -0.136 is found, indicating that a very low negative correlation arises between one and the other study variable. In such a way, it is determined that the results have an inverted sense, where the more stressful situations, the less tolerance to frustration will produce in the person.

Keywords: frustration, frustration tolerance, stress, amateur athletes, stressful situations

ÍNDICE

DEDICATORIA	viii
AGRADECIMIENTOS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
ÍNDICE	xii
ÍNDICE DE TABLAS	xiv
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xvi
INTRODUCCIÓN	xvii
CAPÍTULO I	2
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	2
1.1. Planteamiento y Formulación del Problema	2
1.2. Pregunta General e Interrogantes Específicas	4
1.3. Objetivos de la Investigación	5
1.4. Justificación.....	6
1.5. Hipótesis.....	8
1.6. Identificación de las Variables	8
CAPÍTULO II	11
MARCO TEÓRICO.....	11
2.1. Antecedentes de Investigación	11
2.2. Bases Teóricas.....	18
CAPÍTULO III.....	22

DISEÑO METODOLÓGICO.....	22
3.1 Método y Alcance de la Investigación	22
3.2 Configuración de la Investigación.....	22
3.3 Población y Muestra.....	23
3.4 Aspectos Éticos	24
3.5 Técnica	25
3.6 Instrumentos	25
3.7 Procedimiento y análisis de datos	31
CAPÍTULO IV.....	32
RESULTADOS.....	32
4.1. Resultados	32
4.2. Discusión.....	44
CONCLUSIONES	49
RECOMENDACIONES.....	50
ANEXOS	55

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Datos sociodemográficos	32
Tabla 2 Niveles de tolerancia a la frustración en deportistas amateurs	33
Tabla 3 Niveles de estrés en el ámbito deportivo	33
Tabla 4 Tabla de normalidad y homogeneidad de Kolmogorov y Smirnov entre las variables tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes	34
Tabla 5 Resultados de la dimensión predominancia al obstáculo.....	34
Tabla 6 Resultados de la dimensión defensa del yo	35
Tabla 7 Resultados de la dimensión persistencia a la necesidad	35
Tabla 8 Correlación de RHO de Spearman entre la variable tolerancia a la frustración y situaciones estresantes	36
Tabla 9 Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre las variables tolerancia a la frustración y situaciones estresantes	36
Tabla 10 Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre el nivel de tolerancia a la frustración y situaciones estresantes.....	37
Tabla 11 Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones de estrés.....	38
Tabla 12 Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones estresantes	38
Tabla 13 Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones estresantes	39
Tabla 14 Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes	40
Tabla 15 Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes	40

Tabla 16 Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes.....	41
Tabla 17 Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes	42
Tabla 18 Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes	42
Tabla 19 Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes	43

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ficha técnica de la Escala de Tolerancia a la Frustración	26
Figura 2. Alfa de Cronbach de la Escala tolerancia a la frustración	28
Figura 3. Ficha técnica de la Escala de valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD) ..	29

INTRODUCCIÓN

El presente estudio tiene como variables principales la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes en un ámbito deportivo. La primera se define como la acción de responder de los individuos a adversidades o situaciones que se tornan adversas, lo que genera conductas no apropiadas (Namuche y Vásquez, 2017). De tal forma que cuando no completamos o alcanzamos un deseo o meta, presentamos emociones como tristeza, enfado, etc., lo que evita que logremos solucionar conflictos o problemas. Es por eso que el motivo principal por el cual se presenta la desmotivación y el abandono de metas es una poca tolerancia a la frustración. Lo que desencadena baja autoestima, depresión y dificultades conductuales (Agurto, 2019).

Mientras que las situaciones estresantes en el ámbito deportivo, Guerrero et al. (2017) son las consideran como situaciones estresantes durante un contexto precompetitivo, competitivo y postcompetitivo. Estas situaciones durante el desenvolvimiento activo de las competiciones pueden ocasionar en el sujeto distracción, pérdida del foco de atención, incremento de ansiedad o de la frecuencia cardíaca; así como también la tensión muscular se incrementa. En un ámbito deportivo, se evidencian las conductas agresivas o antideportivas como respuesta de una situación generada por la frustración; es por eso que el soporte emocional en la formación de deportistas es importante.

Para Moreno et al. (2000): “No toda actitud frustrante se refleja en una actitud agresiva” (p.26). Es por eso que, ante sucesos que puedan ser adversos o generen un nivel de estrés moderado, no siempre está relacionado con actitudes agresivas, por el contrario, el estrés generado muchas veces altera y disminuyen el rendimiento y bienestar de los deportistas (Guerrero et al. 2017, p 374).

En el ámbito deportivo en Perú y en Latinoamérica en general, hay casos donde se evidencian agresiones verbales a jueces, peleas con rivales deportivos, etc., que son situaciones que pasan por alto. En la formación de deportistas de alto rendimiento no existe una preparación específica para afrontar dichos problemas, sino que esta preparación es dada desde los primeros años de vida, donde se van adquiriendo capacidades y herramientas para afrontar y tolerar situaciones poco placenteras.

Actualmente, el conocimiento por los procesos psicológicos que experimentan los deportistas en formación se desconoce, como también los factores influyentes. De tal modo, la investigación relaciona la tolerancia a la frustración con un factor muy conocido y poco valorado como el estrés, ya que puede provocar cefaleas, falta de motivación, tensión muscular, agotamiento, inseguridad, desmotivación, etc.

Por otro lado, las escasas investigaciones dentro del país inspiraron y motivaron a la investigación por profundizar en el tema y dar a conocer los resultados obtenidos; si bien se encontraron investigaciones sobre frustración, no relacionaron con el factor estrés o en otros casos fueron estudiados de manera individual en poblaciones diferentes.

Ambos instrumentos fueron aplicados de manera *online* y se ha contado con la participación voluntaria de cien deportistas amateurs de la academia Esther Grande de Bentín entre las edades de 12 a 18 años. Los instrumentos psicométricos están validados y son fiables, midiendo cada variable para la investigación. Para la variable tolerancia a la frustración se utilizó la Escala de Tolerancia a la Frustración, elaborado por Carlos Namuche y Kathia Vásquez, mostrando una validez u fiabilidad aceptable. Para la variable situaciones de estrés, se utilizó la Escala de valoración de Estrés en el ámbito Deportivo (EEAD), siendo validado por un grupo de deportistas teniendo una validez elevada de .088.

La investigación cuenta con cuatro capítulos. En el primero, se plasma el planteamiento de la investigación, donde se muestra por qué se está realizando el estudio, del mismo modo se plantean preguntas de investigación, los objetivos y justificación. Asimismo, en el capítulo II, se plantea el marco teórico a partir de referencias bibliográficas, donde se toman en cuenta estudios internacionales, nacionales y locales; luego se prosigue con la definición de bases teóricas de tolerancia a la frustración, frustración, deportistas amateurs, situaciones estresantes, predominancia al obstáculo, defensa del yo, persistencia a la necesidad; seguidamente se desarrolla el desglose de términos.

Además, el capítulo III presenta el marco metodológico, incluyendo tipo de estudio, población, muestra, técnicas, diseño, instrumentos, análisis de datos e información técnica de cada instrumento utilizado. A su vez, en el capítulo IV, se han presentado los resultados, así como la discusión, conclusiones y las recomendaciones de acuerdo con el propósito del estudio. De este modo, se aceptan las hipótesis y se finaliza con la aclaración de cada tabla.

Las limitaciones de este estudio se basaron en los antecedentes, ya que, si bien se estudian factores como frustración, tolerancia y estrés. Son pocos los estudios que se enfocan en la frustración en deportistas o como el estrés que frecuentan durante su vida. Otra limitación, se tuvo muy poco apoyo por parte de las instituciones deportivas nacionales para poder realizar esta investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Planteamiento y Formulación del Problema

El ser tolerante a la frustración es un concepto en el cual no todos los ámbitos sociales son tomados en cuenta. En el ámbito deportivo, los comportamientos deshonestos y las indisciplinas son indicadores de una poca tolerancia a la frustración. En Perú y Latinoamérica en general, casos donde se evidencian la frustración de los deportistas como los siguientes: peleas con rivales, agresiones a jueces por no tolerar una mala decisión y agresiones verbales entre comandos técnicos de ambos equipos, son situaciones que se pasan por alto. A nivel internacional, en la formación de deportistas no existe una preparación más adecuada para afrontar dichos problemas o adversidades, sino que esta preparación es dada desde los primeros años de vida, donde se van adquiriendo capacidades y herramientas para afrontar y tolerar situaciones poco placenteras para el sujeto (Quito et al., 2017).

En esta línea Ellis et al. (2006) destacan una serie de creencias que explican el ser intolerante a la frustración. La cuales se describen como la exigencia de querer algo tal cual se desea y la negativa de aceptar la posible realidad. El ser tolerantes es una facultad que va adquiriendo el sujeto conforme vaya experimentando y confrontando situaciones a lo largo de su vida, algunas personas carecen de estas capacidades de afrontamiento, por lo cual se generan comportamientos no apropiados.

Por otro lado, Márquez (2006) se interesó por indagar por las estrategias que usaban los atletas para afrontar el estrés, que frecuentemente estaban sometidos en un entorno competitivo. Algunas de las estrategias de afrontamiento que utilizaban los atletas se asocian a las habilidades

como las siguientes: autoeficacia, autocontrol, orientaciones de metas y la motivación. De este modo, en un contexto deportivo, esta teoría se interpreta que los deportistas pasarán y actuarán de forma diferente en situaciones de estrés; por ejemplo, en un estrés sutil que tendrá cierta influencia en los aspectos como la capacidad de decisión, así como la percepción, etc. Un afrontamiento inadecuado puede agravar la intensidad de estrés, lo que llevara a repercutir en aspectos negativos sobre las emociones o el rendimiento (Márquez, 2006).

Por tal motivo, es importante que las academias formativas de deportistas brinden un soporte psicológico, de tal modo que los problemas de cualquier índole no perjudiquen el rendimiento ni la salud mental del deportista en formación. Para Soto et al. (2021), el estrés se refleja con mayor índice en aquellas personas que cuentan con alguna limitación dentro de su ambiente de desarrollo, lo que se describiría como aquellos deportistas en formación que no cuentan con algunas habilidades físicas a diferencia de otros de su misma edad. Esto les genera inquietud, preocupación, ideas recurrentes, y sobre todo la exigencia física; todo esto en conjunto son generadores de estrés.

De igual forma, Pedrosa et al. (2012) estudiaron el conocer nuevas variables y crearon una escala para conocer las estructuras psicológicas asociadas con el ambiente deportivo. Se evaluaron las diferentes causas (estrés, ansiedad, nerviosismo, autoestima) en una sola escala que describa diferentes situaciones que estén directamente relacionadas a un contexto deportivo.

También, es importante saber que la psicología en el deporte ayude al deportista en formación a crear un ambiente de confianza con su entorno, mejore sus habilidades comunicativas, brinde seguridad para conseguir sus objetivos, fortalezca su personalidad, refuerce su capacidad de afrontar retos y competiciones bajo presión; del mismo modo, consolide valores.

Las investigaciones en el campo deportivo son escasas, ya sea por el poco interés de

investigar o de las instituciones que son cerradas en brindar un espacio para la investigación psicológica. Es por ello que se debe empezar a concientizar en relación con la importancia de sobre la salud mental y el reforzamiento en habilidades de afrontamiento.

Por tanto, es importante tener en cuenta que ambas variables de estudio sean pertinentes en la actualidad. El estudio también nos ayuda a comprender mejor los niveles de tolerancia a la frustración de los atletas aficionados bajo condiciones estresantes en un contexto deportivo. Por esta razón, se sugiere que la investigación se realice en la recopilación de datos frescos, que sirvan de base y aporte de nuevas ideas para futuras investigaciones.

1.2. Pregunta General e Interrogantes Específicas

1.2.1. Pregunta general

¿Cuál será la relación que existe entre la frustración y situaciones de estrés, en deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa?

1.2.2 Preguntas específicas

- ¿Cuál será el nivel de tolerancia a la frustración en los deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa, frente a situaciones estresantes?
- ¿Cuál será el nivel de estrés en un ámbito deportivo en los deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa?
- ¿Cuál es el nivel de predominancia del obstáculo en deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa, frente a situaciones estresantes?
- ¿Cuál es el nivel de defensa del yo en deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa, frente a situaciones estresantes?

- ¿Cuál es el nivel de persistencia de la necesidad en deportistas amateurs de una academia de fútbol de Arequipa, frente a situaciones estresantes?

1.3. Objetivos de la Investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre tolerancia a la frustración y situaciones de estrés en deportistas amateurs.

