

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI



PERSONALIDAD, ESTRÉS PERCIBIDO Y ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO EN EQUIPOS DE FUTBOL AMERICANO DE LA UANL

Por

AIDA GABRIELA ROMO GAMA

PRODUCTO INTEGRADOR:

TESINA

Como requisito para obtener el grado de
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Nuevo León, febrero 2020

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI**

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Tesina titulada “Personalidad, estrés percibido y estrategias de afrontamiento en equipos de Fútbol Americano de la UANL” realizado por el Lic. Aida Gabriela Romo Gama, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

COMITÉ DE TITULACIÓN



Dra. María Salette Marentes Castillo
Universidad Autónoma de Nuevo León, NL,
México
Asesor Principal



Dr. Juan González
Hernández Universidad
de Granada, España
Co-asesor



Dra. Jeanette Magnolia López Walle
Universidad Autónoma de Nuevo León, NL,
México
Co-asesor



Dra. Blanca Rocío Rangel Colmenero
Subdirectora de Posgrado e Investigación
de la FOD UANL

Nuevo León, febrero 2020

Dedicatoria, agradecimientos y/o reconocimientos

A mis padres por su apoyo y amor incondicional. A mis hermanos por siempre estar ahí apoyándome en todo momento sobre todo en los más difíciles. A toda mi familia por preocuparse por mi, por enseñarme la importancia de siempre estar unidos y el valor de la familia. Aída eres la mejor mamá, gracias por siempre darnos todo, por los valores y el optimismo de ver la vida. Papá gracias por enseñarme que todo en esta vida cuesta y por apoyarme. Luis la vida te ha puesto grandes retos, no dejes de luchar nunca, eres mi gran ejemplo. Ana las situaciones te hicieron madurar muy rápido, no olvides que no estas sola y que siempre cuentas conmigo. Ángel gracias por llegar y unirnos. Alex gracias por formar parte de esta familia y siempre preocuparte por nosotros, gracias por todas las atenciones que tienes con todos. Karen gracias por siempre apoyarme en mis locuras aunque eso implique estar lejos, gracias por preocuparte e impulsarme a ser mejor persona cada día. Los amo familia, gracias por todo, estaré eternamente agradecida por formar parte de mi vida.

A mis roomies y compañeros de maestría por las enseñanzas, las pláticas y debates, gracias por hacer más divertido este camino, me llevo buenos amigos.

A la Dra. María Marentes por lo aprendido, por su apoyo y guía en todo momento. Al Dr. Juan González por recibirme, apoyar las ideas locas de este proyecto y por compartir su conocimiento. A la Dra. Jeanette López por la disposición y confianza en mi trabajo.

Al equipo de Gimnasia Aeróbica, al profesor Saúl Castorena, por la confianza en el trabajo realizado, a todas las niñas por la disposición, ocurrencias y cariño.

Al programa de Futbol Americano Auténticos Tigres por la oportunidad y experiencia. Así como al equipo (Mary, Zaira y Alan) que trabajamos en este proyecto, y que me enseñaron mucho, de igual forma me llevo grandes amistades.

A la Universidad Autónoma de Nuevo León, la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología por la enseñanza y apoyo brindados en el proceso de mi formación.

A CONACYT por el apoyo de la beca para poder realizar mis estudios de maestría.

FICHA DESCRIPTIVA

Universidad Autónoma de Nuevo León
Facultad de Organización Deportiva
Facultad de Psicología
Posgrado Conjunto FOD-FaPsi

Fecha de Graduación: Febrero 2020

Aida Gabriela Romo Gama


Título del Producto Integrador: Personalidad, estrés percibido, estrategias de afrontamiento en equipos de Futbol Americano de la UANL.

Número de Páginas: 76

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Resumen de la tesina:

Los objetivos de este trabajo fueron conocer las características descriptivas de las variables personalidad, estrés percibido, autoeficacia en el afrontamiento, estrategias de afrontamiento y el nivel de satisfacción percibida de equipos de futbol americano de la UANL, así mismo, contrastar las diferencias por grupos de edad y categorías (juvenil, intermedia, prepas y facultades), para todas las variables del estudio y finalmente examinar la interrelación entre la personalidad, las estrategias de afrontamiento, la autoeficacia percibida para el estrés y el nivel de estrés percibido. Participaron 200 jugadores de futbol americano entre 14 y 24 años de edad ($M = 17.76$, $DT = 1.87$) pertenecientes a equipos de la UANL. La batería de pruebas estuvo conformada por tres cuestionarios de personalidad BFI, SD3, GRIT, así mismo por la escala de estrés percibió, por la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés y por el cuestionario de aproximación al afrontamiento en el deporte. Los resultados obtenidos mostraron altos niveles de satisfacción percibida, diferencias entre grupos de edad y categorías, principalmente entre los rasgos de neuroticismo, maquiavelismo, consistencia del interés, Grit, expectativa de eficacia y expectativa de resultado. Finalmente se encontraron correlaciones significativas entre las variables del estudio arrojando valiosa información para futuras investigaciones.



FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
JUSTIFICACIÓN	2
1. Objetivos	4
2. Pregunta de investigación	4
3. Hipótesis	5
Capítulo I Marco Teórico.....	6
1. Personalidad	6
1.1. Cinco grandes de la personalidad.....	6
1.2 Triada Oscura de la personalidad.....	7
1.3 Grit	9
2. Estrés Percibido	10
3. Autoeficacia para el afrontamiento del estrés	11
4. Estrategias de afrontamiento	12
5. Evidencia empírica sobre las variables de estudio	14
Capítulo II Metodología.....	18
1. Participantes	18
2. Instrumentos de evaluación	18
2. 1. Inventario de Cinco Factores (BFI).....	18
2.2. Triada Oscura de la Personalidad (SD3).....	19
2. 3. Escala de personalidad Grit.....	20
2. 4. Escala del Estrés Percibido (PSS)	20
2. 5. Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE)	21
2. 6. Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (ACSQ) .	22
3. Procedimiento	22
4. Consideraciones éticas	23
5. Análisis estadístico	23
Capítulo III Resultados	24
Capítulo IV Discusión.....	40
1. Contrastes de la teoría con los resultados	40
2. Limitaciones del estudio	49

3. Propuestas futuras	49
Capítulo V Conclusiones	50
REFERENCIAS	52
ANEXOS	60
EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO DE LAS PRACTICAS PROFESIONALES .	68
RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO	69

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Descripción de los cinco factores de la personalidad	6
Tabla 2. Descripción de los tres factores de la triada oscura de la personalidad	8
Tabla 3. Aspectos que se deben fomentar para desarrollar el Grit de acuerdo con Duckworth (2016)	9
Tabla 4. Tipos de expectativa para la autoeficacia del afrontamiento	12
Tabla 5. Estrategias de afrontamiento	13
Tabla 6. Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores del BFI para la muestra total	24
Tabla 7. Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los tres factores del SD3	25
Tabla 8. Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores del Grit y la escala completa	25
Tabla 9. Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores del EAEAE	26
Tabla 10. Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores del ACSQ-1	26
Tabla 11. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el nivel de satisfacción percibido	27
Tabla 12. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el BFI	27

Tabla 13. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el SD3	27
Tabla 14. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el Grit	28
Tabla 15. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el PSS	28
Tabla 16. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el EAEAE .	28
Tabla 17. Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el ACSQ-1.	29
Tabla 18. Análisis ANOVA univariado entre las categorías y el nivel de satisfacción percibido	29
Tabla 19. Análisis ANOVA univariado entre las categorías y los factores del BFI	30
Tabla 20. Prueba Tukey B para la variable neuroticismo	30
Tabla 21. ANOVA de un factor entre las categorías y los factores del SD3	30
Tabla 22. Prueba Tukey B para la variable maquiavelismo	31
Tabla 23. ANOVA de un factor entre las categorías y los factores del Grit	31
Tabla 24. Prueba Tukey B para consistencia del interés	31
Tabla 25. ANOVA de un factor entre las categorías y la PSS	32
Tabla 26. Prueba Tukey B para la escala de estrés percibido	32
Tabla 27. ANOVA de un factor entre las categorías y la EAEAE	32
Tabla 28. Prueba Tukey B para expectativa de eficacia	33
Tabla 29. Prueba Tukey B para expectativa de resultado	33
Tabla 30. ANOVA de un factor entre las categorías y el ACSQ-1	33
Tabla 31. ANOVA de un factor entre las categorías y el ACSQ-1	34

INTRODUCCIÓN

Para el adecuado desarrollo de esta investigación, que tiene como fin la obtención del grado de maestría, se ha dividido la tesina en cinco capítulos que refieren un estudio descriptivo, transversal, no aleatorio y exploratorio, con una metodología empírica y cuantitativa.

En el *Capítulo 1*, se desarrolla el marco teórico, es decir, se definen y describen las variables del estudio: personalidad, estrés percibido, autoeficacia para el afrontamiento del estrés y estrategias de afrontamiento. Posteriormente se mencionan estudios que relacionan las variables, esto con la finalidad de proporcionar sustento teórico y empírico al estudio.

En el *Capítulo 2*, se describe la metodología, comenzando con la descripción de las características de los participantes, seguido de la presentación de los seis instrumentos utilizados, así mismo, se expone el procedimiento, las consideraciones éticas y el análisis estadístico para dar respuesta a los objetivos planteados.

En el *Capítulo 3* se incluyen los resultados obtenidos a través de los análisis estadísticos. Primero se presentarán los análisis descriptivos, mostrando la tendencia central, variabilidad, normalidad y fiabilidad de cada factor que componen nuestros instrumentos, posteriormente para conocer si existían diferencias se realizaron análisis inferenciales a través de la ANOVA entre los grupos de edad (14-17 y 18-24) y por categoría. Por último, se presentan las correlaciones entre variables.

En el *Capítulo 4* se encuentran las discusiones de los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, tomando en cuenta los objetivos planteados al inicio del estudio. Así mismo se presentan las limitaciones y las propuestas para futuras investigaciones.

En el *Capítulo 5* por último se presentan las conclusiones extraídas del presente estudio, destacando las características principales de un jugador de futbol americano.

JUSTIFICACIÓN

Este proyecto de investigación se justifica en el estudio de las variables psicológicas implicadas en el deporte de rendimiento universitario, especialmente en el fútbol americano, deporte sumamente popular en este contexto regiomontano en el cual variables como el estrés percibido puede ser controlado por las estrategias de afrontamiento y la personalidad de los deportistas que se encuentran en la etapa de adolescencia.

Se sabe que el deporte constituye un fenómeno social que contribuye al desarrollo personal, a través del bienestar físico, psicológico y social, promoviendo una mejora en la calidad de vida (Romero et al. 2013). De acuerdo con Días, Cruz y Fonseca (2011) los deportistas pueden llegar a experimentar ansiedad afectando el rendimiento. Las principales causas de la ansiedad pueden ser la presión, expectativas de un desempeño adecuado, la preparación física, la relación con el entrenador, el ambiente del grupo, los partidos, la evaluación social y la autoevaluación.

Aunado a lo anterior, sí el joven vive la experiencia deportiva como agradable se puede predecir el aumento en la adquisición de hábitos en la actividad física, llegando a ser un adulto activo, y por lo contrario, cuando se percibe la experiencia de manera negativa se puede provocar el abandono deportivo (Cruz, Torregrosa, Sousa, Mora y Viladrich, 2010).

El fútbol americano es uno de los deportes de impacto más competitivo, donde los jugadores requieren de disciplina, entrenamiento físico y preparación mental (Lagunes 2018). Los jóvenes que aspiran a jugar liga mayor se preparan muchas veces desde edades tempranas jugando en clubs privados e incluso crecen asistiendo a los partidos, y viéndolos por los diferentes medios de comunicación. Al llegar a un nivel medio superior y superior los jóvenes tendrán que elegir la institución en la cual realizaran sus estudios, esta elección se puede realizar con base a dos referentes principales: a) las instituciones de educación superior en donde se pueda formar y b) los equipos campeones (o con posibilidad de serlo); además, esta elección dependerá de los recursos económicos, opciones académicas ofrecidas y becas deportivas (Orellana, 2009). En este sentido la UANL ofrece ambas opciones, un alto nivel académico, y equipos con un alto nivel competitivo, siendo de las instituciones con mayor captación de talento deportivo.

Márquez (2006) considera que los atletas que practican un deporte competitivo necesitan emplear habilidades o variables psicológicas y estrategias de afrontamiento efectivas para lograr satisfacer sus expectativas y mejorar su rendimiento, esta elección efectiva de las estrategias de afrontamiento generará una autoeficacia adecuada en el atleta, influyendo en la convicción propia para ejecutar adecuadamente la conducta. Hay que mencionar, que dichas variables psicológicas se pueden comportar distinto con relación a la etapa de desarrollo en donde se encuentren los individuos. En este caso, la adolescencia es una etapa donde se producen cambios en la personalidad y al mismo tiempo se define la identidad y se está planeando un proyecto de vida, se podría considerar como un momento vital y complejo en el que los jóvenes se enfrentan a numerosos obstáculos y desafíos (Romero et al., 2010). Por su parte, los adolescentes que practican deporte, que confían en los demás, que establecen buenos vínculos, que tienen metas, proyectos y que cuentan con recursos personales para hacer frente a las dificultades buscan situaciones potencialmente exitosas, fortaleciendo el concepto que tienen de sí mismos reforzando su autoestima. Por el contrario, aquellos que se sienten insatisfechos consigo mismos tienen escasos vínculos interpersonales, existe un desfase entre sus expectativas y logros por lo que tienen más limitaciones personales para afrontar los sucesos que se les presentan (Romero et al., 2010).

En este sentido, variables que pueden influir en la forma en que la persona evalúa dichos encuentros estresantes serían por un lado la percepción del estrés y por el otro la personalidad, incluso pueden dirigir la selección de estrategias de afrontamiento que se utilicen ya sean efectivas o no (Polman et al. 2010). Por ello, es importante considerar que el estrés percibido puede ser un elemento causal o mediador de la conducta. Cuando hablamos de personalidad, nos referimos a las cualidades que nos diferencian, nos hacen únicos y que son relativamente estables en la conducta. Cada persona va construyendo su propia identidad influenciada por el entorno ya que este modifica la manera de actuar, pensar y sentir pudiendo definir la posición dentro de un grupo, desarrollando de tal manera un proceso de maduración personal y autoaprendizaje, que permite la construcción psicosociológica del carácter y su manera de funcionar en dichos contextos (González-Hernández et al. 2014). Así mismo, Bandura (2001) considera que el desarrollo de la personalidad se argumenta a través de la influencia de lo aprendido en el contexto social y de las interacciones

dentro del contexto. Esta interacción constante con los demás puede determinar el estilo de la personalidad ya que se toman en cuenta las experiencias pasadas y la constitución biológica, desarrollándose desde la niñez hasta convertirse en estructuras estables en la adultez (Allen et al. 2013).

Por tanto, la meta que el deporte debe perseguir es contribuir al proyecto de vida, enriqueciendo al deportista como persona, potenciando sus valores (Paredes y Carrillo, 2004). Esta serie de variables mencionadas anteriormente (personalidad, estrés percibido, autoeficacia en el afrontamiento y estrategias de afrontamiento) y su impacto en el bienestar del atleta adolescente, nos lleva a plantear los siguientes objetivos de investigación.

1. Objetivos

1. Conocer las características descriptivas de la muestra y su nivel de satisfacción percibida.
2. Contrastar las diferencias por grupos de edad y categorías, para todas las variables del estudio.
3. Examinar la interrelación entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, autoeficacia para el afrontamiento del estrés y las estrategias de afrontamiento.

2. Pregunta de investigación

En esta investigación se estudió la relación existente entre la personalidad y las estrategias de afrontamiento de jóvenes deportistas, queriendo responder a las preguntas ¿Cuáles son las características de la muestra estudiada y su nivel de satisfacción percibida?, ¿Cómo las diferencias entre grupos de edad y categorías contrastan con las variables del estudio? y ¿Cómo se relaciona la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia para el afrontamiento del estrés y las estrategias de afrontamiento?.

