



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN PRACTICANTES DEL DEPORTE DE
COMBATE QUE ASISTEN A DIEZ CENTROS DEPORTIVOS EN LIMA
SUR

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

JUAN JOSE TRUJILLO LEANDRO

ASESORA

MG. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHÁVEZ

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

VIOLENCIA EN TODAS SUS FORMAS CON ÉNFASIS EN: VIOLENCIA
DE GÉNERO Y FAMILIA, ASÍ COMO, MALTRATO INFANTIL Y
VIOLENCIA JUVENIL

LIMA, PERÚ, JUNIO DE 2020

DEDICATORIA

A mis padres por haberme brindado todo el apoyo y cariño durante todo el tiempo transcurrido, el cual me ha servido como motivación a lograr mis metas.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Autónoma del Perú, por brindarme la estructura necesaria para poder realizar mis estudios pertinentes con forme he ido pasando cada uno de los ciclos académicos, consiguiendo superar cada una de las exigencias que mis docentes me imponían.

A mis compañeros por brindarme la confianza de poder realizar trabajos en equipo con los cuales hemos superado en conjunto nuestras adversidades.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
RESUMO	viii
INTRODUCCIÓN	ix
CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	12
1.2. Justificación de la investigación	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.4. Limitaciones de la investigación	15
CAPÍTULO II MARCO TEORICO	
2.1. Antecedentes de la investigación	17
2.2. Bases teóricas y científicas	21
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada	53
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación	56
3.2. Población y muestra.....	56
3.3. Hipótesis	57
3.4. Variables – Operacionalización.....	58
3.5. Métodos y técnicas de investigación	59
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	67
CAPÍTULO IV ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	
4.1. Resultados descriptivos	70
4.2. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis	71
CAPÍTULO V DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	80
5.2. Conclusiones.....	84
5.3. Recomendaciones.....	85
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de la muestra.....	57
Tabla 2	Operacionalización de la variable ansiedad.....	58
Tabla 3	Operacionalización de la variable agresividad.....	59
Tabla 4	Validez de contenido del Inventario de ansiedad BAI.....	61
Tabla 5	Validez de constructo del Inventario de ansiedad de Beck (BAI)..	62
Tabla 6	Confiabilidad por consistencia interna del Inventario de ansiedad BAI.....	63
Tabla 7	Baremos generales del Inventario de ansiedad BAI.....	63
Tabla 8	Validez de contenido del Cuestionario de agresividad AQ.....	65
Tabla 9	Validez de constructo del Cuestionario de agresividad AQ.....	66
Tabla 10	Confiabilidad por consistencia interna del Cuestionario de agresividad de Buss y Perry.....	67
Tabla 11	Baremos generales del Cuestionario AQ.....	67
Tabla 12	Niveles de la ansiedad y sus dimensiones.....	70
Tabla 13	Niveles de la agresividad y sus dimensiones.....	70
Tabla 14	Normalidad de la ansiedad y sus dimensiones.....	71
Tabla 15	Prueba de normalidad de la agresividad.....	71
Tabla 16	Comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función del sexo.....	72
Tabla 17	Comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función de la edad.....	73
Tabla 18	Comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función de si estudia.....	74
Tabla 19	Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función del sexo.....	75
Tabla 20	Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función de la edad.....	76
Tabla 21	Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función de si estudia.....	77
Tabla 22	Relación entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad.....	78
Tabla 23	Relación entre la agresividad y ansiedad.....	78

ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN PRACTICANTES DEL DEPORTE DE COMBATE QUE ASISTEN A DIEZ CENTROS DEPORTIVOS EN LIMA SUR

JUAN JOSE TRUJILLO LEANDRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se estableció la relación entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur, con una metodología de tipo correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 177 deportistas de contacto, de los cuales el 14.1% fue femenino y el 85.9% masculino. Se aplicó el Inventario de ansiedad de Beck – BAI y el Cuestionario de agresión de Buss y Perry. Se encontró que existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre la ansiedad y la agresividad, por lo tanto, los deportistas que presentaron un mayor nivel en la ansiedad, obtuvieron una mayor presencia de agresividad. Para los niveles de la ansiedad general el 22.0% fue bajo y el 14.1% alto; mientras que, en la dimensión afectivo el 31.1% fue moderado, en la dimensión cognitivo el 27.1% tendencia bajo, en la dimensión somático y en 25.4% fue tendencia alto. se encontró que para la agresividad general el 27.1% fue tendencia bajo y el 14.7% tendencia alto; mientras que, en la dimensión agresividad física el 20.9% fue bajo, en agresividad verbal el 27.7% moderado, en hostilidad el 23.7% fue moderado, finalmente en ira el 24.3% fue tendencia bajo.

Palabras clave: ansiedad, agresividad, deportistas.

ANXIETY AND AGGRESSIVITY IN COMBAT SPORTS PRACTICANTS ATTENDING TEN SPORTS CENTERS IN LIMA SUR

JUAN JOSE TRUJILLO LEANDRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The relationship between aggressiveness and anxiety was established in combat sport practitioners attending ten sports centers in South Lima, with a correlation and cross-sectional methodology. The sample consisted of 177 contact athletes where 14.1% were female and 85.9% low. The Beck - BAI Anxiety Inventory and the Buss and Perry Aggression Questionnaire were applied. It was found that there is a statistically significant and positive relationship between anxiety and aggressiveness, therefore, athletes who presented a higher level of anxiety, obtained a greater presence of aggressiveness. For general anxiety 22.0% was low and 14.1% high; while, in the affective dimension 31.1% was moderated, in the cognitive dimension 27.1% low trend, in the somatic dimension and in 25.4% it was high trend. it was found that for general aggression 27.1% was low trend and 14.7% high trend; while, in the physical aggressiveness dimension 20.9% was low, in verbal aggression 27.7% moderate, in hostility 23.7% was moderate, finally in anger 24.3% was a low trend.

Keywords: anxiety, aggressiveness, athletes.

ANSIEDADE E AGRESSIVIDADE EM PRATICANTES DE ESPORTES DE COMBATE QUE FREQUENTAM DEZ CENTROS ESPORTIVOS EM LIMA

JUAN JOSE TRUJILLO LEANDRO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A relação entre agressividade e ansiedade foi estabelecida em praticantes de esportes de combate em dez centros esportivos no sul de Lima, com uma metodologia de correlação e transversal. A mostra foi constituída por 177 atletas de contato, dos quais 14,1% eram do sexo feminino e 85,9% baixos. Foram aplicados o Inventário de Ansiedade Beck - BAI e o Questionário de Agressão de Buss e Perry. Verificou-se que existe uma relação estatisticamente significativa e positiva entre ansiedade e agressividade; portanto, atletas que apresentaram maior nível de ansiedade obtiveram maior presença de agressividade. Para ansiedade geral, 22,0% foi baixo e 14,1% alto; enquanto na dimensão afetiva 31,1% foi moderada, na dimensão cognitiva 27,1% baixa tendência, na dimensão somática e em 25,4% alta tendência. verificou-se que, para a agressão geral, 27,1% eram de baixa tendência e 14,7% de alta; enquanto na dimensão agressividade física 20,9% foi baixa, na agressão verbal 27,7% moderada, na hostilidade 23,7% moderada e finalmente na raiva 24,3% foi baixa tendência.

Palavras-chave: ansiedade, agressividade, atletas.

INTRODUCCIÓN

El análisis de la ansiedad es importante pues se trataría de una experiencia negativa que genera desgaste en los deportistas de combate, quienes se encuentran padeciendo estas dificultades pues se observan a sí mismo bajo peligro, ellos perciben que se encuentran bajo amenaza pues con anterioridad han padecido algún tipo de robo o lo han observado por los medios televisivos. La ansiedad es aquel conjunto de respuestas que aparece frecuentemente cuando los sujetos se encuentran evaluando la situación como hostil, pensando que no podrán hacerle frente a esta o que se verían a menudo envueltos en un conjunto de situaciones problemáticas.

En el capítulo uno, se presenta el problema de investigación, del cual se estaría encontrando la descripción de la realidad problemática con los datos más relevantes en cuanto a las variables, cerrando con la pregunta de investigación la cual fue resulta en la elaboración del informe. Siguió los objetivos (general y específicos); así como la justificación y limitaciones presentadas en el desarrollo de la investigación.

En el capítulo dos, se presenta el marco teórico, donde resalta la presencia de los antecedentes tanto a nivel internacional como nacional de los datos presentados, donde se estaría teniendo la presencia de los estudios más próximos al planteado en el informe; además, se prosiguió con las bases teóricas y científicas, donde se recolectó la información teórica más resaltante con respecto al desarrollo de los datos planteados en la investigación realizada. Finalmente, se identificaron la definición básica de la terminología empleada en el estudio.

En el capítulo tres, se presenta el marco metodológico, donde se establece el tipo y diseño que seguirá el estudio, segundo por la delimitación de la población y muestra empleada para la recolección de los datos en torno a la ansiedad y la agresividad. Se prosigue con las hipótesis (general y específicas); así como la definición de las variables operacionalmente. A continuación, se realiza el recuento de las técnicas e instrumentos utilizados en la investigación para finalizar con los procedimientos en la recolección y análisis de los datos planteados.

En el capítulo cuatro, se presenta el análisis e interpretación de los resultados, donde se estaría haciendo énfasis en la descripción de las variables en función a las variables sociodemográficas, para realizar su descripción en función a las frecuencias y porcentajes; así como, en su comparación en función al sexo, edad, trabaja y centro. Finalmente se revisó los resultados del análisis de correlación de la ansiedad y agresividad en los deportistas de contacto.

Finalmente, en el capítulo cinco, se presenta la discusión de la investigación a partir de los datos encontrados y su análisis con los antecedentes señalados en el estudio, para continuar con las principales conclusiones del estudio y finalmente las recomendaciones de la investigación.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

La violencia es de los problemas más relevantes en la convivencia en sociedad, pues como lo mencionaría el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP, 2019) se han registrado 86 334 casos de violencia, siendo estos ataques contra la mujer, violencia sexual y aquella que se daba dentro del ámbito familiar desde enero a Julio de lo que va en el año, siendo las mujeres quienes recibían el 86% de los actos violentos y los varones solo el 14%, ante lo cual siguen existiendo agujeros de conocimiento para poder explicar por qué siguen apareciendo casos de violencia.

En los jóvenes que practican deportes se registra la presencia de comportamientos agresivos, como lo mencionó González-García, Pelegrín y Garcés (2017), quienes mencionaron que ellos se debería la preferencia por emplear su fuerza física al verse frustrados, aunque ello se vería influenciado por otros elementos como la cultura o factores familiares. Por ello Dardón (2014) mencionaba que los deportistas con prácticas en taekwondo en la ciudad de en Quetzaltenango-Guatemala estaría reportando un 92.0% de comportamientos agresivos en su vida diaria, siendo Gallardo-Peña, Domínguez-Escribano y Gonzales (2019) quienes mencionarían que los jóvenes que practican deportes de contacto tiene mayores dificultades para identificar sus emociones disruptivas en comparación de quienes practican otro tipo de deporte, siendo ello un problema latente al estar expuestos a situaciones de estrés.

La presencia de alternaciones emocionales en los adolescentes ha representado uno de los problemas más alarmantes en el ámbito de la salud mental en el mundo, así lo evidencio la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), ya que entre el 10 al 20% de los adolescentes con trastorno psicológico siguen sin ser diagnosticados; mientras que 16% de la carga mundial de enfermedades y lesiones estaría vinculada a la presencia de trastornos emocionales. En cuanto a la depresión más de 300 millones de personas se han visto afectadas por este problema en el mundo, así mismo, en el año 2016 1.1. millones de adolescentes fallecieron por complicaciones que pudieron ser prevenibles (donde estuvo involucrado la presencia de los trastornos emocionales).

La ansiedad representa uno de los trastornos emocional que forma parte del grupo de desórdenes emocionales que perturba el normal funcionamiento de los adolescentes (Chirio, 2017), les lleva a experimentar situaciones de forma desagradable, aversivas y con mucho temor, lo que terminaría generando consecuencias negativas en su normal desarrollo, como puede ser el uso de conductas de escape de forma reiteradamente cada vez que se ve amenazada, como en una exposición, en la presencia de una situación amenazante como un animal al cual ha adjuntado propiedades de sus experiencias infantiles traumáticas o el miedo a la evaluación de los demás, de esta forma se estaría cortando el normal flujo de sus actividades, las cuales serían importantes en su desarrollo y adquisición de nuevas destrezas para posibilitar su mejora, tanto académica como personal.

La ansiedad ha sido denominada como patológica, pues es una respuesta que solo en sus mínimas dosis resulta adaptativa, pero cuando incrementa entorpece la toma de decisiones, afecta el juicio o reduce la creatividad, pues el organismo estaría preparándose para escapar en objetivo de garantizar la supervivencia, no teniendo interés en la mejora de otras habilidades; así mismo, mientras más se prolongue este problema puede afectar el hábito de sueño, padeciendo insomnio o sufriendo para lograr tener un alto nivel de aprendizaje. En consecuencia, se pueden llegar a padecer otros problemas físicos e inclusive que la sensación de aprehensión y angustia lleve al adolescente a creer que el único escape es quitándose la vida. Por otro lado, la ansiedad pone al adolescente en estado de alerta, buscando con desesperación alguna salida que le permita reducir dicha experiencia de angustia, pudiendo caer en el consumo de sustancias psicoactivas (Junco, 2021), en el empleo de conductas sexuales de riesgo (Arango, 2021) o el uso de conductas agresivas (Gutiérrez, 2018).

Los estudiantes con mayor presencia de ansiedad estarían manifestando mayores niveles en su conducta agresiva, pues en ocasiones cuando la sensación de aprehensión es tan alta, esta resultaría ser una de las únicas formas con las cuales se puede reducir dicha carga emocional, pues justamente el problema de las conductas agresivas para el propio adolescente es el papel inhibitor en la sensación de inseguridad; así como, en la tensión emocional, ello lo estimularía a continuar con la emisión de sus conductas agresivas hacia sus compañeros, justificándola bajo el marco de consecuencias emocionales que tiene para él mismo. Las conductas

agresivas dentro del ámbito escolar facilitarían la presencia de otros fenómenos desadaptativos como ya han sido encontrados en Lima metropolitana, tal como la presencia de conductas antisociales – delictivas, el incremento del bullying (Hernández, 2019).es en base a todo lo mencionado previamente que se forma el siguiente problema de investigación.

¿Cuál es la relación entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur?

1.2. Justificación e importancia

La investigación presentó pertinencia de tipo teórica, ya que se realiza un aporte de datos sobre la agresividad y ansiedad en los adolescentes que se encuentran asistiendo a cuatro centros deportivos, dando una contribución dentro de una población poco estudiada.

La investigación tuvo pertinencia de tipo metodológica, ya que se revisaron las propiedades psicométricas de validez de contenido a través de jueces expertos y la confiabilidad a través de su grupo piloto del Cuestionario de agresividad AQ y el Inventario de ansiedad BAI.

Finalmente, la investigación presentó pertinencia de tipo práctica, ya que, al reportar los datos de la correlación entre ansiedad y agresividad en los deportistas de contacto, se puede proponer la elaboración y ejecución de un programa psicológico.

1.3. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Establecer la relación entre ansiedad y agresividad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur

Objetivos específicos

1. Describir los niveles de la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur
2. Describir los niveles de la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur
3. Comparar la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, traba y centro
4. Comparar la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, traba y centro
5. Determinar la relación entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur

1.4. Limitaciones

La investigación presento limitaciones en cuanto a la generalización de los resultados, debido que al acceso de la muestra no se pudo emplear alguna técnica de aleatorización que permitiese la posterior extrapolación de los resultados, decidiéndose que los resultados obtenidos servirán para analizar la presente muestra. Se contó con limitaciones en cuanto al acceso de antecedentes directos, ya que no hay acceso a investigaciones donde hayan realizado el análisis de correlación entre la ansiedad y agresividad de deportistas de contacto.

CAPÍTULO II
MARO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Chox (2018) desarrolló un estudio en el cual buscó establecer la relación entre rasgos de personalidad y agresividad en un grupo de adolescentes en Guatemala, contando con una metodología de tipo correlacional y un diseño no experimental-transversal. Su muestra fue conformada por 60 adolescentes con edades entre 14 a 17 años, siendo del departamento de Sololá en Guatemala. Les aplicó el Cuestionario INAS-87 de agresividad y el Cuestionario 16 factores de personalidad de Catell. Sus resultados señalaron que predominantemente había un nivel bajo de agresividad (45%); así mismo, no encontró relación significativa entre la presencia de agresividad y los rasgos de personalidad en los adolescentes en Guatemala.

García (2016) desarrolló una investigación en la cual tuvo como objetivo establecer la relación entre agresividad y estilo educativo paterno en un grupo de adolescentes en España, contando con una metodología de tipo correlacional con diseño no experimental-transversal. su muestra fue conformada por 271 adolescentes, con edades entre 14 a 17 años, donde 146 eran de sexo masculino y 125 femenino. Aplicó el Cuestionario de agresividad AQ y el Test de estilos educativos paternos. Sus resultados encontraron que a nivel general de la agresividad el 67% fue alto, siendo los de sexo masculino los que presentaban mayores puntuaciones; además, en torno a los estilos educativos paternos, el 55% fue adecuado. Finalmente, encontró que no había relación entre la agresividad de los adolescentes y los estilos educativos paternos.

Garrido (2015) realizó una investigación con el objetivo de establecer la relación entre agresividad y la resolución de problemas interpersonales en un grupo de adolescentes en España. Su metodología fue de tipo correlacional con un diseño no experimental. La muestra fue de 308 adolescentes con edades entre 13 a 16 años. Aplicó el Cuestionario de agresividad AQ y el Test de resolución de problemas interpersonales. Sus resultados indicaron que había predominantemente un mayor nivel de agresividad (68%) y en resolución de problemas interpersonales el 48% era alto. No encontró relación entre ambas variables en los adolescentes en España.

Couoh, Góngora, García, Macías y Olmos (2015) desarrollaron una investigación titulada ansiedad y autoestima en escolares de educación primaria de Mérida, Yucata desarrollada en el país de México. Donde tuvieron como objetivo establecer la relación entre ansiedad y autoestima en una muestra de niños que cursan nivel primario. Emplearon una metodología de tipo observacional con un diseño no experimental y de corte transversal. Su muestra estuvo conformada por 109 niños de 9 a 12 años donde 60 fueron de sexo femenino y 49 masculino. Aplicaron la Escala de ansiedad para niños y la Escala de autoestima de Reyes y Hernández. Luego de análisis de datos encontró que los participantes de sexo femenino tenían un mayor nivel en comparación de los varones ($t=1.62$; $p=.010$); mientras que, para la ansiedad al compararla en función del sexo encontró que no existía diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres ($t=-1.40$; $p=.162$). Finalmente, no encontró relación estadísticamente significativa entre la autoestima y ansiedad social.

López (2014) realizó una investigación titulada autoestima y conducta agresiva en jóvenes (estudio realizado en instituto básico por cooperativa de Mazatenango, Suchiteéquez) la cual fue desarrollarla con el objetivo de analizar la presencia de la autoestima y la conducta agresiva en una muestra de adolescentes en Uruguay. Su metodología fue de enfoque cuantitativo con un nivel descriptivo y de diseño no experimental. Tuvo una muestra de 80 adolescentes con edades entre 14 a 17 años. A quienes aplicó el Test EAR de autoestima y el Test INAS – 82 de agresividad. En cuanto a sus principales resultados, encontró que para la autoestima el 4.0% de los participantes tenían un nivel bajo, el 60.0% un nivel moderado y finalmente el 36.0% un nivel alto; así mismo, para la variable agresividad el 6.0% fue bajo, el 39.0% moderado y el 55.0% alto. Finalmente, concluyó que los adolescentes que tenían una mayor presencia de agresividad tenían una autoestima alta.