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar el nivel de tolerancia a la frustración que presentan los deportistas amateurs, frente a situaciones estresantes.
- Determinar el nivel de estrés en un ámbito deportivo que presentan los deportistas amateurs.
- Reconocer el nivel de predominancia del obstáculo en deportistas amateurs, frente a las situaciones estresantes.
- Identificar el nivel defensa del yo en deportistas amateurs, frente a las situaciones estresantes.
- Reconocer el nivel de predominancia de la necesidad en deportistas amateurs, frente a las situaciones estresantes.

1.4. Justificación

En la actualidad, el ser tolerante a la frustración es un concepto que muy poco se conoce pero que ha tomado mayor interés estos últimos años en el ámbito deportivo, lo que lleva a considerar estudios en distintas áreas. Amsel y Mustaca (2018) definieron a la frustración como un estado del organismo parecido al estrés y al mal sensorial, frente la devaluación o una omisión de reforzadores positivos (Medrano et al., 2019).

La frustración se puede dividir en dos clases: la frustración inicial, que se muestra como la insatisfacción de los individuos ante el quebrantamiento de las necesidades básicas; y la subsiguiente, que se caracteriza por obstáculos que complican la satisfacción de necesidades específicas (Mugurel et al., 2011). Asimismo, las personas intolerantes a la frustración pueden tener índices elevados de agobio y es más probable que experimenten depresión y ansiedad (Shi et al., 2021).

En el ámbito deportivo, existen distintas normas y reglas que hacen que el comportamiento del deportista sea el correcto (sin faltas de respeto, sin violencia, juego limpio); es, por eso, que es imposible manifestar conductas agresivas como respuesta a una situación que haya sido generada por la frustración. Para esto, entrenadores y padres tienen que guiar al deportista a lograr un mayor esfuerzo y emitir como resultado el objetivo esperado. Asimismo, es importante remarcar que, en el periodo de la adolescencia el sujeto pasa por múltiples cambios físicos y psicológicos (Quito et al., 2017).

Es por ese motivo que la investigación busca indagar sobre las variables: tolerancia a la frustración y situaciones de estrés en el ámbito deportivo, lo que permite que la investigación en este ámbito sea más amplia y permita una mejor intervención en los deportistas, para permitirles desenvolverse eficazmente en su área de trabajo.

Para esta investigación, no se encontró mucha bibliografía actual referente a las variables a tocar, es por eso el interés y el gusto del autor por indagar más acerca este tema. Es importante precisar que se hace referencia a autores con investigaciones y libros con un margen de antigüedad específico que se considera relevantes para la investigación. Además, los resultados facilitarán a futuros investigadores indagar a más profundidad y desarrollar nuevos estudios que enlacen la tolerancia a la frustración y situaciones de estrés deportivo.

De esta manera, en el estudio se utilizaron técnicas e instrumentos válidos y confiables, lo que permite que este estudio sea considerado como un antecedente para nuevos estudios. Además, el estudio es significativo debido al contexto deportivo, por el respaldo del marco teórico y la metodología empleada entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones de estrés de los deportistas amateurs. Asimismo, el problema general de la investigación pretende mostrar un panorama más amplio dado que se busca ver la asociación entre las dos variables; por otro lado, los problemas específicos ayudaran a obtener información y correlación existente de las dimensiones del instrumento en relación con la variable de estudio tolerancia a la frustración con las situaciones de estrés en el ámbito deportivo.

A nivel práctico, en la Academia Esther Grande de Bentín, se recabo la información con los instrumentos sobre tolerancia a la frustración y la valoración de estrés en el ámbito deportivo, con el objetivo de desarrollar a futuro programas o intervenciones que ayuden a los deportistas amateurs a mejorar sus habilidades de tolerancia, a través de la psicoeducación, contribuyendo al desarrollo y formación de los deportistas.

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis general

Existe una relación significativa entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes en deportistas amateurs.

1.5.2. Hipótesis específicas

- El nivel de tolerancia a la frustración será regular en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes.
- El nivel de estrés en un ámbito deportivo será alto en los deportistas amateurs.
- El nivel de predominancia del obstáculo influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes.
- El nivel de defensa del yo influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes.
- El nivel de predominancia de la necesidad influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes.

1.6. Identificación de las Variables

1.6.1 Tolerancia a la frustración

A. Definición conceptual de tolerancia a la frustración

La tolerancia también es definida como la acción de responder de los individuos a adversidades o situaciones que se tornan difíciles de resolver, lo que genera conductas desadaptativas (Namucho y Vásquez, 2017).

B. Definición operacional de tolerancia a la frustración

La tolerancia a la frustración se define como un sentimiento eventual, que aparece cuando no se consigue lo que uno quiere o cuando suceden situaciones no deseadas. Este sentimiento aparece en circunstancias momentáneas que forman parte de la vida y es importante asumirlo.

1.6.2. Situaciones estresantes

A. Definición conceptual de situaciones estresantes

En el ámbito deportivo, las situaciones de estrés están asociadas a las insuficientes posibilidades propias y la motivación que genere el individuo, todo esto está generalmente referido a la actividad física concretamente. Los atletas en formación emiten respuestas óptimas universales; lo que quiere decir que el nivel de motivación es alto (pre, durante y postactividad física) para lograr la efectividad de la actividad física (González, 2001).

Entendiendo esto, para el atleta en formación al encontrarse con una situación de fracaso, acompaña la adrenalina con respuestas agresivas e inadaptadas, todas estas reacciones involuntarias (González, 2001).

Es por eso que González (2001) menciona que un atleta con conocimiento introspectivo refleja un adecuado nivel de autoanálisis y reflexión, con esto logrará percibir con precisión las situaciones en las que está experimentando y pondrá en práctica sus recursos aprendidos para una mejor adaptación de esta situación negativa para el atleta.

B. Definición operacional de situaciones estresantes

Son aquellas situaciones que dentro de la competencia deportiva generan en el individuo un cierto nivel de estrés. Factores como la presión, la ansiedad, los resultados negativos y la sobrecarga mental llevan al atleta amateur a la alteración de sus actividades deportivas, reduciendo

su eficacia y rendimiento habitual. Así también, condicionará su perspectiva a una frustración absoluta. El pensamiento interno será negativo y se verá afectado el rendimiento como su capacidad de tolerar el estrés, mostrando respuestas desadaptativas y agresivas.

Por tanto, estas situaciones estresantes llevaron al atleta en formación a generar nuevas metas o a renovar sus expectativas iniciales para así llegar a un estado más placentero y menos estresante.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de Investigación

2.1.1. Tesis internacionales, nacionales y locales

Internacionales

Valiente et al. (2021), en su investigación, analizaron la relación entre la tolerancia a la frustración y rasgos, la autoestima y el estrés adquirido, la organización y el libre albedrío. Su estudio ha contado con una muestra de 161 alumnos de la ciudad de Madrid, donde el rango de edad fue de 12 a 18 años. Asimismo, utilizaron escalas como la Escala de Desarrollo de Habilidades para la Vida, la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF), la Escala de Autoestima de Rosenberg (RSE) y la Escala de Estrés Percibido. Según los resultados, los estudiantes tienen mayor tolerancia a la frustración, mayor autoestima y menores niveles de estrés. Finalmente, en el análisis de regresión se define que altos niveles de organización y libre albedrío están influenciados en identificar el nivel de tolerancia a la frustración y del mismo modo la autoestima, así como bajos niveles de estrés.

Por su parte, González y Landero (2021) tienen como objetivo contrastar la tolerancia a la frustración entre generaciones: *baby boomers*, generación x, y *millennials*. Se inscribieron aleatoriamente 909 personas, de las cuales 192 pertenecían a *baby boomers*, 310 a generación x, y 407 a *millennials*. La aplicación de la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETAF) arrojó una correlación no significativa con respecto a la edad y la tolerancia a la frustración. Un análisis de Kruskal-Wallis mostró una diferencia significativa entre la generación x y los *millennials*.

Finalmente, concluyeron que los *baby boomers* son más tolerantes con la frustración, mientras que los *millennials* son menos tolerantes con la frustración.

A su vez, Almeida y Bieberach (2020), en su investigación, se proponen analizar el grado de tolerancia en 15 alumnos de una universidad en Panamá. Los instrumentos que se emplearon fue la escala de tolerancia a la frustración (ETAF), la cual dio como consecuencia que solo 17 % de la muestra cuenta con habilidades de afrontamiento ante la frustración. Además, el 50 % de los participantes se encuentra en un nivel medio, lo que quiere decir que sí cuentan con las habilidades de afrontamiento ante la frustración, aunque a veces las dejan de lado. Por último, el 33 % representaba un nivel bajo de tolerancia a la frustración, lo cual indicara una posible característica de agotamiento, por lo que desisten rápidamente cuando no consiguen sus objetivos en el momento.

A su turno, Ávila (2016) propone, en su estudio, examinar la relación entre la tolerancia a la frustración y las desviaciones cognitivas provocadas por el uso de alcohol. Eligió a 44 estudiantes de segundo año de la Universidad de Chimborazo. Asimismo, la recopilación de datos utiliza herramientas de la Escala de Identificación del Trastorno por Consumo de Alcohol (AUDIT), la Escala de Tolerancia a la Frustración y el Cuestionario de Investigación de Distorsión Cognitiva (CDCE-RP). Además, los resultados mostraron que el 77 % de los evaluados tenían una poca tolerancia a la frustración. Mediante el análisis de rho de Pearson, mostró una correlación de 0,98. Como resultado, concluyó que la poca tolerancia a la frustración contribuye directamente a las alteraciones cognitivas.

Mientras que Gómez et al. (2021) tuvieron como objetivo mejorar el nivel de tolerancia a la frustración por medio de una forma lúdica. Esta investigación se realizó en España y estuvo orientado a alumnos con altas capacidades cognitivas, entre las edades de 7 y 9 años. Asimismo,

el estudio estuvo conformado por 19 menores como parte del programa. Como evaluación usaron el instrumento de Evaluación de la Tolerancia a la Frustración de Pérez y Rodríguez (2019), midiendo el nivel de tolerancia a la frustración antes, durante y después de la intervención. Durante el proceso de aplicación del programa compuesto por 6 sesiones, se tuvieron que aplicar todas las sesiones de manera virtual, teniendo como aspecto negativo la no interacción por motivos de salud mundial. Como conclusión, se precisó volver a aplicar el programa cambiando actividades más actualizadas, ya que la aplicación *online* del programa no fue la ideal.

Por su parte, Monteiro et al. (2018), en su estudio realizado en Brasil, sostuvieron que los árbitros de fútbol experimentan los efectos del estrés en su desempeño durante un partido de fútbol, particularmente en los factores que determinan su éxito profesional, como la evaluación física de la FIFA. Asimismo, la finalidad de este estudio fue evaluar cómo la evaluación física de la FIFA afecta el estrés y las habilidades de afrontamiento de los réferis de fútbol que trabajan en campeonatos privados y estatales. Además, se eligió muestra específica 42 árbitros de la Federación Mineira de Fútbol y 17 de la Confederación Brasileña de Fútbol, a quienes se les realizó el Test de Estrés Percibido, que evalúa el enfrentamiento al estrés negativo, tanto antes como después del test físico FIFA. No se encontraron diferencias perceptibles en la evaluación anterior, pero se afirma que los árbitros de la Confederación Brasileña tenían un historial más largo de evaluaciones físicas aprobadas. Como conclusión, se discuten todos los hallazgos y se recomienda realizar una nueva investigación, incluida una evaluación de la personalidad.

A su vez, Jaenes et al. (2012), en su investigación realizada en España, plantearon como objetivo elaborar un listado de situaciones estresantes durante un partido de básquet, a partir de la propia experiencia de 59 árbitros de la Liga LEB. Este listado no solo evaluó la experiencia emocional, sino también las consecuencias del estrés, las cuales arrojaron un valor muy alto de

0.897. Finalmente, los resultados mostraron que los diferentes principios del estrés tienen una influencia significativa con el suceso específico de competencia; describiendo niveles de estrés más altos durante el juego. También se obtuvo una correlación entre la experiencia arbitral y las situaciones evaluadas, siendo las correlaciones negativas las más comunes durante el tiempo de juego o competencia.

A su turno, Valadez et al. (2019), en su estudio, eligieron a entrenadores deportivos de 142 equipos diferentes, quienes participaron en un estudio descriptivo correlacional. Su objetivo fue investigar los niveles de agotamiento entre un grupo de entrenadores deportivos y cómo se relacionaban con los mecanismos de afrontamiento, las situaciones estresantes y otros factores como el género, la edad y la experiencia. Asimismo, utilizaron como instrumentos el Inventario Brief COPE-28, una escala de situaciones de estrés y el inventario de *burnout* adaptado a los entrenadores. Los hallazgos mostraron que el 20,9 % de los hombres y el 33,4 % de las mujeres tenían altos niveles de estrés y estaban agotados física y mentalmente. Dado que no se concentraron en los generadores de estrés o en cómo los entrenadores deportivos lo manejan, también señalaron el valor de la investigación en esta área en particular.