3. Hipótesis

H_{t1}. Existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad y categorías en la personalidad, nivel de estrés percibido, autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H₀₂. No existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad y categorías en la personalidad, nivel de estrés percibido, autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H_{t3}. Existe una relación estadísticamente significativa entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H₀₄. No existe una relación estadísticamente significativa entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

Capítulo I Marco Teórico

En este apartado se presenta la descripción detallada de cada una de las variables personalidad, estrés percibido, autoeficacia en el afrontamiento y estrategias de afrontamiento, que se estudiaron en el presente trabajo de investigación.

1. Personalidad

1.1. Cinco grandes de la personalidad

Allport (1921) considera que la personalidad puede ser entendida como una entidad que refleja de manera integrada, la organización dinámica interna de los sistemas psicológicos individuales que determinan la adaptación del individuo al medio, constituyendo una organización estructurada y específica para cada persona (Hansenne, 2003). Por otro lado, Costa y McCrae (2008) definen la personalidad como una serie de tendencias básicas de conducta que influyen en los pensamientos, emociones y acciones de los individuos. El desarrollo de la personalidad se vislumbra desde la interacción entre la genética del sujeto (herencia) y la influencia del deporte.

García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013) encontraron que en los últimos veinte años el modelo más utilizado es el modelo de los cinco grandes de la personalidad, ya que describe los tipos de personalidad tomando en cuenta la base biológica-hereditaria y los procesos socio-cognitivos, sugiriendo que las cinco dimensiones principales surgen y se desarrollan de forma coherente, estable y válida (Measelle et al., 2005). Este modelo supone un intento de unificación entre los distintos puntos de vista sobre la personalidad. Polman, Clough, y Levy (2010) describen las principales características de estas dimensiones (véase Tabla 1).

Tabla 1.

Descripción de los cinco factores de la personalidad.

Factores y su descripción	
Neuroticismo	Contrasta la constancia emocional y el carácter moderado con la afectividad negativa e incluye rasgos como experimentar estados emociones negativo (sentirse ansioso, nervioso y tenso) existen ideas irracionales e impulsividad.
Extraversión	Implica un enfoque enérgico hacia lo social y material, se caracteriza por la tendencia a experimentar emociones positivas, ser extravertido, cálido, alegre, activo y seguro de sí mismo.

continúa

Tabla 1.
Descripción de los cinco factores de la personalidad

Factores y su descripción	
Escurpulosidad	Se relaciona con buen comportamiento, organizados, siguen reglas y normas, con mentalidad firme y auto disciplinado.
Apertura a nuevas experiencias	Se refiere a la extensión de la experiencia (frente a la mentalidad cerrada) inventiva y complejidad de la vida mental y experiencial de un individuo e incluye rasgos como ser creativo, inquisitivo, tener valores no convencionales y ser flexible en su forma de pensar.
Amabilidad y Responsabilidad	Se asocia con ser desinteresado, obediente, confiado, modesto y útil.

1.2 Triada Oscura de la personalidad

La teoría de la triada oscura de la personalidad (TOP), la cual consiste en la descripción de ciertos rasgos de la personalidad (narcisismo, maquiavelismo y psicopatía), de tipología subclínica, que tienden a ser fuente de comportamientos problemáticos en cuestiones generales, por ejemplo, relaciones sociales, pero que ofrecen resultados ambivalentes cuando los comportamientos derivan en la consecución de metas de alto valor funcional, por ejemplo, ser titular o suplente (González-Hernández et al. 2018).

Por tanto, en el contexto deportivo tales respuestas ambivalentes, por un lado, la funcional se convertirá en el resultado de eficacia del conjunto de todos los recursos mentales que el deportista deba aprender y poner en práctica en cualquier momento y circunstancia de sus experiencias deportivas permitiendo alcanzar procesos adaptativos para lograr la continuidad en el deporte generando satisfacción personal, mejores resultados y la consecuente percepción de éxito. Por otro lado, esta respuesta disfuncional se convertirá en el resultado de ineficacia del uso de recurso mental que debieran ser utilizados en cualquier momento, al no lograr esta adaptabilidad el deportista abandonará, fracasando en el deporte (González-Hernández et al. 2018).

Wai y Tiliopoulos (2012) definen que el maquiavelismo es un rasgo de personalidad que se caracteriza por la duplicidad, la externalización de la culpa, la frialdad emocional y el uso de estrategias interpersonales para manipular a otros para un beneficio personal. Las personas con alto maquiavelismo pueden identificar y

explotar las debilidades en otros ocultando las suyas, pueden llegar a ser indiferentes con sus propias creencias y comportamientos, son cínicos y creen que es mejor manipular que ser manipulados. Esta predisposición explotadora puede derivarse de una falta de apego emocional teniendo poca empatía (Harell, 1980).

El narcisista posee visiones exageradas de autoestima y grandiosidad, son personas egocéntricas, arrogantes y explotadores en las relaciones interpersonales, ven a las demás personas como un medio por el cual pueden alcanzar sus necesidades de admiración y refuerzo de su punto de vista, de igual forma tienen poca empatía (Watson y Morris, 1991).

Las personas con tendencias psicopáticas utilizan patrones destructivos y disfuncionales del comportamiento, emplean técnicas de encanto y manipulación para beneficio personal. Al contrario de los otros dos rasgos de la tríada oscura de la personalidad, este rasgo se caracteriza por una alta impulsividad y una disposición hacia conductas imprudentes, inapropiadas, inmoral o incluso violenta, su baja empatía es mayor por su falta de remordimiento, culpa y arrepentimiento (Hare, 1999).

De acuerdo con Ueno, Shimotsukasa, Suyama, y Oshio, (2017) los tres rasgos de la tríada oscura de la personalidad se describen de la siguiente manera (véase Tabla 2)

Tabla 2.

Descripción de los tres factores de la triada oscura de la personalidad.

Factores y su descripción	
Maquiavelismo	Caracterizado por la manipulación y explotación de otros. Utilizan el encanto.
Narcisismo	Caracterizado por la búsqueda de estatus y fama, por actitudes competitivas y agresivas hacia los demás. Presentan sentimientos de vanidad, superioridad, dominio, necesidades dependientes o protagonismo.
Psicopatía	Identificado por cualidades interpersonales y emocionales como el egoísmo, impulsividad, falta de remordimiento, alejamiento empático y frialdad emocional.

1.3 Grit

Duckworth et al. (2007) definen el Grit como la perseverancia y la pasión por los objetivos a largo plazo. La perseverancia es la habilidad de sostener el esfuerzo de cara a la adversidad y la pasión como la intensidad con la que se está comprometido con la meta y manteniendo el entusiasmo por un largo tiempo.

La perseverancia refleja el compromiso y el esfuerzo hacia la meta y la consistencia del interés refleja la concentración y dedicación de pequeñas tareas que llevan al objetivo principal (Silvia et al., 2013). El Grit implica trabajar arduamente para enfrentar los desafíos, mantener el esfuerzo y el interés a pesar de las adversidades durante años. Recientemente Von Culin, Tsukayama y Duckworth (2014) definieron el Grit como “*la tendencia a perseguir objetivos de largo plazo a través de un esfuerzo sustancial y trabajo duro*”. Por tanto, se considera un aspecto del individuo que puede influenciar en todas las áreas de la vida de un individuo (Reed y Jeremiah, 2017)

Por su parte Kaplan y Koval (2015) proponen que el Grit contiene cuatro componentes esenciales que son: 1) *Agallas (Guts)* comienza con el coraje de tomar un pensamiento retador evitando decaer ante la adversidad, las agallas le proporcionan a la persona la confianza para tomar riesgos y ser atrevido; 2) *Resiliencia (Resilience)* capacidad de superar situaciones adversas, la resiliencia le da adaptabilidad a la persona Grit, persiguiendo su objetivo hasta el final; 3) *Iniciativa (Initiative)* le proporciona a la persona Grit dinamismo poniendo en movimiento a la persona y; 4) *Tenacidad (Tenacity)* habilidad de mantenerse enfocado en una meta, componente tal vez más asociado al Grit. Estos componentes esenciales son los que dan el nombre de Grit con sus iniciales.

En la Tabla 3 se puede observar lo que Duckworth (2016) considera se debe fomentar para desarrollar el Grit.

Tabla 3.

Aspectos que se deben fomentar para desarrollar el Grit de acuerdo con Duckworth (2016).

Factores y su descripción	
Interés	Requiere una cantidad de pasión. Las personas con altos niveles de Grit son apasionados de lo que realizan.

continúa

Tabla 3.

Aspectos que se deben fomentar para desarrollar el Grit de acuerdo con Duckworth (2016).

Factores y su descripción	
Práctica	Se relaciona con el mejoramiento continuo, independientemente del nivel de competencia que una persona ha conseguido. Desafiarse a sí mismo ayuda a la maestría personal, al superar los propios niveles de habilidad.
Propósito	Es esencial para continuar. El propósito de una persona hace que el esfuerzo valga la pena en lo que respecta al bienestar de los demás, así como de uno mismo.
Esperanza	Es importante para permanecer en el objetivo, para continuar a pesar de los reveses, y para seguir enfocado en el objetivo hasta el final.

Los individuos con altos niveles de personalidad Grit presentan una tendencia a trabajar más fuerte y de manera continua pudiendo causar diferencias en su rendimiento, incluso después de un fracaso, eligen continuar en el curso de la consecución de su objetivo (Duckworth et al. 2007).

2. Estrés Percibido

Lazarus y Folkman (1986) consideran que el estrés se caracteriza por la variación de los distintos estímulos percibidos, ya que depende y varían entre cada persona, así mismo, depende de cada situación experimentada por la persona al momento de percibir los estímulos.

De acuerdo con González, Muñoz-Villena y Gómez-López (2018) el estrés es una consecuencia percibida del contexto en el que un individuo crece y reacciona, especialmente si la situación se percibe como amenazante, primero, la persona percibe la situación estresante, y luego, evalúa las estrategias o estilos que demanda la situación. Esta interacción puede producir una respuesta emocional adecuada o inadecuada de acuerdo con las demandas psicológicas. Esto se debe en parte a que el estrés y el afrontamiento pueden interpretarse como respuestas a situaciones de una naturaleza muy específica o como respuestas acumuladas a las experiencias de la vida diaria. En términos más generales, estas construcciones también pueden considerarse que tiene componentes fisiológicos, emociones, de comportamiento y cognitivos.

Las causas del estrés son numerosas y más en el deporte donde existen factores como la falta de confianza sobre las capacidades, experiencias fuera del deporte (pérdida de algún familiar), la preocupación por no rendir a un nivel adecuado y las problemáticas que se puedan presentar antes, durante o después de una competencia (Cabeza, 2014).

Dado que el estrés es una consecución percibida, Pedrero-Pérez et al. (2015) consideran que el estrés percibido es el grado en que la persona siente que ejerce control sobre las situaciones impredecibles e inesperadas o por el contrario, siente las situaciones como incontrolables experimentando un estrés que se traduce en malestar. Por tanto, el estrés percibido sería consecuencia de un inadecuado afrontamiento para la resolución de conflictos (Folkman y Moskowitz, 2004).

3. Autoeficacia para el afrontamiento del estrés

La autoeficacia es definida por Bandura (1986) como *“los juicios de cada individuo sobre sus capacidades, con base en las cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado”* (p.373)

Más tarde, Bandura (1989) considera que la percepción de autoeficacia constituye un tipo de proceso con influencia sobre la conducta, la expectativa de autoeficacia hace referencia a la creencia personal de que se es capaz de llevar a cabo una conducta específica, esta creencia es el resultado de un complejo proceso de autopersuasión que se base en el procesamiento cognitivo de diversas fuentes de información de la eficacia (Bandura, 1986). Por su parte González-Hernández (2012) menciona que la autoeficacia es el constructor que facilita el determinismo recíproco entre lo psicológico y la influencia del ambiente, entre las creencias en los recursos de afrontamiento y la interpretación de las señales sociales que permitirán ponerlas en marcha.

Así mismo, Godoy-Izquierdo et al. (2008) y Godoy-Izquierdo et al. (2004) consideraron, la autoeficacia específica para el afrontamiento del estrés como el *“conjunto de creencias en los recursos personales para manejar las situaciones demandantes y estresantes de una forma eficaz y competente”*. Con ello, la autoeficacia para el afrontamiento del estrés tendría una influencia decisiva en los esfuerzos que la persona pone en marcha para manejar las situaciones novedosas (ver

Tabla 4), relevantes o amenazantes que son interpretadas como demandantes, influyendo en algunos de los procesos implicados, distinguiéndose entre expectativas de eficacia y expectativas de resultado.

Tabla 4.

Tipos de expectativa para la autoeficacia del afrontamiento.

Factores y su descripción	
Expectativa de eficacia	Juicios subjetivos sobre las capacidades personales para organizar y ejecutar eficazmente cursos de acción tanto para manejar la situación como para regular la emoción.
Expectativa de resultado	Creencias personales de que tales acciones permitirán a la persona obtener los resultados deseados en el manejo de una determinada situación y sus consecuencias en diferentes esferas vitales relevantes.

4. Estrategias de afrontamiento

González y Martínez Sandoval (2015), mencionan que el afrontamiento se refiere a un proceso que incluye los intentos del individuo para resistir y superar demandas excesivas que se le plantean en su acontecer vital y restablecer el equilibrio. En el contexto del deporte los atletas pensarán y actuarán de manera distinta dependiendo la situación y si la perciben de manera estresante o no.

Lazarus y Folkman (1984a) definen el proceso de estrés como el resultado de un desequilibrio entre las demandas y los recursos personales en la relación persona-ambiente, esta teoría establece tres procesos básicos: 1) la *valoración primaria*, que es la evaluación que la persona hace de la situación tomando en cuenta las características y las demandas de la misma; 2) la *valoración secundaria*, es la evaluación que la persona hace de sus capacidades personales para responder eficazmente a las demandas de la situación; y 3) el *afrontamiento*, que es el conjunto de esfuerzos tanto conductuales y cognitivos para manejar los eventos que son percibidos como estresantes. Por ello, las estrategias de afrontamiento que utilice la persona se basaran en los procesos de evaluación.

Se conocen dos grandes dimensiones del afrontamiento propuestas por Lazarus y Folkman (1984b) en las cuales diversos investigadores se han basado, estas dimensiones son: a) afrontamiento orientado a la tarea (TOC) son las acciones que tienen como objetivo cambiar o controlar algunos aspectos de la situaciones

percibidas como estresantes, incluye estrategias como el aumento del esfuerzo, la planificación y el análisis lógico y b) afrontamiento orientado a la emoción o evitación (EOC), son las acciones que se emplean con objeto de cambiar el significado de una situación estresante y para regular el estado negativo de las emociones.

Así mismo, Godoy-Izquierdo et al. (2008) consideran que el afrontamiento incluye tanto las acciones dirigidas a cambiar o resolver la situación, o afrontamiento centrado en el problema, como las acciones encaminadas a manejar las respuestas emocionales asociadas al estrés, o afrontamiento centrado en las emociones.

Por su parte Romero et al. (2010) consideran que las estrategias de afrontamiento del estrés son una parte importante de los recursos que los jóvenes deportistas deben desarrollar a medida que avanzan en la competición, y van surgiendo con forme a las demandas de la competición. Por lo que se decide trabajar con las estrategias de afrontamiento, bajo el modelo propuesto por Kim, Duda, Tomas y Balaguer (2003) que posteriormente fue descrito por Amado et al. (2010) (véase Tabla 5).

Tabla 5.

Estrategias de afrontamiento.

Factores y su descripción	
Calma emocional	Se orienta a la emoción y se refiere a los intentos por controlar las emociones negativas a través del manejo de la técnica, los pensamientos y los síntomas físicos.
Planificación activa o Restructuración activa	Se orienta al problema, se refiere a cambiar el significado de una situación negativa, es decir, son los intentos por superar una situación adversa y de organizar las propias acciones y los pensamientos para conseguir un objetivo específico.
Distanciamiento mental	Se orienta a la evitación, involucra pensamientos de aceptación de la situación frenen a la incapacidad de conseguir un objetivo.
Conducta de Riesgo	Se orienta al problema, utiliza habilidades, estrategias y técnicas complejas que van más allá de los niveles actuales de rendimiento, hace referencia al uso del máximo recurso disponible para conseguir un objetivo determinado. Es la utilización de cualquier conducta que sea necesaria para alcanzar un objetivo
Búsqueda de apoyo social	Se orienta a la emoción, necesidad del deportista de estrechar sus relaciones interpersonales en momentos difíciles.