Batallas (2014) realizó una investigación titulada agresividad, hostilidad e ira en adolescentes que juegan videojuegos con el objetivo de describir y analizar la asociación entre la agresividad y el uso de videojuegos en una muestra de adolescentes en Ecuador. Utilizando una metodología de nivel descriptivo con un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental. Su muestra fue de 241 adolescentes con un rango de edad entre 13 a 18 años. Utilizó el Cuestionario

psicosocial de hábitos y el Cuestionario de agresividad AQ de Buss y Perry (1992). Para sus resultados, encontró que el 85.90% de los participantes realizan conducta de juego frecuente; mientras el 14.10% no, siendo los adolescentes de 17 a 18 años quienes más tiempo se encuentran jugando. Para la agresividad, identificó que el 53.6% presentaba agresividad física, el 45.4% agresividad verbal, el 50.2% frecuente experimentación de ira y el 50.7% de los adolescentes una actitud de hostilidad. Finalmente, no encontró asociación estadísticamente significativa entre el uso de videojuegos y la conducta agresiva.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Rojas (2018) realizó un estudio con el objetivo de establecer la relación entre la ansiedad y agresividad en un grupo de adolescentes que permanecen en el centro comercial Arenales Plaza en Lima. Su metodología fue de tipo correlacional con un diseño no experimental. La muestra fue de 150 adolescentes donde el 91.3% fue de sexo masculino y el 8.7% femenino, con edades comprendidas entre los 14 a 19 años. Les aplicó el Inventario de ansiedad estado – rasgo IDARE y el Cuestionario de agresividad AQ. Sus resultados indican que para la variable ansiedad estado y rasgo predominantemente estaba el nivel alto; así mismo, para la agresividad también era el nivel alto. Finalmente, encontró relación estadísticamente significativa, donde a mayor presencia de agresividad tenían los adolescentes, mayor fue su ansiedad en Lima.

Tineo y Berna (2017) desarrollaron una investigación con el objetivo de establecer la relación entre la ansiedad y agresividad en un grupo de adolescentes en Chiclayo. Su metodología fue de tipo correlacional con un diseño no experimental-transversal. su muestra fue de 189 estudiantes con edades entre 12 a 17 años, siendo el 45% femenino y el 55% de sexo masculino. Aplicaron el Inventario de ansiedad estado-rasgo IDARE y Cuestionario de agresividad AQ. Sus resultados indicaron que para la ansiedad el 29.6% fue bajo y el 25.4% alto; así mismo, para la agresividad el 28% fue bajo y el 25.4% alto. Finalmente, encontraron relación entre ambas variables, encontrándose mayor agresividad en los adolescentes que tenían una mayor experiencia de ansiedad en Chiclayo.

Rivera (2017) desarrolló una investigación donde buscó establecer la relación entre la agresividad y dependencia emocional en un grupo de jóvenes universitarios en Lima, empleando una metodología de tipo correlacional con un diseño no experimental-transversal. La muestra fue de 500 estudiantes de la carrera de psicología, con edad de 17 a 25 años, siendo 349 de sexo femenino y 151 masculino. Aplicó el Cuestionario de agresividad AQ y la Escala ACCA de dependencia emocional. Sus resultados mostraron que para la agresividad el 16.20% es de nivel alto; así mismo, para la dependencia emocional el 18.8% fue alto. No encontró relación estadísticamente significativa entre la agresividad y la dependencia emocional en los estudiantes universitarios.

Joronda (2017) realizó una investigación cuyo título fue ansiedad y agresividad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de instituciones educativas públicas de los Olivos, motivo por el cual tuvo como objetivo establecer la relación entre ansiedad y agresividad en una muestra de adolescentes que asistencia a instituciones educativas en el distrito de los Olivos. Su metodología fue de enfoque cuantitativo con un nivel correlacional y un diseño no experimental – transversal. Aplicó a 362 adolescentes que cursan cuarto y quinto año de secundaria de instituciones educativas en los Olivos. Aplicó la Escala de autoevaluación de ansiedad de Zung y el Cuestionario de agresividad AQ de Buss y Perry. Sus resultados indicaron que para la ansiedad el 18.0% fue muy bajo, el 23.2% bajo, el 24.0% moderado, el 13.3% alto y el 21.5% muy alto; así mismo, para la agresividad encontró que el 14.6% fue muy bajo, el 26.5% bajo, el 31.5% moderado, el 16.6% alto y el 10.8% muy alto. Además, no encontró diferencias estadísticamente significativas al comparar las dos variables en función del sexo. Finalmente, encontró una correlación estadísticamente significativa y directa entre la ansiedad y la agresividad. Concluyó que a mayor presencia de ansiedad, los adolescentes tuvieron mayor agresividad.

Málaga (2017) en su investigación titulada Ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas nacionales del distrito de Ancón, donde se tuvo como objetivo establecer la relación entre la ansiedad y agresividad en una muestra de adolescentes en el distrito de Ancón. Su metodología fue de tipo correlacional con un diseño no experimental de corte transversal. Su muestra fue 306 estudiantes con edades comprendidas entre los 12 a 16 años,

quienes cursaban de primer a quinto año de secundaria. Aplicó la Escala de Magallanes de ansiedad EMANS y el Cuestionario de agresividad AQ de Buss y Perry. Encontró que para la ansiedad el 26.8% fue leve, el 11.4% moderado y el 61.8% alto; así mismo, para la agresividad el 27.1% muy bajo, el 4.2% bajo, el 11.4% moderado y el 57.2% alto. Encontró relación estadísticamente significativas y directas entre la ansiedad y la agresividad; así mismo, encontró relación entre las dimensiones de la agresividad con la ansiedad.

2.2. Bases teóricas y científicas

2.2.1. Ansiedad

Conceptos

La ansiedad es comprendida como un trastorno del estado afectivo, pues está caracterizado principalmente por la vivencia de emociones negativas como la angustia, miedo, o desesperación; además, de encontrarse acompañada de otras respuestas como la presencia de respuestas desadaptativas en el nivel fisiológico, tales como la aceleración de sus latidos cardiacos, sudoración palmar, migraña, dolores de cabeza, vértigo u torpeza motora. Es decir, es una respuesta frecuentemente considerada como de emociones intensas que perturban el libre funcionamiento de los individuos, al punto que los obligaría a encontrarse enfrentando situaciones con un menor nivel de capacidad presentado (Martínez-Monteagudo, García-Fernández, e Inglés, 2013; Pacheco, 2019; Junco, 2021).

Por su parte Moreno, Krikrian y Palacio (2015) mencionarían que la ansiedad aparece en la medida que los sujetos se encuentran frente de situaciones altamente amenazantes, o por lo menos sería lo que ellos estarían considerando en estas situaciones, además, mencionó que estos sujetos estarían prolongando dicha experiencia, lo que recién volvería a la ansiedad como un trastorno psicológico, pues está en sus mínimas proporciones prepara al organismo al escape de la situación, pues es muy amenazante, pero cuando dicha respuesta se prolonga, genera bloqueo mental, cansancio, agotamiento, falta de lucidez en sus ideas, y creencia de que no puede hacer frente a dicha situación. Por ello la ansiedad aparece como una

respuesta adaptativa que permite la supervivencia, siendo considerada como adaptativa solo cuando su presencia es mínima y posibilita garantizar la propia seguridad, peor cuando ello no se da así, por el contrario, genera un bloqueo al alcance la solución, ello es desadaptativo.

Para Pacheco (2019) la ansiedad es una respuesta emocional negativa y desadaptativa, la cual surge como producto de un mal procesamiento de la información, donde el adolescente incrementa la valoración de aquellos acontecimientos que pueden representar un peligro para él, y minimiza las evidencias externas que podrían garantizarle mayor seguridad, a la vez que reducir la potencialidad de sus propios recursos personales para hacer frente a dicha situación. Se trata de una experiencia desagradable que termina facilitando la adquisición de adicciones comportamentales, a la vez que está caracterizada por la presencia de respuestas en tres conjuntos, siendo la primera las somáticas, seguida por las respuestas afectivas y cognitivas.

Para Junco (2021) la ansiedad es un conjunto de respuestas egodistónicas que el individuo no desea experimentar y que se encuentran siendo frecuentemente vivenciadas al no conseguir tener acceso a una fuente de inhibición de la ansiedad. Se desarrolla en una relación de dependencia, pues bajo los propios recursos personales el sujeto habría aprendido que no puede manejar su ansiedad si no cuenta con algún recurso que pueda utilizar frecuentemente para reducirla, cayendo fácilmente en alguna adicción comportamental o de sustancias psicoactivas. Para esta autora las respuestas experimentadas por sujetos altamente ansiosos serían aquellas que se viven dentro de situaciones de alto riesgo, siendo situaciones distorsionadas por el mal procesamiento de la información que han desarrollado, ello les haría creer que no tienen control sobre su vida o no poseen las destrezas para manejar sus problemas, por lo que intentarían escaparse de ellas a través de un placebo.

Pereyra (2008) definió a la ansiedad como una respuesta afectiva disfuncional donde el individuo reporta malestar tanto a nivel fisiológico, lo cual resultaría peor si dicho reporte se da de forma diaria, generando un gran cansancio en el individuo, a la vez que facilita la desadaptabilidad tanto en sus actividades cotidianas como en la relación intrapersonal consigo mismo. Ellos desearían escapar de dicha ansiedad, sin

embargo, ello hará que entren en un patrón de escape de sus problemas, lo que estaría haciendo que no afronten aquellos acontecimientos que desencadenan la ansiedad en él. Este autor fue puntual en señalar que la prolongación de los llamados síntomas de la ansiedad desarrollaría un trastorno de ansiedad guiado a un acontecimiento, como puede ser la presencia social u otra similar.

Por su parte Martínez-Otero (2014) conceptualizó a la ansiedad como un conjunto de reacciones incómodas y disfuncionales que se van desarrollando de forma directamente proporcional con la experiencia de situaciones amenazadoras, siendo los adolescentes que hayan tenido experiencias tempranas de mayor malestar, amenaza u peligro quienes estarían mucho más sensibilizados a vivenciar situaciones de gran temor en el futuro, pues estarían asociando dichas situaciones en la adolescencia, con los grandes temores que tuvieron en su infancia, ya que a menor edad la experiencia de estos sucesos fue traumática, pues se sentían mucho más vulnerables que en la adolescencia.

Modelos de la ansiedad

Modelo de cognitivo de la ansiedad

Desde el modelo propuesto por Beck y Emery (1985) se entiende a la ansiedad bajo el mismo modelo que la depresión, es decir como un trastorno psicológico que tiene como causa una serie de elementos tanto de índole biológico como psicológico, de los cuales el componente que más importancia tendrá en la actualidad para el paciente sería el cognitivo, en el cual hay una serie de errores cognitivos por dificultades en el procesamiento de la información, dando como final productos cognitivos que van a resultar desadaptativos para estas personas. En el instrumento que proponen se miden principalmente los elementos somáticos pues estos son de los cuales los pacientes son mucho más conscientes, así como la percepción de pérdida de control, donde aparece por ejemplo el temor a morir por que no se cree capaz de soportar todo o que está viviendo en ese momento. Para estas personas la experiencia de ansiedad de ansiedad es tan desbordante que termina generándole problemas en toda su adaptación, por lo tanto, les va a traer un gran coste emocional.

Estos autores al igual que con la depresión, no distinguen cuales han sido los factores precisos que han llevado a este sujeto a tener una gran experiencia de ansiedad, por que mencionar que pasa los fines terapéuticos lo más importante es lo actual, el estado que se experimenta en este momento, siendo ello lo que llevaría a los sujetos a vivir en perturbación. Las respuestas somáticas y afectivas estarían siendo la experiencia provocada por la estructura cognitiva, en el cual se percibe al mundo y al futuro como muy amenazantes, y a sí mismo como alguien sin la capacidad suficiente para poder hacerle frente. Esos esquemas disfuncionales pueden ser descubiertos a través de las entrevistas semiestructuras y otros protocolos más direccionados hacia la identificación de tales distorsiones; sin embargo, Beck, Emery y Greenberg (1985) elaboraron el presente modelo de medición centrado en la identificación del grado de ansiedad que estaría viviendo un adolescente o adulto como trastorno, siendo desde esta perspectiva importante la medición de los tres principales componentes:

- 1. Dimensión Afectivo** Se trata de las respuestas subjetivas emocional que experimenta el sujeto, tales como la angustia, miedo, desesperanza, nerviosismo o temor ante una determinada situación.
- 2. Dimensión Cognitivo** Se trata de las respuestas anticipadas de carácter inflexible acerca de sí mismo, los demás y el futuro, tales pensamientos tendrían contenidos en donde el sujeto resulta afectado por las contingencias del ambiente, le acontece lo peor u obtiene una consecuencia catastrófica.
- 3. Dimensión Somático** Se trata de las respuestas físicas que se experimentan en el estado de ansiedad, tales como la hiperventilación, sudoración excesiva, dolores de cabeza, sensación de hormigueo, náuseas, etc.

Modelo contextual de la ansiedad

El presente modelo se basa en la filosofía del conductismo radical y fue determinada por Hayes et al. (2012), quienes explican que la ansiedad va a estar siendo mantenida por un repertorio de proceso cognitivos que las personas se van a encontrar experimentando debido al aprendizaje generado en algún momento de su

historia de vida. Sin embargo, el hecho puede haber ocurrido de forma real pero las condiciones que se encuentran liberando la presencia de reacciones ansiosas van a estar relacionadas con el hecho de evitar experimentar dichas sensaciones consideradas como desagradables, las cuales al conseguir ejecutar alguna actividad que impida la experiencia de ansiedad van a estar guiando sus diferentes comportamientos en base a la reducción de las sensaciones ansiosas con otras que el puedan generar mayor placer de forma momentáneo.

El modelo contextual va a entender la problemática de ansiedad, así como también otras problemáticas denominadas como trastornos psicológicos, como una etiqueta que no determina ninguna característica de mantenimiento de la problemática, siendo determinado una nueva visión del modelo transdiagnóstico el cual engloba a una serie de problemáticas que van a estar mantenidas por los aspectos relacionados con las experiencias privadas que a su vez se encuentran intensificando las sensaciones de ansiedad y otras problemáticas. Motivo por el cual, la base de la intervención constituye en la puesta en práctica de los procesos determinados como la aceptación, difusión, atención al momento presente, el yo como contexto, la vida centrada en los valores y el compromiso con las acciones, los cuales permiten a la persona alcanzar una mejor orientación de sus valores a pesar de poder contar con reacciones y cogniciones negativas (Hayes, et al., 2012).

Modelo biológico de la ansiedad

Como es bien sabido, la ansiedad es una variable que no solo se encuentran relacionada con aspectos psicológicos o emocionales, sino cuenta con una mayor carga respecto a los aspectos biológicos con los que puede contar el propio sujeto, siendo esto variado de persona en persona según las experiencias, accidentes o lesiones, el consumo de drogas, entre otras situaciones que puedan estar alterando el desarrollo. De tal forma que se considera a la ansiedad relacionada por aspectos fisiológicos que van a activarse en función de la interacción de la persona con el medio que lo rodea; motivo por el cual también van a existir ciertos problemas médicos que van a estar generando una mayor ocurrencia de ansiedad, tal como la hormona tiroidea que puede ser activada producto de medicamentos, los cuales desarrollan mayores características ansiosas (Stahl, 2011).

En base a lo mencionado, se reconoce que gran parte de sistema encargado del procesamiento de toda la información es el sistema nervioso, el cual capta la información del exterior en base a las experiencias previas, las cuales van a alertar al organismo para poder huir o ponerse a salvo, así como también, se encarga de captar las señales brindadas por el sistema simpático que detecta las situaciones de tensión, para poder activar el sistema parasimpático y poder regular a estados normales si la situaciones alarmante desaparece. Una de las características de las personas va a ser la condición verbal, la cual permite activar al sistema simpático a voluntad propia con las verbalizaciones condicionadas a sensaciones aversivas (Stahl, 2011).

Características de la ansiedad

A menudo los sujetos con una experiencia de ansiedad elevada suelen presentar una sintomatología o experiencia similar, a la vez que la manifestación que emplearían podría dar una clara evidencia de las características de estos individuos, aunque es posible entre distinguir de sujetos con una mayor presencia de ansiedad, así como, los individuos que experimentan una menor presencia. De esta forma los sujetos con mayor tranquilidad, flexibilidad cognitiva, sensación de control sobre sus actividades, que sienten que tienen las destrezas suficientes para hacer frente a las situaciones, que son capaces de resolver problemas, entre otras características sería lo frecuentemente encontrado en estos individuos con baja presencia de ansiedad (González, Marcilla y González, 1996; Jadue, 2001).

Las características dentro del fenómeno psicológico puede ser confundidas con otras de las descripciones que se suelen hacer, sobre todo en los fenómenos psicológicos donde la delimitación aun no queda clara por la etapa de pre desarrollo que tiene para algunos autores el paradigma general, mientras que otros estarían mencionando que las evidencias encontradas en el laboratorio ya podrían dar la seguridad de proponer un modelo integrado en la psicología; sin embargo, al no quedar claro se cofunden características con síntomas. Los primeros solo hacen referencia a lo frecuentemente encontrado, mientras lo segundo alude netamente a lo clínicamente relevante, aunque haya otras manifestaciones típicas (Martínez-Monteagudo, García-Fernández, e inglés, 2013; Bados, 2005).

A partir de lo analizado por Pascuzzo, Cyr y Moss (2013) se puede comprender que los sujetos con mayor experiencia de ansiedad estarían frecuentemente tensos, lo que sería visible en la rigidez muscular manifestada al realizar sus actividades, observándose como muy rígidos en sus movimientos, o empleando una fuerza desproporcionada. A menudo cuando la experiencia de sobrecarga es intensa, los individuos pierden el control sobre la situación, sensación que es incrementada por la presencia de pensamientos rígidos donde se culpa por la situación, pues estarían entendiendo que es su propia ineficiencia la que hizo posible que no tenga oportunidad alguna para garantizar la seguridad en la solución de la situación. La sensación de pérdida de control de la situación es algo muy frecuente en los sujetos altamente ansiosos, por ello son descritos como inseguros, no están totalmente convencidos que la elección que están realizando es la adecuada, por el contrario, considerarían que dicha respuesta generara consecuencias negativas tanto para el mismo.

La ansiedad es entendida como un comportamiento desadaptativo esencialmente aprendido desde la postura conductual, por ello para esta postura los adolescentes se encontrarían realizando algún tipo de conducta que funciona como reforzador de la experiencia de ansiedad, siendo la falta de planificación algo característico de estos individuos, quienes estarían experimentando constantemente culpa contra sí mismos, inseguridad y ansiedad en todo lo respectivo de esa situación, además, se encontrarían vivenciando mayor inseguridad, pues su memoria sería la responsable que facilitara el recurso de anteriores experiencias de fracaso, razón por la cual la autoeficacia mostrada ante nuevas situaciones es menor (Delgado, Inglés y García-Fernández, 2013).