Asimismo, Márquez y Azofeifa (2019) se propusieron plantear el objetivo de determinar los factores asociados a la motivación en estudiantes de distintas escuelas de la ciudad de Heredia, Costa Rica. Se utilizó el cuestionario Achievement Motivation in Physical Education Test, para una muestra de estudio de 396 estudiantes de nivel secundario. Como conclusión, se reveló que la respuesta del sexo femenino eran diferentes a de los hombres en los factores de motivación; sin embargo, el esfuerzo físico es un medio de estrés para las mismas, dato interesante para identificar las consecuencias en el comportamiento de cada sexo, como también para diferenciar si esta característica encontrada se repetía en otros centros educativos distintos a los evaluados.

Nacionales

Namuche y Vásquez (2017) analizaron la asociación entre el bienestar y la frustración de los deportistas de un club en Chiclayo; para lo cual se entendieron los principales tipos de bienestar, así como también la respuesta innata a la frustración. En conclusión, afirmaron que existe una correlación significativa mayor al 0.05 entre la calidad de vida de los deportistas del club de Chiclayo y la tolerancia al fracaso; eso quiere decir que, si la vida personal mejora, es más probable que responda al fracaso de manera positiva.

Mientras que León et al. (2018), en su estudio, tuvieron como objetivo ajustar y acreditar la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) para un grupo escolar infantil, en rango de las edades de 8 y 12 años. Como muestra, se contó con un total de 796 estudiantes de 5 instituciones educativas de la ciudad de Lima y Callao en Perú. Para la adaptación se encontró una carga factorial mayor a 0.50. Del mismo modo, se realizó un análisis de consistencia interno con un porcentaje de correlación de 0.80. El cual concluye que la interpretación peruana de la Escala Tolerancia a la Frustración es confiable para evaluar dicha variable en niños peruanos.

Por su parte, Acuña (2019), en su investigación, tuvo como objetivo evaluar la consecuencia de su plan “pienso y actúo” para observar el grado de tolerancia a la frustración en los alumnos de una institución educativa en Chimbote. El grupo de estudio se conformó por 31 alumnos de ambos sexos. Asimismo, el instrumento fue utilizado una escala de tolerancia a la frustración, donde se obtuvo como conclusión que el plan “pienso y actúo” fue determinante para reconocer el nivel de tolerancia a la frustración en los participantes, se obtuvieron resultados como los siguientes: pretest de 19.3 y posttest 32.48; así mismo, se concluyó como efectivo, ya que ayudó a los participantes a ser más tolerantes al estrés y al mejoramiento su control de impulsos.

A su vez, Álvarez (2018), en su investigación, diseñó una escala de tolerancia a la frustración, en donde analizó las propiedades psicométricas de dicho instrumento. Para la muestra tomó un grupo de 100 estudiantes de distintas instituciones de nivel secundario, con las edades comprendidas entre 11 a 17 años. Asimismo, a través de un juicio de expertos, se determinó mantener a los ítems con validez mayor a 0.80. De igual modo, se agruparon los ítems en 6 dimensiones. Finalmente, su análisis de alfa de Cronbach tuvo un valor de 0.881, lo que demostró una adecuada confiabilidad en el análisis empleado.

A su turno, Aguilar y García (2021) buscaron comprender el nivel de tolerancia a la frustración de los jóvenes que se manifiesta en diversos contextos, además buscaron entender cómo estas manifestaciones afectan el crecimiento humano. La relación mencionada anteriormente muestra que el 19,35 % se correlaciona con la variable de inteligencia emocional; el 12,90 % con la capacidad de tolerar situaciones frustrantes; el 9,68 % que corresponde a las habilidades sociales y el 3,23 %, con factores negativos. Por lo que determinaron que las situaciones o contextos y los factores que influyen ya sean positivos o negativos tienen un impacto directo en la tolerancia a la frustración.

Mientras que Vela (2021), en su investigación, tuvo como objetivo exponer los resultados y aportes que fueron recogidos ante la evaluación. Para la muestra, trabajo con 40 internos del penal de San Juan de Lurigancho. Posteriormente de aplicado el instrumento, se evidenció un nivel inferior de tolerancia a la frustración e insuficiencia para someter sus impulsos. Ante esto, se propuso a las autoridades brindar talleres y charlas acorde al problema; además, dentro de sus actividades como internos, se agregaron actividades lúdicas a manera de liberar el estrés. También, se les realizaron intervenciones psicológicas con el objetivo de obtener características de su

personalidad. Ante esto, se les brindó orientación psicológica a los familiares de los internos para que ayuden con el soporte emocional y la psicoeducación que se les estaba brindando.

Asimismo, Agurto (2019) buscó determinar el vínculo entre funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración en estudiantes de ciencias sociales en su investigación, que se realizó en la ciudad de Tumbes. La variable de estudio que corresponde al funcionamiento familiar se midió por medio de la escala de cohesión y adaptabilidad, y la variable tolerancia a la frustración se midió mediante la escala de evaluación de la tolerancia a la frustración, que incluyó una muestra aleatoria de 186 estudiantes. Como resultado se obtuvo que el 52 % de los alumnos aún presentaba un grado medio de funcionamiento familiar, frente al 27 % que presentaba un nivel equilibrado; el 18 %, un nivel positivo; y solo el 3 %, un nivel bajo. Sin embargo, solo el 11 % de los evaluados tenía un grado alto de tolerancia a la frustración; frente a un 46 %, con un grado bajo, un 44 %, que tenía un grado medio; y un 44 %, con un grado alto, con paciencia con la frustración.

Además, Mejía (2023) tuvo como objetivo de su estudio evaluar el grado de tolerancia a la frustración de los atletas después de las competencias. Para esto utilizó una metodología descriptiva, no experimental, cuantitativa. Asimismo, es importante señalar que eligió como muestra a 120 atletas de la Federación Peruana de Atletismo, a quienes se les impuso la Escala de Tolerancia a la Frustración. Solo el 13 % de los atletas masculinos demostró un mayor nivel de tolerancia a la frustración; mientras que el 50 %, un grado típico de tolerancia a la frustración. Por último, se afirmó que la mayoría de los atletas evaluados demostraron un grado regular de tolerancia (76 %) después de la competencia, lo que indica que los atletas evaluados poseen las habilidades necesarias para enfrentar la frustración y perseverar en sus objetivos.

Locales

Ymata (2013), en su investigación en una institución educativa en la ciudad de Arequipa, se propuso como objetivo analizar la relación la soledad percibida con la ideación suicida positiva-negativa en adolescentes. Como instrumentos se utilizó un cuestionario para valorar niveles de soledad y un cuestionario con el fin de evaluar la ideación suicida. Asimismo, se describió que la idealización suicida y el suicidio consumado era más común en adolescentes. Tuvo una base científica que indica que el 90 % de suicidios ocurría más en adolescentes, ya que se presentaron factores como aislamiento social, las dificultades que experimentan, la hostilidad frecuente, la rabia, la baja tolerancia a la frustración y la impulsividad. Con la aplicación estadística, encontró un grado de confianza entre variables de 95 % y un nivel de inexacto de 5 %, mostrando una alta significancia (0.001); por lo que se comprueba la relación entre la soledad percibida con las ideaciones suicidas positivas-negativas.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Tolerancia a la Frustración

Según Amsel (1992), quien diseñó la teoría de la tolerancia a la frustración menciona que la frustración es como la respuesta del organismo ante una repentina devaluación de sus expectativas iniciales o la carencia de reforzadores positivos, a lo que se presencia el incremento de emociones negativas en mayor magnitud.

La frustración es mostrada como hecho recurrente en el período esencial de las personas, en donde hace aparición gracias a la necesidad de enfrentar los diversos obstáculos que se expresan durante la vida y frente distintas situaciones (Peñafiel, 2009). También es definida como la acción de responder de los individuos a adversidades o situaciones que se tornan adversas, las que generan

conductas no apropiadas (Namuche y Vásquez, 2017). De tal forma que cuando no completamos o alcanzamos un deseo o meta, presentamos emociones como tristeza, enfado, etc., lo que evita que logremos solucionar conflictos o problemas. Es por eso que el motivo principal por el cual se presenta la desmotivación y el abandono de metas es una poca tolerancia a la frustración. Lo que desencadena baja autoestima, depresión y dificultades conductuales (Agurto, 2019).

2.2.2 Tolerancia a la frustración en el deporte

Fue Amsel (1958) quien le dio mayor importancia a este tema, describiendo su hipótesis de la frustración; pues es el antecedente principal de todas las investigaciones siguientes en distintos contextos sobre esta problemática. La mayoría de los conceptos de frustración se definen como una exploración de estímulos aversivos, lo que involucra mecanismos emocionales negativos similares al estrés.

Asimismo, la frustración que se generará en el deportista será de gran utilidad, ya que le servirá de motivación para la obtención de grandes metas (González, 2002). Por otra parte, Ávila (2016) señala que la frustración actúa como barrera, difícil de superar para muchos (Quito et al., 2017).

En el ámbito deportivo, es imposible manifestar conductas agresivas como respuesta a una situación que haya sido generada por la frustración; para esto, entrenadores y padres tienen que guiar al deportista para que tenga un logro de mayor esfuerzo y emita como resultado el objetivo esperado. Asimismo, en el periodo de la adolescencia, el sujeto pasa por múltiples cambios físicos y psicológicos (Quito et al., 2017). Según Otero (2000), la frustración está asociada a la conducta agresiva, e incluso existen teorías que sustentan el contexto cuando una persona experimenta dificultades insuperables traslada su ira a un obstáculo o problema más débil (Quito et al., 2017).

Según Moreno et al. (2000), “no toda actitud frustrante tiene una réplica belicosa; por el contrario, una agresión no siempre está relacionada hacia un proceso de frustración” (pp. 143-155). Por lo tanto, no es directamente relacionar una conducta agresiva con la poca tolerancia.

2.2.3 Situaciones estresantes

Según Márquez (2004) y Estrada & Pérez (2008), las situaciones estresantes en el ámbito deportivo las consideran como situaciones estresantes durante un contexto precompetitivo, competitivo y postcompetitivo. Estas situaciones durante el desenvolvimiento activo de las competiciones pueden ocasionar en el sujeto distracción, pérdida del foco de atención e incremento de ansiedad, la frecuencia cardiaca aumenta; así como también la tensión muscular (como se citó en Guerrero et al., 2017, p. 374).

2.2.4 Deportistas en formación-amateur

Archundia (2021) define a los deportistas amateur como aquellos sujetos que practican cualquier disciplina deportiva por afición, placer, gozo propio y bienestar; al margen que se realice un entrenamiento frecuente, teniendo en cuenta que no existe un objetivo profesional. Asimismo, Archundia (2021) califica al atleta amateur como un principiante con conocimiento de la disciplina.

2.2.5 Dimensiones de la Escala Tolerancia a la Frustración

A continuación, se describen a las tres dimensiones planteadas en la Escala Tolerancia a la Frustración (Namuche y Vásquez, 2017).

a. Predominancia al obstáculo

Para Namuche y Vásquez (2017), esta dimensión empleada en su instrumento Escala de Tolerancia a la Frustración describe este término como el bloqueo mental provocado por la

frustración; similar a un mecanismo de defensa automático, provocado para negar alguno de los pensamientos o emociones. Esto es una forma de mecanismo de defensa, pues mantiene alejadas aquellas ideas o emociones que puedan perturbar el bienestar mental.

b. Defensa del yo

Para Namuche y Vásquez (2017), esta dimensión empleada en su instrumento Escala de Tolerancia a la Frustración describe este término como el impulso de atacar a otros, como a sí mismo. En términos generales, es la conducta agresiva que muestra el individuo provocado por la frustración.

c. Persistencia a la necesidad

Para Namuche y Vásquez (2017), esta dimensión empleada en su instrumento Escala de Tolerancia a la Frustración describe este término como la habilidad innata de pasar a una solución del problema. En otras palabras, la habilidad o fuerza que hace que el individuo alcance sus metas superando los obstáculos y dificultades que se presenten.

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 Método y Alcance de la Investigación

Este estudio es correlacional descriptivo, por lo que se tiene como finalidad determinar la relación entre dos o más variables, es decir, primero se mide la variable con la que se relaciona y se analiza y describe las correlaciones. Dichas correlaciones sustentarán las hipótesis sometidas a pruebas (Hernández et al., 2014).