Las estrategias de calma emocional, planificación activa / reestructuración cognitiva, conducta de riesgo y apoyo social, son estrategias orientadas a la tarea mientras que el distanciamiento mental es una estrategia orientada a la evitación. De acuerdo con Pinto y Vazquez (2013) el objetivo de las estrategias de afrontamiento es controlar las emociones negativas, aumentar la concentración y la regulación emocional, buscando la resolución al problema.

La persona puede utilizar diversas estrategias de afrontamiento para lidiar con el estrés, por ellos, los factores situacionales juegan un papel importante en la estrategia a utilizar. De tal manera que el tipo de afrontamiento utilizado ante los acontecimientos estresantes parece constituir un mecanismo relevante (Rueda, Pérez-García & Bermúdez, 2003).

5. Evidencia empírica sobre las variables de estudio

En el siguiente apartado se describen aquellos estudios e investigaciones que están relacionados con las variables implicadas en esta investigación.

En cuanto a los estudios de personalidad y deporte, García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013) encontraron que muchas de estas investigaciones se enfocan en 1) la comparación de los deportistas de élite con los que no son de élite; 2) diferencias de personalidad entre deportistas y no deportistas; y 3) la personalidad en función al deporte practicado.

Paulhus y Williams (2002) utilizaron el BFI para conocer la relación existente con la triada oscura de la personalidad, encontrando una correlación entre la amabilidad y los tres factores de la triada oscura de la personalidad, el narcisismo y la psicopatía tienden a obtener mayores puntuaciones en extraversión y apertura. Finalmente, las personas con rasgos de psicopatía tienden a obtener niveles bajos de neuroticismo.

Lämmle, Oedl, y Ziegler (2014) utilizaron la triada oscura de la personalidad para predecir comportamientos deliberados de autolesión y baja autoestima, participando 172 estudiantes de Ciencias del Deporte, encontrando que los narcisistas, en un grado muy pequeño predicen un comportamiento deliberado de autolesión. Por otro lado, Ueno, Shimotsukasa, Suyama y Oshio (2017) investigaron la correlación entre la triada oscura y el género, participaron 506 estudiantes japones

de educación física que practicaban deporte con distintos niveles competitivos, encontraron puntuaciones más altas en los hombres que en las mujeres, siendo estas diferencias significativas, de igual forma encontraron que existen diferencias entre los niveles competitivos.

Marentes-Castillo, Zamarripa y Castillo (2019) estudiaron el efecto del Grit sobre la motivación hacia el control de peso y su relación con las etapas de cambio en una población adulta del estado de Nuevo León, encontrando que el Grit tiene una relación positiva con la motivación autónoma y negativa con la motivación controlada y con la no motivación.

González-Hernández et al. (2019) estudiaron que la practica del deporte cada vez es más excesiva normalizando la aparición de comportamientos adictivos, su muestra fueron practicantes de CrossFit y deportes de resistencia para comprender la posible asociación entre la adicción al ejercicio y la determinación, que podría verse afectada por algunos indicadores como la ambición y la satisfacción, en esta relación encontraron que la perseverancia en el esfuerzo es un desencadenante de la adicción, mientras que la consistencia del interés puede ayudar a autorregular este comportamiento, además, los atletas más jóvenes mostraron mayores indicadores de ambición para lograr sus objetivos y un mayor riesgo de adicción al ejercicio, mientras que ganar más experiencias con los deportes podría facilitar el desarrollo del Grit.

Allen, Greenless y Jones (2011) estudiaron el modelo de los cinco factores con las estrategias de afrontamiento en el deporte, encontrando que los atletas extravertidos son emocionalmente más estables y abiertos a nuevas experiencias, utilizando con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema, así mismo, los atletas que mostraron altos niveles de extraversión, apertura y amabilidad utilizan estrategias de afrontamiento enfocadas en las emociones, por último, los atletas con niveles altos de neuroticismo, utilizan estrategias de afrontamiento de evitación.

En cuanto a los estudios de estrés percibido González et al. (2018) estudiaron como la frecuencia de la actividad física y la influencia de ciertos rasgos (perfeccionismo y perseverancia) moderan el estrés en estudiantes, encontrando que las habilidades particulares tienen un efecto moderador en la percepción del estrés en estudiantes con tendencias desadaptativas perfeccionistas.

González-Hernández y Muñoz-Villena (2019) estudiaron cuales son los indicadores del perfeccionismo que proporcionaran condiciones / habilidades funcionales, que junto al nivel de práctica de actividad física facilitarían la regulación del estrés, encontrando que a mayor intensidad de actividad física, existen diferencias significativas en los indicadores de perfeccionismo funcional (exigencia personal y organización), respecto a facilitar a niveles moderados o limitar por exceso o defecto la percepción del estrés.

En cuanto a los estudios de autoeficacia para el afrontamiento del estrés, Pereyra et al. (2015), utilizaron una muestra de 213 pacientes con diagnóstico de síndrome coronario la finalidad fue comparar los niveles de autoeficacia para el afrontamiento del estrés entre dos grupos (síndrome coronario agudo y sin diagnóstico de dicho síndrome), los datos evidenciaron una correlación significativa y negativa entre los niveles de ansiedad y la autoeficacia. Los pacientes coronarios presentaron niveles inferiores de autoeficacia para el afrontamiento del estrés.

Girardi et al. (2018) utilizaron el instrumento de autoeficacia para el afrontamiento con una muestra de 200 alumnos universitarios, los resultados muestran una correlación significativa y negativa entre los niveles de ansiedad y la autoeficacia, evidenciando que a mayores niveles de ansiedad menores niveles de autoeficacia.

En cuanto a los estudios de afrontamiento Márquez (2006) encontró que las estrategias de afrontamiento de los atletas se han asociado a variables tales como control percibido, autoeficacia, ansiedad rasgo, ansiedad estado, autoconfianza, orientaciones de meta, clima motivacional y afectos positivos y negativos.

Compas et al. (1997) consideran que el afrontamiento se inicia con los intentos conscientes de resolver las situaciones estresantes y puede llegar a convertirse en una respuesta automática a partir de respuestas repetitivas.

Polman, Clough, y Levy (2010) señalaron que la personalidad puede influir en la forma en que el individuo evalúa el encuentro estresante, por tanto, la personalidad también parece influir directamente en la selección de estrategias de afrontamiento utilizadas por los atletas, esto no sugiere que atletas en particular siempre usen una misma estrategia para enfrentar las situaciones estresantes.

Como se puede observar anteriormente, existen estudios de la personalidad y su relación con las estrategias de afrontamiento en el deporte, de igual forma, el estrés percibido ha sido estudiado en el ámbito deportivo, pero con variables como el perfeccionismo, también ha sido estudiado en el ámbito académico y finalmente la autoeficacia en el afrontamiento ha sido más estudiada en un ámbito clínico. Por ello todas estas variables se han considerado trabajar en conjunto para conocer el impacto en el ámbito deportivo y su posible relación.

Capítulo II Metodología

En este apartado se presenta el método utilizado para la elaboración del presente estudio de investigación. Se inicia con la explicación y descripción de los participantes, seguido de la descripción de los instrumentos utilizados. Así mismo, se describe el procedimiento para la recolección de información junto con las consideraciones éticas y una descripción de los análisis estadísticos utilizados.

1. Participantes

Se seleccionó una muestra intencional no probabilística de 200 jugadores masculinos de fútbol americano pertenecientes a la Universidad Autónoma de Nuevo León. Se dividió la muestra en cuatro categorías, la categoría juvenil e intermedia pertenecen al programa de Auténticos Tigres y las categorías de facultades y prepas que se seleccionaron, son equipos que participan en el intra organizado por la UANL.

El 29.5 % estuvo conformado por la categoría juvenil, el 17.5 % por la categoría intermedia, el 31.0 % por la categoría facultades, y el 22.0 % por la categoría prepas. Las edades oscilan entre los 14 y 24 años ($M = 17.76$, $DT = 1.87$), en cuanto a los años de experiencia se obtuvo una ($M = 81.24$, $DT = 61.78$), con una experiencia mínima de 3 meses, llegando a la máxima experiencia de 20 años (240 meses).

2. Instrumentos de evaluación.

2. 1. Inventario de Cinco Factores (BFI)

Para evaluar los cinco grandes factores de la personalidad se utilizó el Inventario de los Cinco Factores (*Big Five Inventory, BFI*) propuesto por Costa y McCrae (1992), adaptada al español y reducido por Benet-Martínez y John (1998). Conformado por 44 ítems y dividido en 5 factores distribuidos en: 1) Extraversión con 8 ítems (1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36), un ejemplo de ítem es “*Es platicador*”; 2) Amabilidad con 9 ítems (2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42), un ejemplo de ítem es “*Tiende a encontrar fallas en otros*”; 3) Escrupulosidad con 9 ítems (3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43), un ejemplo de ítem es “*Hace un buen trabajo*”; 4) Neuroticismo con 8 ítems (4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39), un ejemplo de ítem es “*Es depresivo*”; y 5) Apertura con 10 ítems (5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 41, 44), un ejemplo de ítem es

“*Es original, genera nuevas ideas*”. Los ítems que deben ser invertidos son: 2, 6, 8, 9, 12, 18, 21, 23, 24, 27, 31, 34, 35, 37, 41, 43.

Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (1 = *Totalmente en desacuerdo*; 2 = *En desacuerdo*; 3 = *Indeciso*; 4 = *De acuerdo*; 5 = *Totalmente de acuerdo*).

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Gosling, Rentfrow y Swann (2003) examinaron las propiedades psicométricas de la escala encontrando en el factor de extraversión encontrando un ($\alpha = .82$), amabilidad ($\alpha = .76$), escrupulosidad ($\alpha = .76$), neuroticismo ($\alpha = .83$) y apertura ($\alpha = .80$). De igual forma Miller, Gaughan, Maples y Price (2011) utilizaron el BFI con 290 estudiantes universitarios para realizar una comparación en el factor amabilidad del BFI, encontrando un ($\alpha = .83$), con el (*Neuroticism – Extraversion - Openness Personality Inventory Revised NEO PI-R*) encontrando un ($\alpha = .79$) en el mismo factor de amabilidad.

2.2. Triada Oscura de la Personalidad (TOP)

Se utilizó el Cuestionario de la Triada Oscura de la Personalidad (TOP), (*Short Dark Scale, SD3*) propuesto por Paulhus y Williams (2002). Conformado por 27 ítems, y dividido en 3 factores que son: 1) Maquiavelismo con 9 ítems (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9), un ejemplo de ítem es “*No es prudente contar mis secretos*”; 2) Narcisismo con 9 ítems (10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18), un ejemplo de ítem es “*La gente me ve como un líder natural*”; y 3) Psicopatía con 9 ítems (19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27), un ejemplo de ítem es “*Me gusta vengarme de las figuras de autoridad*”. Todos los ítems son directos. Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (1 = *Totalmente en desacuerdo*; 2 = *En desacuerdo*; 3 = *Indeciso*; 4 = *De acuerdo*; 5 = *Totalmente de acuerdo*).

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Pineda y Sandín (2018) examinaron las propiedades psicométricas de la escala en su versión en español, aplicando a 454 personas entre 18 y 75 años, encontrando para el factor maquiavelismo un ($\alpha = .73$), para narcisismo ($\alpha = .61$) y para psicopatía ($\alpha = .68$), para el total de la escala ($\alpha = .80$). Así mismo, Persson, Kajonius, y Garcia (2017) investigaron la estructura de los factores de la triada oscura de la personalidad encontrando para maquiavelismo un ($\alpha = .83$), para narcisismo ($\alpha = .73$) y para psicopatía ($\alpha = .81$).

2. 3. Escala de personalidad Grit

La escala de personalidad Grit fue propuesta por Duckworth, Peterson, Matthews y Kelly (2007), se utilizó la versión original con 12 ítems dividida en dos factores que son: 1) Consistencia del interés con 6 ítems (1, 2, 3, 4, 5, 6), ejemplo de ítem es “*Frecuentemente me establezco una meta, pero después de un tiempo elijo perseguir una diferente*” y, 2) Perseverancia del esfuerzo con 6 ítems (7, 8, 9, 10, 11, 12), ejemplo de ítem es “*He alcanzado objetivos que toman años de trabajo*”. Los ítems que deben ser invertidos son: 1, 2, 3, 4, 5, 6. Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (1 = *No se parece en lo absoluto a mí*; 2 = *No se parece tanto a mí*; 3 = *Se parece algo a mí*; 4 = *Casi igual a mí*; 5 = *Se parece completamente a mí*).

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Abuhassàn, y Bates (2015) utilizaron la escala original en Reino Unido con 494 adultos, obteniendo mejores índices de fiabilidad, en la consistencia del interés obtuvieron ($\alpha = .75$), mientras que en la perseverancia al esfuerzo obtuvieron ($\alpha = .79$). Así mismo Barriopedro, Quintana, y Ruiz, (2018) utilizaron la escala con el objetivo de validarla al idioma español, en la consistencia del interés obtuvieron ($\alpha = .68$), mientras que en la perseverancia al esfuerzo obtuvieron ($\alpha = .54$) y para el total de la escala obtuvieron ($\alpha = .66$). Por su parte Marentes-Castillo, Zamarripa y Castillo (2019) utilizaron la versión original en población mexicana y un AFC para dicho instrumento indicó para la consistencia del interés un ($\alpha = .84$), mientras que en la perseverancia al esfuerzo un ($\alpha = .78$) y para el total de la escala un ($\alpha = .85$).

2. 4. Escala del Estrés Percibido (PSS)

Para evaluar el estrés percibido se utilizó la Escala del Estrés Percibido (*Perceived Stress Scale, PSS*) de Cohen, Kamarck y Mermelstein, (1983), en su versión española adaptada por Remor, (2006). Esta escala consta de 14 ítems, de auto informe que evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes. Un ejemplo de ítem “*Me he sentido nervioso o estresado*”. Los ítems que deben ser invertidos son: 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13. Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (0 = *Nunca*; 1 = *Casi nunca*; 2 = *De vez en cuando*; 3 = *A menudo*; 4 = *Muy a menudo*).

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Muñoz y González (20017), utilizan la escala de estrés percibido en 127 adolescentes con edades entre los 13 y 17 años que practicarán

actividad física, teniendo como objetivo identificar la influencia del género y la práctica de actividad física sobre los indicadores de perfeccionismo y percepción del estrés, obtuvieron un ($\alpha = .81$) para el estrés percibido. Encontraron que a mayor actividad física realizada menor estrés percibido. De igual forma, González, Muñoz-Villena y Gómez-López (2018) utilizaron, la escala con 127 adolescentes con el propósito de identificar cómo la frecuencia de la actividad física y la influencia de ciertos rasgos de personalidad (perfeccionismo y perseverancia) moderan el estrés. Encontraron que las mujeres perciben mayor estrés que los hombres y obtuvieron un ($\alpha = .81$) para el estrés percibido.

2. 5. Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAFAE)

Para evaluar la autoeficacia para el afrontamiento del estrés se utilizó la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés, diseñada por Godoy-Izquierdo, Godoy, López-Chicheri, Martínez, Gutiérrez y Vázquez (2008). Esta escala está compuesto por 8 ítems, dividido en dos factores que son: 1) Expectativa de eficacia (EE) evaluando el componente de autoeficacia con 4 ítems (2, 4, 5, 7), un ejemplo de ítem “*Cuando tengo problemas o contratiempos, procuro que no afecten a mis emociones, relaciones u otras esferas de mi vida*” y 2) Expectativas de resultado (ER) con 4 ítems (1, 3, 6, 8), un ejemplo de ítem “*Cuando tengo problemas o contratiempos en mi vida, me cuesta trabajo funcionar lo más normal posible*”. Los ítems que deben ser invertidos son: 1, 4, 6, 8. Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (1 = *Totalmente en desacuerdo*; 2 = *En desacuerdo*; 3 = *Indeciso*; 4 = *De acuerdo*; 5 = *Totalmente de acuerdo*). Se obtiene la puntuación total resultado de la suma de las dos puntuaciones parciales.