Mayor sensibilidad emocional ante situaciones nuevas, pues los adolescentes más ansiosos suelen tener mayor facilidad para desarrollar temor ante las nuevas situaciones, mostrándose mucho más alarmados que sus compañeros, quienes estarían vivenciando dichas situaciones con menor preocupación. La sensibilidad emocional ha sido defendida por las posturas de mayor inclinación biológica, donde se ha creído que la experiencia de ansiedad estaría mayormente predispuesta en algunos sujetos, quienes han nacido con una reactividad emocional mucho más sensible en comparación de otros individuos. Esto a menudo suele ser englobado en

el concepto de ansiedad rasgo, donde se considera que, dentro de la personalidad, hay una clara tendencia a manifestarse mucho más temeroso y con frecuente presencia de reacciones neurovegetativas con la aprehensión y temor acusado ante la constante valoración de peligro.

A nivel cognitivo, estos sujetos suelen caracterizarse por la valoración de situaciones peligrosas por encima de las situaciones más gratificantes, situación similar a la mencionada por Beck y Emery (1985) en la denominada economía cognitiva donde estos sujetos valoraban mucho más las situaciones negativas, y descartaban todas aquellas situaciones que retiraban validez a sus distorsiones cognitivas. En el caso de los individuos más ansiosos, sus pensamientos girarían con mayor tendencia en torno a las situaciones de peligro, riesgo o humillantes, pudiendo ser desde la persecución de un perro hasta hacer el ridículo en una exposición frente a sus compañeros. De cualquier forma, el adolescente estaría viviendo una realidad distorsionada a la de sus compañeros, experimentando mayor tensión y miedo frente a tales eventos cotidianos.

Finalmente, las características de las personas altamente ansiosas suele serla herramienta con la cual pueden ser identificados tanto en el área clínica como en otros ámbitos, pues este tipo de trastornos emocionales genera pérdida de la funcionalidad en el desarrollo de sus actividades, por ejemplo, en el caso de los adolescentes entorpece la labor de aprendizaje, así como, las relaciones interpersonales que tiene.

Consecuencias negativas de la ansiedad

Las consecuencias negativas de la ansiedad se encuentran principalmente referidas a la dificultad que genera en el desarrollo de distintas actividades necesarias para el desarrollo, más particularmente los adolescentes necesitan tener contacto interpersonal, para desarrollar su propio autoconcepto, a la vez que se sienten con mayor aceptación hacia sí mismos, pues en esta etapa estarían finalizando el desarrollo de su personalidad con la cual enfrentarían las responsabilidades que se les avecina en la etapa de la adultez, por ello estos deben encontrarse observando su desempeño interpersonal, sentirse aceptado por el grupo etario; sin embargo, cuando se experimenta mayor ansiedad en el ámbito interpersonal, los adolescentes

estarían híper vigilantes a aquellos gestos o muestras de desprecio que pueden mostrar los demás, atribuyéndolas a posibles deficiencias personales, sintiéndose aún más inseguridad, esto si se relaciona la ansiedad al ámbito social. Por parte de los temores, el adolescente vendría experimentando la consecuencia de su aprendizaje en años anteriores, donde al adquirir el miedo a situaciones de mayor temor como puede ser la presencia de animales o de ciertas circunstancias como encontrarse en un ascensor pueden aun mantenerse como un detonante a la experiencia aversiva.

Estas respuestas de ansiedad limitarían las actividades que pueden llevar a cabo, sintiéndose mucho más angustiados cuando sintiendo que por otra actividad (social o académica) deben de volver a exponerse ante ese evento temido, al cual se le agregaría el miedo a pasar vergüenza frente a sus compañeros.

La etapa escolar debe ser gratificante, pues se dese que los estudiantes continúen con el desarrollo de sus competencias académicas; sin embargo, cuando hay una fuerte presencia de ansiedad, esta se asocia con los estudios, siendo parte de la conducta de escape a los estudios, por ello a estos adolescentes les costaría mantenerse concentrados o sentir gratificación al realizar actividades académicas en la etapa universitario, no pudiendo agarrarle gusto a ellas a menos que dicha exposición sea frecuentemente agradable, lo que invertiría el aprendizaje y lo volvería positivo.

Para Beck, Emery y Greenberg (1985) la ansiedad ya como un trastorno estaría generando deterioro clínicamente significativo, término empleado por los manuales nosológicos el cual hace referencia que dicha condición o presencia recurrente de comportamientos interfieren el libre funcionamiento del individuo, al punto que este siente incapacidad para realizar aquellas actividades que con anterioridad no serían la misma valoración, todo lo contrario, estaba convencido que era capaz de realizarlas. Sobre todo, en el caso de la ansiedad, la presencia de pensamientos que fortalecen la sensación de estar abrumado lograría en el adolescente optar por una salida rápida, donde no deba enfrentar dicha situación de riesgo; es más, el estaría escapando ante este tipo de situaciones a otras donde se encuentre mucho más

capacitado para realizarlas de forma competente, entrando en un patrón de escape, el cual solo estarían agradando la sintomatología de ansiedad.

Otra de las consecuencias negativas de la alta presencia de ansiedad es la frecuencia de emociones negativas que se tienen, las cuales a la larga pueden complejizarse para alcanzar un nuevo nivel de desorden emocional, como puede ser la depresión o un trastorno obsesivo compulsivo, entre las posibles alternativas a padecer, lo cierto es que la experiencia de emociones negativas que tendrían estos sujetos con alto nivel de ansiedad afectaría toda experiencia vivida, con lo cual estarían necesitando alguna forma de reducir dicho estado de aprehensión, pudiendo caer como consecuencia de ello en el abuso de sustancias psicoactivas o de psicofármacos, pues sería el único elemento para ellos que les permitiría manejar tal estado de ansiedad de una forma más adaptativa (Beck, Emery y Greenberg, 1985). Dicha experiencia emocional negativa reduciría su presencia social, pues el grupo etario desearía frecuentar una gran variedad de contextos y situaciones, a lo que para el ansioso representarían una potencial exposición de situaciones de gran riesgo.

Otra de las consecuencias negativas es la reactividad emocional, pues ante la inminente valoración de peligro, se pueden optar por dos alternativas, la primera es aquella más conocida, que es el escape (que también involucra el bloqueo cognitivo o denominado comúnmente como congelarse); mientras que, la segunda es la respuesta de ataque, lo cual involucraría que los adolescentes se muestren frecuentemente irritables, agresivos, o con poca tolerancia a la frustración. Ello generaría un inmediato desajuste psicosocial en el ambiente escolar (Narro, 2018) pues generarían daño a sus compañeros y serían etiquetados como negativos por sus docentes, quienes optarían por apartarlo o rechazarlo. El problema es que la respuesta agresiva también es usada como una descarga de la tensión emocional que caracteriza a la respuesta de ansiedad, siendo mantenida por estos adolescentes a partir de las consecuencias positivas que le traerían.

Componentes de la ansiedad

La ansiedad desde la postura conductual es entendida como un conjunto de respuestas esencialmente aprendidas, las cuales pueden ser agrupadas según el

nivel de expresión conductual en el cual sean manifestadas, es de esta forma que los sujetos con mayor presencia de ansiedad estarían manifestando respuestas tanto fisiológicas, afectivas, cognitivas y motoras, por ello se suele clasificar dentro de la ansiedad a cuatro componentes. De esta forma la experiencia de cada sujeto altamente ansioso es fácilmente entendible por los demás, pues estarían comprendiendo bajo que vivencia se encuentra frecuentemente sometido.

- 1. Somático:** Se trata de todas aquellas respuestas ligadas al ámbito neurovegetativo, tales como las respuestas de sudoración palmar, mareos, sensación de vertido, temblor en las extremidades o sensación de estar confundido; también, puede manifestarse con alteraciones digestivas o en el ritmo de sueño, pues al encontrarse en un alto nivel de alerta, resultaría difícil conseguir la tranquilidad suficiente para descansar.
- 2. Afectivo:** Recoge las respuestas subjetivas emocionales esencialmente negativas, las cuales incrementan la experiencia de miedo, temor, angustia y facilita la elección de escape. Las emociones son adaptativas por que dan aquella sensación de peligro al organismo para facilitar la elección de escape, pero cuando estas se prolongan estarían manifestando en los estudiantes una mayor experiencia negativa en torno a la forma de realizar sus actividades cotidianas. En complemento con las respuestas del componente somático generarían desgaste mental.
- 3. Cognitivo:** Pensamientos, imágenes y recuerdos ligados a una situación determinada a la cual se tiene temor, por ello estos sujetos se encontrarían experimentando mayor presencia de temor, la cual se prolongaría por la tendencia a evocar los recuerdos ligados a esos eventos.
- 4. Motor:** Finalmente, a nivel motor se observa la tendencia de escape o confrontación: en la primera alternativa el sujeto optaría por escapar de la exposición a la situación valorada como amenazante, o quedarse congelado sin reacción aparente; mientras que, en la segunda, podría reaccionar con ira ante situaciones que no lo ameriten objetivamente.

Ansiedad en los eventos de competición en deportistas

La ansiedad es una reacción del organismo que se encuentra estrechamente ligada a diferentes situaciones de los seres humanos, uno de ellos son las competencias deportivas, debido a que estas pueden llegar a expulsar acciones comprometidas y cogniciones sólidas sobre un objetivo a alcanzar, volviéndose cada vez más riguroso su forma de proceder. En las competencias deportivas la persona se involucra en alcanzar la victoria de tal manera que genera consecuencias negativas para otras áreas de su vida, como puede ser la relación de pareja, amigos o familia, así como en su trabajo, estudios u otros logros personales; por lo que, el descuido de estas áreas generan sensaciones de ansiedad intensificadas por pensamientos de alcanzar la victoria en la competencia o vencer a su rival reducen el rendimiento o desarrollo de la actividad a competir (Baeza, 2011).

En primer lugar, antes de iniciar a aventurarse a una competencia deportiva, la persona presenta acciones realizadas a un determinado deporte, de tal manera que lo puede realizar en ocasiones o de forma continua, al ser continuo puede desencadenar una sobrecarga física generadora de emociones negativas que van a ser almacenadas en la memoria para liberarse cuando se encuentre en la alternativa de escoger si en practicar nuevamente la actividad o realizar otra acción que requiera menos esfuerzo físico (Balanza, Morales y Guerrero, 2009).

Estas primeras experiencias son consideradas como detonantes para la formación de creencias irracionales que emanan pensamiento críticos y cuestionadores sobre su capacidad de ejecución, a su vez libera sensaciones de ansiedad al encontrarse en una competencia ya que estos pensamientos se van a producir con mayor frecuencia; del mismo modo, la exigencia que mantiene durante los entrenamientos previos a la competencia, la visualización constante de alcanzar la meta o la victoria que su entrenador, el equipo y la familia le menciona impulsa al deportista a crear mayores experiencias de logro y autoeficacia antes de la competencia. De tal manera, que al encontrarse en pleno desarrollo de la competencia van a aparecer todas las experiencias, recuerdo, esmeros o fracasos en forma de pensamientos automáticos constantes que van a liberar sensaciones de ansiedad, cuestionando la efectividad de la persona a tal punto de que perciba una

mayor carga emocional al desarrollar la actividad para la cual tanto se ha entrenado (García, 2017).

Otro factor que libera sensaciones de ansiedad cuando la persona se encuentra durante el desarrollo de una competencia son las anteriores experiencias fallidas o pérdidas de competencias similares; de tal manera que la forma como se pierde en una competencia puede influir en gran medida en la motivación para continuar con la actividad deportiva practicada, por ejemplo un deportista puede dejar de participar más en las competencias cuando es expuesto a una humillación por el logro obtenido del ganador, por la decepción de las personas que lo apoyaron o confiaron en su éxito, por no obtener los premios que brindaba la competencia, o por el simple hecho, pero más importante, de insatisfacción personal. Todo esto pueden ser los limitantes para que la persona no vuelva a realizar más la actividad deportiva o van a ser emanadas cuando la persona se encuentre nuevamente en otra competencia, llevándolas como cargas emocionales generadoras de sufrimiento. No en todos los deportistas experimentas las experiencias fallidas o de derrota de las competencias como discapacitantes, debido a que mantiene una constante motivación por alcanzar la meta, luchando contra las emociones negativas transformándolas en impulsores para la práctica continua de la actividad a competir, un claro ejemplo de ello se visualiza cuando en los torneos el perdedor exige la revancha con el fin de recuperar el honor y logro al ganar (Burillo, 2014).

La percepción que cada deportista mantiene de su rival va a ser un factor generador de ansiedad, debido a que va a propia el comparar actitudes y cualidades con los rivales para obtener imágenes mentales que alertan de un posible futuro victorioso o de fracaso. La ansiedad se va a intensificar al percibir que su rival cuenta con mayores competencias o habilidades para el deporte a practicar, generando pensamientos de fracaso y derrota premonitorios, con actitudes negativas previas a la competencia, de esta manera durante el desarrollo de la competencia las sensaciones de ansiedad se van a incrementar perjudicando el rendimiento de la persona, favoreciendo en los pensamientos negativos que se instauran con mayor frecuencia. Una de las mejores formas de evitar el experimentar las sensaciones de ansiedad ante una competencia es el evaluar las características del oponente con anticipación, contar con habilidades y destrezas para la práctica deportiva y mantener

una ejecución constante de la actividad, de tal manera que se mantenga un conjunto de creencias de autoeficacia al estar expuesto en las competencias o concursos deportivos (Chorot, 1991).

Un grupo de personas mantiene el realizar la práctica deportiva como un medio para canalizar diferentes reacciones negativas que su rutina diaria libera, de tal manera que al practicar algún deporte regularizan sus respuestas autonómicas, mantiene enfocado sus pensamientos en la actividad deportiva y experimenta un contacto social positivo liberador de emociones y experiencias agradables, las cuales van a eliminar por un momento a las sensaciones negativas. Cuando esta práctica se realiza en una competencia o en un ambiente profesional la función y objetivo de la actividad deportiva cambia, pasando de ser un medio de distracción a ser una fuente de ansiedad constante debido a que se desea alcanzar los logros obtenidos o demostrar el potencial personal; es por ello que cuando se realiza una actividad deportiva en forma amistosa no se logran experimentar sensaciones de ansiedad contraproducentes para el actuar en la actividad, por el contrario en las competencias se limita la actividad de la persona por toda la sobrecarga emocional que instaura antes del concurso (Casado, 1994).

Finalmente, aparte de las propias características de la persona ante una competencia o el rigor que los competidores presenten ante determinado deporte; también es una fuente generadora de ansiedad el público que está percibiendo la competencia, ya que influye en el actuar de los deportistas. Si los observadores se mantienen pasivos los jugadores van a poder desarrollarse conforme han entrenado previo a la competencia, pero, por el contrario, si se muestran eufóricos, con constantes barridos, alentando al otro competidor, se van a liberar reacciones de ansiedad en plena competencia que afecten el desarrollo de los resultados, de tal manera que pueden producir pensamientos negativos de no aceptación del público que afecten en su rendimiento; del mismo modo, si en la audiencia de observadores se encuentran personas conocidas para el deportista se van a liberar sensaciones ansiosas por querer realizar un actuar impecable y de la mejor manera que lo observen (Luciani, 2011).

Factores que incrementan la ansiedad

Como bien se señala líneas arriba, la ansiedad es entendida como un conjunto de reacciones autonómicas que el organismo emana cuando se encuentra ante la presencia de alguna situación catalogada como estresante; es por ello que los factores que pueden incrementar la ansiedad es variado, siendo una de ellas las situaciones del medio como la presencia de un objeto temido, el estar expuesto en una situación amenazante o el no poder controlar la consecuencias aversivas inmediatas del entorno; hasta las características individuales de la persona como la percepción del evento liberador de ansiedad, las creencias negativas que incrementan la experiencia vivida o la liberación en exceso de sustancias neuroquímicas de cerebro que intensifican la sensación de ansiedad a tal punto que se libera ante la más mínima presencia del evento anisogino (Luciani, 2011).

Para entender la complejidad de la ansiedad hay que comprender las características e historia individual de cada organismo, existen diferentes estímulos que son liberadoras de grandes cantidades de ansiedad, como para otras personas los mismos estímulos no le producen las mismas sensaciones de ansiedad y pueden ser consideradas como situaciones placenteras; sin embargo existen factores liberadores de ansiedad característico de los seres humanos como la presencia de un depredador temido o muchos más grande, experiencias cercanas con la pérdida de la vida o de algún ser preciado, reacciones intolerables para el cuerpo humano como descargas eléctricas, presencia de fuego o alguna herida; todas estas situaciones alertan la persona de que un evento desagradable va a su suceder por lo que el individuo automáticamente libera reacciones fisiológicas preparadoras para escapar o enfrentarse a dicho evento (Rapado, 2015).

El evento liberador de ansiedad tiene la característica de generar reacciones negativas en el organismo que la persona va a tratar de evita, optando por alejarse de la situación que pueda producir estas sensaciones; pero en los seres humanos el evento negativo puede ser cualquier persona, objeto o actividad que se haya aprendido anteriormente por una asociación con los eventos aversivos, de tal manera que cuando un niño percibe que su madre le castiga a su hermano por no hacer la tarea, este al encontrarse en la misma situación va a empezar a sentir reacciones

fisiológicas desagradables, acompañadas con pensamientos de anticipación al futuro que van a ser fuentes liberadoras de emociones desagradables. En primera instancia la persona reacciona a eventos que puedan afectar su vida o integridad, con el pasar del tiempo y el desarrollo del niño se va asociando a diferentes situaciones que se encuentran junto con el evento temido; por lo que se va a ir asociando cualquier situación experimentada como una fuente liberada de ansiedad (Bohórquez, 2007).

Otro de los factores que incrementan la ansiedad son las características individuales de la persona, debido a que carece de un repertorio variado de habilidades para hacer frente a las reacciones experimentadas como generadoras de temor. Una de las características individuales está asociada a las creencias negativas que favorecen el estado de bienestar y tranquilidad, sin presumir o esperar que les pueda pasar algo o, por el contrario, el vivir con una idea constante que le puede pasar algo malo en cualquier momento del día por lo que sus pensamientos constantes van a ser las liberadoras de ansiedad.

Depende en gran medida la capacidad de flexibilidad que tenga la persona para percibir las situaciones de su exterior, ya que, si se cuenta con un pensamiento rígido sobre la vida o los objetivos propuestos va a ser más probable que se liberen sentimientos de ansiedad al no poder desarrollar tal cual como se lo imagina; es por ello que las personas que cuentan con una amplia gama de estrategias o formas para alcanzar el objetivo no va a caer en el abismo de la desesperación por no encontrar la manera de acercarse a su objetivo; en otras palabras el mantener una actitud orientada a la resolución de problemas va a optimizar las creencias de autoeficacia, percibiendo menor ansiedad ante la presencia del evento. Otra de las características individuales es la tolerancia que mantienen ante eventos negativos, percibiéndolos como minúsculos debido a que se encuentran orientado hacia un actuar de sus valores y metas personales (Brewer, 2002).

El contar con alguna dificultad psicológica va a ser un factor crucial para que la persona perciba un incremento de la ansiedad ante cualquier evento, aunque pudiese ser considerado como neutro. Uno de estas principales problemáticas es la depresión, la cual está muy asociada a los problemas de ansiedad, debido a que el mantener una visión negativa del futuro, de sí mismo y del exterior va a producir desesperación

por no poder volver a experimentar placer por las actividades que se solía realizar y por no poder contar con las estrategias de acción para activarse nuevamente en sus actividades gratificantes. El mantener una dependencia o adicción, ya sea a una sustancia psicoactiva o comportamental como hábitos negativos, va a desencadenar sentimientos constantes de ansiedad al suprimir la conducta que se suele realiza con frecuencia; de igual manera, como sucede al dejar de realizar una conducta placentera, se va a experimentar pensamientos negativos liberadores de sensaciones y reacciones en el organismo que van a ser desagradables, optando por retomar nuevamente el hábito (Casado, 1994).