3.2 Configuración de la Investigación

3.2.1 Enfoque de la investigación

El estudio utilizó un enfoque cuantitativo, se formularon preguntas de investigación y se revisaron documentos estableciendo los objetivos. Luego se desarrolló un marco teórico y se obtiene información estadística. De esta forma, se proponen hipótesis y variables, se miden y se extraen conclusiones (Hernández et al., 2014).

3.2.2 Tipo de investigación

El estudio se ajusta al tipo correlacional, ya que se pretende encontrar la asociación entre las variables de investigación (Hernández et al., 2014). De igual forma, el estudio es de corte transversal, porque se pretende analizar los datos de las variables recopiladas durante de un determinado tiempo, además, estas mismas variables no cambian durante este periodo (Hernández et al., 2014).

3.2.3 Nivel de investigación

Esta investigación tiene un nivel descriptivo, que es un tipo de investigación que trata de averiguar las consecuencias y causas de un determinado fenómeno en concreto. No solo busca el significado de las cosas, sino también por qué y cómo estaban en ese estado. Para ello se utilizan diversos métodos, como métodos de observación, correlacionales o experimentales (Hernández, 2014).

3.2.4 Diseño de investigación

El diseño de la investigación es no experimental, debido a que no se manipulan las variables de investigación (Hernández et al., 2014).

3.3 Población y Muestra

3.3.1 Población

La población que corresponde a la investigación para el estudio serán deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa, se registra un total de 150 deportistas amateurs en la Escuela de Fútbol Esther Grande de Bentín (EGB).

3.3.2 Muestra

Para la investigación, el tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia, quiere decir, los elementos no se eligieron sobre la base de la probabilidad, sino sobre la base de factores relacionados con las características por estudiar (Hernández et al., 2014). Los participantes fueron voluntarios, es así que la muestra está compuesta por cien deportistas amateurs de la academia Esther Grande de Bentín, entre las edades de 12 a 18 años.

a) Unidad de análisis

El estudio, recogió como unidad de análisis a los miembros de la academia Esther Grande de Bentín.

b) Tamaño de muestra

Está conformada por cien deportistas amateurs de Arequipa. Mediante una técnica no probabilística, se seleccionó a la muestra más representativa, considerando los criterios de inclusión y exclusión del estudio.

c) Selección de la muestra

Según criterio, la elección de la muestra será no probabilístico por conveniencia y será considerado la edad de los deportistas amateurs.

Criterios de inclusión

- Aquellas personas que tengan entre 12 a 18 años, de cualquier género.
- Aquellas personas que aceptaron y brindaron el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Aquellas personas que no desean participar.
- Aquellos individuos mayores a 18 años y menores a 12 años, también que estén registrados en otra sede de la academia Esther Grande de Bentín.

3.4 Aspectos Éticos

El estudio se desarrolló con deportistas amateurs de edades comprendidas de 12 a 18 años, donde se informó sobre el consentimiento informado (anexo 3) para el empleo de los instrumentos, se reserva la información que no haya sido autorizada. Es claro precisar que, al momento de la

aplicación, se recibió la autorización pertinente por parte del Comité de Ética de la Universidad Continental, para iniciar la etapa de aplicación de los instrumentos. Seguidamente, se ha solicitado el permiso a la institución deportiva, para dar comienzo a dicha acción. Los datos y resultados de los participantes se mantuvieron el total anonimato, se registraron las iniciales de los participantes por si alguno de ellos solicitase los resultados al finalizar la investigación.

3.5 Técnica

Se ha empleado la técnica de la encuesta, además se usaron ambos cuestionarios como instrumentos. De este modo, se emplearon ambas escalas, las cuales fueron divididas por dos secciones, lo que concluyó con una rápida y beneficiosa recaudación de datos.

3.6 Instrumentos

Escala de Tolerancia a la Frustración

Dicho instrumento contiene 27 ítems que describen situaciones que provocan insatisfacción, mediante una escala de respuesta tipo Likert. Se ha probado la validez y confiabilidad, con un total de veinte siete situaciones; contiene tres dimensiones: predominancia del obstáculo, defensa del yo y persistencia de la necesidad, de las cuales están compuestos por 9 reactivos (Namucho & Vásquez, 2017).

Figura 1

Ficha técnica tolerancia a la frustración

Ficha técnica	
Nombre	Escala de Tolerancia a la frustración
Año	2017
Procedencia	Perú
Autores	Carlos Namuche y Kathia Vásquez
Administración	Individual y colectiva
Tiempo	10 minutos aprox.
Edades	Adolescentes y adultos
Puntuación	La calificación es un procedimiento práctico, donde se suma la puntuación marcada dentro de la escala Likert. Así mismo, la puntuación directa (PD) se obtendrá de la suma de los datos obtenidos. Cada dimensión cuenta con un puntaje directo.
Calificación	Se utiliza un cuadro baremos para la puntuación directa, como también para la puntuación por dimensiones; clasificándose en baja, regular y mucha, se maneja la escala tipo Likert.

En la figura 1, se observa la ficha técnica de la Escala Tolerancia a la Frustración, en la cual se considera nombre, autores, procedencia, administración, duración, edades, puntuación y calificación. Por lo cual, permite aplicar el instrumento dirigido a la variable tolerancia a la frustración.

Validez y confiabilidad

Para precisar la validez de la escala, se realizó una prueba piloto con una población de 35 deportistas de diferentes clubes de la ciudad de Chiclayo. Seguidamente, se recurrió a la técnica de criterio de jueces. En un inicio, la escala constaba con un total de 55 ítems, distribuidos en las 3 dimensiones. Seguidamente, se buscó la opinión de 5 jueces expertos en el ámbito de la psicología clínica, que determinaron que los ítems con una correlación menor a 0.35 habría que eliminarlas o modificar su redacción. A lo que finalmente fueron elegidos 27 ítems, 9 reactivos por dimensión (Namuche & Vásquez, 2017). La escala de frustración muestra un índice de confiabilidad aceptable y, por lo tanto, proporciona un indicador positivo de la precisión con la que evalúa la frustración. Así mismo, para obtención de la confiabilidad de la escala se objetiviza el alfa de Cronbach, donde mostró un .0723 con relación al total del instrumento, lo que indica la coherencia como “aceptable”, lo que quiere decir que los resultados obtenidos son confiables (Namuche & Vásquez, 2017).

Análisis de consistencia interno

Con fines de investigación, se realizó un análisis de confiabilidad interna a cien deportistas amateurs externos a la institución deportiva. Utilizando el alfa de Cronbach en la Escala Tolerancia a la Frustración, encontrando un valor de 0.503, que indica que el instrumento es moderadamente confiable.

Figura 2

Alfa de Cronbach de la Escala Tolerancia a la Frustración

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,503	27

En la figura 2, se observa el estadístico de fiabilidad del Alfa de Cronbach, en función a los 27 elementos de la escala, el cual otorga un puntaje de 0.503, y proyecta una confiabilidad moderada.

Escala de Valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD)

La escala EEAD fue compuesta por un grupo de expertos en psicología del deporte y psicometría, para la validez de contenido del propio instrumento. La escala primero estaba conformada por 24 ítems que van a evaluar distintas situaciones estresantes. Para el formato optaron por una escala de selección múltiple, que va desde “muy en desacuerdo” hasta en “de acuerdo” (Pedrosa, Suarez y García, 2012).

Figura 3

Ficha técnica de la Escala de Valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo

Escala de Valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo	
Ficha técnica	
Nombre	Escala De Valoración Del Estrés En El Ámbito Deportivo
Año	2010
Autor	Pedrosa, Suarez y García
Administración	Individual y colectiva
Tiempo	10 minutos aprox.
Edad	Adolescentes y adultos
Puntuación	La puntuación es una herramienta que suma puntos marcados en una escala de Likert. Asimismo, la puntuación directa (PD) es la suma de los ítems de cada asignatura. Para el formato de llenado, se eligió por una escala de selección múltiple de 5 puntos. Aquí tienen que seleccionar si habían experimentado recientemente estrés. Los ítems están redactados de manera que puntuaciones altas en la escala indiquen la presencia de estrés. La escala cuenta con cuadro de categorización (Pedrosa, Suarez & García, 2012).
Calificación	Se utiliza una tabla de clasificación para la puntuación directa, clasificándose en estrés bajo, medio y alto, se maneja la escala tipo Likert.

En la figura 3, se visualiza la ficha técnica de la Escala EEAD, en la cual se considera nombre, autores, procedencia, administración, duración, edades, puntuación y calificación.

Validez y confiabilidad

Pedrosa, Suarez & García (2012) analizaron, junto con expertos en psicometría y psicología del deporte, diferentes ítems de una prueba piloto que previamente fue estudiada por un conjunto

de expertos en el tema, después de este proceso seleccionaron ítems con un índice elevado de discriminación que sirvió para observar los ítems con más significancia en la escala preparada. Teniendo en cuenta la recolección de los datos obtenidos, se decidió por una elección más alta, excluyendo ítems con un índice de similitud inferior a 0.30. Por lo tanto, se descartaron 9 ítems y la prueba final consto de 15 ítems.

Además, por ser una escala corta, se expone el 36 % de varianza total, lo que da como resultado la estructura unidimensional, en cuanto a su fiabilidad se considera adecuada siendo < 0.88 (Pedrosa, Suarez & García, 2012).

Análisis de consistencia interno

Con fines del estudio, se ha realizado un análisis de confiabilidad interno a cien deportistas amateurs externos a la institución deportiva. Utilizando el alfa de Cronbach en la Escala de Valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD), donde se observó un valor de .889, indicando que el instrumento es confiable.

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,889	15

3.7 Procedimiento y análisis de datos

Para la recolección de datos informativos, el primer paso fue convertir la Escala de Tolerancia a la Frustración y la escala EEAD a un formulario de Google; seguidamente se ha procedido a la entrega de los consentimientos informados a los estudiantes de la academia Esther Grande Bentín, para que los apoderados firmen y den permiso para el manejo de los instrumentos. Una vez recogido los consentimientos se envió el formulario por medio del grupo de cada categoría, generando respuestas automáticas dentro de los 15 días siguientes, dentro de los cuales se estuvo dando seguimiento a los padres para resolver dudas o simplemente recordar el completado del formulario.

En la sección de procesamiento de datos estadísticos, estos se ingresaron al programa IBM SPSS Statistics v22. Seguidamente, se procesó el análisis descriptivo de cada variable, para así poder hallar la relación existente entre ambas. Primero, se ha efectuado el análisis de normalidad y homogeneidad de Kolmogorov-Smirnov, se obtuvo un nivel de sig. Asintótica <0.05 indicando que se utiliza un análisis no paramétrico de Spearman. Posteriormente, se realiza un análisis de correlación de RHO de Spearman entre variables, del mismo modo al ver el nivel de correlación, se realiza un análisis de regresión lineal para observar si existe correlación mínima o si influye una variable con otra. Este análisis se decide hacer por el motivo de tener un universo corto y para encontrar alguna mínima relación entre variables; se busca el nivel de significancia de la regresión lineal para la correlación entre variables. Para finalmente obtener el porcentaje de correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

En seguida, se exponen los resultados hallados una vez aplicados los instrumentos anteriormente mencionados a la muestra de estudio, para posteriormente procesarlos por el sistema estadístico SPSS v22. En la tabla 1 se aprecian los datos sociodemográficos, además la tabla 2 y 3 muestran los niveles de tolerancia a la frustración y estrés en situaciones de estrés en un contexto deportivo; seguidamente por la tabla 4, en que se evidencia la prueba de normalidad (Kolmogorov-Smirnov). En las tablas 5, 6 y 7 se explicarán los objetivos específicos planteados; en las tablas 8, 9 y 10 la correlación RHO de Spearman, el nivel de significancia y el porcentaje de relación entre variables. Las tablas 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 y 19 detallarán el nivel de significancia de las dimensiones.

4.1. Resultados

Tabla 1

Datos sociodemográficos

Edades de los participantes			
Edades	Número de participantes	Sexo	% de participantes
12 años	18	Masculino	85 %
13 años	18		
14 años	18		
15 años	7	Femenino	15 %
16 años	10		
17 años	6		
18 años	23		
TOTAL	100	Total	100 %

Nota. En la tabla 3 se precisan las edades y sexos de los participantes.

Tabla 2*Niveles de tolerancia a la frustración en deportistas amateurs*

Nivel	Tolerancia a la frustración	
	N.º	%
Mucho	88	88
Regular	12	12
Bajo	0	0
TOTAL	100	100

Nota. En la tabla 2 se demuestra el resultado de la escala tolerancia a la frustración, donde se muestra que 88 participantes presentan un nivel de “muchísima tolerancia a la frustración” y 12 participantes presentan un nivel “regular”.