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Sicilia y Martínez (2010) utilizaron la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés con 20 participantes divididos en un grupo experimental y un grupo control, el grupo experimental recibió un texto para aumentar su autoeficacia, encontrando en la expectativa de eficacia ($\alpha = .75$) y expectativa de resultado ($\alpha = .79$), concluyendo que dar una formación aumenta la percepción de autoeficacia. De igual forma fue utilizada la escala por Pereyra et al. (2019) validando la escala en estudiantes universitarios, participaron 333 alumnos encontrando en expectativa de eficacia ($\alpha = .85$) y expectativa de resultado ($\alpha = .94$), encontrando buenos ajustes del instrumento.

2. 6. Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (ACSQ-1)

Para medir el afrontamiento se utilizó el Cuestionario de Aproximación al Afrontamiento en el Deporte (*Approach to Coping in Sport Questionnaire, ACSQ*) de Kim y Duda (1997). Se utilizó la adaptación al castellano realizada por Kim, Duda, Tomas y Balaguer (2003). El cuestionario consta de 28 ítems conformado por 5 factores: 1) Calma emocional con 7 ítems (4, 9, 10, 18, 21, 23, 28) un ejemplo de ítem “*Me imaginé a mí mismo ejecutando la técnica adecuada*”; 2) Planificación activa/Reestructuración cognitiva con 6 ítems (11, 15, 19, 22, 24, 27) un ejemplo de ítem “*Intenté buscar algo bueno en lo que había pensado*”; 3) Distanciamiento mental con 6 ítems (1, 3, 8, 14, 17, 26) un ejemplo de ítem “*Me sentí débil, y me di por vencido*”; 4) Conducta de riesgo con 4 ítems (2, 7, 16, 25), un ejemplo de ítem “*Utilice técnicas más complejas para enfrentar la situación*”; y 5) Búsqueda de apoyo social con 5 ítems (5, 6, 12, 13, 20), un ejemplo de ítem “*Si mis padres estaban presentes en el partido, hablé con ellos sobre cómo me sentía*”. Todos los ítems son directos. Las respuestas son tipo Likert con 5 alternativas (1 = *Nunca*; 2 = *Rara vez*; 3 = *Alguna vez*; 4 = *A menudo*; 5 = *Siempre*).

Las propiedades psicométricas de dicho instrumento ya han sido avaladas en otras investigaciones. Amado et al. (2010), utilizaron el cuestionario con una muestra total de 96 practicantes de danza, obtuvieron un ($\alpha = .70$) para todo el cuestionario, en el factor calma emocional obtuvieron ($\alpha = .80$), planificación activa ($\alpha = .82$), distanciamiento mental ($\alpha = .76$), conducta de riesgo ($\alpha = .79$) y apoyo social ($\alpha = .73$). De igual forma, fue utilizado por, Kim, Duda, Tomás, y Balaguer (2003) aplicado a 190 atletas de varios deportes y de diferentes nacionalidades encontrando en el factor calma emocional un ($\alpha = .76$), planificación activa ($\alpha = .78$), distanciamiento mental ($\alpha = .72$), conducta de riesgo ($\alpha = .69$) y apoyo social ($\alpha = .70$), también encontraron diferencias entre nacionalidades.

3. Procedimiento

Se realizó el contacto con las autoridades correspondientes del equipo de fútbol americano Autentico Tigres, se solicitó la autorización de los *entrenadores en jefe* de cada categoría (juvenil e intermedia). Así mismo, se contactó al entrenador en jefe de equipos que compiten en los intras de facultades y preparatorias de la Universidad Autónoma de Nuevo León para llevar a cabo de manera grupal la aplicación de la batería de pruebas, se les explicó el propósito de dicha investigación.

La aplicación de la batería tuvo una duración de 20 a 30 minutos aproximadamente, previo a la aplicación se leyeron las instrucciones en voz alta, se les pidió que contestaran de manera honesta, así mismo, se mencionó que no hay respuestas correctas o incorrectas, en caso de tener alguna duda podían acercarse a preguntar. Al término de la aplicación se solicitó que revisaran sus respuestas para que no dejaran ninguna pregunta sin contestar. Por último, se mencionó que los datos obtenidos serían tratados de manera confidencial.

4. Consideraciones éticas

La investigación se apegó a lo que establece el Código Ético del Psicólogo (2009), el cual regula el ejercicio profesional, científico y académico del psicólogo en México. Y el código deontológico que señala un conjunto de reglas o principios que ayudan a guiar la conducta práctica en situaciones cotidianas, por el hecho de trabajar con personas el trato debe ser digno, humanitario y ser tratado con confidencialidad.

5. Análisis estadístico

Se utilizó el programa estadístico Statistical Package of the Social Sciences (SPSS) en su versión 21 para realizar análisis descriptivos sobre las características de la muestra, así mismo se realizaron análisis de fiabilidad para los seis instrumentos utilizados en la investigación, posteriormente para contestar a nuestro objetivo dos y conocer si existían diferencias se realizó un análisis de ANOVA univariado entre los grupos de edad (14-17 y 18-24), así mismo, se analizaron las diferencias por categoría. Por último, para dar respuesta a nuestro objetivo tres se realizaron las correlaciones entre variables de dicho estudio.

Capítulo III Resultados

En este apartado se presentan los resultados obtenidos en el análisis de datos. Primero se presentarán los análisis descriptivos, así como el análisis de fiabilidad de cada factor que componen nuestros instrumentos, posteriormente para conocer si existían diferencias se realizó un análisis de ANOVA univariado entre los grupos de edad (14-17 y 18-24), así mismo, se analizaron las diferencias por categoría. Por último, se presentan las correlaciones entre variables.

A través de tres preguntas se exploró el nivel de satisfacción percibida por los jugadores con sus logros obtenidos hasta el momento, junto con los esfuerzos realizados para conseguirlos. Al medir dichos niveles de satisfacción percibida se obtuvo una $M = 8.17$ y $DT = 1.75$ con una asimetría de -1.04 y una curtosis de 1.62 . La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados.

En la Tabla 6 se pueden observar los estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores que conforman el inventario de cinco factores (BFI).

Tabla 6.

Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores del BFI para la muestra total.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis	Alfa
Extraversión	3.61	0.61	-0.13	-0.59	.74
Amabilidad	3.81	0.48	-0.31	0.12	.64
Escrupulosidad	3.59	0.55	-0.19	-0.40	.75
Neuroticismo	2.60	0.61	0.23	0.23	.67
Apertura	3.58	0.43	-0.11	0.17	.68

Nota: Rango de la escala BFI 1-5

En cuanto a los cinco factores que componen el inventario de cinco factores, como se puede observar en la Tabla 6 la media más alta obtenida fue en el factor amabilidad 3.81 y la media más baja obtenida fue en el factor neuroticismo 2.60. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. Los valores alfa oscilaron entre .64 y .75.

De igual forma en la Tabla 7 se pueden observar los estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los tres factores que conforman el cuestionario de la triada oscura de la personalidad (SD3).

Tabla 7.

Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los tres factores del SD3.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis	Alfa
Maquiavelismo	3.13	0.63	-0.04	0.30	.70
Narcisismo	3.05	0.46	-0.12	0.98	.43
Psicopatía	2.43	0.63	0.39	0.18	.66

Nota: Rango de la escala TOP 1-5

Como podemos observar en la Tabla 7 la media más alta obtenida fue en el factor maquiavelismo 3.13 y la media más baja obtenida fue en el factor psicopatía 2.43. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. Los valores alfa de dicho instrumento oscilaron entre .43 y .70.

En la Tabla 8 se pueden observar los estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores que conforman la escala de la personalidad Grit.

Tabla 8.

Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores del Grit y la escala completa.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis	Alfa
Consistencia del interés	3.05	0.75	-0.25	-0.46	.73
Perseverancia del esfuerzo	3.98	0.65	-0.08	-1.00	.79
Grit	3.52	0.54	0.12	-0.81	.75

Nota: Rango de la escala Grit 1-5

Como se puede observar en la Tabla 8 la media más alta obtenida es en el factor perseverancia del esfuerzo 3.98 y la media más baja obtenida fue en el factor consistencia del interés 3.05. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. Los valores alfa de los factores oscilaron entre .73 y .79.

Para la escala del estrés percibido (PSS) se obtuvo una $M = 22.45$ y $DT = 7.40$ con una asimetría de -0.05 y una curtosis de 0.25. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. El alfa total fue .78 para los 14 ítems ya que esta escala es unifactorial.

En la Tabla 9 se pueden observar los estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores que conforman el cuestionario de la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés (EAEAE).

Tabla 9.

Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los dos factores del EAEAE.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis	Alfa
Expectativa de eficacia	3.79	0.68	-0.27	-0.21	.60
Expectativa de resultado	3.29	0.69	-0.01	-0.36	.47

Nota: Rango de la escala EAEAE 1-5

Como se puede observar en la Tabla 9 la media más alta obtenida pertenece al factor expectativa de eficacia mientras que la media más baja pertenece al factor expectativa de resultado. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. Los valores alfa de dicho instrumento oscilaron entre .47 y .60.

En la Tabla 10 se pueden observar los estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores que conforman el cuestionario de aproximación al afrontamiento en el deporte (ACSQ-1).

Tabla 10.

Estadísticos descriptivos y de consistencia interna de los cinco factores del ACSQ-1.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Asimetría	Curtosis	Alfa
Calma emocional	4.02	0.59	-0.39	-0.28	.74
Planificación activa	4.01	0.59	-0.11	-0.62	.78
Distanciamiento mental	2.19	0.70	0.37	-0.25	.73
Conducta de riesgo	3.72	0.67	-0.15	-0.01	.63
Búsqueda de apoyo social	3.23	0.90	-0.27	-0.41	.75

Nota: Rango de la escala ACSQ-1 1-5

Como se puede observar en la Tabla 10, la media más alta obtenida fue en el factor calma emocional 4.02 y la media más baja obtenida fue en el factor distanciamiento mental 2.19. La asimetría y curtosis se encuentra dentro de los parámetros recomendados. Los valores alfa oscilaron entre .63 y .78.

Posteriormente para conocer si existían diferencias se realizó un análisis de ANOVA univariado entre los grupos de edad (14-17 y 18-24) y el nivel de

satisfacción percibido, dicho análisis indicó que no existen diferencias significativas, la media más alta se obtuvo en el grupo de edad 18-24 ($M = 8.21$). (véase Tabla 11).

Tabla 11.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el nivel de satisfacción percibido.

Grupo de edad	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
14-17	8.08	1.91	0.26	1	.60
18-24	8.21	1.62	0.26	1	.60

Nota: Rango de la escala nivel de satisfacción percibida 0-10.

Para las diferencias entre los grupos de edad y los factores que conforman el inventario de cinco factores de la personalidad (BFI), se encontró que existen diferencias significativas, en el factor neuroticismo la categoría de edad 14-17 ($M = 2.73$) obtuvo la media más alta (véase Tabla 12).

Tabla 12.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el BFI.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Extraversión	3.61 (.56)	3.60 (.65)	0.01	1	.89
Amabilidad	3.77 (.49)	3.84 (.47)	1.03	1	.30
Escrupulosidad	3.54 (.53)	3.64 (.56)	1.50	1	.22
Neuroticismo	2.73 (.58)	2.51 (.62)	6.41	1	.01
Apertura	3.59 (.41)	3.58 (.45)	0.01	1	.89

Nota: Rango de la escala BFI 1-5

Por su parte, entre los grupos de edad y los factores que conforman la triada oscura de la personalidad (SD3), no se encontraron diferencias significativas (véase Tabla 13).

Tabla 13.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el SD3.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Maquiavelismo	3.20 (.66)	3.08 (.61)	1.79	1	.18
Narcisismo	3.00 (.50)	3.09 (.43)	1.61	1	.20
Psicopatía	2.47 (.65)	2.39 (.61)	0.65	1	.42

Nota: Rango de la escala TOP 1-5

Por otro lado, se encontró entre los grupos de edad y los factores que conforman la escala de personalidad Grit, diferencias significativas en el factor consistencia del interés obteniendo la media más alta en el grupo de edad 18-24 ($M = 3.20$), y para el Grit de igual forma se obtuvo la media más alta en el grupo de edad 18-24 ($M = 3.61$), (véase Tabla 14).

Tabla 14.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el Grit.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Consistencia del interés	2.87 (.80)	3.20 (.68)	9.67	1	.02
Perseverancia del esfuerzo	3.91 (.66)	4.03 (.64)	1.47	1	.22
Grit	3.39 (.54)	3.61 (.53)	8.39	1	.00

Nota: Rango de la escala Grit 1-5

Por otra parte, entre los grupos de edad y los factores que conforman la escala de estrés percibido (PSS), se encontró que existen diferencias significativas, obteniendo la media más alta en el grupo de edad 14-17 ($M = 24.00$), (véase Tabla 15).

Tabla 15.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el PSS.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Escala de estrés percibido	24.00 (6.99)	21.28 (7.61)	6.61	1	.01

Nota: Rango de la escala PSS 0-56

Así mismo entre los grupos de edad y los factores que conforman la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés (EAEAE), se encontró que existen diferencias significativas en el factor expectativa de resultado, obteniendo la media más alta en el grupo de edad 18-24 ($M = 3.41$), (véase Tabla 16).

Tabla 16.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el EAEAE.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Expectativa de eficacia	3.70 (.71)	3.85 (.65)	2.20	1	.13
Expectativa de resultado	3.14 (.67)	3.41 (.69)	7.31	1	.00

Nota: Rango de la escala EAEAE 1-5

Por otra parte, entre los grupos de edad y los factores que conforman el cuestionario de aproximación al afrontamiento (ACSQ-1), se encontró que no existen diferencias significativas en algún factor (véase Tabla 17).

Tabla 17.

Análisis ANOVA univariado entre los grupos de edad y el ACSQ-1.

Factores	Grupo de edad		<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	14-17 <i>M (DT)</i>	18-24 <i>M (DT)</i>			
Calma emocional	4.03 (.54)	4.00 (.63)	0.11	1	.73
Planificación Activa	3.99 (.59)	4.03 (.60)	0.28	1	.59
Distanciamiento mental	2.25 (.71)	2.15 (.69)	1.09	1	.29
Conducta de riesgo	3.64 (.60)	3.78 (.72)	2.17	1	.14
Búsqueda de apoyo social	3.22 (.94)	3.22 (.88)	0.00	1	.97

Nota: Rango de la escala ACSQ-1 1-5

Finalmente se realizó un análisis ANOVA univariado entre las categorías (juvenil, intermedia, facultades y prepas) y el nivel de satisfacción percibido, se encontró que no existen diferencias significativas (véase Tabla 18).

Tabla 18.

Análisis ANOVA univariado entre las categorías y el nivel de satisfacción percibido.

Categorías	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Juvenil	8.27	1.58	0.35	3	.78
Intermedia	8.31	1.58	0.35	3	.78
Facultades	8.16	1.61	0.35	3	.78
Prepas	7.95	2.27	0.35	3	.78

Nota: Rango de la escala nivel de satisfacción 0-10

Así mismo, para las diferencias entre las categorías y los factores que conforman el inventario de cinco factores de la personalidad (BFI), se encontró que existe únicamente diferencias significativas en el factor neuroticismo (véase Tabla 19).

Tabla 19.

Análisis ANOVA univariado entre las categorías y los factores del BFI.

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil	Intermedia	Facultades	Prepas			
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>			
Extraversión	3.64 (.62)	3.49 (.71)	3.62 (.57)	3.65 (.57)	0.56	3	.63
Amabilidad	3.79 (.42)	3.75 (.42)	3.92 (.48)	3.72 (.56)	1.83	3	.14
Escrupulosidad	3.55 (.54)	3.59 (.55)	3.68 (.59)	3.53 (.50)	0.75	3	.52
Neuroticismo	2.71 (.53)	2.65 (.59)	2.37 (.64)	2.75 (.64)	4.57	3	.00
Apertura	3.62 (.41)	3.50 (.50)	3.61 (.43)	3.54 (.40)	0.75	3	.51

Nota: Rango de la escala BFI 1-5

En la Tabla 20 se pueden observar los subconjuntos para la variable neuroticismo encontrando diferencias significativas entre la categoría facultades ($M = 2.37$) y la categoría prepas ($M = 2.75$).