Finalmente, los trastornos de personalidad se van a caracterizar por patrones constantes y duraderos de comportamientos inadecuados influenciados bajo una solidificación de esquemas des adaptativos, los cuales van a generar conductas repetitivas liberadoras de ansiedad al no ser ejecutadas, acompañadas con características individuales de cas trastorno de la personalidad (Rojas, 2009).

Por último, el entorno social y el medio va a ser el encargado de construir los modelos evocadores de ansiedad, ya que el individuo está constantemente relacionado con otras personas y el observar los posibles beneficios o situaciones generadoras de ansiedad van a ser instaurados por aprendidas imitativo, copiando las mismas situaciones generadoras de ansiedad; por ejemplo al observar que en un puesto de trabajo a la persona que no produce lo indicado por el jefe lo despiden del trabajo, va a ocasionar en el resto del grupo una situación de ansiedad sin haberla experimentado personalmente, sino con el simple hecho de observar a los demás; de la misma manera se aprenden diversos comportamiento de temor o ansiedad. Uno de los medios más influyentes es la familia, debido que es la fuente de aprendizaje de la persona donde va relacionarse con las costumbres, creencias y hábitos de sus integrantes, imitando la mayoría de percepciones negativas generadoras de ansiedad, aparte de las propias características desarrolladas por la persona al involucrarse con su medio independientemente de los demás (Luciani, 2011).

Adquisición de la ansiedad

La ansiedad es un fenómeno esencialmente negativo el cual aparece frecuentemente dentro de todos estos casos dentro de los cuales las personas van a sentir que tienen la necesidad de saber cómo manejarse dentro de la familia o contexto social en el cual paren, aunque algunos estímulos a los cuales estén expuestos en ese momento podrían llevarlos a despertar sus mayores miedos, así como una angustia que se va prolongando y que ha señalado para uno de ellos de que ese evento sobrepasa sus estrategias personales, es decir que estarían siendo gravemente perjudicados por la presencia de cada una de estas situaciones, pero originalmente no se tenía miedo a esos eventos, sino que sería la exposición ante cada una de esas eventualidades las que llevarían a esos sujetos a verse envueltos dentro de sus experiencias personales y les terminen ocasionando que se sientan dañados con todo lo que realizan en el camino de pretender alcanzar un mayor desarrollo personal (Bohórquez, 2007).

En lo personal cada una de estas personas podría llegar a sentirse cada vez más perjudicada por que el temor que siente le impide comportarse como normalmente lo hace, es decir que se pierde las oportunidades para poder desenvolverse dentro de un ambiente natural en el cual tendría que sentarse a conversar con sus compañeros y dialogar sobre temas agradables, sin embargo, la presencia de esos miedos lo llevan a tener duda sobre su performance en ese momento, además que, cada uno de ellos se sentiría perjudicados por la presencia de sus pensamientos, pero esta ansiedad ha tenido todo un aprendizaje (Brewer, 2002).

Como tal, la presencia de la ansiedad y los miedos se da en los individuos como algo adaptativo, pues es necesario tener miedo ante peligros inminentes para que esto termine motivando la conducta de escape, pero en la sociedad ello no se suele dar, sino que situaciones que no deberían ser tomadas como talmente amenazadas terminan siendo consideradas de esa forma, reduciendo la capacidad de reflexión en esos adultos y llevándolos a cometer acciones que podrían ser consideradas como torpes, dentro de todos estos casos se tendría que estas personas estarían siendo consideradas como una forma sensible y vulnerable, es decir que en todos esos casos

no sabrían cómo manejarse para poder realizar un afronte adaptativo a esa situación, todo lo contrario ellos se verían perjudicados por la presencia de sus pensamientos dentro de los cuales ellos ya se estarían viendo como sobrepasados, con lo cual ate situaciones cotidianas como conversar con nuevas personas o recibir un llamado de atención podría estar significando que los adultos se sientan afectados, agredidos o burlados y entren al piloto automático, donde consideren que tienen que emitir una acción igualmente hostil para defenderse, pero como se menciona todo sería una interpretación errónea de él (Balanza, Morales y Guerrero, 2009).

La familia disfuncional puede haber sido en la mayoría de estos casos el principal detonante mediante el cual cada uno de estos sujetos se ha sentido vulnerable o en peligro, pues cuando son niños observan a los adultos y toda persona mayor a ellos como alguien de autoridad, que si se lo propondría podría generarle daño, siendo en estos casos donde termine perjudicándolos y llevándolos hacia experimentar grandes dificultades, tanto en su propio concepto personal como en el manejo de sus experiencias dentro y fuera de su casa. En la niñez se tienen los primeros contactos con las experiencias amenazantes, en las cuales cada uno de los sujetos se verían perjudicados por que alguien a su alrededor los ha atacado o se ha mostrado negativo con ellos. de esta forma es como los niños que crecen en un ambiente hostil se acostumbran a sentirse vulnerables y andas precavidos de que algo a su alrededor pueda terminar perjudicándolos, sobre todo al considerar su salud personal, siendo en cada uno de esos casos donde ellos terminarían siendo sujetos que van a tener dificultades en una comunicación cordial con otras personas al sentir que no pueden manejar su propia vida por todos esos problemas (Sotillo, 2012).

De igual forma, quienes tienen experiencias hostiles o de agresión en su adolescencia o adultez pues desarrollar una sensación de vulnerabilidad, ante la cual puede visualizar a las conductas agresivas como ciertas que les permiten en todos estos casos defenderse de las demás personas al punto que pueden encontrarse un día sesgados por la presencia de cada uno de esos temores y estar viéndose cada vez más perjudicados hacia la presencia de todas esas situaciones, en el caso de ellos se podría encontrar que esas personas en algunos casos han idealizado a la agresividad, viéndola solamente como la conducta agresiva ante la cual pueden estar viéndose ellos como individuos vulnerables que si no logran defenderse ante los

demás, se terminarían aprovechando de ellos y agrediéndolos (Agudelo, Casadiegos y Sánchez, 2008).

Desde una perspectiva conductual los adultos estarían aprendiendo sus comportamientos agresivos a partir de la presencia de ciertos problemas conductuales ante los cuales van a verse envueltos en una gran cantidad de situaciones, en todos esos casos cada uno de esos sujetos puede tener un temor inicial el cual van a asociar a la presencia de estímulos cotidianos como el tono de voz moderado o el malentendido con alguien, situaciones que no necesariamente involucran que habrá un gran problema, sin embargo, en cada uno de esos casos se puede terminar viendo la presencia de un aprendizaje del temor y miedo que se va teniendo en cada una de esas situaciones, siendo en todos esos casos donde las personas abran aprendido a experimentar ansiedad ante situaciones que en realidad no involucran una verdadera amenaza, el problema es que ante esto también se habría aprendido a respuesta de miedo y sufrimiento que todos ellos comienzan padeciendo, sobre todo en los casos en los cuales cada uno de esos individuos va a terminar sometiéndose ante sus respuestas emocionales, desencadenando una respuesta impulsiva donde terminen agrediendo a las personas a su alrededor, en cada uno de estos casos ellos sentirían que no pueden hacer nada para mejorar su situación personal y estarían velando por reducir su angustia al atacar a otras personas (Brewer, 2002; Burillo, 2014).

En cada uno de estos casos se podría observar que es la exposición ante situaciones amenazantes sociales donde los adultos estarían sintiéndose vulnerables cuando ven alguna señal que les hace creer que se encuentran bajo peligro, en todos estos eventos ellos estarían siendo las personas que no saben cómo enfrentarse ante la realidad, se ven superados en cuanto a sus estrategias de afrontamiento y todo ello terminaría envolviéndolos en una experiencia emocional donde creerían que atacar es la única alternativa que tienen para mejorar. De esta forma la ansiedad en los adultos estaría siendo aprendida a través de múltiples exposiciones ante problemas sociales y sería debido a ello que se sienten obligados a responder con ira cuando van a tener que manejar cada uno de esos problemas. Como principal estrategia de afrontamiento en estos adultos estaría atacar, como medida para defenderse, para

alejarse del peligro y finalmente para sentirse seguros, encontrándose en control de la situación (Acuña, Botto y Jiménez, 2009).

2.2.2. Agresividad

Conceptos

La agresividad es una clase de respuesta de índole social donde un individuo logra transmitir estímulos de índole nocivo contra otro individuo, siendo esto con la intención de provocar daño en la otra persona, aunque el motivo de ello puede variar, por ejemplo un grupo de gente puede emplear las conductas agresivas como una reacción ante la idea de que son lastimados por los demás y deben defenderse; mientras que, otro grupo puede llegar a creer que a través del uso de las conductas agresivas estaría sometiendo a los demás, alejando toda posibilidad de amenaza alguna.

Por su parte Buss (1961) la agresividad es una clase de respuesta, expresada no en una acción específica sino en un conjunto de acciones que son etiquetadas como estímulos nocivos o dañinos y van hacia otro organismo. Para este autor las respuestas agresivas van en torno a dos grandes grupos, por un lado, el componente motor, donde se podrían encontrar a aquellas reacciones de agresividad tanto físicas como verbales; mientras que, en el componente actitudinal, resaltarían la experiencia de ira y hostilidad. Se trata de la entrega de estímulos esencialmente nocivos hacia otro organismo, ofrecidos de forma penetrante, generando daño por sí solos, o por la interpretación que le dé el receptor.

Las conductas agresivas pueden ser entendidas como un conjunto de acciones que originalmente eran planteadas como una alternativa para sobrevivir en un ambiente hostil, pues como se recordara, los organismos vivían en situaciones no civiles donde algún depredador podía amenazar su existencia; sin embargo, luego se comenzó a identificar que dichas situaciones eran una interpretación de los mismos, utilizando las conductas agresivas en situaciones sociales sin la presencia real de amenaza, sino más bien una mala interpretación de la situación, llevándolo a creer que es rechazado o burlado por otro individuo. Por ello en los humanos la agresividad

se tornaría altamente disfuncional, pues estas motivaciones pueden aparecer de forma mucho más frecuente, generando daños prolongados a las víctimas.

Para Prado (2018) las personas que emplean conductas agresivas lo hacen de forma intencionada y voluntaria, pues en los humanos no habría la necesidad de utilizar tales acciones al encontrarse en un ambiente esencialmente controlado por las normas sociales que se han establecido para que sus derechos no sean transgredidos. Se trataría de individuos que han entendido que bajo el uso de la agresión pueden sobresalir, humillar y obtener todo lo que desean por dicho medio.

La agresividad, si bien ha sido entendida en las últimas décadas como un fenómeno psicológico influenciado principalmente por las personas significativas y los vínculos que ha tenido en sus primeros años de vida, no se debe de ignorar la presencia de factores biológicos dentro de dicho problema, pues habría en algunos individuos una mayor tendencia a experimentar cambios hormonales y físico – químicos que incrementarían la reactividad, irritabilidad e impulsividad en situaciones sociales, aunque ello no busque justificar el uso de su conducta agresivas haciendo daño a otros sujetos. Otro punto esencial es que se experimenta mayor remordimiento, irritabilidad y cólera por una situación que ha sido considerada como dañina y humillante hacia él, encontrando que manifestar sus conductas agresivas, estaría consiguiendo una gran descarga emocional que lo dejaría mucho más tranquilo ante este tipo de situaciones (Bendahan, Zehnder, Pralong y Antonakis, 2015).

Por su parte Contini (2015) definía a la agresividad como el grupo de acciones y reacción que utiliza un sujeto para generar daño, prejuicio o sufrimiento en otro organismo, sin embargo, realizó una reflexión sobre la motivación que se encontraría en el fondo de dicha emoción, siendo necesario para ellos especificar en qué medida dichos comportamientos estarían significando la presencia de situaciones amenazantes pues esta tendría dos principales motivaciones. En un primer momento los individuos se sienten vulnerables, bajo peligro, lo que estaría impulsando elicitando respuestas agresivas como una medida para controlar la situación y dejar de sentirse tan vulnerables; sin embargo, en un segundo momento la misma descarga de agresividad representaría un alcance a respuestas agresivas, que serían

consideradas por el individuo, pues sentiría que vuelve a obtener control sobre la situación, a la vez que consigue someter a sus demás compañeros, quienes por el miedo a ser agredidos fortalecerían indirectamente estos comportamientos.

Se puede recatar que la agresividad es un conjunto, y no una conducta en específico, de acciones etiquetadas como potencialmente nocivas o que generan daño inmediato en el individuo al cual se les entrega; sin embargo, estas se dan con dos principales motivaciones, la primera se le podría denominar como impulsiva, donde la persona se ve envuelta por un estado emocional que nubla su juicio y reacciona agresivamente; mientras que, el segundo tendría la etiqueta de planificada, pues se hace con plena voluntad y de forma instrumental para conseguir beneficio de ella.

Modelo cognitivo de la agresividad

El presente modelo fue elaborado por Andreu (2009) quien reconoce una compilación de los diferentes modelos relacionados con aspectos cognitivos que son favorecedores de la agresividad, siendo manifestada en base a aspectos dentro del propio ambiente donde se desenvuelven las personas, así como también aspectos propios de la personalidad y las habilidades con las que cuentan para poder gestionar sus emociones. Dentro del presente modelo, se reconoce que los aspectos cognitivos van a determinar un mayor acercamiento a comportamientos agresivos en la persona, lo cual altera su interacción sin la necesidad de existir condiciones ambientales motivadoras, sino influenciado bajo sucesos privados.

Andreu (2009) explica la ocurrencia de la agresividad por dos factores o dimensiones, siendo la primera la agresividad impulsiva, la cual se compone por una gran cantidad de estimulación ambiental que va a estar determinando una forma de actuar de manera agresiva con el objetivo de poder controlar el evento aversivo. En cuanto a la segunda dimensión, se reconoce que la agresividad premeditada demuestra el involucramiento de aspectos cognitivos que van a direccionar los comportamientos violentos hacia una determinada persona

Modelo del aprendizaje social de la agresividad

El creador del modelo de aprendizaje social es Bandura (1973) quien reconoce una modalidad de aprendizaje por la cual logran adquirir una serie de repertorios las personas en sus primeros años de vida sin la necesidad de ser condicionados por medio de entrenamiento directo, sino que las personas van a estar aprendiendo por si solos diferentes acciones para poder ejecutarlas nuevamente en su medio social, lo cual lo determinó como el aprendizaje observacional o vicario, el cual se determina por una imitación de lo que sus modelos sociales puedan estar ejecutando, siendo de importancia los modelos que van a poder contar con mayor influencia sobre la imitación.

En relación a lo mencionado, para Bandura (1973) el aprendizaje de las conductas agresivas va a estar caracterizadas por un aprendizaje de diferentes tipos, siendo mantenido por condicionamiento operante debido a que al ejercerlos van a experimentar sensaciones agradables que va a continuar manteniendo su uso. Sin embargo, esa modalidad no basta para poder explicar la gran cantidad de repertorios con el que cuentan las personas, siendo este considerado bajo los aspectos visuales de su medio social los que van a presentar mayor interés para ser replicado por el menor, de tal forma que en muchos casos los menores se ven replicando aspectos negativos de sus compañeros debido a que pueden ser los que cuenten con mayor popularidad.

Características de la agresividad

Se pueden identificar ciertos patrones de pensamiento, motivaciones, experiencia emocional o acciones motoras concretas que son frecuentemente utilizadas por los individuos denominados como altamente agresivos, llegando a entender dichos indicios como las características que más pueden encontrarse en este tipo de casos. Algo a considerar en los sujetos altamente agresivos es la especificidad de sus acciones, pues algunos serían mucho más agresivos en situaciones privadas, actuando de forma altamente resaltante en situaciones de exposición al juicio social, por el contrario, utilizando respuestas verbales y no verbales que representen una amenaza para el agredido, camuflando así la ferocidad

que puede mostrar por alguna acción intolerable que haya percibido (Larry y De La Puente, 2004).

Los sujetos que utilizan mayormente las conductas agresivas, suelen encontrarse en ellos una menor tolerancia a la frustración, así como la presencia de creencias rígidas sobre ciertas situaciones, las cuales al no darse tal como lo habrían idealizado, sentirían que son intolerables y que ello merece un castigo o sanción, siendo ellos mismos quienes emplearían las conductas agresivas para lograr cubrir esa necesidad de justicia. Por ello se observa que en situaciones escolares o de pareja, es el mismo compañero o pareja quienes utilizarían sus acciones agresivas de forma frecuente, y cuando se les pregunta sobre la razón de ello manifiestan la incomodidad o acciones intolerables emitidas por la víctima, las cuales lo fastidieron a tal punto que debió desencadenar una serie de reacciones agresivas contra él.

Limaco (2019) menciona que los sujetos que emplean mayor presencia de conductas agresivas suelen involucrarse en constantes conflictos por que carecen de habilidades sociales, de hecho el déficit o bajo nivel de estas habilidades funcionaria como una variable moduladora que facilita las condiciones para adquirir una conducta agresiva en los individuos, quienes estarían utilizando dichos comportamientos nocivos para resolver situaciones que no son manejables con sus propios recursos personales; es decir, estos individuos se encontrarían atrapados pues no saben cómo manejar las situaciones o conflictos sociales de formas empática, adaptativa o conciliadora, en vez de ello se frustran, se sienten intolerante y terminan por usar aquellas acciones agresivas para solucionar dicho problema, el cual representaría un problema para todas las personas que se encontrarían su alrededor.

Necesidad de gratificación inmediata, pues los individuos que más utilizan conductas agresivas se han acostumbrado a ser recompensados con prontitud en su infancia, ya sea por un estilo de crianza negligente en los padres, o por la ausencia de monitoreo de ellos, haciendo que el hijo busque grupos sociales con conductas desadaptativos, quienes le instruirían a utilizar las conductas agresivas como algo instrumental, siendo la herramienta con la cual pueden forzar a los demás a hacer lo que ellos deseen.

Presencia de creencias irracionales, lo cual ha sido defendido por Salazar (2019) quien defendió que los sujetos con alta presencia de conductas agresivas habrían desarrollado creencias rígidas, absolutistas y dogmáticas, las cuales le darían una experiencia de mayor intolerancia hacia las acciones de los demás que no van acorde con sus ideales. Por ello para estos individuos cuando una situación resulta intolerante porque no entra en concordancia con sus ideas, emplearían la agresión como una respuesta altamente preferible, pues les da la sensación de castigo / sanción que estarían buscando. Esta autora fundamenta que las creencias irracionales irían apareciendo en como reglas generales especificadas o adaptadas a cada tipo de problema, por ejemplo, las consecuencias que tienen en un sujeto altamente depresivo no son las mismas que en los más agresivos o ansiosos. Por ello mencionaba que la alta presencia de agresividad resultaba un factor modulador, pues estos adolescentes al tener que pasar por determinadas situaciones que fueron incrementando la presencia de sus conductas agresivas, terminarían desarrollando un sistema de creencias acorde a ello, las cuales contribuirían a justificar la alta presencia de conductas agresivas.