Tabla 3*Niveles de estrés en el ámbito deportivo*

Nivel	Situación estresante	
	N.º	%
Alto	48	48
Medio	40	40
Bajo	12	12
Total	100	100

Nota. En la presente tabla se puede observar que el 48 % de deportistas amateurs presentan un nivel alto de estrés en el ámbito deportivo; 40 % nivel medio; y el 12 %, un nivel bajo. Se rechaza la segunda hipótesis específica.

Tabla 4

Tabla de normalidad y homogeneidad de Kolmogorov y Smirnov entre las variables tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes

Prueba de Kolmogorov-Smirnov			
		Tolerancia a la frustración	Situación estresante
	N	100	100
Parámetros normales ^{a,b}	Media	1,12	1,12
	Desviación típica	,327	,327
Diferencias más extremas	Absoluta	,523	,523
	Positiva	,523	,523
	Negativa	-,357	-,357
	Z de Kolmogorov-Smirnov	5,233	5,233
	Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000

Nota. En la tabla 4, se observa que la distribución de ambas variables es heterogénea, por ello, el análisis estadístico inferencial en aplicar para observar la correlación entre ambas variables es una prueba no paramétrica, siendo la prueba no paramétrica de coeficiente de correlación de RHO de Spearman.

Tabla 5

Resultados de la dimensión predominancia al obstáculo

Dimensión		
Predominancia al obstáculo		
Nivel	Frustración	%
Mucho	0	0 %
Regular	38	38 %
Bajo	62	62 %
TOTAL	100	100 %

Nota. En la tabla 5, podemos apreciar que el 62 % de los deportistas amateurs presentan un nivel bajo de predominancia al obstáculo; y un 38 %, un nivel regular. Lo que indica que más del 60 % de participantes no presenta bloqueos mentales producidos por la frustración.

Tabla 6*Resultados de la dimensión defensa del yo*

Dimensión		
Defensa del yo		
Nivel	Frustración	%
Mucho	0	0 %
Regular	61	61 %
Bajo	39	39 %
Total	100	100 %

Nota. En la tabla 6, podemos apreciar que el 61 % de los deportistas amateurs presentan un nivel “regular” de defensa del yo; y un 39 %, un nivel “bajo”. Lo que indica que más del 50 % de participantes muestran comportamientos agresivos.

Tabla 7*Resultados de la dimensión persistencia a la necesidad*

Dimensión		
Persistencia a la necesidad		
Nivel	Frustración	%
Mucho	0	0 %
Regular	85	85 %
Bajo	15	15 %
Total	100	100 %

Nota. En la tabla 7, se puede apreciar que el 85 % de los deportistas amateurs presentan un nivel “regular” de persistencia a la necesidad; y un 15 %, un nivel “bajo”. Lo que indicaría que más del 80 % puede pasar a una solución posible del problema.

Tabla 8

Correlación de RHO de Spearman entre la variable tolerancia a la frustración y situaciones estresantes

		Correlaciones		Tolerancia a la frustración	Situación estresante
Rho de Spearman	Tolerancia a la frustración	Coefficiente de correlación	de	1,000	-,136
		Sig. (bilateral)		.	,176
		N		100	100
	Situación estresante	Coefficiente de correlación	de	-,136	1,000
		Sig. (bilateral)		,176	.
		N		100	100

Nota. En la tabla 8, según la escala de correlación de RHO Spearman, existe una correlación negativa muy baja entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes.

Tabla 9

Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre las variables tolerancia a la frustración y situaciones estresantes

Modelo	Coeficientes ^a				t	Sig.
	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados			
	B	Error típ.	Beta			
(Constante)	1,273	,117			10,906	,000
1 situación estresante	-,136	,100	-,136		-1,363	,176

Nota. En la tabla 9, se concluye que el nivel de tolerancia a la frustración sí es regular en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Por lo tanto, se acepta la primera hipótesis específica.

Tabla 10

Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre el nivel de tolerancia a la frustración y situaciones estresantes

Resumen del modelo ^b									
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado-correctado	Error típ. de la estimación	Estadísticos de cambio				
					Cambio en R cuadrado	Cambio en F	gl1	gl2	Sig. Cambio en F
1	,136 ^a	,019	,009	,325	,019	1,857	1	98	,176

A. Variables predictoras: (constante), situación estresante

B. Variable dependiente: tolerancia a la frustración

Valor de R cuadrado = 0.019; **valor de R** = 0.136

Nota. En la tabla 10, detalla que el porcentaje de relación existente entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes en deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa es de 1.9 % a 13.6 %. Lo que es un indicador de la existencia de una relación muy baja.

Tabla 11

Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones de estrés

		Correlaciones		
			Predominancia al obstáculo	Situación estresante
Rho de Spearman	Predominancia a al obstáculo	Coefficiente de correlación	1,000	,092
		Sig. (bilateral)	.	,364
	Situación estresante	N	100	100
		Coefficiente de correlación	,092	1,000
		Sig. (bilateral)	,364	.
		N	100	100

Valor de Rho de Spearman = 0.092

Nota. En la tabla 11, según la escala de correlación de RHO Spearman, existe una correlación positiva muy baja entre la predominancia al obstáculo y las situaciones estresantes de 0.092.

Tabla 12

Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones estresantes

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
	B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	1,477 ,174		8,476	,000
	Situación estresante	,136 ,149	,092	,912	,364

a. Variable dependiente: Predominancia al obstáculo

Valor de Sig= 0.00 < 0.05

Nota. En la tabla 12, se concluye que el nivel de predominancia del obstáculo sí influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Consecuentemente, se acepta la tercera hipótesis específica.

Tabla 13

Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión predominancia al obstáculo y la variable situaciones estresantes

Resumen del modelo									
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado-correctado	Error típ. de la estimación	Estadísticos de cambio				
					Cambio en R cuadrado	Cambio en F	gl1	gl2	Sig. Cambio en F
1	,092 ^a	,008	-,002	,486	,008	,833	1	98	,364

a. Variables predictoras: (constante), situación estresante

b. Variable dependiente: predominancia al obstáculo

Valor de R cuadrado = 0.008; **valor de R** = 0.092

Nota. En la tabla 13, el porcentaje de relación existente entre la predominancia al obstáculo y las situaciones estresantes en deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa es de 0.8 % a 9.2 %. Dichos resultados son indicadores de la existencia de una relación entre ambas variables, pero es muy baja.

Tabla 14

Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes

			Defensa del yo	Situación estresante
Rho de Spearman	Defensa del yo	Coefficiente de correlación	1,000	,083
		Sig. (bilateral)	.	,410
		N	100	100
	Situación estresante	Coefficiente de correlación	,083	1,000
		Sig. (bilateral)	,410	.
		N	100	100

Valor de Rho de Spearman = 0.083

Nota. En la tabla 14, según la escala de correlación de RHO Spearman, existe una correlación positiva muy baja entre la defensa del yo y las situaciones estresantes en un ámbito deportivo.

Tabla 15

Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes

Modelo	Coeficientes				t	Sig.
	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados			
	B	Error típ.	Beta			
(Constante)	1,250	,176			7,094	,000
1 Situación estresante	,125	,151	,083		,827	,410

Valor de Sig. = 0.00 < 0.05

Nota. En la tabla 15, se concluye que El nivel defensa del yo sí influye en los deportistas amateurs de la academia Esther Grande de Bentín, frente a situaciones estresantes. Por consiguiente, se acepta la cuarta hipótesis específica.

Tabla 16

Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión defensa del yo y la variable situaciones estresantes

Resumen del modelo ^b									
Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado-correctado	Error típ. de la estimación	Estadísticos de cambio				
					Cambio en R cuadrado	Cambio en F	gl1	gl2	Sig. Cambio en F
1	,083 ^a	,007	-,003	,491	,007	,684	1	98	,410

a. Variables predictoras: (constante), situación estresante b. Variable dependiente: defensa del yo

Valor de R cuadrado = 0.007; valor de R = 0.083

Nota. En la tabla 16, el porcentaje de relación existente entre la defensa del yo y las situaciones estresantes en deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa es de 0.7 % a 8.3 %. Tales resultados son un indicador de una relación entre ambas variables, pero es muy baja.

Tabla 17

Correlación de RHO de Spearman entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes

		Correlaciones		
			Persistencia de la necesidad	situación estresante
Rho de Spearman	Persistencia de la necesidad	Coficiente de correlación	1,000	-,069
		Sig. (bilateral)	.	,495
	situación estresante	N	100	100
		Coficiente de correlación	-,069	1,000
		Sig. (bilateral)	,495	.
		N	100	100

Valor de Rho de Spearman = -0,069

Nota. En la tabla 17, Según la escala de correlación de RHO Spearman, existe una correlación negativa muy baja entre la persistencia a la necesidad y las situaciones estresantes en deportistas amateurs.

Tabla 18

Significancia de regresión lineal para la correlación de Spearman, entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
	B	Error típ.	Beta		
(Constante)	1,235	,129		9,562	,000
1 situación estresante	-,076	,111	-,069	-,684	,495

Valor de Sig. = 0.00 < 0.05

Nota. En la tabla 18 se concluye que el nivel de persistencia de la necesidad sí influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Consiguientemente, es aceptada la quinta hipótesis específica

Tabla 19

Porcentaje de correlación de Spearman según análisis de regresión lineal entre la dimensión persistencia de necesidad y la variable situaciones estresantes

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado-correctado	Error típ. de la estimación	Estadísticos de cambio				
					Cambio en R cuadrado	Cambio en F	gl1	gl2	Sig. Cambio en F
1	,069 ^a	,005	-,005	,360	,005	,468	1	98	,495

a. Variables predictoras: (constante), situación estresante

b. Variable dependiente: persistencia de la necesidad

Valor de R cuadrado = 0.005; **valor de R** = 0.069

Nota. En la tabla 19, el porcentaje de relación existente entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes en deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa es de 0.5 % a 6.9 %. Teniendo como indicador de la existencia una relación entre ambas variables, pero es muy baja.

4.2. Discusión

Se contó con la participación de cien deportistas de la academia Esther Grande de Bentín (EGB). Asimismo, se escogió un grupo específico de las edades comprendidas de 12 a 18 años, ya que los instrumentos están dirigidos para adolescentes y adultos, además de ser una población con tendencia a tener sintomatología de frustración y de estrés. De tal modo, se contó con la participación del 15 % del género femenino y el 85 % de género masculino. Si bien la muestra es corta, es relevante mencionar que, de los 150 deportistas amateurs, solo 100 suplían los criterios de inclusión.

Este estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre la tolerancia a la frustración y las situaciones estresantes en deportistas amateurs, ambas variables no muestran una correlación significativa. De acuerdo con lo mencionado, la correlación RHO de Spearman entre ambas variables es baja; los resultados arrojaron que el porcentaje de relación existente entre la tolerancia a la frustración y a las situaciones estresantes en deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa es de -0.136. Así mismo, se ha determinado una correlación negativa muy baja entre ambas variables, debido a que la muestra es muy corta; por otro lado, se observó que los indicadores estadísticos obtenidos están en sentido invertido.

De acuerdo con el primer objetivo específico, se evidencia que el 88 % de los deportistas amateurs presentan un nivel elevado de tolerancia a la frustración ante situaciones estresantes; y el 12 %, un nivel regular. Por tanto, es importante conocer que se ha obtenido que el 48 % de deportistas amateurs presentan un nivel alto de estrés en un ámbito deportivo; el 40 %, nivel medio; y el 12 %, un nivel bajo, como bien comentaron Valiente et al. (2021), en su investigación, quienes mostraron que los adolescentes evidenciaban una alta tolerancia a la frustración y con inferiores

niveles de estrés, describiendo que la buena toma de decisiones y una buena autoestima influye en estas dos variables directamente.

De acuerdo con Namuche y Vásquez (2017), los niveles de tolerancia a la frustración encontrados en deportistas en formación fueron altos, lo cual les permitía tener una mejora calidad de vida, siendo más proactivos, teniendo un mejor rendimiento y una mejor capacidad de afrontamiento. En cuanto al nivel de estrés en un ambiente deportivo, en la muestra se encuentra un nivel alto de estrés en un contexto deportivo, lo que explica la condición formativa por la que pasan, además de las personas adultas, son quienes más factores estresores sufren (Pedrosa, Suarez y García, 2012).