Tabla 20.

Prueba Tukey B para la variable neuroticismo.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Facultades	62	2.37	
Intermedia	35	2.65	2.65
Juvenil	59		2.71
Prepas	44		2.75

Para las diferencias entre las categorías y los factores que conforman la triada oscura de la personalidad (SD3), se encontró que existe únicamente diferencias significativas en el factor maquiavelismo (véase Tabla 21).

Tabla 21.

ANOVA de un factor entre las categorías y los factores del SD3.

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil	Intermedia	Facultades	Prepas			
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>			
Maquiavelismo	3.31 (.65)	3.12 (.53)	2.91 (.63)	3.22 (.61)	4.55	3	.00
Narcisismo	3.05 (.45)	3.10 (.43)	3.05 (.44)	3.01 (.53)	0.27	3	.84
Psicopatía	2.47 (.72)	2.40 (.59)	2.32 (.61)	2.54 (.55)	1.09	3	.35

Nota: Rango de la escala TOP 1-5

En la Tabla 22 se pueden observar los subconjuntos para la variable maquiavelismo encontrando diferencias significativas entre la categoría intra facultades ($M = 2.91$) y la categoría juvenil ($M = 3.31$).

Tabla 22.

Prueba Tukey B para la variable maquiavelismo.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Facultades	62	2.91	
Intermedia	35	3.12	3.12
Prepas	44	3.22	3.22
Juvenil	59		3.31

Por su parte, para las diferencias entre las categorías y la escala de personalidad Grit, se encontró que existen diferencias significativas en el factor consistencia del interés (véase Tabla 23).

Tabla 23.

ANOVA de un factor entre las categorías y los factores del Grit.

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil M (DT)	Intermedia M (DT)	Facultades M (DT)	Prepas M (DT)			
Consistencia del interés	2.84 (.77)	3.34 (.69)	3.10 (.74)	3.03 (.74)	3.47	3	.01
Perseverancia del esfuerzo	3.97 (.63)	4.20 (.55)	3.97 (.68)	3.84 (.68)	2.08	3	.10
Grit	3.40 (.54)	3.77 (.42)	3.54 (.57)	3.43 (.52)	3.99	3	.09

Nota: Rango de la escala GRIT 1-5

En la Tabla 24 se pueden observar los subconjuntos del factor consistencia del interés, encontrando diferencias significativas entre la categoría juvenil ($M = 2.84$) y la categoría intermedia ($M = 3.34$).

Tabla 24.

Prueba Tukey B para consistencia del interés.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Juvenil	59	2.84	
Prepas	44	3.03	3.03
Facultades	62	3.10	3.10
Intermedia	35		3.34

Así mismo, para las diferencias entre las categorías y la escala de estrés percibido (PSS), se encontró que existe diferencias significativas intra-grupos (véase Tabla 25).

Tabla 25.

ANOVA de un factor entre las categorías y la PSS .

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil	Intermedia	Facultades	Prepas			
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>			
Escal de estrés percibido	24.41 (6.72)	22.34 (7.56)	20.19 (7.96)	23.15 (6.66)	3.54	3	.01

Nota: Rango de la escala PSS 0-56

En la Tabla 26 se pueden observar los subconjuntos de la escala de estrés percibido, encontrando diferencias significativas entre la categoría facultades ($M = 20.19$) y la categoría juvenil ($M = 24.41$).

Tabla 26.

Prueba Tukey B para la escala de estrés percibido.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Facultades	62	20.19	
Intermedia	35	22.34	22.34
Prepas	44	23.15	23.15
Juvenil	58		24.41

De igual forma, para las diferencias entre las categorías y la Escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés (EAEAE), se encontró que existe diferencias significativas en expectativa de eficacia y en expectativa de resultado. (véase Tabla 27).

Tabla 27.

ANOVA de un factor entre las categorías y la EAEAE .

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil	Intermedia	Facultades	Prepas			
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>			
Expectativa de eficacia	3.66 (.74)	3.74 (.63)	4.00 (.60)	3.69 (.69)	2.97	3	.03
Expectativa de resultado	3.09 (.68)	3.42 (.73)	3.45 (.69)	3.21 (.60)	3.59	3	.01

Nota: Rango de la escala EAEAE 1-5

En la Tabla 28 se pueden observar los subconjuntos del factor expectativa de eficacia encontrando diferencias significativas entre la categoría juvenil ($M = 3.66$) y la categoría facultades ($M = 4.00$).

Tabla 28.

Prueba Tukey B para expectativa de eficacia.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Juvenil	59	3.66	
Prepas	44	3.69	3.69
Intermedia	35		3.74
Facultades	62		4.00

En la Tabla 29 se pueden observar los subconjuntos del factor expectativa de resultado, encontrando diferencias significativas entre la categoría juvenil ($M = 3.09$) y la categoría facultades ($M = 3.45$).

Tabla 29.

Prueba Tukey B para expectativa de resultado.

Categoría	Subconjunto		
	N	1	2
Juvenil	59	3.09	
Prepas	44	3.21	3.21
Intermedia	35	3.42	3.42
Facultades	62		3.45

Por su parte, para las diferencias entre las categorías y el cuestionario de aproximación al afrontamiento (ACSQ-1) no se encontraron diferencias significativas en alguno de los factores. (véase Tabla 30).

Tabla 30.

ANOVA de un factor entre las categorías y el ACSQ-1.

Factor	Categoría				F	gl	p
	Juvenil M (DT)	Intermedia M (DT)	Facultades M (DT)	Prepas M (DT)			
Calma emocional	4.02 (.59)	3.91 (.68)	4.09 (.58)	3.98 (.53)	0.72	3	.53
Planificación activa	4.00 (.61)	3.99 (.53)	4.11 (.58)	3.91 (.61)	1.12	3	.34
Distanciamiento mental	2.30 (.75)	2.18 (.65)	2.06 (.67)	2.25 (.68)	1.29	3	.27
Conducta de riesgo	3.75 (.63)	3.62 (.71)	3.85 (.70)	3.59 (.64)	1.61	3	.18
Búsqueda de apoyo social	3.41 (.90)	2.96 (.89)	3.23 (.92)	3.20 (.86)	1.84	3	.14

Nota: Rango de la escala ACSQ-1 1-5

A continuación, en la Tabla 31 se examinaron las posibles correlaciones entre las variables del estudio .

Tabla 31.

Análisis de correlación de las variables del estudio.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1 Ex	1																			
B 2 Am	.15*	1																		
F 3 Es	.24**	.47**	1																	
I 4 Neu	-.23**	-.40**	-.47**	1																
5 Ape	.37**	.23**	.20**	-.07	1															
T 6 Maq	.06	-.26**	-.24**	.27**	.15*	1														
O 7 Nar	.11	-.08	.03	.03	.15*	.43**	1													
P 8 Psi	-.14*	-.35**	-.30**	.21**	-.06	.36**	.23**	1												
G 9 CI	.04	.24**	.27**	-.32**	-.06	-.26**	-.10	-.20**	1											
R 10 PE	.24**	.24**	.44**	-.25**	.22**	.03	.21**	-.15*	.17*	1										
I 11 Grit	.17*	.31**	.46**	-.37**	.08	-.16*	.05	-.24**	.80**	.72**	1									
P 12 Pss	-.23**	-.36**	-.52**	.63**	-.09	.23**	-.08	.27**	-.36**	-.39**	-.49**	1								
S 13 EE	.21**	.38**	.38**	-.40**	.30**	-.05	.15*	-.18**	.27**	.53**	.51**	-.51**	1							
E 14 ER	.16*	.30**	.39**	-.60**	.04	-.26**	.02	-.21**	.43**	.31**	.49**	-.61**	.45**	1						
A 15 CE	.24**	.29**	.29**	-.27**	.34**	.06	.20**	-.18**	.04	.53**	.35**	-.29**	.47**	.24**	1					
A 16 PA	.21**	.29**	.32**	-.21**	.36**	.07	.20**	-.15*	.07	.63**	.43**	-.23**	.54**	.29**	.78**	1				
C 17 DM	-.09	-.35**	-.33**	.33**	-.04	.13*	-.00	.26**	-.26**	-.32**	-.37**	.40**	-.48**	-.36**	-.26**	-.26**	1			
S 18 CR	.23**	.11	.24**	-.11	.38**	.11	.28**	-.06	-.03	.47**	.26**	-.21**	.28**	.17*	.64**	.70**	-.12	1		
Q 19 BA	.37**	.01	.17*	-.01	.20**	.01	.13	-.07	-.03	.33**	.17*	-.15*	.18**	.05	.32**	.34**	.03	.40**	1	

1) Ex = Extraversión; 2) Am = Amabilidad; 3) Es = Escrupulosidad; 4) Neu = Neuroticismo; 5) Ape = Apertura; 6) Maq = Maquiavelismo; 7) Nar = Narcisismo; 8) Psi = Psicopatía; 9) CI = Consistencia del interés; 10) PE = Perseverancia del esfuerzo; 11) Grit; 12) Pss = Estrés percibido; 13) EE = Expectativa de eficacia; 14) ER = Expectativa de resultado; 15) CE = Calma emocional; 16) PA = Planificación activa; 17) DM = Distanciamiento mental; 18) CR = Conducta de riesgo; 19) BA = Búsqueda de apoyo social.

* $p < .05$; ** $p < .01$

Como se observa en la tabla 31 se presentan las correlaciones entre todas las variables del estudio. A pesar de la debilidad de algunas de las dimensiones, se tendrán en cuenta a modo de tendencias para determinar las relaciones causales entre las mismas y el resto de las variables.

Primero se observa una correlación positiva y significativa entre el factor extraversión con los factores amabilidad, escrupulosidad, apertura, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor extraversión mayor amabilidad, escrupulosidad, apertura, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. A su vez existe una correlación negativa y significativa entre el factor extraversión con los factores neuroticismo, psicopatía y estrés percibido. Esta correlación negativa indica que a mayor extraversión menor neuroticismo, psicopatía y estrés percibido

Por su parte existe una correlación positiva y significativa entre el factor amabilidad con los factores escrupulosidad, apertura, consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa. Esta correlación positiva indica que a mayor amabilidad mayor escrupulosidad, apertura, consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa. Así mismo, existe una correlación negativa y significativa entre el factor amabilidad con los factores neuroticismo, maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que, a mayor amabilidad menor neuroticismo, maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental.

Por otro lado, existe una correlación positiva y significativa entre el factor escrupulosidad con los factores apertura, consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor escrupulosidad mayor apertura, consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo

social. A su vez, existe una correlación negativa y significativa entre el factor escrupulosidad con los factores neuroticismo, maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor escrupulosidad menor neuroticismo, maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental.

Mientras tanto existe una correlación positiva y significativa entre el factor neuroticismo con los factores maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación positiva indica que a mayor neuroticismo mayor maquiavelismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. A su vez existe una correlación negativa y significativa entre el factor neuroticismo con los factores consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa. Esta correlación negativa indica que, a mayor neuroticismo menor consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa.

Por otra parte, existe una correlación positiva y significativa entre el factor apertura con los factores maquiavelismo, narcisismo, perseverancia del esfuerzo, expectativa de eficacia, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor apertura mayor maquiavelismo, narcisismo, perseverancia del esfuerzo, expectativa de eficacia, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Con el factor apertura no se encontraron correlaciones negativas.

Por otro lado, existe una correlación positiva y significativa entre el factor maquiavelismo con los factores narcisismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación positiva indica que a mayor maquiavelismo mayor narcisismo, psicopatía, estrés percibido y distanciamiento mental. A su vez existe una correlación negativa y significativa entre el factor maquiavelismo con los factores consistencia del interés, Grit y expectativa de resultado. Esta correlación negativa indica que a mayor maquiavelismo menor consistencia del interés, Grit y expectativa de resultado.

Por su parte existe una correlación positiva y significativa entre el factor narcisismo con los factores psicopatía, perseverancia del esfuerzo, expectativa de eficacia, calma emocional, planificación activa y conducta de riesgo. Esta

correlación positiva indica que a mayor narcisismo mayor psicopatía, perseverancia del esfuerzo, expectativa de eficacia, calma emocional, planificación activa y conducta de riesgo. Así mismo existe una correlación negativa y significativa entre el factor narcisismo con el factor estrés percibido. Esta correlación negativa indica que a mayor narcisismo menor estrés percibido.

Mientras tanto, existe una correlación positiva y significativa entre el factor psicopatía con los factores estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación positiva indica que a mayor psicopatía mayor estrés percibido y distanciamiento mental. A su vez existe correlación negativa entre el factor psicopatía con los factores consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa. Esta correlación negativa y significativa indica que a mayor psicopatía menor consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional y planificación activa.

Por su parte existe una correlación positiva y significativa entre el factor consistencia del interés con los factores perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia y expectativa de resultado. Esta correlación positiva indica que a mayor consistencia del interés mayor perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia y expectativa de resultado. Así mismo existe una correlación negativa y significativa entre el factor consistencia del interés con los factores estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor consistencia del interés menor estrés percibido y distanciamiento mental.

Mientras tanto existe una correlación positiva y significativa entre el factor perseverancia del esfuerzo con los factores Grit, expectativa de eficacia y expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor perseverancia del esfuerzo mayor Grit, expectativa de eficacia y expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. A su vez, existe una correlación negativa entre el factor perseverancia del esfuerzo con los factores estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación negativa y significativa indica que a mayor perseverancia del esfuerzo menor estrés percibido y distanciamiento mental.

Por otro lado, existe una correlación positiva y significativa entre el factor Grit con los factores expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor Grit mayor expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Así mismo, existe una correlación negativa y significativa entre el factor Grit con los factores estrés percibido y distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor Grit menor estrés percibido y distanciamiento mental.

Por otra parte, existe una correlación positiva y significativa entre el factor estrés percibido con el factor distanciamiento mental. Esta correlación positiva indica que a mayor estrés percibido mayor distanciamiento mental. Así mismo, existe una correlación negativa entre el factor estrés percibido con los factores consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación negativa y significativa indica que a mayor estrés percibido menor consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo, Grit, expectativa de eficacia, expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social.

Por otro lado, existe una correlación positiva y significativa entre el factor expectativa de eficacia con los factores expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que, a mayor expectativa de eficacia mayor expectativa de resultado, calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. A su vez, existe una correlación negativa y significativa entre el factor expectativa de eficacia con el factor distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor expectativa de eficacia menor distanciamiento mental.

Mientras tanto existe una correlación positiva y significativa entre el factor expectativa de resultado con los factores calma emocional, planificación activa y conducta de riesgo. Esta correlación positiva indica que a mayor expectativa de resultado mayor calma emocional, planificación activa y conducta de riesgo. Así mismo, existe una correlación negativa entre el factor expectativa de resultado con el

factor distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor expectativa de resultado menor distanciamiento mental.

Por su parte existe una correlación positiva y significativa entre el factor calma emocional con los factores planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor calma emocional mayor planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. A su vez, existe una correlación negativa y significativa entre el factor calma emocional con el factor distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor calma emocional menor distanciamiento mental.

Por otra parte, existe una correlación positiva y significativa entre el factor planificación activa con los factores conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor planificación activa mayor conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social. Así mismo, existe una correlación negativa y significativa entre el factor planificación activa con el factor distanciamiento mental. Esta correlación negativa indica que a mayor planificación activa menor distanciamiento mental.

Por último, existe una correlación positiva y significativa entre el factor conducta de riesgo con el factor búsqueda de apoyo social. Esta correlación positiva indica que a mayor conducta de riesgo mayor búsqueda de apoyo social. Con el factor conducta de riesgo no se encontraron correlaciones negativas.

Capítulo IV Discusión

1. Contrastes de la teoría con los resultados

A continuación, se detallan las discusiones de los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, tomando en cuenta los objetivos planteados al inicio del estudio.

1. Conocer las características descriptivas de la muestra y su nivel de satisfacción percibida.
2. Contrastar las diferencias por grupos de edad y categorías, para todas las variables del estudio.
3. Examinar la interrelación entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, autoeficacia para el afrontamiento del estrés y las estrategias de afrontamiento.