Finalmente, la menor presencia de empatía es algo muy característico en los sujetos con alta presencia de conductas agresivas, pues ellos no lograrían ser conscientes del sufrimiento que están haciendo en el otro individuo, por el contrario, llegarían a sentir placer y gratificación por el daño que generan en la otra persona, creyendo inclusive que la entrega de estos estímulos nocivos puede representar algo positivo para la víctima, pues estaría enseñándole bajo este medio a qué tipo de acciones no utilizar, pues bajo su percepción desadaptativa del agresivo, estas serían como intolerables y por lo tanto, castigables.

Componentes de la agresividad

El análisis de la respuesta agresiva permite agrupar sus respuestas en función del nivel de expresión conducta que se manifiesta dentro de un segmento de campo funcional, de esta forma se mostraría mucho claro para los lectores los indicadores segundo los niveles de expresión en estos individuos. Como se señaló la motivación de la emisión de las conductas agresivas puede variar; sin embargo, el fenómeno específico donde se transmiten estímulos nocivos a otro organismo siempre será

denominado como agresividad; por ello se debe de diferenciar del término violencia, el cual hace alusión al fenómeno psicosocial; es decir, la situación donde se agrede a una persona y esto se prolonga es denominada como violencia; sin embargo, la conducta en específico que realiza el sujeto es a lo que se le denomina como agresión.

La comprensión del análisis de la agresividad ha de ser comprendida para los componentes desde la postura de Anicama (1989) quien realizaría un análisis de dicho fenómeno a partir de la teoría de la clase de respuesta de Skinner (conducta verbal), ideando que la clase de respuesta de carácter epigenético y ontogenético, es esencialmente aprendida en niveles de complejidad (a partir de las teorías del aprendizaje). Por ello la agresividad es una clase de respuesta inadaptada, la cual es la interacción social empleando la entrega de estímulos considerados como nocivos o dañinos para el otro organismo, siendo un fenómeno que solo se da en la interacción de dos o más organismos

- 1. Componente fisiológico – emocional:** Agrupó ambos componentes, debido a que la agresividad involucra los dos combinados, puesto que se experimentan emociones como la cólera, frustración e ira, lo que es retroalimentado con tensión muscular, ansiedad y cambios fisicoquímicos, los cuales disminuyen al emitir dichos comportamientos agresivos.
- 2. Componente motor – social:** Las conductas agresivas son un fenómeno específico que solo se produce en la interacción con otro organismo, por ello, este componente agruparía aquellas respuestas como los golpes, patadas o cualquier acto motor que genere daño corporal en el otro; así mismo, las verbalizaciones cuyo contenido sea nocivo para él otro.
- 3. Componente cognitivo:** Son los pensamientos donde se valora preferentemente estímulos neutros como aversivos, amenazantes o que pueden generar desequilibrio en su ambiente; por ello las respuestas agresivas se emiten como un intento para obtener control sobre ello, aunque ello involucre generar daños en los demás.

Factores que incrementan la agresividad en deportistas

Para entender el fenómeno de la agresividad, en primer lugar, hay que comprender como se instaura en las personas, siendo un patrón constante de actuar en su día a día desde el ámbito familiar, se va desarrollando una forma particular de comportarse cuando no logran obtener lo que desean de tal manera que afecta a la relación con los demás y en la práctica justa de deporte, por ejemplo si un niño visualiza en su ambiente familiar que ante la ejecución de un determinado deporte sus integrantes se enfrentan violentamente con tal de ganar y obtener el premio, van a tender a aprender estos comportamientos, replicándolo al encontrarse en situaciones similares (Dodge, Coie y Lynam, 2006).

Durante la práctica deportiva es natural que las personas perciban vivencias emocionales intensas, las cuales pueden desencadenar en expresiones de alegría, tristeza, ira o cólera dependiendo la situación en la que se encuentre; en su mayoría las emociones negativas como la ira tienden a traer consecuencias negativas en el desarrollo del deporte, interfiriendo en la concentración de la estrategia planeada anteriormente de la actividad, direccionándola a humillar a su rival manteniendo una actitud anti deportiva. Al exponerse a una situación deportiva se tiende a encontrar con todo tipo de emociones, desde positivas a negativas, pero cuando esta actividad se realiza en una competencia las emociones vivenciadas tienden a ser negativas, desde la ansiedad que se experimenta de forma previa, hasta a ira que se percibe al identificar que puede estar perdiendo. (Inglés, Martínez-Monteagudo, Delgado, Torregrosa, Redondo y Benavides, 2008).

Otro de los factores que producen comportamientos agresivos en los deportistas es la escasa percepción de logros y eficacia que pueden adquirir al relacionarse con experiencias de fracasos y éxitos, menospreciando sus propias competencias de tal manera que creen que la única forma de lograr ganar es manteniendo un comportamiento brusco o amedrentador hacia su rival con la intención que no rinda bien durante la práctica deportiva. Debido a que todos los participantes o personas que realizan alguna actividad de competencia busca ganar y obtener los beneficios que este les trae, al verse en momentos donde no pueden ganar se liberan expresiones negativas en la forma de insultos, ofensas, juegos bruscos o reacciones violentas a

la señal de que se finaliza la práctica deportiva y no pudo obtener mejores resultados; estos comportamientos van a interferir con la práctica justa y limpia de la actividad deportiva. Las propias creencias de logro y de la forma como se consigue la victoria en el deporte va destinado a las experiencias particulares de cada persona, debido a que las creencias se aprenden desde las primeras experiencias con el deporte depende de esta relación para señalar si la persona es propensa a desarrollar conductas agresivas en la práctica deportiva; de tal manera que se vean influenciadas a mantener reacciones agresivas con la intención de ganar (Ang, 2007).

El que la persona se anticipe a la actividad deportiva puede darle información de la persona con quien va a competir, de las cualidades de sus oponentes o de las ventajas que pudiese presentar antes de iniciar la práctica. Depende de que deporte se practique para evidenciar si el ambiente incita a la estimulación de la agresividad y conductas violentas, por ejemplo, va a ser más probable que en los deportes de contacto como el box, karate, jodo o UFC se estimule en mayor medida las conductas agresivas y violentas, a diferencias de deportes de concentración o de destrezas como el ajedrez, el futbol o el básquet, donde se orienta a mantener un juego limpio fuera de conductas agresivas o antideportivas. A diferencia de los últimos, en los primeros deportes se propaga un ambiente de violencia, donde apoyan y motivan a realizar estas conductas, peor, aun así, no se permiten ciertos comportamientos negativos o antideportivos; en estos deportes la persona puede utilizar su facilidad para reaccionar de forma agresiva y direccionarla hacia un objetivo en específico para incrementar su actuar impulsado bajo la agresión. Muchos de los deportistas utilizan la agresividad para incrementar el rendimiento de la práctica deportiva, visualizando el fastidio, enojo y rabia que le tiene hacia el oponente para esmerarse en practicar más con la intención de vencer o salir victorioso (Díaz-Aguado, Martínez-Arias y Seoane, 2004).

Entonces, también se considera como fuente de sensaciones agresivas el desánimo de los observadores que asisten a la práctica deportiva, por lo general, al encontrarse ante la presencia de espectadores que apoyen al participante contrario va a producir sensaciones de ira, rabia y cólera que desencadenan en la desconcentración por los constantes pensamientos negativos de comparación. Es por ello, que en algunos deportes no se permite que los observadores interfieran o se

comuniquen con los deportistas, ya que necesitan de la concentración para poder ejercer las habilidades practicadas con la intención de obtener los beneficios de las competencias que puede ser el reconocimiento social, el premio o el aprecio personal tras la victoria. A esto se le puede sumar como factor que incrementa la agresividad, la falta de organización para producir el evento deportivo, en donde los integrantes se encuentren expuestos a condiciones inadecuadas para poder desempeñarse correctamente en el deporte que han venido practicando con anterioridad para una ejecución limpia, pero si no se cuenta con los medios adecuados y organizados, como un lugar adecuado, la movilización, la cantidad de espectadores o el premio obtenido, van a ser elicitadores de emociones negativas que van terminar en comportamientos hostiles, quejas constantes o el negarse a participar (Estévez, Martínez y Musitu, 2006).

Finalmente, se puede considerar las propias características negativas que puede estar experimentando la persona en su vida personal, como puede ser problemas familiares, dificultades para conseguir trabajo o en la economía, o inconvenientes en la relación de pareja, como los detonantes de las conductas agresivas; sumado a todo ello aparecen las sensaciones de tensión que puede producir el involucramiento en la práctica deportiva. Entonces la agresión que puede experimentar el deportista no se ve influenciada solo por un evento único e independiente, por más que lo parezca, sino se debe a la suma de consecuencias ligeramente aversivas para la persona, que en consecuencia logra liberar la conducta agresiva por un elemento que se percibe como detonante, el cual pudo haber sido cualquier evento. Estos comportamientos se ven reforzados por las consecuencias que obtienen al realizarlos, como por ejemplo si después de liberar conductas hostiles a sus rivales cuando se está perdiendo, estos se intimidan y retraen, se tiende a aprender que el usar estos comportamientos agresivos son efectivos para ganar en momentos de apuros, optando por replicarlos en situaciones parecidas; por el contrario al ser sancionados tras la mínima presencia de un comportamiento agresivo en la práctica deportiva es más probable que no se vuelva a repetir en un futuro para mantenerse participando en la práctica deportiva (Dodge, Coie y Lynam, 2006).

Consecuencias negativas de la agresividad en jóvenes

La agresividad es un conjunto de respuestas internas que los jóvenes empiezan a experimentar al encontrarse ante determinadas situaciones sociales consideradas como aversivas, de tal manera que la interacción entre los procesos neuroquímicos y el medio permite a la persona realizar comportamientos agresivos. Alguna de las consecuencias negativas de la agresividad las puede experimentar la propia persona como los demás, en relación a cuan integrados se encuentren con la actividad, los agresores suelen presentar características de impulsividad, desesperación, conductas hostiles para las demás personas, sentimientos de discomplacencia con los logros de sí mismo y de otros, predominancia de una baja tolerancia a la frustración o excesiva preocupación por sí mismo; todo ello puede desencadenar el rechazo de las demás y el alejamiento de sus amistades (Ang, 2007).

Las conductas agresivas que puedan presentar los jóvenes trae consigo consecuencias perjudiciales para un desarrollo adecuado de las actividades sociales, debido a que la juventud es una etapa de ciclo vital que se caracteriza por estar en constante interacción con el medio y con los demás; de tal manera que la persona modifica y transforma su entorno para obtener mayores beneficios. Los jóvenes agresivos van a verse involucrados en el rechazo de sus compañeros, ya sean en el ambiente laboral, educativo o social, debido a que sus conductas hostiles afectan significativamente a los que se encuentran a su alrededor; asimismo, afecta en la formación de una relación de pareja debido a que su estilo de comunicación y de expresar sus sentimientos son de forma hiriente, por lo que termina ofendiendo a su pareja quien la visualiza como una forma de violencia. En ambiente familiar también se ve afectado por las constates quejas de los padres debido a que su hijo no realizan las actividades de la casa, contestan de manera agresiva a alguna indicación o hasta llegan a pelearse de forma física con su padre, demostrando y ganado el poder en el hogar. Los jóvenes que mantiene conductas agresivas en su entorno social terminan siendo mantenido por el mismo circulo y medio social, ya se relacionan con otras personas que comparten las mismas características, tendiendo a actuar de la misma forma ante los diversos eventos de la vida, como una mirada hostil a los problemas de sus compañeros, las responsabilidades de la casa o los planes a futuro de sí

mismo, generalizando y visualizándolas fuera de su responsabilidad (Dodge, Coie y Lynam, 2006).

Otras de las consecuencias negativas, es el bajo rendimiento que logran obtener al involucrarse con las actividades académicas, ya que mantiene un patrón de comportamiento repetitivos orientados a herir a los demás, con escasas habilidades para comunicarse y relacionarse, manteniendo una perspectiva de contar con mejores aptitudes y destrezas que sus compañeros por lo que tiende a ningunear y menospreciarlos. Debido a su escasa capacidad para tolerar la frustración y manejar sus emociones tienden a explotar en rabia al no obtener una calificación aprobatoria, creyendo que no son buenos para los estudios obteniendo mayores placeres al molestar a sus compañeros, ya que obtiene las risas de los algunos experimentando sensaciones placenteras, viéndose mantenida la conducta agresiva como fuente de placer momentáneo. Estas experiencias producen que los adolescentes violentos aprendan que el estudio no es para ellos, por lo que no deciden llevar una vida universitaria, dedicándose en su juventud a realizar acciones donde reciban placer inmediato o no se vean afectados por sus reacciones violentas al no percibir que compartan su mismo punto de vista o sucedan las cosas como pretende (Díaz-Aguado, Martínez-Arias y Seoane, 2004).

Cuando una persona agresiva decide involucrarse en una relación de pareja, generalmente mantiene una actitud de dominio y control hacia la otra persona, optando por dirigir su comportamiento hacia un actuar propio, sin importarle sus objetivos ni los sentimientos que pudiera percibir; es por ello que tienden a involucrarse con parejas dependientes, carentes de una historia personal de afecto y con escaso dominio de la relación. Cuando la pareja no cumple con los requerimientos que establece o impone la persona agresiva, se ve atacada por esta mediante una serie de insultos, agresiones, manipulaciones verbales u ofensas, de tal manera que la próxima vez que se puede repetir una situación similar la pareja mantenga una actitud sumisa y fácil de dirigir; en ocasiones estas reacciones pueden llevar a un asesinato debido al escaso control de las reacciones negativas (Estévez, Martínez, Herrero y Musitu, 2006).

Las conductas agresivas van desarrollando el rechazo de amistades que perciben esos comportamientos como desagradables, mientras que, por otro lado, va acercando a personas que perciben esas conductas como agradable, cómicas o como un ejemplo a seguir, por lo que terminan compartiendo momentos juntos formando una relación amical. El problema de estas amistades, que en general se desarrollan en la infancia, es que producen un grupo de amigos con conductas violentas y agresivas donde normalizar el realizar ofensas a otras personas, el pelearse en lugares públicos, expresarse con jergas o lisuras, el mostrar la expresión de sus emociones negativas de forma violenta, etc. Todo ello va a producir un conjunto de comportamientos antisociales, los cuales pueden llevar a involucrarse con grupos que también mantengan las mismas formas de pensar y divertirse conociéndose en fiestas o eventos donde experimentan un acercamiento al consumo de alcohol, tabaco o drogas. Por lo general, estos grupos de personas con ciertos comportamientos agresivos se les conoce como pandillas o bandas que van dirigido a transgredir a las demás personas o a sus bienes. Involucrándose cada vez más en comportamientos delictivos que incumplen con lo establecido penalmente, viéndolo en su forma inicial como una diversión para luego volverse en un patrón constante de vivir (Dodge, Coie y Lynam, 2006).

Finalmente, los jóvenes que no logren mantener un comportamiento adecuado en sus diferentes áreas de vida va a presentar dificultades para poder relacionarse e involucrarse por completo en su proyecto personal de vida, dificultando el alcanzar algún puesto de trabajo importante, el poder culminar la carrera profesional o el formar una familia con valores. En mayor instancia, la agresividad trae consigo consecuencias negativas como las señaladas anteriormente, pero hay que recordar que este patrón constante de comportamientos son reacciones que el organismo libera para alertar que algo está dañando o incomodando al sistema, de tal manera que se debe reconocer esas señales de alerta y actuar de manera correcta (Estévez, Martínez y Musitu, 2006).

2.3. Definición de la terminología empleada

Ansiedad

La ansiedad es entendida como un estado emocional negativo, caracterizado por tensión o nerviosismo, que involucra síntomas fisiológicos, por ejemplo, palpitaciones cardíacas, temblor, náuseas y vértigo (Beck, Emery y Greenberg, 1985).

Agresividad

Se trata de una clase de respuesta esencialmente aprendida en donde un individuo expresa conductas nocivas y dañinas a otro de forma constante y repetitiva. Esta se expresa de dos formas: motriz, en donde aparece la agresividad física y verbal; y la forma actitudinal, siendo su expresión la hostilidad e ira (Buss, 1961).

Centros de deporte

Institución en la cual se reúnen un conjunto de personas para practicar alguna disciplina deportiva, ya sea con fines de entrenamiento o competitivos.

Deportistas

Personas que de forma constante y reiterativa se dedican a la práctica de algún deporte en particular, considerándolo más allá de un pasatiempo y tomando con responsabilidad las tácticas de mejora en su deporte.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

La investigación fue correlacional ya que buscó establecer la relación entre las variables: ansiedad y agresividad en deportistas de combate a través de las puntuaciones conseguidas en los protocolos aplicados (Bernal, 2010).

Diseño de investigación

La investigación fue de diseño no experimental, ya que no se buscaron manipular de forma deliberada ninguna de las variables; así mismo fue de corte trasversal, ya que los datos se recogieron a modo de fotográfica (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

3.2. Población y muestra

La población se encontró constituida los 177 deportistas de combate que se encontraban en diez centros deportivos cuyos nombres era: BOXING CLUB RDX, TEAM LUDUS, AWQALLI KAN, ACADEMIA DE MUAY THAI XTREME, ACADEMIA DE TAEKWONDO PILLACA, CLUB RAGAZZI, PERÚ FIGHTING CENTER, CLUB CONA, LOS LOBOS DE VILLA y ONG BOXEO-VMT, donde se encontraban deportistas con edades comprendidas entre los 12 a 53 años. La recolección fue censal, ya que se administró los instrumentos a los 177 deportistas que asisten a los a los diez centros deportivos, donde el 14.1% son de sexo femenino y 85.9% masculino, observándose que el 58.2% tuvo de 12 a 17 años, tenido la mayor cantidad de deportistas en el club Ragazzi (24.9%).

Criterios de inclusión

- Pertenecer a los centros deportivos mencionados
- Aceptar participar en la investigación a través del consentimiento informado

Criterios de exclusión

- No padecer alguna enfermedad o condición que impida resolver los protocolos

Tabla 1

Distribución de la muestra

Variable	Categoría	fi	%
Sexo	Femenino	25	14.1
	Masculino	152	85.9
Edad	12 a 17 años	103	58.2
	18 a 53 años	74	41.8
Trabaja	Si	66	37.3
	No	111	62.7
Total		177	100.0

Nota: bcr (boxing club rdx); tl (team ludus); ak (awqalli kan); amtx (academia de muay thai xtreme); atp (academia de taekwondo pillaca); cr (club ragazzi); pfc (perú fighting center); cc (club cona); llv (los lobos de villa) obv (ong boxeo-vmt).

3.3. Hipótesis de la investigación

Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur

Hipótesis específicas

H₁: Existen diferencias al comparar la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, trabaja y centro.

H₂: Existen diferencias al comparar la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a centros deportivos en Lima Sur Lima Sur en función del sexo, edad, trabaja y centro.

H₃: Existe relación significativa entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur

3.4. Variables – Operacionalización

Variable de estudio 1: Ansiedad

Definición conceptual

La ansiedad es entendida como un estado emocional negativo, caracterizado por tensión o nerviosismo, que involucra síntomas fisiológicos, por ejemplo, palpitaciones cardíacas, temblor, náuseas y vértigo (Beck, Emery y Greenberg, 1985).