Sin embargo, dichos resultados se han contrastado con los resultados por Ymata (2013), quien, en su investigación, describe que la población adolescente es la más propensa a afrontar dificultades como el aislamiento social, hostilidad, rabia, impulsividad e intolerancia a la frustración. Así mismo, Almeida y Bieberach (2020) observaron, en su investigación, que la mitad de la muestra de estudio mostraba habilidades de afrontamiento hacia la frustración, lo que indicaría que son altamente tolerantes a la frustración, mientras que la minoría (33 %) presentaba un nivel bajo de tolerancia a la frustración; lo que describe a esta pequeña muestra como una característica de agotamiento o de desistimiento rápido a sus objetivos. Por otro lado, Namuche y Vásquez (2017) analizaron la relación entre bienestar y frustración de los deportistas, donde encontraron una correlación significativa mayor a 0.05; lo que quiere decir que, si mejoraba su bienestar, era más probable que responda al fracaso de manera positiva. A su vez, Álvarez (2018) concluye que la variable tolerancia a la frustración en adolescentes posee un factor directo con diferentes situaciones y también con el desarrollo personal. Muestra una relación de 19.35 % con

la inteligencia emocional, un 9.68 % con habilidades sociales aprendidas por el sujeto y un 3.23 % con factores negativos.

Por otro lado, se encuentra que el nivel de tolerancia a la frustración sí es regular en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes, además de tener un porcentaje de relación entre variables de 1.9 % a 13.6 %, lo cual pueda deberse a que ambas variables son subjetivas y varían de acuerdo con las circunstancias que se presentan en algún momento dentro de un ambiente deportivo. Para Álvarez (2018) y León et al. (2018), la escala de tolerancia a la frustración (ETF), utilizada en adolescentes entre los 11 a 18 años, presentaba niveles de correlación mayor a 0.80, lo que indicaría que esta población se adapta y es confiable para la evaluación en adolescentes.

Conociendo el tercer objetivo, donde se ha obtenido que el 62 % de los deportistas amateurs presentan un nivel alto de predominancia al obstáculo frente a situaciones estresantes y un 38 % presentan un nivel regular. Lo que quiere decir que los deportistas amateurs, en su mayoría, cuando se enfrentan a una situación de estrés, tienden al bloqueo mental provocado por algún pensamiento o emoción. Como cuarto objetivo, se ha logrado obtener que el 61 % de deportistas amateurs presentan un nivel regular de defensa del yo, frente a situaciones estresantes, y el 39 % muestra un nivel bajo. Como bien lo menciono Acuña (2019) en su estudio, ante una mejor educación o entrenamiento en habilidades de afrontamiento desde edades tempranas, se incrementa la tolerancia al estrés y a mejorar el control de impulsos, lo que permite tener un mejor control de las conductas agresivas.

Finalmente, como quinto objetivo, dichos resultados demuestran que el 85 % de deportistas amateurs presentan un nivel regular de persistencia a la necesidad frente a situaciones estresantes; y el 15 %, un nivel bajo. Por lo que Namuche y Vásquez (2017) concluyeron, en su investigación, que una buena calidad de vida mejoraría su capacidad de resiliencia, como también la relevancia

del consumo de comidas saludables, evitando azúcares, cafeína, aditivos artificiales; regular los alimentos con alcaloides que provocarían un efecto impulsivo en el comportamiento.

Una fortaleza que dejan los resultados son los beneficios a la academia Esther Grande De Bentín, ya que, al conocer la realidad de la tolerancia a la frustración ante situaciones de estrés, pueden optar por charlas o actividades dinámicas para fortalecer estas habilidades.

Por otra parte, la primera dimensión, que es predominancia al obstáculo, evidenció una correlación rho de Spearman de 0.092, la cual explica la existencia de una correlación positiva muy baja entre la predominancia al obstáculo y las situaciones estresantes en un ambiente deportivo. Del mismo modo, se concluye que el nivel de predominancia del obstáculo sí influiría en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Seguidamente, es aceptada la segunda hipótesis específica. Mostrando un porcentaje de relación existente entre la predominancia al obstáculo y las situaciones estresantes en deportistas amateurs de un 0.8 % a 9.2 %.

A su vez, Vela (2021) evidenció que la baja tolerancia a la frustración se debía a una carencia de habilidades sociales e incapacidad de controlar sus impulsos, por lo que propuso un entrenamiento sobre la base de talleres y actividades dentro de su entorno adverso, luego se obtuvo mejoras en su muestra de estudio, dado que se dio un soporte individual y al entorno más cercano que le permitiera ser parte de este entrenamiento. De igual forma, Gonzales y Landero (2021) realizaron una comparativa de la tolerancia a la frustración en distintas generaciones, donde concluyen que no existe una relación significativa entre las generaciones, dado que la generación mayor, presentaba una mayor tolerancia a la frustración en comparación a los más jóvenes, quienes presentaban menor tolerancia a la frustración.

Como segunda y tercera dimensión está la defensa del yo y la persistencia a la necesidad; lo que denota en la segunda dimensión una correlación rho de Spearman de 0.092. Esto es un

indicador de la existencia de una correlación positiva muy baja entre la predominancia al obstáculo y las situaciones estresantes en un ambiente deportivo. A lo que se concluye que el nivel de defensa del *yo* sí influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Consecuentemente, es aceptada la tercera hipótesis específica. Finalmente, en la tercera dimensión: persistencia a la necesidad, se encontró una correlación rho de Spearman de -0,069, lo que es indicador de la existencia de una correlación negativa muy baja entre la persistencia a la necesidad y a las situaciones estresantes en deportistas amateurs. Se concluye que el nivel de persistencia de la necesidad sí influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes. Por lo tanto, se acepta la cuarta hipótesis específica

Respecto a las fortalezas del estudio, se identificó que la metodología fue la indicada, satisfaciendo las necesidades de la muestra. Frente a la cantidad de deportistas amateurs, se optó por el empleo de los instrumentos por medio de un formulario Google, con el beneficio que pudieran leerlo con calma y responder con más serenidad, sin presiones ni apuros. Sin embargo, una de las debilidades fue al momento de recoger los consentimientos informados a los tutores, ya que algunos lo olvidaban o posponían el llenado del formulario por motivos ajenos a la investigación.

En referencia a las limitaciones, una de las principales delimitaciones dentro del estudio fue la negativa de los presidentes deportivos al aceptar la solicitud de aplicación de pruebas y exposición de resultados, lo que retrasó el inicio de esta. Por otro lado, durante la etapa de aplicación se presentaron algunas dificultades, ya que en una primera instancia se aplicaban los instrumentos al finalizar las practicas físicas, y se notó el apuro y la desmotivación por resolverlo de algunos participantes. Ante esto, se optó por realizarlo a modo de formulario virtual.

CONCLUSIONES

Primera. La evidencia indica que se encontró una correlación negativa muy baja entre ambas variables. Por tanto, es importante precisar que se encontraron indicadores estadísticos en sentido invertido, lo que quiere decir que, a más situaciones estresantes en el deportista amateur, producirá menos tolerancia a la frustración.

Segunda. Se determinó que el 85 % de los participantes presentan un nivel de alta tolerancia a la frustración en situaciones de estrés en un contexto deportivo, y solo el 15 % restante corresponde a un nivel de baja tolerancia a la frustración en situaciones de estrés.

Tercera. Se reconoció que el 48 % de los deportistas amateurs evaluados presentan un alto nivel de estrés en un ámbito deportivo, el 40 % presenta un nivel medio y el 12 % un nivel bajo

Cuarta. Se identificó que el nivel de la dimensión predominancia al obstáculo en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes en un contexto deportivo, el 62 % de los participantes presentó un nivel bajo de predominancia al obstáculo. Es decir que, la población que es participante del estudio no presenta bloqueos mentales producto de la frustración ante situaciones de estrés.

Quinta. Se identificó que el nivel de la dimensión defensa del yo en los deportistas amateurs frente a situaciones de estrés en un ámbito deportivo, presentó un nivel “regular”, lo que indicaría que esta muestra específica podría mostrar comportamientos agresivos ante situaciones de estrés.

Sexta. Se reconoció que el nivel de la dimensión predominancia a la necesidad, en los deportistas amateurs frente a situaciones de estrés en un ámbito deportivo fue “regular”, lo que quiere decir que pueden pasar a una solución posible del problema, mostrando una capacidad de resiliencia ante el estrés en un ambiente deportivo.

RECOMENDACIONES

Primera. Se recomienda replicar esta investigación con una población más significativa y que se tome en cuenta una población de deportistas profesionales, puesto que no existen muchos estudios en el ámbito deportivo en el país. Así mismo, se puede expandir la investigación haciendo una comparativa de ciudades, teniendo en cuenta factores culturales, sociales, ambientales, etc., realizando una comparativa entre ciudades o países.

Segunda. Al presidente deportivo, se sugiere fomentar la asistencia psicológica en las academias deportivas que tengan como objetivo la formación deportiva, teniendo en cuenta los problemas psicológicos y factores de riesgo a que puedan estar expuestos. Como también se requiere brindar un ambiente para atenciones a estudiantes y padres de familia, con la finalidad de mejorar la relación entre el desarrollo deportivo y la salud mental.

Tercera. Se exhorta capacitar a entrenadores y padres de familia, para que se les informe de la importancia de la buena comunicación, empatía, resiliencia, trabajo en grupo; habilidades sociales que le permitan al menor poder tener un mejor soporte para su desarrollo personal.

Cuarta. Se recomienda realizar nuevas investigaciones psicológicas en el ámbito deportivo, para impulsar un desarrollo en la investigación y el deporte del país que tanto lo necesita.

REFERENCIAS

- Acuña, S. (2019). *Programa “Pienso y actúo” para la tolerancia a la frustración en estudiantes de secundaria de una institución pública, Nuevo Chimbote–2018* (Tesis de grado, Universidad César Vallejo). Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/36840>
- Aguilar, P., y García, G. (2020). *Tolerancia a la frustración en adolescentes: una revisión sistemática de la literatura científica en los últimos 10 años* (Trabajo de investigación). Repositorio Institucional Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/27085>
- Agurto, J. (2019). *Funcionamiento Familiar y la Tolerancia a la Frustración en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes-2018* (Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes). Repositorio Universidad Nacional de Tumbes. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/401>
- Almeida, L. y Bieberach, A. (2020). Nivel de tolerancia a la frustración en estudiantes que cursan la asignatura proyecto de graduación de la licenciatura de psicología en la ULAT. *Conducta Científica*, 3(2), 40-57. <https://revistas.ulatina.edu.pa/index.php/conductacientifica/article/view/148>
- Álvarez, E. (2018). *Diseño de una Escala de Tolerancia a la Frustración en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Comas, 2018* (Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo). Repositorio Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/25305>
- Amsel, A. (1958). El papel de la falta de recompensa frustrante en situaciones de recompensa continua. *Psychological Bulletin*, 55(2), 102-119. <https://doi.org/10.1037/h0043125>
- Amsel, A. (1992). *Teoría de la frustración: un análisis del aprendizaje y la memoria disposicionales*. Prensa de la Universidad de Cambridge. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665561>
- Archundia, A. (26 de septiembre de 2021). El deporte amateur y profesional. *Pitido Deportivo*. <https://www.buzos.com.mx/revhtml/r681/deportes.html>
- Ávila, X. (2016). Tolerancia a la frustración y distorsiones cognitivas en estudiantes con consumo de alcohol. *Repositorio de la Universidad Nacional de Chimborazo*, DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.004.01.01>
- Ellis, A., Michael E. y Bernard, M. (2006). Rational emotive behavioral approaches to childhood disorders. *Theory, practice and research*. Springer. https://doi.org/10.1007/0-387-26375-6_1

- Gómez, M., Aguirre, T., y Borges, M. de África. (2022). Tolerancia a la frustración en niñez con altas capacidades. Diseño y evaluación de un programa de intervención. *Revista Educación*, 46(1), 383–399. <https://doi.org/10.15517/revedu.v46i1.45393>
- González, L. (2002). La tolerancia a la frustración en el deportista. *Stress y Deporte de Alto Rendimiento*, 45(8), 1-23. <https://www.efdeportes.com/efd45/stress.htm>
- González, L. (2001). *Estrés y deporte de alto rendimiento*. ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara. <http://hdl.handle.net/11117/118>
- González, M. y Landero, R. (2021). Diferencias en tolerancia a la frustración entre Baby Boomers, Generación X y Millennials. *Ansiedad y Estrés*, 27, 89-94. <https://doi.org/10.5093/anyes2021a12>
- Guerrero Rodríguez, C., Sosa-Correa, M., Zayas García, A., y Guil Bozal, R. (2017). Regulación emocional en jóvenes deportistas ante situaciones adversas en competición. *Revista INFAD de Psicología "International Journal of Developmental and Educational Psychology"*, 2(1), 373-384.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw Hill Education. <https://bit.ly/3MEUHIF>
- Jaenes, J., Bohórquez, M., Caracuel, J., y López, A. (2012). Estado emocional y situaciones de estrés en árbitros de baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 17-23. DOI:10.4321/S1578-84232012000200003
- León, J., Rodríguez, T., Tenazoa, D., y Pino, G. (2018). Adaptación y validación de la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) en niños peruanos. *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*, 5(2), 23-29. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.2.3>
- Márquez, M., y Azofeifa, C. (2019). El compromiso y entrega en el aprendizaje, la competencia motriz percibida y la ansiedad ante el error y situaciones de estrés: factores de motivación de logro durante las clases de educación física en adolescentes. *MHSalud: Revista En Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 16(1), 1-14. <https://doi.org/10.15359/mhs.16-1.3>
- Márquez, S., (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 6(2), 359-378.
- Medrano, L. A., Franco, P., Flores-Kanter, P. E., y Mustaca, A. E. (2019). Intolerancia a la frustración y estrategias cognitivas de regulación emocional en la predicción de la agresividad. *Suma Psicológica*, 26(1), 19-27. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2019.v26.n1.3>