De igual forma se detallan las discusiones de los resultados obtenidos en el presente trabajo tomando en cuenta las hipótesis planteadas al inicio del estudio.

H_{t1}. Existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad y categorías en la personalidad, nivel de estrés percibido, autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H₀₂. No existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad y categorías en la personalidad, nivel de estrés percibido, autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H_{t3}. Existe una relación estadísticamente significativa entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

H₀₄. No existe una relación estadísticamente significativa entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.

Dando respuesta al primer objetivo *Conocer las características descriptivas de la muestra y su nivel de satisfacción percibida*, pudimos observar que los atletas se posicionaron por arriba de la media en los cinco factores que conforman el BFI,

obteniendo la media más alta en el factor amabilidad, si bien, este rasgo de la personalidad hace referencia a personas que son obedientes, confiados y modestos coincide con lo que encontraron García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013) en su investigación, señalando que los deportistas se relacionan positivamente con este rasgo. Para los tres factores que componen la triada oscura de la personalidad el factor maquiavelismo y narcisismo se posicionaron por arriba de la media, mientras que el factor psicopatía se posicionó por debajo de la media. Los jugadores de fútbol americano tienen una tendencia mayor al maquiavelismo, rasgo de personalidad en todo caso necesario para dicho deporte, ya que se está en una constante lucha por la titularidad en cada partido, llegando a manipular situaciones, incluso a otros jugadores para su beneficio propio. Así mismo, los jugadores de americano se posicionaron por arriba de la media en la consistencia del interés como en la perseverancia del esfuerzo, y el Grit. Duckworth et al. (2007) mencionó que los individuos con altos niveles de Grit, presentan una tendencia a trabajar más fuerte y de una manera más continua, situación que se vuelve necesaria en este deporte dado el nivel de exigencia para ser titular o pertenecer a alguno de estos equipos, incluso ser llamados por el programa de Auténticos Tigres.

En cuanto al estrés percibido los atletas se posicionaron por debajo de la media, indicando que los niveles de estrés percibido en cuanto a las demandas son bajos. Para los dos factores que miden la autoeficacia para el afrontamiento los jugadores se posicionaron por arriba de la media esto quiere decir, que en cuanto al factor expectativa de eficacia tienen un buen juicio subjetivo sobre su capacidad para organizar y ejecutar eficazmente bajo situaciones demandantes regulándose emocionalmente. Este resultado puede estar regulado por la experiencia que los jugadores tienen en este deporte, el cual su iniciación en el contexto regiomontano es muy temprana, lo que los ha llevado a encontrar estrategias para regular las situaciones estresantes.

Por último, en las estrategias de afrontamiento se obtuvieron resultados por arriba de la media en los factores calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social, y por debajo de la media en el factor distanciamiento mental. Kim et al. (2003) consideran que cada individuo se verá influenciado por la evaluación de la situación por parte de la persona, así como por los recursos disponibles. Por su parte Portilla (2016) encontró en su investigación

que la estrategia de afrontamiento que más utilizan los futbolistas fue conducta de riesgo, esto quiere decir, que el atleta se enfoca en utilizar estrategias que superan las propias capacidades, esto implica, que en muchas ocasiones el atleta opta por tomar una conducta que podría perjudicarlo a largo plazo. Las estrategias más utilizadas en los jugadores de fútbol americano fueron la calma emocional y planificación activa, esto quiere decir que tienen varios intentos por controlar sus emociones negativas a través de varias estrategias, así mismo buscan cambiar el significado de dicha situación. Nuestros resultados son parecidos a los encontrados por Romero et al. (2010) donde menciona que las estrategias que más aparecen señaladas como efectivas son la calma emocional y la planificación activa. Por su parte Cabeza (2014) encontró que las estrategias más utilizadas son las enfocadas a la resolución del problema, característica que cumple la estrategia de planificación activa.

Para el segundo objetivo planteado *Contrastar las diferencias por grupos de edad y categorías, para todas las variables del estudio*. Pudimos analizar que, en cuanto a la comparación realizada con los grupos de edad se encontraron diferencias en los factores neuroticismo, escala del estrés percibido obteniendo medias más altas en el grupo por edad de 14-17 años, estos resultados van en línea con lo mencionado por Romero et al. (2010) que la adolescencia es una etapa en donde se producen cambios en la personalidad y al mismo tiempo se define la identidad y se está planeando un proyecto de vida, por lo que es una etapa compleja en el cual los jóvenes se enfrentan a numerosos obstáculos y desafíos. En cuanto los factores expectativa de resultado, consistencia del interés y Grit se obtuvieron media más alta en el grupo por edad 18-24 años, de igual forma, estos resultados van en línea con lo mencionado por Duckworth et al. (2007) donde afirma que el Grit varía con la edad.

Para la comparación realizada por categoría se encontraron diferencias en los factores Neuroticismo en donde la categoría facultades obtuvo la media más bajo ante la categoría prepas, tomando en cuenta que el factor neuroticismo está relacionado con emociones negativas, nuestros resultados se apegan a lo que Polman et al. (2010) encontrando que las personas que tienen rasgos altos de neuroticismo experimentan eventos negativos con más frecuencia y alta reactividad al estrés. Por otra parte, en el factor maquiavelismo y en la escala de estrés percibo la categoría facultades obtuvo la media más baja ante la categoría juvenil, tomando en cuenta que el factor maquiavelismo está caracterizado por la manipulación y explotación de

otros, estas características tal vez son necesarias para la categoría juvenil ya que buscan la titularidad, incluso tiene el interés de seguir formando parte del programa Auténticos Tigres. En el factor consistencia del interés la categoría juvenil obtuvo la media más baja ante la categoría intermedia, tomando en cuenta que la consistencia del interés esta representado con el mantener el entusiasmo por un largo tiempo, la categoría intermedia necesita de estas características ya que se encuentran en pretemporada y aun están buscando un lugar dentro del equipo. En los factores de expectativa de eficacia y expectativa de resultado la categoría juvenil obtuvo la media más baja ante la categoría facultades, tomando en cuenta que la expectativa de eficacia está relacionada con los juicios subjetivos sobre las capacidades personales y la expectativa de resultado, esta relacionada con las creencias personales de que tales acciones permitirán obtener los resultados deseados se puede inferir que la categoría juvenil a pesar de estar en un mayor nivel competitivo ya que pertenecen al programa de Auténticos Tigres la creencia en ellos mismos es baja, esto puede deberse a que la exigencia es mayor y que todos los que están en esta categoría tiene cualidades similares.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis *Existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de edad y categorías en la personalidad, nivel de estrés percibido, autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.*

Finalmente, dando respuesta a nuestro tercer objetivo que fue *Examinar la interrelación entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, autoeficacia para el afrontamiento del estrés y las estrategias de afrontamiento.*

La relación positiva y significativa encontrada entre la extraversión y la amabilidad indican que cuando un deportista presenta rasgos de amabilidad se mostrará obediente, confiado y modesto. Al relacionarse la extraversión con la escrupulosidad el atleta se relacionará con un buen comportamiento. Así mismo, cuando se relaciona la extraversión con la apertura el atleta presenta buena disposición y será flexible al cambio. Cuando se relaciona la extraversión con la perseverancia del esfuerzo y Grit el deportista a pesar de los obstáculos que se presenten será firme para conseguir sus objetivos. Aunada la relación positiva entre la extraversión con la expectativa de eficacia y la expectativa de esfuerzo el atleta se percibirá con la capacidad para lograr dichos objetivos. Así mismo, al relacionarse la

extraversión con la calma emocional, la planificación activa, conductas de riesgo y la búsqueda de apoyo social señalan que el deportista tendrá la capacidad de cambiar el significado de las situaciones adversas, controlando sus emociones, apoyándose en otros he incluso puede llegar a utilizar técnicas que van más allá de los niveles del rendimiento actual.

La relación negativa y significativa encontrada entre la extraversión y el neuroticismo indica que el deportista presenta pocas ideas irracionales e impulsivas. De igual forma, cuando se relaciona la extraversión con la psicopatía el atleta presenta bajos rasgos de egoísmo. Aunada esta relación negativa con el estrés percibido, mostrará bajos niveles de estrés. Dados estos resultados y comparando con resultados de algunos estudios, García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013) encontraron en su investigación que la práctica deportiva se relaciona positivamente con el rasgo de personalidad extraversión ya que el atleta es activo, optimista, impulsivo y capaz de establecer fácilmente contactos sociales. Por otro lado, Polman, Clough, y Levy (2010) encontraron que personas con rasgos altos de extraversión experimentan las situaciones de manera positiva, baja reactividad al estrés y puede promover la búsqueda de apoyo social.

La relación positiva y significativa encontrada entre la amabilidad y la escrupulosidad indican que el deportista seguirá reglas y normas, presentará una mentalidad firme. Cuando se relaciona la amabilidad con la apertura el atleta tendrá rasgos creativos y será flexible. Al presentar una relación positiva con la consistencia del interés, perseverancia en el esfuerzo, el atleta mostrará cualidades de la personalidad Grit teniendo la habilidad de sostener el esfuerzo pese a las adversidades, ya que cree en sus capacidades, muestra pasión y entusiasmo en la práctica deportiva. De igual forma la relación positiva entre la amabilidad y la expectativa de eficacia y expectativa de resultados indica que el deportista se percibirá con la capacidad para lograr dichos objetivos. Así mismo, al relacionarse positivamente la amabilidad con la calma emocional y la planificación activa, señalan que el atleta utiliza estrategias en donde tiene intentos de controlar las emociones cambiando el significado de una situación negativa.

La relación negativa y significativa encontrada entre la amabilidad y el neuroticismo indican que presentará niveles bajos de emociones negativos. Así mismo, al relacionarse la amabilidad con el maquiavelismo tendrá baja tendencia a la

manipulación de otras personas. De igual forma, al relacionarse con la psicopatía el atleta presentará bajos niveles de impulsividad y egoísmo. A su vez, al relacionarse negativamente la amabilidad con el estrés percibido indican que, el atleta puede controlar de mejor forma sus emociones presentando bajos niveles de estrés. Por último, la relación negativa entre la amabilidad con el distanciamiento mental confirma la evitación y los pensamientos de aceptación ante la incapacidad de conseguir un objetivo.

A su vez la relación positiva de la escrupulosidad, indica características similares a las señaladas con anterioridad en la amabilidad ya que se relaciona con las mismas variables positivamente. Adicionalmente, la escrupulosidad se relaciona a su vez con las conductas de riesgo, por tanto, el atleta utilizará habilidades o estrategias que van más allá de las actuales. Aunada la relación con la búsqueda de apoyo social lo que indica que el deportista buscará apoyo de personas cercanas a él.

La relación positiva y significativa del neuroticismo con el maquiavelismo indica manipulación y explotación de otros, a su vez la relación del maquiavelismo con la psicopatía indica que el atleta será impulsivo y no tendrá falta de remordimiento. Aunada la relación positiva con el estrés percibido, la expectativa de eficacia y expectativa de resultado revela que el atleta presentará altos niveles de estrés no creyendo en sus capacidades teniendo un juicio subjetivo y desvalorado de sí mismo. La relación positiva del maquiavelismo con el distanciamiento mental señala que el atleta evita la situación y tiene una aceptación frente a la incapacidad de conseguir un objetivo. Al asociarse negativamente el neuroticismo con la consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo y Grit indica que el deportista no dedica tiempo a pequeñas tareas y cambiará fácilmente de objetivos ya que se da por vencido fácilmente. Así mismo su relación negativa del maquiavelismo con la calma emocional y la planificación activa confirma que no intenta controlar sus emociones y percibe las circunstancias de manera negativa. Estos resultados confirman lo encontrado por Polman et al. (2010) donde señala que las personas que tienen rasgos altos de neuroticismo experimentan eventos negativos con más frecuencia y alta reactividad al estrés.

La relación positiva y significativa entre el maquiavelismo con el narcisismo y la psicopatía indica que el atleta buscará un estatus y fama dentro del equipo, así mismo presentará rasgos de impulsividad y egoísmo. La relación del maquiavelismo

con el estrés percibido indica que el atleta sentirá una amenaza del medio, teniendo bajo control emocional. De igual forma la relación positiva entre el maquiavelismo y el distanciamiento mental indica que el atleta evita las situaciones y acepta la incapacidad de conseguir un objetivo. La relación negativa y significativa encontrada entre el maquiavelismo con la consistencia del interés y el Grit indican que el deportista puede cambiar fácilmente de objetivo, dedica poco tiempo a la consecución de pequeñas tareas. Así mismo, la relación negativa entre el maquiavelismo con la expectativa de resultado indica baja creencia de obtener los resultados deseados ante determinadas situaciones.

La relación positiva y significativa encontrada entre el narcisismo y la psicopatía indican falta de remordimiento e impulsividad del atleta. La relación positiva del narcisismo con la perseverancia del esfuerzo indica que el deportista sostiene el esfuerzo pese a las adversidades. Así mismo la relación positiva entre el narcisismo y la expectativa de resultado señalan la creencia del atleta sobre sus capacidades para ejecutar eficazmente, y al relacionarse con la calma emocional muestra que el atleta planea y organiza sus propias acciones. No se encontró una relación negativa entre el narcisismo con otras variables del estudio.

La relación positiva y significativa encontrada entre la psicopatía con el estrés percibido y el distanciamiento mental indican que el atleta presenta altos niveles de estrés, puede llegar a evitar las situaciones adversas y tiene pensamientos de aceptación frente a la incapacidad de conseguir un objetivo.

La relación negativa y significativa encontrada entre la psicopatía con la consistencia del interés, perseverancia del esfuerzo y Grit indica que el deportista no presenta cualidades de la personalidad Grit, por lo que el atleta dedica poco tiempo a pequeñas tareas, cambia fácilmente de objetivos, se da por vencido fácilmente y puede llegar a no sentir pasión hacia lo que hace. Cuando se relaciona negativamente la psicopatía con la expectativa de eficacia y expectativa de resultado el deportista presenta juicios subjetivos, poca organización y ejecución eficaz, poca creencia en las acciones personales para la consecución de resultados y baja regulación emocional. Aunada su relación negativa de la psicopatía con la calma emocional y la planificación activa se refuerza que el atleta presenta poco control emocional y altos pensamientos de aceptación de incapacidad frente a situaciones adversas.

La relación positiva y significativa encontrada entre la consistencia del interés y la perseverancia al esfuerzo, así como con el Grit señalan cualidades y habilidad de sostener el esfuerzo pese a las adversidades, ya que el jugador cree en sus capacidades, mostrando pasión y entusiasmo en la práctica deportiva. Cuando la consistencia al interés se relaciona positivamente con la expectativa de eficacia y la expectativa de resultado indica que el atleta presenta juicios subjetivos sobre sus capacidades personales para ejecutar de manera eficaz obteniendo los resultados deseados logrando controlar sus emociones. La relación negativa y significativa encontrada entre la consistencia del interés y el estrés percibido indican bajos niveles de estrés. De igual forma su relación negativa entre la consistencia del interés con el distanciamiento mental refuerza que el atleta no evita las situaciones adversas.

A su vez la relación positiva de la perseverancia del esfuerzo, indica características similares a las señaladas con anterioridad de la consistencia del interés ya que se relaciona con las mismas variables positivamente. Adicionalmente, se relaciona con la búsqueda de apoyo social indicando que el atleta necesita estrechar sus relaciones interpersonales

De igual forma la relación positiva del Grit, indica características similares a las señaladas con anterioridad de la perseverancia del esfuerzo ya que se relaciona con las mismas variables positivamente. Estos resultados son acordes a lo encontrado por Duckworth (2016) donde afirma que cuando los individuos poseen el rasgo Grit, generalmente están motivados a alcanzar y lograr sus objetivos.

La relación positiva y significativa encontrada entre el estrés percibido y el distanciamiento mental indican evitación del atleta provocando pensamientos de aceptación ante la incapacidad de lograr los objetivos.