Definición operacional

La definición operacional de la ansiedad es determinada mediante el puntaje obtenido en el Inventario de ansiedad de Beck – BAI Beck y Steer (1988)

Tabla 2

Operacionalización de la variable ansiedad

Dimensión	Ítem	Respuesta	Niveles	Escala
Afectivo	5, 8, 9, 10, 14, 17	Nada (0)	Bajo	Ordinal
Cognitivo	4, 11, 13, 16	Leve (1)	Tendencia bajo	
Somático	1, 2, 3, 6, 7, 12, 15, 18, 19, 20, 21	Regular (2)	Moderado	
		Fuerte (3)	Tendencia alto	
			Alto	

Variable de estudio 2: Agresividad

Definición conceptual

Se trata de una clase de respuesta esencialmente aprendida en donde un individuo expresa conductas nocivas y dañinas a otro de forma constante y repetitiva.

Esta se expresa de dos formas: motriz, en donde aparece la agresividad física y verbal; y la forma actitudinal, siendo su expresión la hostilidad e ira (Buss, 1961).

Definición operacional

La definición operacional para la agresividad se obtiene mediante el puntaje objetivo del Cuestionario de agresión de Buss y Perry (1992).

Tabla 3

Operacionalización de la variable agresividad

Dimensión	Ítem	Respuesta	Niveles	Escala
Agresividad física	1, 5, 9, 12, 13, 17, 21, 24, 29	CF (1) BF (2)	Bajo Tendencia bajo	
Agresividad verbal	2, 6, 10, 14, 18	NV/NF (3) BV (4)	Moderado Tendencia	Ordinal
Hostilidad	3, 7, 11, 19, 22, 25, 27	CV (5)	alto	
Ira	4, 8, 15, 16, 20, 23, 26, 28		Alto	

Nota: CF (completamente falso para mi), BF (bastante falso para mi), NV/NF (ni verdadero, ni falso para mi), BV (bastante verdadero para mi), CV (completamente verdadero para mi)

3.5. Métodos y técnicas de investigación

La técnica empleada para la medición de las variables fue la encuesta, ya que se administraron dos protocolos a los deportistas de contacto (Sánchez y Reyes, 2015).

Medición de la ansiedad

Nombre : Inventario de ansiedad de Beck – BAI
 Autor : Beck y Steer
 Año : (1988)
 Administración : Individual y colectiva
 Ámbito de aplicación : Adolescentes y adultos

Duración	:	15 minutos aproximadamente
Finalidad	:	Estimar la frecuencia de los síntomas de ansiedad
Ítems	:	21
Respuesta	:	Nada; Leve; Regular; Fuerte

Descripción del instrumento

Para medir la ansiedad se aplicó el inventario de ansiedad de Beck BAI creado por Beck y Steer (1988), el cual es un instrumento creado a partir del criterio clínico tomando como base a los criterios diagnósticos de los trastornos de ansiedad del DSM III y IV, por tal motivo el instrumento constituye una lista de indicadores agrupados en tres componentes: AS1: somático, AS2: afectivo y AS3: cognitivo. Los cuales constituyen la ansiedad total. Así mismo el instrumento cuenta con 21 ítems con formato de respuesta tipo Likert.

El instrumento mide la ansiedad entendiéndola como un estado principalmente emocional displacentero o negativo, cuyos principales indicadores son la tensión o nerviosismo, además de los indicadores fisiológicos o somáticos en donde las palpitaciones cardiacas, temblores, sudoración, sensación de mareo y nauseas acompañan generalmente el estado ansioso, también comprende indicadores cognitivos, ya que los individuos pueden percibir un estímulo (exponiéndose de forma real o simbólica) como amenazante, así mismo percibiéndose ineficaz para afrontarlo (Beck y Steer, 1988). Así mismo la ansiedad se encuentra compuesta por tres grupos de indicadores: (a) Somático. En cuanto a la versión original, se reportó una validez de constructo con una estructura de tres factores.

Para la presente investigación, se revisó la validez de contenido mediante el método de V de Aiken y la confiabilidad por consistencia interna a través del método de consistencia interna en un grupo piloto de 100 deportistas.

Revisión propiedades psicométricas

Validez de contenido

Tabla 4

Validez de contenido del Inventario de ansiedad BAI

items	J1	J2	J3	J4	J5	V Aiken	p
1	1	1	1	1	1	1.00	.001
2	1	1	1	1	1	1.00	.001
3	1	1	1	1	1	1.00	.001
4	1	1	1	1	1	1.00	.001
5	1	1	1	1	1	1.00	.001
6	1	1	1	1	1	1.00	.001
7	1	1	1	1	1	1.00	.001
8	1	1	1	0	1	0.80	.001
9	1	1	1	1	1	1.00	.001
10	1	1	1	1	1	1.00	.001
11	1	1	1	1	1	1.00	.001
12	1	1	1	1	1	1.00	.001
13	1	1	1	0	1	0.80	.001
14	1	1	1	1	1	1.00	.001
15	1	1	1	1	1	1.00	.001
16	1	1	1	1	1	1.00	.001
17	1	1	1	0	1	0.80	.001
18	1	1	1	1	1	1.00	.001
19	1	1	1	1	1	1.00	.001
20	1	1	1	1	1	1.00	.001
21	1	1	1	1	1	1.00	.001

En la tabla 4, se presentan los resultados del análisis de la validez de contenido del Inventario de ansiedad BAI a través del método de V de Aiken en cinco jueces expertos, donde se observaría que los coeficientes v oscilaron entre puntuaciones de .80 a 1.00.

Validez de constructo

Tabla 5

Validez de constructo del Inventario de ansiedad de Beck (BAI)

	χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Modelo de tres factores	1560	380	< .001	0.928	0.936	0.051	0.047

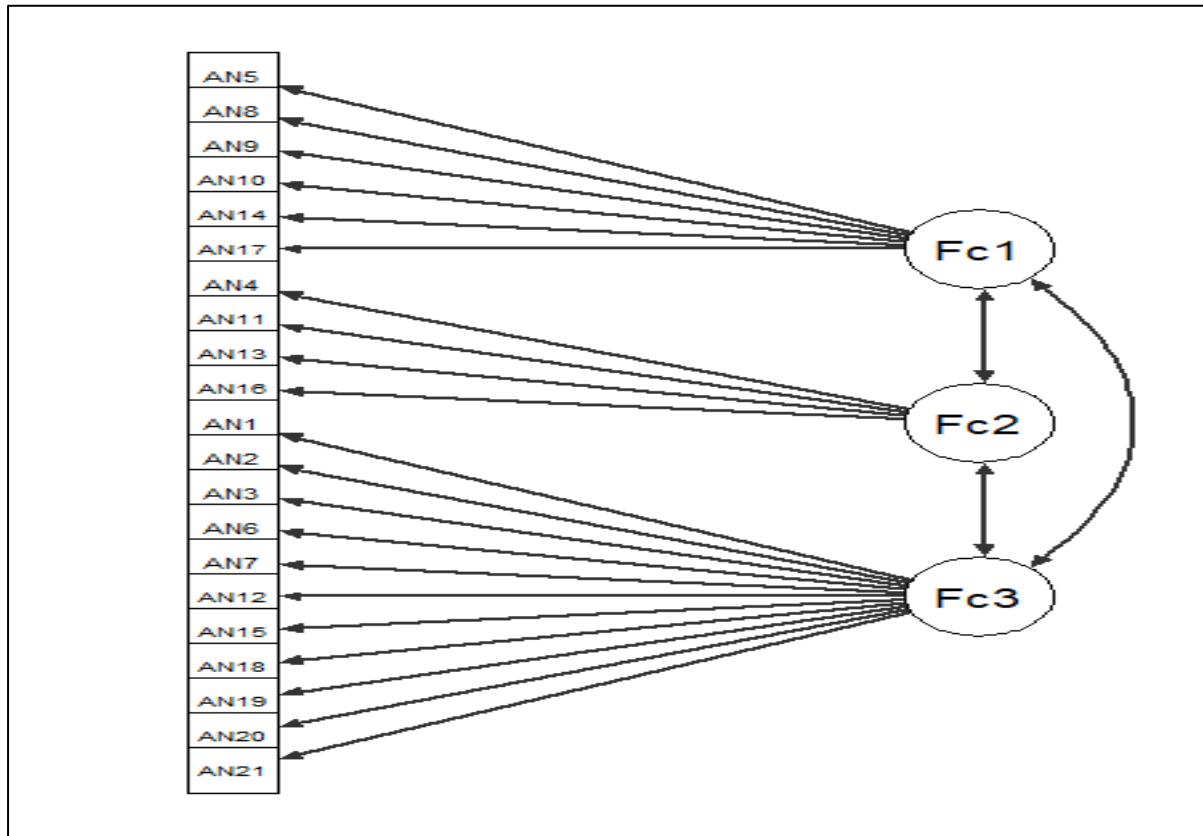


Figura 1. Modelo de tres factores del Inventario BAI

En la tabla 5 y figura 1, se muestra los resultados de la validez mediante el análisis factorial confirmatorio para el modelo de tres factores del Inventario BAI, obteniendo un ajuste de bondad e índices comparativos aceptables para el modelo presentado ($\chi^2=1560$, $SRMR=.051$, $RMSEA=.047$, $CFI=.928$, $TLI=.936$), lo cual se asemeja a lo recomendado por Hu y Bentler (1999).

Confiabilidad por consistencia interna del Inventario BAI

Tabla 6

Confiabilidad por consistencia interna del Inventario de ansiedad BAI

Variable	N	Alfa de Cronbach	p
Afectivo	100	.755	.001
Cognitivo	100	.784	.001
Somático	100	.764	.001
Ansiedad	100	.879	.001

En la tabla 6, se presentan los resultados del análisis de confiabilidad por el método de consistencia interna para el Inventario de ansiedad BAI a través del grupo piloto conformado por 100 sujetos, donde se observa que el coeficiente alfa de Cronbach es superior a .879, por lo tanto, el instrumento es confiable.

Tabla 7

Baremos generales del Inventario de ansiedad BAI

Niveles	F1	F2	F3	Total
Bajo	0-3	0-1	0-3	0-9
Tendencia Bajo	4-5	2-3	4-6	10-14
Moderado	6-7	4	7-9	15-19
Tendencia alto	8-9	5-9	10-12	20-26
Alto	10 a más	10 a más	13 a más	27 a más

En la tabla 7, se presenta la elaboración de los baremos generales del Inventario de ansiedad BAI.

Medición de la agresividad

Denominación	:	Cuestionario de Agresión de Buss y Perry
Autores	:	Buss y Perry
Año	:	1992
Ámbito de aplicación	:	adolescente de 10 a 19 años
Administración	:	Colectiva e Individual

Finalidad	:	Determinar los niveles de agresividad, al igual que en sus dimensiones, Agresión Física y Verbal, Hostilidad e Ira.
Dimensiones	:	Agresión física, agresión verbal, hostilidad e ira
N° reactivos	:	29 ítems
Formato de respuesta	:	Likert (Completamente falso para mí, Bastante falso para mí, Ni verdadero, ni falso para mí, Bastante verdadero para mí, Completamente verdadero para mi)

Se trata del Cuestionario de agresión de Buss y Perry construido con el objetivo de determinar los niveles de agresividad, al igual que en sus dimensiones (agresión física-verbal, hostilidad e ira), construido en 1992 por Buss y Perry y traducido al español por Andreu, Peña y Graña (2002), siendo esta última la versión empleada en las distintas investigaciones realizadas en el ámbito peruano. Se trata de un instrumento compuesto por 29 ítems agrupados en cuatro dimensiones correlacionadas con un formato de respuesta tipo Likert que busca captar el grado en el que el evaluado considera verdadera o falsa la afirmación sobre él. En el ámbito peruano, existen distintos estudios donde se revisaron las propiedades psicométricas del Cuestionario de agresión de Buss y Perry; en este sentido Tintaya (2017), Gutiérrez (2018) y Limaco (2019) revisaron las evidencias de validez de contenido, encontrando valores v de Aiken que oscilaron entre 0.90 a 1.00; así mismo, evidencias de confiabilidad mediante consistencia interna ($\alpha < .60$).

Para la presente investigación, se revisó la validez de contenido mediante el método de v de Aiken y la confiabilidad por consistencia interna a través del método de consistencia interna en un grupo piloto de 100 deportistas.

Revisión de las propiedades psicométricas

Validez de contenido del Cuestionario AQ

Tabla 8

Validez de contenido del Cuestionario de agresividad AQ

items	J1	J2	J3	J4	J5	V Aiken	<i>p</i>
1	1	1	1	1	1	1.00	.001
2	1	1	1	0	1	0.80	.001
3	1	1	1	1	1	1.00	.001
4	1	1	1	0	1	0.80	.001
5	1	1	1	1	1	1.00	.001
6	1	1	1	0	1	0.80	.001
7	1	1	1	1	1	1.00	.001
8	1	1	1	0	1	0.80	.001
9	1	1	1	1	1	1.00	.001
10	1	1	1	1	1	1.00	.001
11	1	1	1	1	1	1.00	.001
12	1	1	1	0	1	0.80	.001
13	1	1	1	1	1	1.00	.001
14	1	1	1	1	1	1.00	.001
15	1	1	1	0	1	0.80	.001
16	1	1	1	0	1	0.80	.001
17	1	1	1	1	1	1.00	.001
18	1	1	1	1	1	1.00	.001
19	1	1	1	1	1	1.00	.001
20	1	1	1	0	1	0.80	.001
21	1	1	0	1	1	0.80	.001
22	1	1	1	1	1	1.00	.001
23	1	1	1	0	1	0.80	.001
24	1	1	1	1	1	1.00	.001
25	1	1	1	1	1	1.00	.001
26	1	1	1	0	1	0.80	.001
27	1	1	1	1	1	1.00	.001
28	1	1	1	0	1	0.80	.001
29	1	1	1	0	1	0.80	.001

En la tabla 8, se presentan los resultados del análisis de la validez de contenido del Cuestionario de agresividad AQ de Buss y Perry a través del método de V de

Aiken en cinco jueces expertos, donde se observaría que los coeficientes ν oscilaron entre puntuaciones de .80 a 1.00.

Validez de constructo

Tabla 9

Validez de constructo del Cuestionario de agresividad AQ

	χ^2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Modelo de cuatro factores	731	156	<.001	0.918	0.904	0.065	0.058

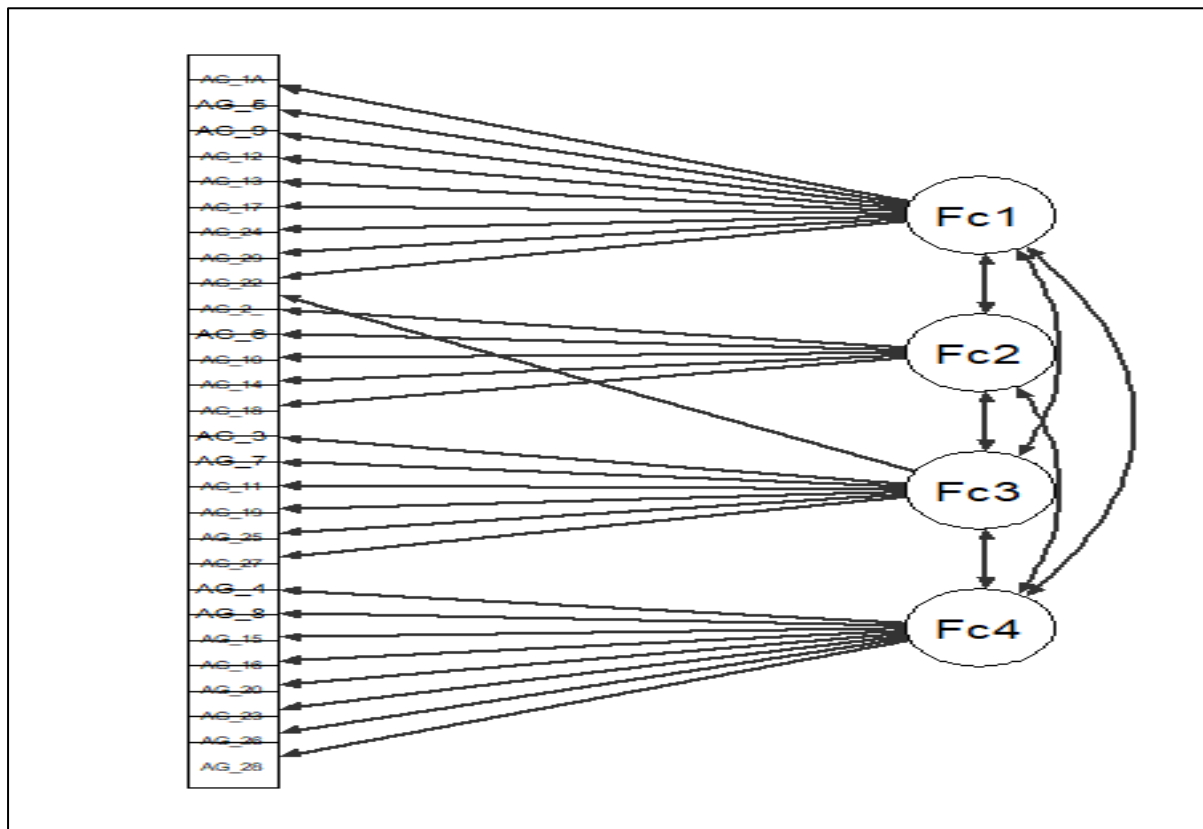


Figura 2. Modelo de cuatro factores para el Cuestionario AQ

En la tabla 9 y figura 2, se muestra los resultados de la validez mediante el análisis factorial confirmatorio para el modelo de cuatro factores del Cuestionario AQ, obteniendo un ajuste de bondad e índices comparativos aceptables para el modelo presentado ($\chi^2=731$, $SRMR=.065$, $RMSEA=.058$, $CFI=.918$, $TLI=.904$), lo cual se asemeja a lo recomendado por Hu y Bentler (1999).

Confiabilidad por consistencia interna del Cuestionario AQ

Tabla 10

Confiabilidad por consistencia interna del Cuestionario de agresividad de Buss y Perry

Variable	N	Alfa de Cronbach	p
Agresividad física	100	.755	.001
Agresividad verbal	100	.771	.001
Hostilidad	100	.782	.001
Ira	100	.761	.001
Agresividad	100	.845	.001

En la tabla 10, se presentan los resultados del análisis de confiabilidad por el método de consistencia interna para el Cuestionario de agresividad de Buss y Perry a través del grupo piloto conformado por 100 sujetos, donde se observa que el coeficiente alfa de cronbach es superior a .845, por lo tanto, el instrumento es confiable.

Tabla 11

Baremos generales del Cuestionario AQ

Niveles	F1	F2	F3	F4	Total
Bajo	5-17	4-10	4-12	5-18	29-59
Tendencia Bajo	18-21	11-12	13-15	19-20	60-69
Moderado	22-24	13	16-19	21-24	70-80
Tendencia alto	25-28	14-15	20-24	25-28	81-92
Alto	29 a más	16 a más	25 a más	29 a más	93 a más

En la tabla 11, se presenta la elaboración de los baremos generales del Cuestionario AQ.

3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para la recolección de los datos, se precedió a la coordinación con los centros del deporte contactados, donde se realizó la organización de los horarios en los cuales se estaría acercando para realizar sus análisis correspondientes, para ello se establecieron los días necesarios siendo principalmente las primeras horas para la

medición. Se solicitó el permiso a los diez centros de deporte donde, se buscó una fecha de reunión y conseguir explicar las principales instrucciones de corrección de los instrumentos para que los deportistas pudieran marcarlos.