- Mejía, D. (2023). *Tolerancia a la frustración poscompetitiva en deportistas federados de la disciplina de atletismo de fondo y medio fondo, Cusco 2022* (Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cusco). Repositorio de la Universidad Andina del Cusco. <https://hdl.handle.net/20.500.12557/5394>
- Monteiro, A., Froeseler, M., y Mansur-Alves, M. (2018). Estresse e *Coping* de Árbitros de Futebol no Teste Físico FIFA. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 38(1), 102–115. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003492016>
- Moreno, A., Hernández, J., García, O. y Santacreu, J. (2000). Un test informatizado para la evaluación de la tolerancia a la frustración. *Anales de Psicología*, 16(2), 143-155. <https://doi.org/10.32870/dse.v0i9.296>
- Mustaca, A. (2018) Frustración y conductas sociales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 65-81. <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4643>
- Namuche, C. y Vásquez, K. (2017). *Calidad de vida y tolerancia a la frustración en deportistas de un club de fútbol, Chiclayo* (Tesis de maestría, Universidad Señor de Sipán). Repositorio de la Universidad Señor de Sipán. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16716204>
- Pedrosa, I., Suárez-Álvarez, J., y García-Cueto, E. (2012). Construcción de una escala de valoración del estrés en el ámbito deportivo (EEAD). *R.E.M.A. Revista electrónica De metodología Aplicada*, 17(2), 18-31. <https://doi.org/10.17811/rema.17.2.2012.18-31>
- Peñañiel E., (2009). Factores de riesgo y protección en el consumo de sustancias en adolescentes. *Revista Pulso*, 32, 147-173. <https://doi.org/10.58265/pulso.4994>
- Quito, F., Arteaga, P., Planche, D., y Campoverde, A. (2017). Tolerancia a la frustración en deportistas adolescentes seleccionados de la federación deportiva del Azuay ante el fracaso de una competencia del año 2016-2017. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3). <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/61776>
- Shi, S., Zhang, Z., Yue, H., Wang, Z., y Songling, Q. (2021). The Relationship Between College Teachers' Frustration Tolerance and Academic Performance. *Frontiers in Psychology*, 12(564484), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.564484>
- Soto, M., Franco, L., López, L., Medina, H., y Flores, F. J. (2021). Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico-deportivo. *Revista Publicando*, 8(28), 1-8. <https://doi.org/10.51528/rp.vol8.id2175>
- Valadez, A., Uribe, J., Vacio, M. y Torres, T. (2019). Relación entre situaciones generadoras de estrés, *burnout* y afrontamiento en entrenadores deportivos. Universidad de Almería. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(2), 161-168. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7024685>

- Valiente, C., Marcos, R., Arguedas, M., y Martínez, M. (2021). Tolerancia a la frustración, estrés y autoestima como predictores de la planificación y toma de decisiones en adolescentes. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 8(1), 1-19. <https://doi.org/10.17979/Reipe.2021.8.1.7077>
- Vela, F. (2021). *Baja Tolerancia a la frustración en internos por delito de Femicidio en un establecimiento penitenciario de San Juan de Lurigancho, 2020* (Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega). Repositorio de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Ymata, M. (2013) *Soledad percibida relacionada a la ideación suicida positiva–negativa, adolescentes de la IE Gran Libertador Simón Bolívar. Arequipa 2013* (Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín). Repositorio UNSA <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/2348>

ANEXOS

ANEXO 1. Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Tema: Tolerancia a la frustración en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes de la ciudad de Arequipa 2022				
PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
<p>Problema General: ¿Cuál es el nivel de tolerancia a la frustración en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes de la ciudad de Arequipa 2022?</p>	<p>Objetivo General: Determinar el nivel de tolerancia a la frustración que presentan los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes de la ciudad de Arequipa 2022</p>	<p>Hipótesis General: El nivel de tolerancia a la frustración será moderado en los deportistas amateurs frente a situaciones estresantes de la ciudad de Arequipa 2021</p>		<p>Correlacional cuantitativo</p> <p>Diseño: Descriptivo correlacional</p> <p>Población: Deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa</p>
<p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el nivel de PREDOMINANCIAS DEL OBSTÁCULO en deportistas amateurs? • ¿Cuál es el nivel de DEFENSA DEL YO en deportistas amateurs? • ¿Cuál es el nivel de PREDOMINANCIAS DE LA NECESIDAD en deportistas amateurs? 	<p>OBJETIVOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer el nivel de PREDOMINANCIAS DEL OBSTÁCULO en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes • Reconocer el nivel DEFENSA DEL YO en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes • Reconocer el nivel de PREDOMINANCIAS DE LA NECESIDAD en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes 	<p>HIPOTESIS ESPECÍFICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • El nivel de PREDOMINANCIAS DEL OBSTÁCULO influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes • El nivel DEFENSA DEL YO influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes • PREDOMINANCIAS DE LA NECESIDAD influirá en deportistas amateurs frente a situaciones estresantes 	<p>V1: Tolerancia a la Frustración</p> <p>V2: Situaciones Estresantes</p>	<p>Muestra: 100 deportistas amateurs de la ciudad de Arequipa</p> <p>Técnica y tipo de muestreo: Por conveniencia</p> <p>Instrumento de recolección</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de Tolerancia La Frustración-Namuche y Vásquez • Escala EEDA

ANEXO 2. Escala de tolerancia a la frustración

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

Nombre:

Edad:

Fecha:

A continuación, te presentamos reacciones ante situaciones difíciles. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que considere conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Items	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Nunca	2 Pocas Veces	3 A veces	4 Muchas veces	5 Siempre
1. Me genera malestar sentir que la gente no me presta atención.					
2. Cuando hago algo mal, siento vergüenza por lo que piensen de mí					
3. Reacciono con serenidad ante situaciones que me desagradan.					
4. Cuando alguien me agrede, reacciono rápidamente para defenderme.					
5. Cuando no puedo conseguir lo que me propongo, me siento culpable.					
6. Trato de no culpar a nadie, cuando sucede un problema que me perjudica					
7. Ante una situación difícil, espero que otra persona me ayude a resolver el problema.					
8. Cuando ofendo a alguien, le pido disculpas.					
9. trato de tomarme el tiempo necesario para solucionar un problema.					
10. Cuando alguien no cumple con lo que me prometió, me enfada demasiado					
11. Cuando me hacen una crítica, elijo sentirme fracasado.					
12. Cuando se me presentan situaciones inesperadas suelo estar tranquilo.					
13. Tiendo a descargar mi mal humor con los demás					
14. Me enfado conmigo mismo, cuando las cosas no salen como quisiera.					
15. Si alguien me insulta o levanta la voz, prefiero hablar con él/ella en otro momento.					
16. Cuando alguien comete un error que me perjudica, espero a que se disculpe					
17. Si cometo un error, intento solucionarlo.					
18. Cada vez que se me presenta una situación difícil, la afronto.					
19. Si una persona realiza una acción que me molesta, lo critico sin necesidad de decírselo.					
20. Cuando alguien dice algo que Me					

incomoda, elijo quedarme callado.					
21. Si mis actos me generan inconvenientes, prefiero estar tranquilo hasta que pase el problema					
22. Cuando hay algo que me molesta, lo manifiesto inmediatamente.					
23. Me enojo conmigo mismo, si no puedo cumplir con mi promesa					
24. Me aseguro de no decir palabras que puedan hacer sentir mal a alguien, si estoy molesto.					
25. Si tengo un problema con alguna persona, espero a que ella se rectifique.					
26. En una situación difícil, busco rápidamente la solución del problema.					
27. Cuando se me presenta algún inconveniente me doy un tiempo hasta que todo regresa a la normalidad.					

PUNTAJES DIRECTOS Y PERCENTILES

PUNTAJE TOTAL	
PUNT. DIRECTO	PERCENTIL

PERDOMINANCIA DEL OBSTÁCULO	
PUNT. DIRECTO	PERCENTIL

DEFENSA DEL YO	
PUNT. DIRECTO	PERCENTIL

PREDOMINANCIA DE LA NECESIDAD	
PUNT. DIRECTO	PERCENTIL

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL	PUNTAJE DIRECTO	PERCENTIL
78	75	98 a más	99
77	70		99
76	60	97	95
75	55	96	95
74	50	95	95
73	45	94	95
72	40	93	95
71	35	92	95
70	25	91	95
69	25	90	95
68	20	89	95
67	20	88	95
66	15	87	95
65	10	86	90
64	10	85	90
63	10	84	90
62	10	83	90
61	10	82	85
60	5	81	85
59	5	80	80
58 a menos	1	79	80

Categorización de los puntajes en base a percentiles

PUNTAJES	CATEGORÍA
75 a más	MUCHA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN
30 - 70	REGULAR TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN
Menos de 25	ALTA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

ANEXO 3. Escala de valoración del Estrés en el Ámbito Deportivo (EEAD)

ESCALA EEDA

Nombre:

Edad:

Fecha:

A continuación, te presentamos reacciones ante situaciones estresantes. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que considere conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

ITEMS	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
	1	2	3	4	5
1. Me siento confuso	1	2	3	4	5
2. Me siento frustrado	1	2	3	4	5
3. Me siento triste	1	2	3	4	5
4. Recuerdo continuamente algún acontecimiento que me ha provocado malestar	1	2	3	4	5
5. Últimamente, he sufrido algún suceso fuera de lo común	1	2	3	4	5
6. Siento tensión en alguna parte de mi cuerpo	1	2	3	4	5
7. Tengo temblores en alguna parte de mi cuerpo	1	2	3	4	5
8. Como menos que antes	1	2	3	4	5
9. Tengo dificultades para conciliar el sueño	1	2	3	4	5
10. Me olvido frecuentemente de las cosas	1	2	3	4	5
11. A menudo estoy de mal humor	1	2	3	4	5
12. Tengo cambios repentinos en la presión sanguínea	1	2	3	4	5
13. Pienso que mi futuro es desolador	1	2	3	4	5
14. Mi deseo sexual ha disminuido considerablemente	1	2	3	4	5
15. Cada día muestro menos mi afecto	1	2	3	4	5

GRACIAS POR TU PARTICIPACION

Ítem	Carga factorial		
1	.668		
2	.669		
3	.702		
4	.503		
5	.426		
6	.494		
7	.575		
8	.495		
9	.460		
10	.375		
11	.581		
12	.624		
13	.706		
14	.581		
15	.529		
KMO	Estadístico Bartlett	RMSR	Var. exp.
.895	p < .001	.067	37 %

<i>Puntuación directa</i>	<i>Eneatipo</i>	<i>Puntuación directa</i>	<i>Eneatipo</i>	<i>Puntuación directa</i>	<i>Eneatipo</i>
Muestra total		Hombres		Mujeres	
15-18	1	15-17	1	15-18	1
19-21	2	18-20	2	19-22	2
22-25	3	21-24	3	23-27	3
26-30	4	25-29	4	28-31	4
31-36	5	30-34	5	32-36	5
37-42	6	35-42	6	37-42	6
43-48	7	43-48	7	43-48	7
49-55	8	49-56	8	49-53	8
56-75	9	57-75	9	54-75	9

ANEXO 4. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Presentación:

Se está realizando una investigación sobre la tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa, y me gustaría considerar su participación en la presente investigación. Pues gracias a su participación esperamos obtener más información sobre la temática a investigar pudiendo aportar a las investigaciones del mismo corte.

Mi nombre es Teodoro Arenas Paucara jugador o practicante de fútbol (deporte).

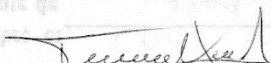
La participación es sencilla, y consistirá en responder un conjunto de preguntas. Tu nombre se mantendrá confidencialmente, pues será reemplazado por un número para el registro en nuestros archivos. La participación es voluntaria y si ya no desea participar, podrá dejar de hacer esta actividad sin consecuencia alguna. Ya que la presente actividad es voluntaria, no habrá regalos o premios por participar.

gchman:

Respuesta:

He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de evaluación de la investigación titulada: Tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa 2022. Comprendo que puedo dejar de participar en esta investigación en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Nombre: Teodoro Arenas Paucara

Firma: 

Fecha: 6 - Noviembre - 2022

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Presentación:

Se está realizando una investigación sobre la tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa, y me gustaría considerar su participación en la presente investigación. Pues gracias a su participación esperamos obtener más información sobre la temática a investigar pudiendo aportar a las investigaciones del mismo corte....