La relación negativa y significativa encontrada entre el estrés percibido y la expectativa de eficacia, así como con la expectativa de resultado indican, baja efectividad, baja creencia en sus capacidades para obtener los resultados deseados. Cuando se relaciona el estrés percibido con la calma emocional indica pocos intentos del atleta para controlar sus emociones. Al relacionarse negativamente el estrés percibido con la planificación activa indica que el atleta percibe de manera negativa las situaciones a las que se va a enfrentar. Aunada la relación negativa entre el estrés percibido y las conductas de riesgo el atleta puede llegar a utilizar habilidades que van más allá de sus capacidades pudiendo tener consecuencia. Al relacionarse

negativamente el estrés percibido con la búsqueda de apoyo social indica que el deportista prefiere aislarse de los demás. Estos resultados van acordes a lo encontrado por Kim et al. (2003), cuando los atletas experimentan demasiado estrés (que aparentemente está más allá de su control), es más probable que recurran a estrategias de afrontamiento enfocadas a la evitación emocional.

La relación positiva y significativa entre la expectativa de eficacia con la expectativa de resultado indica que el deportista tiene creencias sobre sus capacidades para lograr los resultados esperados. La relación con la calma emocional señala los intentos del atleta por contrarlar las emociones negativas. Al relacionarse también positivamente la expectativa de eficacia con la planificación activa muestra el intento por cambiar el significado de las situaciones negativas. Aunada su relación positiva con conductas de riesgo encontraremos que el atleta utilizará técnicas complejas y presentará conducta necesaria para la consecución de sus objetivos. Finalmente, la relación positiva entre la expectativa de eficacia con la búsqueda de apoyo social indica la necesidad del deportista de estrechar sus relaciones en los momentos difíciles. La relación negativa y significativa entre la expectativa de eficacia con el distanciamiento mental señala que el atleta no evita las situaciones y hace frente a las adversidades, sin sentir incapacidad para lograr sus objetivos.

A su vez las relaciones positivas y negativas de la expectativa de resultado, indica características similares a las señaladas con anterioridad de la expectativa de eficacia ya que se relaciona con las mismas variables positivamente, sin embargo, el atleta en este caso no busca el apoyo de los demás ante momentos difíciles.

Por tanto como se pudo observar en los resultados tenemos relaciones positiva y significativas entre las estrategias de afrontamiento (calma emocional, planificación activa, conducta de riesgo y búsqueda de apoyo social), sin embargo, existe una relación negativa con la estrategia distanciamiento mental, estos resultados apoyan lo mencionado por Amado et al. (2010) el uso de estrategias de afrontamiento orientadas a la tarea predice resultados positivos ante situaciones estresantes, mientras que el uso de estrategias orientadas a la evitación predice consecuencias negativas en dichas situaciones. De igual forma destaca que el utilizar estrategias de afrontamiento orientadas a la tarea implican una mayor concentración y una actitud activa por parte de la persona que las utiliza.

Dados los resultados podemos aceptar nuestra hipótesis planteada. *Existe una relación estadísticamente significativa entre la personalidad, el nivel de estrés percibido, la autoeficacia percibida para el estrés, y las estrategias de afrontamiento.*

2. Limitaciones del estudio

Una de las limitaciones del estudio fue el poco apoyo de entrenadores y responsables para poder obtener un mayor número muestral. Este poco acceso impidió realizar un análisis factorial confirmatorio para análisis de manera más puntual la fiabilidad de todos nuestros instrumentos pero principalmente de los cuestionarios de la triada oscura de la personalidad y la escala de autoeficacia para el afrontamiento del estrés en donde se obtuvieron fiabilidades bajas.

De igual forma al tener poca muestra no se pudieron conocer las diferencias entre posición y tampoco se pudo conocer si existían diferencias entre las tres categorías del Programa de Auténticos Tigres.

Otra de los obstáculos fue que el planteamiento general de las hipótesis limitó una visión más específica de la relación entre las variables del estudio, sin embargo, esto nos permitió visualizar a todas las variables en un posible modelo predictivo.

3. Propuestas futuras

Se recomienda realizar un análisis factorial confirmatorio de los cuestionarios. Así mismo se sugiere realizar un estudio longitudinal en donde se considere un pre-test, una intervención y por último un post-test. Se amplía la posibilidad de realizar nuevas tomas de datos en otros deportes para posteriormente contrastar los resultados.

Capítulo V Conclusiones

A continuación, se presentan las conclusiones obtenidas en esta investigación.

- Los jugadores de futbol americano presentan niveles de satisfacción alto ante los logros obtenidos, así mismo, altos rasgos de amabilidad y altas expectativas de eficacia y expectativas de resultado. Tendencia hacia el maquiavelismo, consistencia del interés y Grit. Por otro lado, presentan bajos niveles de estrés percibido.
- En general los jugadores de futbol americano perciben un nivel de satisfacción alto, ante los logros obtenidos, esta satisfacción está relacionada con el esfuerzo realizado para conseguir dichos objetivos.
- Los jóvenes en grupos por edad 14-17 y la categoría prepas son los que presentan más rasgos de neuroticismo indicando afectividad negativa, estados emocionales negativos como ansiedad, nervios y tensión. Estas categorías de igual forma son las menos experimentadas en el deporte.
- La categoría juvenil es la que presenta mayores rasgos de maquiavelismo señalando conductas de manipulación y explotación de otros, esto se puede deber a que están en el programa de mayor reconocimiento a nivel nacional.
- Los grupos por edad 18-24 obtuvieron mayores niveles de consistencia del interés que reflejan la concentración y dedicación de pequeñas tareas que llevan al objetivo principal. Así mismo la categoría intermedia obtuvo altos niveles de consistencia del interés, este esfuerzo por conseguir los pequeños logros está relacionado a que los jugadores de esta categoría están en pretemporada y aun buscan obtener un lugar dentro del equipo.
- El grupo 18-24 presentan mayores características de la personalidad Grit siendo perseverante y teniendo pasión por sus objetivos a largo plazo. Esto va acorde con lo establecido en la teoría que afirma que el Grit varía con la edad, y se presenta con mayor frecuencia en edades maduras.
- Se esperaba que los jugadores de futbol americano percibieran altos niveles de estrés por las demandas del deporte, sin embargo, se encontró que el estrés percibido se encuentra por debajo de la media.

- Los jóvenes en el grupo por edad 14-17 son los que obtienen los niveles más altos en el estrés percibido, así mismo, la categoría juvenil presentó niveles altos de estrés percibido lo que confirma nuevamente que el bajo control emocional y la impulsividad promueven mayores niveles de estrés.
- La categoría facultades son los que presentan mayores niveles de expectativa de eficacia dando juicios subjetivos sobre las capacidades personales para organizar y ejecutar eficazmente cursos de acción tanto para manejar la situación como para regular la emoción.
- Los grupos por edad 18-24 y la categoría facultades son los que presentan mayores niveles de expectativa de resultado teniendo creencias personales de que sus acciones permitirán obtener los resultados deseados.
- En general los jugadores de fútbol americano eligieron con mayor frecuencia las estrategias de calma emocional y planificación activa, estrategias orientadas a las emociones y a la tarea prediciendo resultados positivos ante situaciones estresantes.

REFERENCIAS

- Abuhassàn, A., & Bates, T. C. (2015). Grit: Distinguishing effortful persistence from conscientiousness. *Journal of Individual Differences*, 36(4), 205–214. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000175>
- Allen, M.S., Greenless I. & Jones M. (2011). An Investigation of the five-factor model of personality and coping behavior in sport. *Journal of Sports Sciences*, 29 (8), 841-850. <https://doi.org/10.1080/02640414.2011.565064>
- Allen, M.S., Greenless, I. & Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6 (1), 184-208. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.769614>
- Allport, G. (1921). Personality and character. *Psychological Bulletin*, 18(9), 441-455. <https://doi.org/10.1037/h0066265>
- Amado, D., Leo, F., Sánchez, M., Oliva, D., & García, T. (2010). Importancia de los aspectos motivacionales sobre las estrategias de afrontamiento en practicantes de danza: Una perspectiva desde la teoría de autodeterminación. *Revista de Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5 (2), 179-194.
- Bandura, A. (1986). The Explanatory and Predictive Scope of Self-Efficacy Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*: 4, Special Issue: Self- Efficacy Theory in Contemporary Psychology (pp, 359-373). <https://doi.org/10.1521/jscp.1986.4.3.359>
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44 (9), 1175-1184. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.9.1175>
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentive Perspective. *Annual Review. Psychology*, 52, 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Barriopedro, M. I.; Quintana, I., & Ruiz, L. M. (2018). La perseverancia y pasión en la consecución de objetivos: Validación española de la Escala Grit de Duckworth. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte* 54 (14), 297-308. <https://doi.org/10.5232/ricyde2018.05401>

- Benet-Martínez, V., & John, O. (1998). Los Cinco Grandes Across Cultures and Ethnic Groups: Multitrait Multimethod Analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (3), 729-750. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>
- Cabeza, K. (2014). Factores estresores comunes en deportistas Chilenos de alto rendimiento y sus respectivas estrategias de afrontamiento. *LIMINALES. Escritos sobre psicología y sociedad*, 1 (5), 97-123.
- Castillo, I., Balaguer, I., & Tomás, I. (1997). Predictores de la práctica de actividades físicas en niños y adolescentes. *Anales de Psicología*, 13 (2), 189-200.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Compas, B. E., Connor, J., Osowiecki, D. & Welch, A. (1997). Effortful and involuntary responses to stress. En B. H. Gottlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp. 105-130). Nueva York: Plenum Press. https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9862-3_4
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (2008). *NEO PI-R Inventario de Personalidad NEO Revisado*. TEA Ediciones.
- Cruz, J., Torregrosa, M., Sousa, C., Mora, A. & Viladrich, C. (2010). Efectos conductuales de programas personalizados de asesoramiento a entrenadores en estilo de comunicación y clima motivacional. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 179-195.
- Dias, C., Cruz, J., & Fonseca, A. (2011). Ansiedad, percepción de amenaza y estrategias de afrontamiento en el deporte: Diferencias individuales en el rasgo de ansiedad. *Ansiedad y Estrés*, 17 (1), 1-13.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance*. NY: Simon y Sc.
- Duckworth, A., Peterson, C., Matthews, M., & Kelly, D. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (6), 1087-1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>

- Folkman, S., Moskowitz, J. T. (2004) Coping: pitfalls and promise. *Annual Reviews of Psychology*, 55, 745-774.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- García-Naveira, A., & Ruiz-Barquín, R. (2013). La personalidad del deportista: Una revisión teórica desde la perspectiva de rasgo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 13 (51), 627-645.
- Girardi, P., Ronchieri, C., Rivas, A., & Ortega A. (2018). Autoeficacia para el afrontamiento del estrés y la ansiedad rasgo-estado en estudiantes universitarios. *Anuario de Investigación USAL*, 5, 173.
- Godoy-Izquierdo, D., Godoy, J.F., López, F., Valor, I., Vélez, M., Garrido, E., & León, R. (2004). *Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia Específica para el Afrontamiento del Estrés III: Validez convergente*. 2º Congreso Hispano-Portugués de Psicología, Lisboa (Portugal).
- Godoy, D., Godoy, J., López-Chicheri, I., Martínez, A., Gutiérrez, S., & Vázquez, L. (2008). Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE). *Psicothema*, 20 (1), 155-165.
- González-Hernández, J. (2012). *Análisis de la personalidad y características psicológicas en la práctica deportiva*. (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, España.
- González-Hernández, J., Garcés de los Fayos, E., & Ortega, E. (2014). Avanzando en el camino de diferenciación psicológica del deportista. Ejemplos de diferencias en sexo y modalidad deportiva. *Anuario de Psicología*, 44 (1), 31-44.
- González-Hernández, J., Garita-Campos, D., & Godoy-Izquierdo, D. (2018). La triada oscura de la personalidad y sus implicaciones psicológicas en el deporte. Una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(2), 187-204
- González-Hernández, J., Nogueira, A., & Lorenzo, O. (2019). Perseverance and addiction processes: Clues to identify exercise addicts. *Journal of Concurrent Disorders*, 1 (2), 31-46

- González, J., & Martínez Sandoval, J. (2015). Estrategias de afrontamiento y personalidad en la adaptación de jóvenes a su práctica deportiva. Diferencias de género. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 4 (1), 57-62. <https://doi.org/10.6018/239831>
- González, J., Muñoz-Villena, A., & Gómez-López, M. (2018). Stress Regulation, Physical Activity, and Perseverance in Spanish Teenagers with Perfectionist Trends. *Sustainability*, 10, 1-10. <https://doi.org/10.3390/su10051489>
- González-Hernández J., & Muñoz-Villena, A. (2019). Perfectionism and sporting practice: Functional stress regulation in adolescence. *Anales de psicología*, 35 (1), 148-155. <https://doi.org/10.6018/analesps.35.1.326541>
- Gosling, S., Rentfrow., P. & Swann W. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Hansenne, M. (2003). *Psicologia da personalidade*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Hare, R. D. (1999). *Without conscience: The disturbing world of the psychopaths among us*. New York: Guildford Press.
- Harell, W. A. (1980). Retaliatory aggression by high and low Machiavellians against remorseful and non-remorseful wrongdoers. *Social Behavior and Personality*, 8, 217-220. <https://doi.org/10.2224/sbp.1980.8.2.217>
- Kaplan, L., & Koval, R. (2015). *Grit to great*. United States of America: Crown Publishing Group.
- Kim, M. S. & Duda, J. L.(1997). Development of a questionnaire to measure approaches to coping in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9 (sup.), S115.
- Kim, M., Duda, J., Tomás, I., & Balaguer, I. (2003). Examination of the psychometric properties of the spanish version of the approach to coping in sport questionnaire. *Revista de Psicología del Deporte*, 12 (2), 197-212.
- Lagunes, J. (2018). *Capacidad física y composición corporal en jugadores de fútbol americano* (tesis doctoral). Universidad Autónoma de Nuevo León: México.

- Lämmle, L., Oedl, C., & Ziegler, M. (2014). Don't threaten me and my dark side or even self-harm won't stop me from hurting you. *Personality and Individual Differences*, 67, 87-91. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.12.024>
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984a). *Strees, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984b). *Coping and adaptation*. En W. D. Gentry (Ed.), *The handbook of behavioral medicine*. Nueva York. Guilford.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca: Barcelona.
- Marentes, M. (2019). *Grit, motivación y el cambio hacia el control del peso en una población adulta* (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Nuevo León, México.
- Marente-Castillo, M., Zamarripa, J., & Castillo, I (2019). Validación de la escala Grit y del Cuestionario de Autorregulación del Tratamiento (TSRQ) al contexto mexicano. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51 (1), Gale Academic Onefile, Accessed. <https://doi.org/10.14349/rlp.2019.v51.n1.2>
- Márquez, S. (2006). Estrategias de afrontamiento del estrés en el ámbito deportivo: fundamentos teóricos e instrumentos de evaluación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6 (2), 359-378.
- Measelle, J., Ablow, J., John, J., Cowan, P. y Cowan, C. (2005). Can children provide coherent, stable, and valid self-reports on the big five dimensions? A longitudinal study from ages 5 to 7. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89 (1), 90-106. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.89.1.90>
- Miller, J., Gaughan, E., Maples, J., & Price, J. (2011). A Comparison of Agreeableness Scores From the Big Five Inventory and the NEO PI-R: Consequences for the Narcissism and Psychopathy. *Assessment*, 18 (3), 335-339. <https://doi.org/10.1177/1073191111411671>
- Muñoz, A. & González, J. (2017) Percepción de estrés y perfeccionismo en estudiantes adolescentes. Influencia de la actividad física y el género. *Ansiedad y Estrés*, 23, 32-37. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.04.001>

- Orellana, P. (2009). El fútbol americano en las Instituciones de Educación Superior en México. *Razón y Palabra*, 69, 1-31.
- Paredes, J. & Carrillo, R. (2004). El deporte base en el proyecto de vida: un discurso teórico. *Efdeportes Revista Digital*, 10 (68). <http://www.efdeportes.com/efd68/dbase.htm>
- Paulhus, D., & Williams, K. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36, 556-563. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6)
- Pedrero-Pérez, E., Ruiz-Sánchez, J., Lozoya-Delgado, P., Rojo-Mota, G., Llanero-Luque, M., & Puerta-García, C. (2015). La “Escala de estrés percibido”: Estudio psicométrico sin restricciones en población no clínica y adictos a sustancias en tratamiento. *Behavioral Psychology*, 23 (2), 305-324.
- Pereyra, C., Ofman, S., Cofreces, P., Benassi, M. & Stefani, D. (2015). Síndrome coronario agudo y autoeficacia para el afrontamiento del estrés en pacientes varones. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 31 (4), 1-8.
- Pereyra, C., Páez, N., Ronchieri, C., & Trueba, D. (2019). Validación de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 3 (2), 473-493. <https://doi.org/10.18800/psico.201902.005>
- Persson, B., Kajonius, P., & Garcia D. (2017). Revisiting the Structure of the Short Dark Triada. *Assessment*, 1-14. <https://doi.org/10.1177/1073191117701192>
- Pineda, D., & Sandín, B. (2018). Psychometrics properties of the Spanish version of two Dark Triad scales: The Dirty Dozen and the Short Dark Triad. *Current Psychology*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9888-5>
- Pinto, M. F., & Vazquez, N. (2013). Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: su relación con el rendimiento en una muestra argentina de jugadores amateurs de golf. *Revista de Psicología del Deporte*, 22 (1), 47-52.
- Polman, R., Clough, P., & Levy, A. (2010). *Personality and Coping in Sport: The Big Five and Metal Toughness*. University of Leeds.