En primer lugar, se desarrolló una base de datos en el programa estadístico para ciencias sociales IBM SPSS en su versión 25, donde se especificó el tipo de variable que era cada una. Después se procedió a reportar la descripción de las variables ansiedad y agresividad en los deportistas de combate que asisten a los diez centros deportivos a través de la frecuencia y porcentaje. Después se realizó el análisis de bondad de ajuste a través de la prueba Kolmogorov Smirnov donde no se ajusta a la normalidad por lo que se utilizaran estadísticos no paramétricos, empleándose la prueba U Mann Whitney y Kruskal Wallis para la comparación en función de las variables sociodemográficas y la prueba *rho* de Spearman para la correlación entre la ansiedad y la agresividad.

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS
RESULTADOS

4.1. Resultado descriptivo

Análisis descriptivo de la ansiedad

Tabla 12

Niveles de la ansiedad y sus dimensiones

Niveles	Afectivo	Cognitivo	Somático	Ansiedad
	fi (%)	fi (%)	fi (%)	fi (%)
Bajo	42 (23.7%)	45 (25.4%)	35 (19.8%)	39 (22%)
Tendencia bajo	33 (18.6%)	48 (27.1%)	37 (20.9%)	32 (18.1%)
Moderado	55 (31.1%)	33 (18.6%)	37 (20.9%)	49 (27.7%)
Tendencia alto	23 (13.0%)	35 (19.8%)	45 (25.4%)	32 (18.1%)
Alto	24 (13.6%)	16 (9.0%)	23 (13%)	25 (14.1%)

En la tabla 12 se observa el análisis de los niveles de la ansiedad y sus dimensiones, donde se reconoce que el 27.7% de evaluados contaron con un nivel moderado de ansiedad, seguido por el 22% en un nivel bajo y el 18.1% para la tendencia bajo y la tendencia alta. De forma similar, se identifica mayor presencia para el nivel moderado en la dimensión afectivo (31.1%), mientras que para cognitivo se reconoció mayor cantidad para tendencia bajo (27.1%) y para somático en tendencia alto (25.4%).

4.1.2. Análisis descriptivo de la agresividad

Tabla 13

Niveles de la agresividad y sus dimensiones

Niveles	Física	Verbal	Hostilidad	Ira	Agresividad
	fi (%)	fi (%)	fi (%)	fi (%)	fi (%)
Bajo	37 (20.9%)	42 (23.7%)	36 (20.3%)	38 (21.5%)	48 (27.1%)
Tendencia bajo	52 (29.4%)	28 (15.8%)	43 (24.3%)	43 (24.3%)	35 (19.8%)
Moderado	28 (15.8%)	49 (27.7%)	42 (23.7%)	41 (23.2%)	33 (18.6%)
Tendencia alto	34 (19.2%)	37 (20.9%)	33 (18.6%)	36 (20.3%)	36 (20.3%)
Alto	26 (14.7%)	21 (11.9%)	23 (13%)	19 (10.7%)	25 (14.1%)

Respeto a la tabla 13 se observa el análisis de los niveles de la agresividad y sus dimensiones, donde se reconoce que el 27.1% de evaluados contaron con un nivel bajo de agresividad, seguido por el 20.3% en un nivel tendencia alto y el 19.8% para la tendencia bajo. De forma similar, se identifica mayor presencia para el nivel moderado en la dimensión agresividad verbal (27.7%), mientras que se observa una tendencia baja para la dimensión de agresividad verbal (29.4%) y hostilidad (24.3%) e ira (24.3%).

4.2. Resultados inferenciales y contrastación de hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 14

Normalidad de la ansiedad y sus dimensiones

	N	KS	p
Afectivo	177	.113	,000
Cognitivo	177	.121	,000
Somático	177	.104	,000
Ansiedad	177	.097	,000

En la tabla 11, se presentan los resultados del análisis de la prueba de normalidad de la ansiedad y sus dimensiones en las puntuaciones obtenidas en los deportistas. Se observa que la distribución de las puntuaciones no sigue la curva de normalidad, por lo tanto, dicho ajuste es esencialmente no normal.

Tabla 15

Prueba de normalidad de la agresividad

	N	KS	p
Agresividad física	177	.076	,014
Agresividad verbal	177	.116	,000
Hostilidad	177	.114	,000
Ira	177	.107	,000
Agresividad	177	.072	,027

En la tabla 15, se presentan los resultados del análisis de la prueba de normalidad de la agresividad y sus dimensiones en las puntuaciones obtenidas en los deportistas de combate. Se observa que la distribución de las puntuaciones no sigue la curva de normalidad, por lo tanto, dicho ajuste es esencialmente no normal.

4.2.1. Comparación de las variables en función a las variables sociodemográficas

Tabla 16

Comparación de la ansiedad y sus dimensiones

	Sexo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Afectivo	Femenino	25	110.48	1363.000	.023
	Masculino	152	85.47		
Cognitivo	Femenino	25	106.70	1457.500	.060
	Masculino	152	86.09		
Somático	Femenino	25	111.22	1344.500	.019
	Masculino	152	85.35		
Ansiedad	Femenino	25	113.38	1290.500	.010
	Masculino	152	84.99		

En la tabla 16, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función del sexo en los deportistas, donde se observa que existió diferencias significativas en la dimensión afectivo y en la dimensión somático, pero no en la dimensión cognitivo. Se encontró diferencias significativas a nivel global de la ansiedad.

Tabla 17

Comparación de la ansiedad y sus dimensiones

	Edad	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Afectivo	12 a 17 años	103	91.81	3522.000	.388
	18 a 53 años	74	85.09		
Cognitivo	12 a 17 años	103	90.20	3687.500	.711
	18 a 53 años	74	87.33		
Somático	12 a 17 años	103	85.56	3456.500	.291
	18 a 53 años	74	93.79		
Ansiedad	12 a 17 años	103	89.13	3797.500	.968
	18 a 53 años	74	88.82		

En la tabla 17, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función de la edad en los deportistas, donde se observa que no existió diferencias significativas en la dimensión: afectivo, cognitivo y en somático. Finalmente, no se encontró diferencias significativas a nivel global de la ansiedad.

Tabla 18

Comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función de si estudia

	Estudia	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Afectivo	Si	142	93.61	1830.500	.015
	No	35	70.30		
Cognitivo	Si	142	91.22	2169.500	.241
	No	35	79.99		
Somático	Si	142	91.58	2118.000	.176
	No	35	78.51		
Ansiedad	Si	142	92.52	1985.000	.065
	No	35	74.71		

En la tabla 18, se presentan los resultados de la prueba de comparación de la ansiedad y sus dimensiones en función de si estudia en los deportistas, donde se

observa que existió diferencias significativas en la dimensión afectivo; sin embargo, no se encontró diferencias significativas en la dimensión cognitivo y somático. Finalmente, a nivel general de la ansiedad no se encontró diferencias estadísticamente significativas.

Tabla 19

Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función del sexo

	Sexo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Agresividad física	Femenino	25	95.64	1734.000	.484
	Masculino	152	87.91		
Agresividad verbal	Femenino	25	119.62	1134.500	.001
	Masculino	152	83.96		
Hostilidad	Femenino	25	123.68	1033.000	.000
	Masculino	152	83.30		
Ira	Femenino	25	124.02	1024.500	.000
	Masculino	152	83.24		
Agresividad	Femenino	25	119.90	1127.500	.001
	Masculino	152	83.92		

En la tabla 19, se presentan los resultados del análisis de comparación de la agresividad y sus dimensiones en los deportistas de combate analizados. Se encontró diferencias significativas en la dimensión agresividad verbal, en hostilidad y en ira, pero no se encontró diferencias significativas en agresividad física. Finalmente, se encontró diferencias significativas a nivel global de la agresividad en función del sexo.

Tabla 20

Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función de la edad

	Edad	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Agresividad física	12 a 17 años	103	90.23	3684.000	.705
	18 a 53 años	74	87.28		
Agresividad verbal	12 a 17 años	103	89.11	3800.000	.974
	18 a 53 años	74	88.85		
Hostilidad	12 a 17 años	103	93.04	3394.500	.215
	18 a 53 años	74	83.37		
Ira	12 a 17 años	103	91.57	3546.500	.431
	18 a 53 años	74	85.43		
Agresividad	12 a 17 años	103	91.61	3542.000	.424
	18 a 53 años	74	85.36		

En la tabla 20, se presentan los resultados del análisis de comparación de la agresividad y sus dimensiones en los deportistas de combate analizados en función de la edad. Se encontró que no había diferencias significativas en la dimensión agresividad física, agresividad verbal, hostilidad e ira. Finalmente, no se encontró diferencias significativas a nivel global de la agresividad en función de la edad.

Tabla 21

Comparación de la agresividad y sus dimensiones en función de si estudia

	Estudia	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	<i>p</i>
Agresividad física	Si	142	90.92	2212.000	.314
	No	35	81.20		
Agresividad verbal	Si	142	90.57	2262.500	.410
	No	35	82.64		
Hostilidad	Si	142	90.61	2256.500	.399
	No	35	82.47		
Ira	Si	142	92.58	1977.000	.061
	No	35	74.49		
Agresividad	Si	142	91.87	2077.000	.133
	No	35	77.34		

En la tabla 21, se presentan los resultados del análisis de comparación de la agresividad y sus dimensiones en los deportistas de combate analizados en función de si estudia. Se encontró que no había diferencias significativas en la dimensión agresividad física, agresividad verbal, hostilidad e ira. Finalmente, no se encontró diferencias significativas a nivel global de la agresividad en función de si estudia.

4.2.2. Análisis de correlación

Tabla 22

Relación entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad

			Afectivo	Cognitivo	Somático
Agresividad física	n=177	r_s	,449	,426	,411
		p	.000	.000	.000
Agresividad verbal	n=177	r_s	,286	,244	,247
		p	.000	.001	.001
Hostilidad	n=177	r_s	,439	,422	,417
		p	.000	.000	.000
Ira	n=177	r_s	,531	,380	,384
		p	.000	.000	.000

En la tabla 22, se presentan los resultados de la relación entre las dimensiones de la agresividad con las dimensiones de la ansiedad en los deportistas. Se encontró que existían relaciones significativas y moderado entre las dimensiones de la agresividad: física, verbal, hostilidad e ira, con las dimensiones de la ansiedad, siendo estas afectivo, cognitivo y somático.

Análisis de relación entre la agresividad y la ansiedad

Tabla 23

Relación entre la agresividad y ansiedad

	Ansiedad		
	N	r_s	p
Agresividad	177	,554	.000

En la tabla 23, se presentan los resultados del análisis de la relación entre la agresividad y la ansiedad en los deportistas donde se observa que existe relación significativa, moderada y positiva entre la agresividad y ansiedad, por lo cual los deportistas que mostraron mayor agresividad, tenían mayor presencia de ansiedad.

CAPÍTULO V.
DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

La investigación es realizada dentro del marco donde se comprende que los deportistas de combate se encuentran asistiendo a los diez centros de deporte, donde ellos podrían estar presentando ansiedad, la cual es entendida como aquel conjunto de emociones que aparecen cuando un individuo se encuentra frecuentemente en una situación de riesgo o vulnerabilidad, siendo de las principales razones por las cuales han decidido aprender estas prácticas, para poder emplearlas en un futuro a manera de defensa personal, es por dicho motivo que el estudio realizado parte del análisis que se tiene establecer la relación entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur, por lo que los resultados hallados serán analizados en función de la información revisada.

Respondiendo al objetivo general de la investigación se encontró una relación estadísticamente significativa y directa entre la ansiedad y la agresividad, lo que indicaría que aquellos deportistas que se encuentran experimentando en mayor medida ansiedad, estarían siendo los que hayan tenido mayor frecuencia en sus conductas agresivas, lo que debe entenderse bajo lo mencionado por Buss (1961) quien afirmaba que la agresividad es una clase de respuesta donde un individuo envía estímulos nocivos o perjudiciales a otro con el objetivo de generar daños, así mismo, la presencia de estas respuestas podía dar de forma motora (agresividad física-verbal) o actitudinal (hostilidad-ira); es decir que los deportistas que envían una mayor experiencia de ansiedad eran quienes, al estar bajo una sensación constante de vulnerabilidad y amenaza, se pondrían a desempeñar acciones nocivas en contra de los demás, posiblemente por que bajo su propia percepción se encuentran en una situación de peligros o que estarían siendo retados por los demás, por su parte Prado (2018) mencionaría que los sujetos que se encontraban realizando comportamientos agresivos por lo general estarían sintiendo que han perdido el control sobre la situación, por lo que están en un momento de vulnerabilidad, pudiendo padecer de problemas o enfrentarse a alguna adversidad mayor. De esta forma los deportistas que se sienten atacados o bajo peligro podrían responder con las habilidades que más han venido desarrollando, las cuales en es el caso serían las de Combate. Algo interesante es mencionar que Chávez (2019) al reportar que los cadetes con mayor

dependencia emocional son más agresión, es que en el caso de estos estarían siendo entrenados en tácticas de combate o defensa personal, además de otras destrezas que les permitirían defenderse en el campo, por lo que tendrían a la agresión como forma de preferencia en el momento de actuar. El que los deportistas con mayor ansiedad sean los más agresivos puede ser explicado por lo mencionado en Pascuzzo, Cyr y Moss (2013), donde al estar en un mayor estado de angustia y miedo se estaría teniendo una mayor rigidez muscular, experimentando miedo en todo momento y yéndose a experimentar frecuentemente temor en sus actividades cotidianas, esa tensión muscular podría tener como consecuencia una reacción muscular con fuerza desproporcionada, es decir con un empujón o golpe.

Los deportistas que emplean una mayor presencia de comportamientos agresivos se encontrarían frecuentemente bajo un estado de ansiedad o ello es lo que se encontraría en la presente investigación, es necesario mencionar que para Limaco (2019) los sujetos con mayor agresividad emplean este tipo de comportamientos por que no cuentan con otras herramientas que gocen de su confianza para solucionar este tipo de eventualidades, viendo por ello enfrentados ante estos eventos de forma alterada en el desarrollo social de sus problemas, es decir que ante la falta de herramientas terminarían desempeñando comportamientos agresivos cuando se enfrentan ante situaciones que representan algún conflicto o altercado social en lugar de buscar alguna otra salida más pacífica. De esta forma se podría entender que los deportistas se encuentran mucho más involucrados en el uso de sus destrezas físicas para responder en defensa propia y ello podría estar siendo marcado como una mayor tendencia a mostrarse agresivos cuando se sientan bajo peligro, siendo quienes filtren la información de forma disfuncional y entiendan que se encuentran bajo amenaza, pues Beck, Emery y Greenberg (1985) mencionaban que el mismo fenómeno que se daba en los sujetos depresivos aparecía en aquellos con mayor ansiedad, donde al procesar la información terminaban dando mucho más valor a las muestras de amenaza y provocación que puedan estar ejerciendo en contra de él, de tal forma que a pesar de encontrarse en una situación neutra, el sujeto se encontraría con ansiedad y a la expectativa de que algo malo suceda.

En cuanto al análisis de la ansiedad, se encontraría que el 14.1% de los deportistas de contacto se encontraban en una situación en la cual experimentaban

un alto nivel de ansiedad, es decir que experimentaban respuestas fisiológicas incómodas, nerviosismo, miedo, temor, angustia y la sensación de que han perdido el control sobre todo lo que tienen a su alrededor, es por ello que estas personas se encuentran expuestas ante las situaciones a las cuales pueden malinterpretar los estímulos a los cuales estaría expuestas, creyendo de esa forma que se enfrentarían a algo sumamente complicado y que alteraría todo tipo de problema ante el cual se estén exponiendo nuevamente, es por ello que estas personas se verían nuevamente angustiadas y podrían concebir el ambiente en el cual están como hostil.

Por parte del 22.0% estos habrían reportado un nivel bajo, es decir que ellos estarían presentando casi una nula o demasiada poca intensidad de respuestas ansiosas en su día a día, es decir que ellos se ven expuestos frente a este tipo de eventualidades donde estarían enfrentándose de nuevo a estas situaciones naturales. Los sujetos que tienen un nivel bajo de ansiedad suelen ser más tranquilos, tener la percepción de control sobre la situación o por lo menos de que no hay fuentes amenazantes a su alrededor.

En el análisis descriptivo de la agresividad, se habría encontrado que de los deportistas de contacto analizados el 14.1% de ellos mencionarían un nivel alto, es decir que frecuentemente estarían reconociendo que emplean comportamientos agresivos, tanto en su aspecto físico y verbal, pues probablemente ellos no han entendido como canalizar su ira y hostilidad por medio del entrenamiento llevado a cabo, pues el objetivo que tienen muchos de los participantes que asisten a este tipo de centros sería debido a la búsqueda de un medio para canalizar toda esa ira que habrían acumulado para sí mismos. Los deportes permiten liberar en dosis permitidas y ante situaciones socialmente deseables la fuerza y el contacto; sin embargo, estos sujetos se encontrarían en un problema ya que no estarían consiguiendo regular su estado emocional y frecuentemente se mostrarían agresivos en sus situaciones cotidianas. Sin embargo, el 27.1% de los deportistas de contacto si habrán conseguido que la presencia del deporte les ayude a disminuir tales acciones, las cuales para Buss (1961) están siendo comprendidas como un conjunto de acciones que transportan estímulo nocivos a otros sujetos, estos individuos emplearían las conductas de fuerza en las actividades de deporte de contacto, siendo el momento

apropiado para liberar tales fuerzas, sin embargo en situaciones de tensión emocional conseguirían verse mucho más beneficiados.

Un dato relevante es que las mujeres presenten una mayor puntuación que los varones en la ansiedad, es decir que ellas experimentan mayor nerviosismo, sensación de pérdida de control y estar en peligro, temblor, siendo los varones quienes no tendrían tanta presencia de estas sensaciones, esto podría ser explicado por Delgado, Inglés y García-Fernández (2013), quienes mencionaban que la ansiedad aparecía a menudo cuando las personas se encontraban sintiéndose vulnerables y un hecho que llamo la atención es que los participantes de la investigación mencionaban que uno de los motivos por el que comenzaron practicar deportes era haber sufrido algún tipo de asalto o ataque, es decir que habrían sido amenazados previamente, ante ellos las mujeres podrían haberse visto en una posición de mayor vulnerabilidad, la cual para estos autores sería uno de los puntos clave en aquellas personas que experimentan más ansiedad. Por su parte Pascuzzo (2008) mencionaría que las personas con mayor experiencia de ansiedad suelen sentirse como mayor tensión muscular y e inclusive podría emplear su fuerza de forma descontrolada, pues están a la defensiva, siendo una de las posibles razones el encontrarse yendo a un centro para aprender deportes que le sirvan como estrategias de defensa personal.

La comparación de la agresividad se daría a partir de las diferencias en las perspectivas de vulnerabilidad que podrían tener tanto mujeres como varones, siendo estas las que podrían enmarcar a las mujeres como personas que se encuentran en una mayor vulnerabilidad frente a las situaciones acoso o violencia que puedan terminar sufriendo por parte de los demás. Al realizar la comparación de la agresividad en función a las variables sociodemográficas, se encontró que los varones son aquellos que presentaban un menor nivel de conductas agresivas, siendo las mujeres quienes tendrían problemas con este tipo de comportamientos, emitiéndolos en mayor medida, como lo mencionaba Buss (1961) estos se encontrarían emitiendo estímulos nocivos hacia otros organismos, afectándolos y generándole daños a ellos.