Mi nombre es Diego Soto jugador o practicante de Boxeo (deporte).

La participación es sencilla, y consistirá en responder un conjunto de preguntas. Tu nombre se mantendrá confidencialmente, pues será reemplazado por un número para el registro en nuestros archivos. La participación es voluntaria y si ya no desea participar, podrá dejar de hacer esta actividad sin consecuencia alguna. Ya que la presente actividad es voluntaria, no habrá regalos o premios por participar.

Respuesta:

He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de evaluación de la investigación titulada: Tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa 2022. Comprendo que puedo dejar de participar en esta investigación en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Nombre:

Firma:

Fecha:

10-11-23

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Presentación:

Se está realizando una investigación sobre la tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa, y me gustaría considerar su participación en la presente investigación. Pues gracias a su participación esperamos obtener más información sobre la temática a investigar pudiendo aportar a las investigaciones del mismo corte.

Mi nombre es FERNAN JOSUELLIO NAVARRO jugador o practicante de _____ (deporte).

La participación es sencilla, y consistirá en responder un conjunto de preguntas. Tu nombre se mantendrá confidencialmente, pues será reemplazado por un número para el registro en nuestros archivos. La participación es voluntaria y si ya no desea participar, podrá dejar de hacer esta actividad sin consecuencia alguna. Ya que la presente actividad es voluntaria, no habrá regalos o premios por participar.

Respuesta:

He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de evaluación de la investigación titulada: Tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa 2022. Comprendo que puedo dejar de participar en esta investigación en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Nombre:

Firma:

Fecha :

7- NOVIEMBRE - 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Presentación:

Se está realizando una investigación sobre la tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa, y me gustaría considerar su participación en la presente investigación. Pues gracias a su participación esperamos obtener más información sobre la temática a investigar pudiendo aportar a las investigaciones del mismo corte.

Mi nombre es Andrés Caballero jugador o practicante de Fútbol (deporte).

La participación es sencilla, y consistirá en responder un conjunto de preguntas. Tu nombre se mantendrá confidencialmente, pues será reemplazado por un número para el registro en nuestros archivos. La participación es voluntaria y si ya no desea participar, podrá dejar de hacer esta actividad sin consecuencia alguna. Ya que la presente actividad es voluntaria, no habrá regalos o premios por participar.

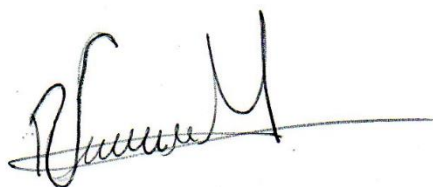
Respuesta:

He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de evaluación de la investigación titulada: Tolerancia a la frustración en deportistas de la ciudad de Arequipa 2022. Comprendo que puedo dejar de participar en esta investigación en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Nombre:

Firma:

Fecha:



10 Noviembre 2022

ANEXO 5. Matriz de Registro y control

MATRIZ DE REGISTRO Y CONTROL

ALUMNO	ITEM 27	PD	Percentil	TOLERANCIA A LA FRUSTRACION	ESTRÉS
1	3	69	25	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
2	3	79	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
3	2	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
4	4	83	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
5	2	76	60	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
6	2	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
7	3	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
8	4	84	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
9	3	79	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
10	3	80	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
11	2	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
12	2	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
13	3	87	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
14	1	83	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
15	2	78	75	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
16	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
17	2	83	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
18	3	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
19	5	86	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
20	1	28	1	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
21	2	75	55	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
22	2	71	35	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
23	4	93	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
24	3	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
25	5	80	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
26	4	88	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
29	3	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
30	3	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
31	4	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
32	3	77	70	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
33	3	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS

34	4	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
35	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
36	4	90	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
37	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
38	2	77	70	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
39	4	77	70	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
40	3	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
41	3	86	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
42	3	80	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
43	4	67	20	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
44	2	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
45	4	83	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
46	3	80	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
47	1	27	1	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
48	4	88	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
49	2	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
72	3	87	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
51	3	84	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
52	1	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
53	4	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
54	3	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
55	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
56	4	75	55	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
57	3	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
58	3	75	55	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
59	2	66	15	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
60	4	85	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
61	2	62	10	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
62	4	77	70	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
63	3	71	35	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
64	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
65	5	76	60	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
66	3	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
67	3	66	15	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
68	3	80	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
69	3	70	25	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
70	3	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
71	3	78	75	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
72	3	87	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS

73	3	69	25	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
74	3	68	20	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
75	5	77	70	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
76	2	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
77	3	92	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
78	3	81	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
79	5	79	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
80	2	81	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
81	4	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
82	2	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
83	2	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
84	2	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
85	3	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
86	1	82	85	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
87	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
88	3	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
89	3	73	45	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
90	3	72	40	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
91	2	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
92	3	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés BAJOS
93	5	86	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
94	5	80	80	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
95	2	65	10	Regular tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS
96	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
97	3	85	90	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
98	2	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
99	3	87	95	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés ALTOS
100	3	74	50	Mucha tolerancia a la Frustración	Niveles de estrés MEDIOS

ANEXO 6. Aceptación de proyecto de investigación



ESCUELA DE FÚTBOL
Esther Grande de Bentín de Arequipa

TELÉFONOS: 959761180 – 959174207

FACEBOOK: Escuela Futbol EGB

Arequipa, 08 de Noviembre de 2022

SEÑOR

DIEGO HUAMAN VILCA

UNIVERSIDAD CONTINENTAL

Presente.-

De mi mayor consideración:

Por medio del presente es grato dirigirme a Usted para saludarlo y a la vez comunicarle que cuenta con el **consentimiento** para llevar a cabo la investigación en la Escuela de Fútbol del Esther Grande de Bentín de Arequipa, institución que actualmente dirijo.

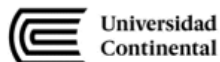
Sin otro particular, me despido de Usted,

Atentamente,

PROF. JESUS OVIEDO DEL CARPIO

DIRECTOR

ANEXO 7. Aceptación del comité de Ética



Universidad
Continental

Huancayo, 25 de octubre de 2022

OFICIO N° 205-2022-CE-FH-UC

Señor(es):
BACH. HUAMANI VILCA, Diego Fabricio

Presente-

EXP. 205- 2022

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y a la vez manifestarle que el estudio de investigación titulado: **“TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN EN DEPORTISTAS AMATEURS FRENTE A SITUACIONES ESTRESANTES, AREQUIPA 2022”**, ha sido **APROBADO** por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Humanidades, bajo las siguientes observaciones:

- El Comité de Ética puede en cualquier momento de la ejecución del trabajo solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas (mantener la confidencialidad de datos personales de los individuos entrevistados).
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atte,




Claudia Rios Cataño
Comité de Ética en Investigación
Facultad de Humanidades
Presidenta
Universidad Continental

Acti

ANEXO 8. Alfa de Cronbach aplicada a la muestra de estudio

ALFA DE CRONBACH APLICADA A LA MUESTRA DE ESTUDIO**Alfa de Cronbach de la variable tolerancia a la frustración****Resumen del procesamiento de los casos**

		N	%
	Válidos	100	100,0
Casos	Excluidos ^a	0	,0
	Total	100	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,503	27

Alfa de Cronbach de la variable situaciones estresantes**Resumen del procesamiento de los casos**

		N	%
	Válidos	100	100,0
Casos	Excluidos ^a	0	,0
	Total	100	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,889	15

ANEXO 9. Formulario de Instrumentos

FORMULARIO DE APLICACIÓN

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN - ESCALA EAD

La siguiente escala tiene como objetivo fundamental "recolectar información para medir el grado de tolerancia a la frustración en deportistas amateurs", la finalidad es estrictamente de investigación científica por lo que la información recabada carece de otros fines.

72309918@continental.edu.pe (no compartidos)
[Cambiar de cuenta](#)

***Obligatorio**

CONSENTIMIENTO: Se le invita a responder esta escala para la elaboración de una investigación psicológica, que le tomará unos minutos. Los datos personales proporcionados son confidenciales, la información recabada será utilizada con fines estadísticos y para realizar estudios descriptivos. Su participación es voluntaria. Acepto desarrollar esta escala con total sinceridad y doy mi consentimiento para que se utilice esta información para la construcción de este instrumento

Elige ▼

INICIALES DE SU NOMBRE (Ej. F.G.T)

Tu respuesta

EDAD

Tu respuesta

DISCIPLINA DEPORTIVA QUE PRACTICA

Tu respuesta

INDICACIONES: A continuación, te presentamos reacciones ante situaciones difíciles. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que considere conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

1. Me genera malestar sentir que la gente no me presta atención. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Cuando hago algo mal, siento vergüenza por lo que piensen de mí *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Reacciono con serenidad ante situaciones que me desagradan. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Cuando alguien me agrede, reacciono rápidamente para defenderme. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Cuando no puedo conseguir lo que me propongo, me siento culpable. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Trato de no culpar a nadie, cuando sucede un problema que me perjudica *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Ante una situación difícil, espero que otra persona me ayude a resolver el problema. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Cuando ofendo a alguien, le pido disculpas. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Trato de tomarme el tiempo necesario para solucionar un problema. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Cuando alguien no cumple con lo que me prometió, me enfada demasiado *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Cuando me hacen una crítica, elijo sentirme fracasado. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. Cuando se me presentan situaciones inesperadas suelo estar tranquilo. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Tiendo a descargar mi mal humor con los demás. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. Me enfado conmigo mismo, cuando las cosas no salen como quisiera. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Si alguien me insulta o levanta la voz, prefiero hablar con él/ella en otro momento. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Cuando alguien comete un error que me perjudica, espero a que se disculpe. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. Si cometo un error, intento solucionarlo. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

18. Cada vez que se me presenta una situación difícil, la afronto. *

	Nunca	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Siempre
Respuesta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. Si una persona realiza una acción que me molesta, lo critico sin necesidad de decirselo. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

20. Cuando alguien dice algo que me incomoda, elijo quedarme callado. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

21. Si mis actos me generan inconvenientes, prefiero estar tranquilo hasta que pase el problema. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

22. Cuando hay algo que me molesta, lo manifiesto inmediatamente. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

24. Me aseguro de no decir palabras que puedan hacer sentir mal a alguien, si estoy molesto. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

25. Si tengo un problema con alguna persona, espero a que ella se rectifique. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

26. En una situación difícil, busco rápidamente la solución del problema. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

27. Cuando se me presenta algún inconveniente me doy un tiempo hasta que todo regresa a la normalidad. *

Nunca Pocas veces A veces Muchas veces Siempre

Respuesta

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN - ESCALA EEAD

72309918@continental.edu.pe (no compartidos)

[Cambiar de cuenta](#)

*Obligatorio

ESCALA EEAD

A continuación, observarás reacciones ante situaciones estresantes. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que considere conveniente. Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas.

1. Me siento confuso *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Me siento frustrado *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Me siento triste *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Recuerdo continuamente algún acontecimiento que me ha provocado malestar *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Últimamente he sufrido algún suceso fuera de lo común *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Siento tensión en alguna parte de mi cuerpo *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Tengo temblores en alguna parte de mi cuerpo *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Como menos que antes *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Tengo dificultades para conciliar el sueño *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Me olvido frecuentemente de las cosas *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Tengo cambios repentinos en la presión sanguínea *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. Pienso que mi futuro es desolador *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14. Mi deseo sexual ha disminuido *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. Cada día muestro menos mi afecto *

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ni en acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
Fila 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

ANEXO 10. Tablas de Operacionalización de las variables

Operacionalización de la variable de tolerancia a la frustración

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Tolerancia a la Frustración	Predominancia del Obstáculo	Es indicador de que el examinado se encuentra bloqueado por la frustración.	1-2-3-10-11-12-19- 20-21	Las 27 preguntas serán respondidas con una escala de Likert, siendo los valores: 1 Nunca 2 Pocas Veces 3a Veces 4 Muchas Veces 5 Siempre
	Defensa del Yo	Puede atacar a otros o a sí mismos.	4-5-6-13-14-15-22- 23-24	
	Persistencia de la necesidad	Puede pasar a la solución del problema.	7-8-9-16-17-18-15- 16-17	

Operacionalización de la variable Situaciones estresantes

Variable	Dimensión	Indicadores	ítems	Instrumento
Situaciones Estresantes	Estrés deportivo	Indica el nivel de estrés en un contexto deportivo	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15	Escala de Valoración Del Estrés En El Ámbito Deportivo (EEAD)