- Portilla, F. (2016). *Ansiedad competitiva y técnicas de afrontamiento en 27 futbolistas profesionales de la Universidad Internacional del Ecuador* (tesis de pregrado). Universidad Internacional del Ecuador. Ecuador.
- Reed, L., & Jeremiah, J. (2017). Student grit as an important ingredient for academic and personal success. *Developments in Business Simulation and Experiential Learning*, 44, 252–256.
- Remor E. (2006). Psychometric Properties of a European Spanish Version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish Journal of Psychology*, 9 (1), 86-93.
- Romero, A., Zapata, R., García-Mas, A., Brustad, R., Garrido, R., & Letelier, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 19 (1), 117-133. <https://doi.org/10.1017/S1138741600006004>
- Romero, A., Brustad, R., Aguayo, C., & Garcia-Ucha, F. (2013). Bienestar psicológico y psicopatología: estudio de un caso de intervención en el equipo técnico y deportista de un Club de Tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 387-394.
- Rueda, B., Pérez-García, A.M., & Bermúdez, J. (2003). La salud emocional desde la perspectiva de la competencia percibida. *Acción Psicológica*, 2, 41-49. <https://doi.org/10.5944/ap.2.1.520>
- Sicilia, P., & Martínez, M. (2010). Autoeficacia profesional y estrés laboral percibido: El papel de la formación en la percepción de autoeficacia para afrontar el estrés en la organización. *Revista de Gestión Pública y Privada*, 15, 103-119.
- Silvia, P., Eddington, K., Beaty, R., Nusbaum, E., & Kwapil, T. (2013). Gritty people try harder: Grit and effort-related cardiac autonomic activity during an active coping challenge. *International Journal of Psychophysiology*, 88, 200–205. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2013.04.007>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2009). *Código ético del psicólogo*. 4^a ed. México: Trillas.

- Ueno, Y., Shimotsukasa, T., Suyama, S., & Oshio, A. (2017). Correlations between competitive sports` characteristics and the dark triad. *Journal of Physical Education and Sport* 17 (2), 533-536.
- Von Culin, K., Tsukayama, E., y Duckworth, A. L. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *The Journal of Positive Psychology*, 1–7. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>.
- Wai, M., & Tiliopoulos, N. (2012). The affective and cognitive empathic nature of the dark triad of personality. *Personality and Individual Differences*, 52, 794-799. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.008>
- Watson, P. J., & Morris, R. J. (1991). Narcissism, empathy and social desirability. *Personality and Individual Differences*, 12, 575–579. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90253-8](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90253-8)

ANEXOS
Batería de Pruebas Psicológicas

I. Información General

Nombre Completo:			
Apodo:		Edad:	
Categoría:	Juvenil	Intermedia	Mayor
Tiempo practicando el deporte:			
Tiempo en Auténticos Tigres:		¿Eres titular?	SI NO
Posición:		Número de jersey:	

	No me he esforzado nada	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Me he esforzado al máximo
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nivel de satisfacción con los logros obtenidos hasta el momento											
Esfuerzo realizado en tu trayectoria deportiva											
Qué tanto me esfuerzo por mejorar											

Instrucciones (5G): Debajo hay un número de características que pueden o no aplicarse a tu persona. Por favor marca con una “X” a cada pregunta y ante la frase “*Me veo a mí mismo como alguien que...*” indicando el grado que mejor te represente.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

Me veo a mí mismo como alguien que....

		1	2	3	4	5
1	Es platicador					
2	Tiende a encontrar fallas en otros					
3	Hace un buen trabajo					
4	Es depresivo					
5	Es original, genera nuevas ideas					
		1	2	3	4	5

6	Es reservado					
7	Es servicial y altruista con otros					
8	Puede ser algo descuidado					
9	Es relajado, maneja bien el estrés					
10	Es curioso acerca de muchas cosas					
11	Está lleno de energía					
12	Empieza peleas con otros					
13	Es un trabajador confiable					
14	Puede ser tenso					
15	Es ingenioso, habilidoso					
16	Generador de mucho entusiasmo					
17	Tiende a ser compasivo					
18	Tiende a ser desorganizado					
19	Se preocupa mucho					
20	Tiene una imaginación activa					
21	Tiende a ser callado					
22	Es confiable					
23	Tiende a ser flojo					
24	Es emocionalmente estable, no se enoja fácilmente					
25	Es creativo					
26	Tiene una personalidad asertiva					
27	Puede ser frío y distante					
28	Persevera hasta que la tarea es finalizada					
29	Puede ser temperamental					
30	Valora lo artístico, lo interesante y bello					
31	A veces es tímido, inhibido					
32	Es considerado y amable					
33	Hace las cosas eficientemente					
34	Permanece calmado en situaciones tensas					
35	Prefiere el trabajo que es rutinario					
36	Es extrovertido, sociable					
37	Es grosero a veces con los otros					
38	Hace planes y sigue adelante con ellos					
39	Se pone nervioso fácilmente					
40	Le gusta reflexionar, jugar con las ideas					
41	Tiene pocos intereses artísticos					
42	Le gusta cooperar con los otros					
43	Se distrae fácilmente					
44	Le atrae el arte, la música o la literatura					

Instrucciones (TOP): Por favor, señala marcando con “X” tu grado de acuerdo o desacuerdo que más se ajuste a lo que **piensas y sientes al momento de relacionarte con los demás.**

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		1	2	3	4	5
1	No es prudente contar mis secretos					
2	Me gusta usar estrategias para salirme con la mía					
3	Cueste lo que cueste, debo tener a la gente importante de mi lado					
4	Evito el conflicto directo con otros porque puedo sacar provecho en el futuro					
5	Es prudente mantenerme al corriente de la información que pueda usar contra la gente en el futuro					
6	Debo esperar el momento oportuno para devolvérsela a la gente					
7	Hay cosas que debería ocultar a los demás porque no es necesario que las sepan					
8	Me aseguro que mis planes me beneficien a mi, no a otros					
9	La mayoría de la gente puede ser manipulada					
10	La gente me ve como un líder natural					
11	Odio ser el centro de atención					
12	Muchas actividades en grupo son aburridas sin mí					
13	Sé que soy especial porque todo el mundo me lo dice una y otra vez					
14	Me gusta relacionarme con gente importante					
15	Me da vergüenza que alguien me haga un cumplido					
16	Se me ha comparado con gente famosa					
17	Soy una persona común					
18	Exijo el respeto que me merezco					
19	Me gusta vengarme de las figuras de autoridad					
20	Evito situaciones peligrosas					
21	En caso de necesitar vengarme, la venganza tiene que ser rápida y dañina					
22	La gente suele decir que pierdo el control					
23	Es cierto que puedo ser malvado con los demás					
24	La gente que se mete conmigo siempre lo lamenta					
25	Nunca he tenido problemas con la ley					
26	Disfruto teniendo relaciones de riesgo con personas que apenas conozco					
27	Diré lo que sea para conseguir lo que quiero					

Instrucciones (PSS): Las preguntas en esta escala hacen referencia a tus **sentimientos y pensamientos** durante el **último mes**. En cada caso, por favor indica con una “X” la frecuencia con la cual te ha sucedido descrita abajo.

Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
0	1	2	3	4

En el último mes....

		0	1	2	3	4
1	He estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente					
2	Me he sentido incapaz de controlar las cosas importantes en mi vida					
3	Me he sentido nervioso o estresado					
4	He manejado con éxito los problemas molestos de la vida					
5	He afrontado los cambios importantes que han ocurrido en mi vida de manera efectiva					
6	Estoy seguro sobre mi capacidad para manejar mis problemas personales					
7	He sentido que las cosas en mi vida van bien					
8	Siento que no puedo afrontar de manera adecuada todas las cosas que tengo que hacer.					
9	He podido controlar las dificultades de mi vida					
10	He sentido que tenía todo bajo control					
11	He estado enfadado porque las cosas que me han ocurrido estaban fuera de mi control					
12	He pensado sobre las cosas que me quedan por hacer					
13	He podido controlar la forma de pasar el tiempo					
14	He sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puedo superarlas					

Instrucciones (EAEAE): A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones sobre cómo sueles **responder ante los problemas o sobre cómo te afectan éstos**. Señala con una “X” en la casilla correspondiente a tu grado de acuerdo con cada una de ellas.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		1	2	3	4	5
1	Cuando tengo problemas o contratiempos en mi vida, me cuesta trabajo funcionar lo más normalmente posible					
2	Cuando tengo problemas o contratiempos, procuro que no afecten a mis emociones, relaciones u otras esferas de mi vida					
3	Cuando tengo problemas mi salud, no se ve afectada					
4	Cuando tengo problemas o contrariedades, dudo de mi capacidad para afrontarlos eficazmente					
5	Soy capaz de no dramatizar ante los problemas y le doy su justo valor a las cosas					
6	Cuando tengo problemas o contratiempos, percibo mi cuerpo notablemente activado o tenso					
7	Para resolver un problema, pongo en marcha todos los recursos que están a mi alcance					
8	Cuando tengo problemas o contrariedades, no dejo de pensar en ellos y soy incapaz de prestar atención a otras cosas					

Instrucciones (GRIT): Marca con una “X” en cada una de las afirmaciones de acuerdo con el grado en que se parece a ti **en situaciones deportivas**.

No se parece en lo absoluto a mí	No se parece tanto a mí	Se parece algo a mí	Casi igual a mí	Se parece completamente a mí
1	2	3	4	5

		1	2	3	4	5
1	Frecuentemente me establezco una meta, pero después de un tiempo elijo perseguir una diferente					
2	Algunas veces las nuevas ideas y proyectos me distraen de otras anteriores					
3	Me intereso en nuevos objetivos cada mes					
4	Mis intereses cambian año con año					
5	He estado obsesionado con cierta idea o proyecto en un corto tiempo, pero después pierdo el interés					
6	Tengo dificultad para mantenerme enfocado sobre proyectos que toman poco más de algunos meses para completarse					
7	He alcanzado objetivos que toman años de trabajo					
8	He superado contratiempos para conquistar un reto importante					
9	Yo acabo todo lo que comienzo					
10	Los contratiempos no me desaniman					
11	Trabajo arduamente					
12	Soy diligente. Nunca me rindo.					

Instrucciones (ACSQ-1): Escoge la opción que mejor indique la **frecuencia** con la que has pasado las diversas situaciones problemáticas, marcando con una “X” lo que mejor te representa.

Nunca	Rara vez	Alguna vez	A menudo	Siempre
1	2	3	4	5

Ante situaciones problemáticas en mi deporte yo ...

		1	2	3	4	5
1	Pensé que no había nada para hacer y lo acepté.					
2	Utilicé diversas técnicas para enfrentar la situación.					
3	Me sentí débil, y me di por vencido					
4	Me imaginé a mí mismo ejecutando la técnica adecuada.					
5	Me acerqué a mis padres que estaban en el partido y hablé con ellos sobre cómo me sentía.					
6	Pedí consejo a mi entrenador sobre cómo manejar la situación.					
7	Intenté utilizar habilidades y técnicas más complejas para enfrentar el problema.					
8	Abandoné mis intentos por conseguir mis objetivos.					
9	Me imaginé a mí mismo manejando mejor la situación.					
10	Intenté bloquear los pensamientos negativos.					
11	Intenté buscar algo bueno en lo que había pensado.					
12	Le conté a mí entrenador como me sentía para conseguir su comprensión.					
13	Busqué apoyo emocional de mi entrenador o compañeros.					
14	Acepté mis sentimientos y me di cuenta de que la situación no podía cambiarse					
15	Hice lo que sé que tenía que hacer, cada cosa a su tiempo.					
16	Intenté utilizar habilidades, estrategias o técnicas que tenían poco de haber practicado					
17	Dejé de intentar llegar a mi meta.					
18	Me mantuve calmado y centrado en lo que estaba haciendo.					
19	Consideré la situación como una posibilidad de aprender					

		1	2	3	4	5
20	Hablé con alguien (entrenador, compañeros, amigos) que podría hacer algo concreto sobre el problema.					
21	Mantuve un estado emocional positivo, para contrarrestar el problema que causaba mis sentimientos negativos					
22	Pensé sobre cuál sería la mejor forma de manejar el problema.					
23	Mantuve mi mente en los aspectos importantes de mi tarea.					
24	Pensé profundamente sobre qué pasos debía dar a continuación.					
25	Fui cambiando de una estrategia a otra continuamente para resolver la situación.					
26	Comprendí que no podía hacer nada sobre lo que estaba pasando.					
27	Me propuse nuevas metas para esa situación.					
28	Respiré profundamente para relajarme.					

EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO DE LAS PRACTICAS PROFESIONALES



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

Evaluación de Desempeño de la Práctica

Datos del alumno:

Matrícula:	1940913
Nombre del Alumno:	Aida Gabriela Pardo Cerna
Programa educativo:	Maestría en Psicología del Deporte
Orientación:	—

Datos de la Empresa:

Empresa/Institución:	Programa de Fútbol Americano Auténticos Tigres
Departamento/Área:	Categoría Juvenil

Evaluación

	Excelente	Buena	Regular	Mala
Asistencia	✓			
Conducta	✓			
Puntualidad	✓			
Iniciativa	✓			
Colaboración	✓			
Comunicación	✓			
Habilidad	✓			
Resultados	✓			
Conocimiento profesional de su carrera	✓			

Observaciones:

Jm. Juan Chacón

Nombre y firma del Tutor responsable de la práctica

Head Coach Tigres Juvenil

Puesto del Tutor responsable de la práctica



Sello de la institución/dependencia

**PROGRAMA DE
FUTBOL
AMERICANO**



América Universidad s/n, Ciudad Universitaria, C.P. 66456
San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México
Tels: (81) 840.44.53 - 840.44.51
tod@uanl.mx / www.fed.uanl.mx

RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO

AIDA GABRIELA ROMO GAMA

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Tesina:

**PERSONALIDAD, ESTRÉS PERCIBIDO Y ESTRATEGIAS DE
AFRONTAMIENTO EN EQUIPOS DE FUTBOL AMERICANO DE LA UANL.**

Campo temático: Psicología del Deporte

Lugar y fecha de nacimiento: Ciudad de México, México, 10 de noviembre de 1989.

Lugar de residencia: San Nicolás de los Garza, Nuevo León.

Procedencia académica: Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria.

Experiencia Propedéutica y/o Profesional:

- Coordinadora del Departamento de Psicología del Deporte en la Facultad de Organización Deportiva en la Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Psicóloga del equipo Gimnasia Aeróbica en la Categoría Desarrollo Nacional representativo de la UANL.
- Psicóloga del equipo Auténticos Tigres en la categoría Intermedia y Mayor.
- Docencia a nivel Licenciatura en la Facultad de Organización Deportiva.
- Participación en el XXVI Congreso Internacional FOD en modalidad poster.
- Estancia de Investigación en la Universidad de Granada, España.
- Prácticas profesionales en el Programa de Futbol Americano Auténticos Tigres Categoría Juvenil.

E-mail: romogama@gmail.com