5.2. Conclusiones

1. En cuanto al objetivo general, se encontró que existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre la ansiedad y la agresividad, por lo tanto, los deportistas que presentaron un mayor nivel en la ansiedad, obtuvieron una mayor presencia de agresividad.
2. En cuanto al objetivo específico, se encontró que para la ansiedad general el 22.0% fue bajo y el 14.1% alto; mientras que, en la dimensión afectivo el 31.1% fue moderado, en la dimensión cognitivo el 27.1% tendencia bajo, en la dimensión somático y en 25.4% fue tendencia alto.
3. En cuanto al segundo objetivo específico se encontró que para la agresividad general el 27.1% fue tendencia bajo y el 14.7% tendencia alto; mientras que, en la dimensión agresividad física el 20.9% fue bajo, en agresividad verbal el 27.7% moderado, en hostilidad el 23.7% fue moderado, finalmente en ira el 24.3% fue tendencia bajo.
4. Para el tercer objetivo específico se obtuvo que existen diferencias significativas en la dimensión afectivo y somático en función del sexo; mientras que en función a si estudia solo se halló diferencias significativas en la dimensión afectivo.
5. Para el cuarto objetivo específico, se obtuvo que existen diferencias significativas en función del sexo en las dimensiones agresividad verbal, hostilidad e ira; así como, a nivel general de la agresividad.
6. Finalmente, para el quinto objetivo específico, se obtuvo diferencias significativas donde las dimensiones: agresividad física, verbal, hostilidad e ira presentaron relaciones significativas con las dimensiones de la ansiedad: afectivo, cognitivo y somático.

5.3. Recomendaciones

- A partir de los resultados encontrados se recomienda el desarrollo de un programa psicológico en el cual se busquen integrar estrategias para reducir la presencia de ansiedad; así como, de agresividad en los deportistas de combate de los diez centros de deporte analizados, pues en la presente investigación se encontró relación significativa y directa.
- Ejecutar talleres de control de la angustia y la sensación de amenaza que pueden estar experimentando algunos deportistas, consiguiendo con ello dotarlos de mayores herramientas para el manejo de su ansiedad.
- Replicar la investigación en otros contextos para identificar más evidencias sobre la posible relación que existe entre ambas variables en deportistas, reconociendo que hay un poco presencia de investigaciones en este tipo de población
- Plantear talleres en los cuales se concienticen a los deportistas de contacto sobre el daño que pueden ejercer a otras personas cuando no tienen un buen control de su estado emocional, ya que se esperaría que a través del deporte logren canalizar aquellas emociones negativas, algunos de ellos no estarían consiguiendo esto por lo tanto se debería complementar con algunos talleres.
- Incentivar a través de talleres algunas técnicas de relajación para que aquellos deportistas de contacto que se encuentran aun con una experiencia de nerviosismo logren disminuir su ansiedad y a través de esto controlen mucho más la fuerza que tienen cuando están bajo su percepción en una situación de riesgo.
- Plantear talleres en los cuales se trabajen sobre el empleo de las maniobras de defensa personal, concientizando a los deportistas que estas deben ser utilizadas en las practicas del deporte o cuando realmente se encuentren bajo peligro.

REFERENCIAS

- Acuña, J., Botto, A., y Jiménez, J. (2009). Psiquiatría para la atención primaria y el médico general. *Depresión, ansiedad y somatización*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Agudelo, D., Casadiegos, C. y Sánchez, D. (2008). Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychological Research*, 1(1), 34-39.
- Andreu, J. (2009). Propuesta de un modelo integrador de la agresividad impulsiva y premeditada en función de sus bases motivacionales y socio-cognitivas. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 9(1), 85-98. <https://www.masterforense.com/pdf/2009/2009art5.pdf>
- Ang, R. (2007). Factor structure of the 12-item Aggression Questionnaire: Further evidence from Asian adolescent samples. *Journal of Adolescence*, 30(4), 671-685.
- Anicama, J. (1989). Análisis conductual de los aspectos psicológicos de la violencia y la agresión. *El Analista de la Conducta*, 17(1), 20 – 32.
- Arango, A. (2021). *Actitudes ante el consumo de drogas en estudiantes de una universidad privada de lima sur con y sin conductas sexuales de riesgo* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Bados, A. (2005). *Trastorno de ansiedad por separación. Rechazo escolar y fobia escolar* (Tesis de pregrado). Universidad de Barcelona.
- Baeza, J. (2011). *Ir de mal en peor. Ansiedad. Afrontamiento contraproducente*. España: Bubok Publishing.
- Balanza, S., Morales, I. y Guerrero, J. (2009). Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: Factores académicos y socio-familiares asociados. *Cínica y Salud*, 20(2), 177-187.

- Bandura, A. (1973). *Aggression: A Social Learning Analysis*. New York: Prentice-Hall.
- Batallas, M. (2014). *Agresividad, hostilidad e ira en adolescentes que juegan videojuegos* (Tesis de pregrado). Universidad de las Américas, Quito, Ecuador.
- Beck, A., Emery, G. y Greenberg, R. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive approach*. Basic: New York.
- Beck, A. y Emery, G. (1985). *Anxiety disorders an phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Bendahan, S., Zehnder, C., Pralong, F. y Antonakis, J. (2015). Leader corruption depends on power and testosterone. *The Leadership Quarterly*, 26(2), 101–122.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales (3ª ed.)*. Pearson.
- Bohórquez, A. (2007). *Prevalencia de depresión y ansiedad según las escalas de Zung y evaluación de la asociación con el desempeño académico en los estudiantes de medicina de la Pontificia Universidad Javeriana*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Brewer, T. (2002). Test-taking anxiety among nursing and general college students. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health*, 40(11), 22-31.
- Burillo, S. (2014). *Ansiedad: ¡Qué alguien me ayude!* Recuperado de https://books.google.com.pe/books/about/ansiedad_que_alguien_me_ayude_vers_i%c3%93n_p.html?id=ycoubaaaqbaj.
- Buss, A. (1961). *The psychology of aggression*. Oxford, England: Wiley
- Casado, M. (1994). *Ansiedad, stress y trastornos psicofisiológicos*. Recuperado de <http://biblioteca.ucm.es/tesis/19911996/S/4/S4005801.pdf>.

- Chávez, W. (2019). *Dependencia emocional y agresividad en cadetes varones de una institución militar de Chorrillos* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú. Perú.
- Chirio, D. (2017). *Rasgos de personalidad y desordenes emocionales en adolescentes de una institución educativa privada en Villa María del Triunfo*. Memorias del VIII congreso internacional de psicología. Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Chorot, B. (1991). Teoría de incubación de la ansiedad. Evidencia empírica. *Revista de Psicología General y Aplicativa*, 44(4), 435-445.
- Chox, W. (2018). *Rasgos de personalidad y agresividad, estudio realizado con estudiantes de tercero básico del instituto nacional de educación básica del Municipio de Nahualá, departamento de Solalá* (Tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango.
- Contini, E. (2015). Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. *Psicodebate*, 15(2), 31-54. <https://doi.org/10.18682/pd.v15i2.533>
- Couoh, C., Góngora, A., García, A., Macías, I. y Olmos, N. (2015). Ansiedad y autoestima en escolares de educación primaria de Mérida, Yucatán. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(3), 302-308.
- Dardón, S. (2014). *Nivel de agresividad en deportistas que practican taekwondo* (Tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala.
- Delgado, B., Inglés, C. y García-Fernández, J. (2013). Social anxiety and self-concept in adolescence. *Revista de Psicodidáctica*, 18(1), 179–194.
- Díaz-Aguado, M., Martínez-Arias, R. y Seoane, G. (2004). *En Prevención de la violencia y la lucha contra la exclusión desde la adolescencia*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto de la Juventud.

Dodge, K., Coie, J. y Lynam, D. (2006). *Aggression and antisocial behaviour in youth*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Estévez, E., Martínez, B. y Musitu, G. (2006). La autoestima en adolescentes agresores y víctimas en la escuela: la perspectiva multidimensional. *Intervención Psicosocial*, 15(2), 223-232.

Estévez, E., Martínez, B., Herrero, J. y Musitu, G. (2006). Aggressive and non-aggressive rejected students: An analysis of their differences. *Psychology in the Schools*, 43(3), 387-400.

Gallardo-Peña, M., Domínguez-Escribano, M. y Gonzales, C. (2019). Inteligencia emocional y conducta agresiva en el deporte ¿Puede inferir la modalidad deportiva y las horas de entrenamiento? *Revista retos*, 35(1), 176-180.

García, S. (2016). *Efecto diferencial del estilo educativo paterno y materno en la agresividad durante la adolescencia*. Sevilla: Behavioral Psychology.

García, S. (2017). *Diferencias entre ansiedad normal y patológica*. Recuperado de <https://www.psicologasoniagarcia.com/singlepost/2016/10/08/Diferencias-entre-ansiedad-normal-y-patol%C3%B3gica>.

Garrido, R. (2015). *Agresividad y resolución de problemas interpersonales en alumnado de cultura occidental y alumnado de cultura amazigh*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=72975>

González, C., Marcilla, A. y González, D. (1996). Ansiedad y autoconcepto en una población escolar. *Revista de Ciencias de la Educación*, 167(1), 375–384.

González-García, H., Pelegrín, A. y Garcés, E. (2017). Revisión de la agresión en deportistas: variables influyentes y evaluación. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 12(1), 91-98.

- Gutiérrez, S. (2018). *Agresividad y personalidad en adolescentes de dos instituciones educativas de Villa El Salvador* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Hayes, S., Strosahl, K. y Wilson, K. (2012). *Terapia de aceptación y compromiso. proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Hernández, D. (2019). *Acoso escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Villa El Salvador con alto y bajo nivel de inteligencia emocional* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Hernández, S. Fernández, C y Baptista. P (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw-Hill educación.
- Hu, L., y Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Inglés, C., Martínez-Monteagudo, M., Delgado, B., Torregrosa, M., Redondo, J. y Benavides, G. (2008). Prevalencia de la conducta agresiva, conducta prosocial y ansiedad social en una muestra de adolescentes españoles: Un estudio comparativo. *Infancia y Aprendizaje*, 31(4), 449-461.
- Jadue, G. (2001). Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. *Estudios Pedagógicos*, 27(1), 111–118
- Joronda, A. (2017). *Ansiedad y agresividad en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de instituciones educativas públicas de los Olivos* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú.

- Junco, E. (2021). *Riesgo de recaída, creencias acerca del abuso de sustancias, impulsividad y ansiedad en los residentes de cuatro comunidades terapéuticas de Lima* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Larry, C. y De La Puente, M. (2004). *El niño desobediente*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Limaco, A. (2019). *Agresividad en adolescentes de una institución educativa en Villa El Salvador con alto y bajo nivel de habilidades sociales* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Perú.
- López, L. (2014). *Autoestima y conducta agresiva en jóvenes* (Tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Luciani, J. (2011). *Como superar la ansiedad y la depresión. Qué hacer cuando su vida se descontrola*. Barcelona, España: Amat Editorial.
- Málaga, B. (2017). *Ansiedad y agresividad en estudiantes de secundaria de instituciones educativas nacionales del distrito de Ancón* (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo. Lima, Perú.
- Martínez-Monteagudo, M., García-Fernández, J. e Inglés, C. (2013). Relaciones entre ansiedad escolar, ansiedad rasgo, ansiedad estado y depresión en una muestra de adolescentes españoles. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 13(1), 47–64.
- Martínez-Otero, V. (2014). Ansiedad en estudiantes universitarios: estudio de una muestra de alumnos de la facultad de educación. *ENSAYOS. Revista de la Facultad de Educación de Albacete*. 29(2), 63-78.
- Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables - MIMP, (2019). *Informe estadístico: Violencia en cifras*. Recuperado de <https://www.mimp.gob.pe> > informe-estadistico-06-2019_PNCVFS-UGIGC

- Moreno, A., Krikrian, A. y Palacio, C. (2015). Malestar emocional y ansiedad y depresión e pacientes oncológicos colombianos y su relación con la competencia percibida. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(3), 517-529. doi: dx.doi.org/10.12804/apl33.03.2015.10
- Narro, W. (2018). *Estilos de crianza y desajuste del comportamiento psicosocial en adolescentes de una institución educativa de Villa El Salvador* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú. Perú.
- Organización mundial de la salud OMS (2018). *Salud mental del adolescente*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Pacheco, D. (2019). *Adicción al internet, impulsividad y ansiedad en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Pascuzzo, K., Cyr, C. y Moss, E. (2013). Longitudinal association between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. *Attachment y Human Development*, 15, 83-103. doi:10.1080/14616734.2013.745713
- Pereyra, M. (2008). *Decida ser feliz*. España: Central y Asociación publicadora interamericana.
- Prado, M. (2018). Agresividad y estado emocional en estudiantes de Instituciones Educativas de Lima Metropolitana. *Revista De Investigación En Psicología*, 21(1), 101–118. doi:10.15381/rinvp.v21i1.15116
- Rapado, M. (2015). *La ansiedad: estrategias prácticas para manejarla paso a paso*. Madrid: Biblioteca online.

- Rivera, M. (2017). *Dependencia emocional y agresividad en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Rojas, D. (2018). *Ansiedad y agresividad en adolescentes que hacen uso de videojuegos violentos en el centro comercial Arenales Plaza de Lince* (Tesis de pregrado). Universidad Alas Peruanas, Lima, Perú.
- Rojas, E. (2009). *La ansiedad: como superar el estrés, las crisis de pánico y las obsesiones*. Madrid, España: Ediciones Planeta.
- Salazar, A. (2019). *Creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa El Salvador con alto y bajo nivel de agresividad* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica (5ta edición)*. Lima: Visión Universitaria.
- Sotillo, R. (2012). *La ansiedad. Claves para superarla*. Málaga, España: Ediciones Corona Borealis.
- Spielberger, D. (1966). *Theory and research on anxiety*. New York. Academic Press.
- Spielberger, D., Gorsuch, R. y Lushene, R. (1982). *State Trait Anxiety Inventory: STAIC*. Palo Alto: TEA.
- Stahl, S. (2011). *Psicofarmacología esencial de Stahl (3ª ed.)*. Madrid, España: Editorial Aula Médica.
- Tineo, E. y Berna, Y. (2017). *Niveles de ansiedad y agresividad en adolescentes de una institución educativa Chiclayo* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimente, Perú.

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

AUTOR: Juan Trujillo Leandro

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES								
<p>Formulación del problema</p> <p>¿Cuál es la relación entre ansiedad y agresividad en adolescentes que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Establecer la relación entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Describir la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p> <p>Describir la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p> <p>Comparar la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, traba y centro.</p> <p>Comparar la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, traba y centro.</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Hi: Existe relación significativa entre agresividad y ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>Hi: Existen diferencias al comparar la agresividad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur en función del sexo, edad, trabaja y centro.</p> <p>Hi: Existen diferencias al comparar la ansiedad y sus dimensiones en practicantes del deporte de combate que asisten a centros deportivos en Lima Sur Lima Sur en función del sexo, edad, trabaja y centro.</p> <p>Hi: Existe relación significativa entre las dimensiones de la agresividad y las dimensiones de la ansiedad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Variable</th> <th style="width: 50%;">Dimensión</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Ansiedad</td> <td style="text-align: center;">Afectivo Cognitivo Somático</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Variable</th> <th style="width: 50%;">Dimensión</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Agresividad</td> <td style="text-align: center;">Agresividad física Agresividad verbal Hostilidad Ira</td> </tr> </tbody> </table>	Variable	Dimensión	Ansiedad	Afectivo Cognitivo Somático	Variable	Dimensión	Agresividad	Agresividad física Agresividad verbal Hostilidad Ira
Variable	Dimensión										
Ansiedad	Afectivo Cognitivo Somático										
Variable	Dimensión										
Agresividad	Agresividad física Agresividad verbal Hostilidad Ira										

ANEXO 2
INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK – BAI

N°	Ítem	Nada	Leve	Regular	Fuerte
1	Torpe o entumecido	(0)	(1)	(2)	(3)
2	Acalorado(a)	(0)	(1)	(2)	(3)
3	Con temblor en las piernas	(0)	(1)	(2)	(3)
4	Incapaz de relajarme	(0)	(1)	(2)	(3)
5	Con temor a que ocurra lo peor	(0)	(1)	(2)	(3)
6	Mareado, o que se me va la cabeza	(0)	(1)	(2)	(3)
7	Con latidos del corazón fuertes y acelerados	(0)	(1)	(2)	(3)
8	Inestable (emocionalmente)	(0)	(1)	(2)	(3)
9	Atemorizado(a) o asustado (a)	(0)	(1)	(2)	(3)
10	Nervioso(a)	(0)	(1)	(2)	(3)
11	Con sensación de bloqueo (no puedo pensar bien)	(0)	(1)	(2)	(3)
12	Con temblores en las manos	(0)	(1)	(2)	(3)
13	Inquieto(a) , inseguro(a)	(0)	(1)	(2)	(3)
14	Con miedo a perder el control	(0)	(1)	(2)	(3)
15	Con sensación de ahogo	(0)	(1)	(2)	(3)
16	Con temor a morir	(0)	(1)	(2)	(3)
17	Con miedo	(0)	(1)	(2)	(3)
18	Con problemas digestivos	(0)	(1)	(2)	(3)
19	Con desvanecimientos	(0)	(1)	(2)	(3)
20	Con rubor facial	(0)	(1)	(2)	(3)
21	Con sudores, fríos o calientes	(0)	(1)	(2)	(3)

ANEXO 3

CUESTIONARIO AQ DE AGRESIÓN DE BUSS Y PERRY

Edad: _____ Sexo: Femenino () Masculino () Trabaja: Si () No () Estudia: Si () No ()
 Distrito donde vive: _____ Vive con sus padres: Si () No () centro: _____

Instrucciones

A continuación se presentan una serie de afirmaciones con respecto a situaciones que podrían ocurrirte. A las deberás contestar escribiendo un aspa "X" según la alternativa que mejor describa tu opinión.

Completamente falso para mi	Bastante falso para mi	Ni verdadero, ni falso para mi	Bastante verdadero para mi	Completamente verdadero para mi
CF	BF	VF	BV	CV

Recuerda que no hay respuestas buenas o malas, solo interesa conocer la forma como tu percibes, sientes y actúas en esas situaciones.

		CF	BF	VF	BV	CV
1	De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona					
2	Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos					
3	Me enfado rápidamente, pero se me pasa enseguida					
4	A veces soy bastante envidioso					
5	Si se me provoca lo suficiente, puedo golpear a otra persona					
6	A menudo no estoy de acuerdo con la gente					
7	Cuando estoy frustrado, muestro el enfado que tengo					
8	En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente					
9	Si alguien me golpea, le respondo golpeándole también					
10	Cuando la gente me molesta, discuto con ellos					
11	Algunas veces me siento tan enfadado como si estuviera a punto de estallar					
12	Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades					
13	Me suelo implicar en las peleas algo más de lo normal					
14	Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo remediar discutir con ellos					
15	Soy una persona apacible					
16	Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas					
17	Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago					
18	Mis amigos dicen que discuto mucho					
19	Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva					
20	Sé que mis «amigos» me critican a mis espaldas					

21	Hay gente que me incita a tal punto que llegamos a pegarnos					
22	Algunas veces pierdo los estribos sin razón					
23	Desconfío de desconocidos demasiado amigables					
24	No encuentro ninguna buena razón para pegar a una persona					
25	Tengo dificultades para controlar mi genio					
26	Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas					
27	He amenazado a gente que conozco					
28	Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto qué querrán					
29	He llegado a estar tan furioso que rompía cosas					