

Original Research

Ansiedad y Autoconfianza Respecto la Autoeficacia Táctica del Fútbol

Anxiety State and Self-Confidence Regarding the Tactical Autoeficiency of Soccer

Guillermo Andrés Sáez Abello, Julio César Ocampo Pineda y Andrés Mauricio Ariza Viviescas

RESUMEN

El objetivo de este artículo es determinar la relación entre autoconfianza y autoeficacia en deportistas juveniles, género masculino y femenino, con un mínimo de tres años de entrenamiento. La metodología en el estudio descriptivo es correlacionar, dentro de un marco cuantitativo, la muestra intencionada con una cantidad de cincuenta sujetos de 14 a 17 años de edad. Consecuentemente las variables expuestas son evaluadas a través de criterios psicológicos y de carácter autoeficacia táctica. Acorde a la conclusión con los objetivos se verificó la correlación bajo un análisis estadístico en el software SPSS versión 22.0 consecuentemente los resultados son de correlación positiva, es decir, a mayor puntuación positiva de las variables del test psicológico, mejor se comporta la autoeficacia de la acción táctica. Se destaca que este es un atenuante en todas las variables expuestas, sin embargo la variable autoconfianza se movió en contra gradiente, es decir a menor ansiedad mayor autoconfianza, estando en la misma corriente de las demás variables. Los límites de esta investigación son de orden general, pudiendo servir como referencia específica y su metodología extrapolarse, aplicar y utilizar con otros grupos de estudio en el trabajo cuantitativo. La confiabilidad del instrumento es 0.87% por consistencia interna consecuentemente.

Palabras Clave: Ansiedad, autoconfianza, táctica

ABSTRACT

The objective of this article is to determine the relationship between self-confidence and self-efficacy in youth categories, male and female gender, with a minimum of three years of training of soccer. The methodology in the descriptive study is to correlate, within a quantitative framework, the intentional sample with an amount of fifty subjects from 14 to 17 years of age. consequently the exposed variables are evaluated through psychological criteria and tactical self-efficacy character. According to the conclusion with the objectives the correlation was verified under statistical analysis with software SPSS version 22.0 consequently the results are positive correlation, that is, the higher, positive score of the psychological test variables, The self-efficacy of the tactical action is better, it is emphasized that this is an attenuator in each and every one of the exposed variables, however the variable self-confidence moved against gradient, that is to say, less anxiety, greater self-confidence, being in the same current of the other variables. The limits of this research are of a general nature, and can serve as a specific reference and its methodology can be extrapolated with other study groups in quantitative work. The reliability of the instrument used is manifested 0.87% by internal consistency accordingly.

Keywords: Anxiety, self-confidence, tactics

INTRODUCCIÓN

Los contextos en donde se desarrolla el fútbol tienen gran incidencia en problemáticas presentes y futuras dentro del desarrollo del mismo (Carling, Williams, y Reilly, 2005), demostrando que es pertinente considerar las variables que ocurren en la situación misma del desempeño deportivo en este caso en particular (Jones, James, y Mellalieu, 2004; Lago y Martín, 2007; O'Donoghue y Tenga, 2001; Sasaki, Nevill, y Reilly, 1999; Shaw y O'Donoghue, 2004; Tucker, Mellalieu, James, y Taylor, 2005), (Nevill y Holder 1999), por tal razón las diferentes variables que determinan el excelente rendimiento deportivo se justifican en las situaciones que interfieren en todo el equipo y el rendimiento del mismo, proporcionando no tan solo herramientas que permiten el óptimo desempeño si no también el ambiente que se genera.

El logro deportivo es la idea donde finalmente el resultado parcial de un encuentro busca llegar siendo el factor influyente en el comportamiento táctico y estratégico de los jugadores, en este caso una variable a considerar dentro de la planificación del macro ciclo de la programación deportiva (Sasaki et al., 1999), (O'Donoghue y Tenga 2001), (Jones et al. 2004, Shaw y O'Donoghue 2004), (Tucker et al. 2005), (Lago y Martín 2007), (Castellano, Perea, y Hernández Mendo, 2008), (Taylor, Mellalieu, James, y Shearer 2008), por tal razón, se determina que el nivel deportivo de los adversarios afecta el rendimiento deportivo de los equipos (Grant, Williams, y Hocking, 1999), (Hook y Hughes 2001), (Hughes y Churchill, 2005). En consecuencia el desempeño deportivo de los equipos de fútbol influye en el rendimiento táctico de los jugadores (Hughes y Franks, 2005), (Rampini, Impellizzeri, Castagna, Coutts, y Wisloff 2009) y (Lago-Ballesteros y Lago-Peñas, 2010) además, los jugadores que respondan bien a estas dificultades, muestran diferencias significativas entre los equipos exitosos y no exitosos.

El ejercicio científico orientado desde la dimensión psicológica a demostrado que el rendimiento deportivo determina las interpretaciones de las emociones y sensaciones corporales en fenómenos deportivos con un gran nivel de exigencia, este atenuante permite comprender la disposición psicológica del deportista y las diferentes manifestaciones de ansiedad en el eventos deportivos competitivos; consecuentemente estas manifestaciones han sido ampliamente referenciadas para explicar el fenómeno del rendimiento deportivo (Annesi, 1997, Butt, Weinberg, y Horn, 2003), dado que las diferentes emociones del deportistas se manifiestan en distintos niveles de ansiedad, los cuales dependen del escenario competitivo y las emociones que se van viviendo de manera gradual. (Cerin, 2003).

Desde el punto de vista literario la ansiedad está representada en un estado mental que se asocia con la inseguridad, determinando situaciones en las que el sujeto no tiene control y tampoco puede comprender, llevándolo negativamente a una dicotomía en el resultado, logrando identificar diferentes tópicos para analizar y determinar en base a diferentes ítems de valoración, los cuales aportan la utilidad de conocer al deportista en gran parte y poder identificar sus reacciones ante diferentes circunstancias desde su dimensión psicológica, lo cual permite, intervenir más holísticamente y lograr los objetivos planteados. La ansiedad en la actividad deportiva es variable y con constantes cambios, los cuales se presentan con un antecedente considerable de carga física y neuropsíquica en las diferentes sesiones de entrenamiento y competiciones, produciendo un constante sustento de influencias interpersonales y ambientales En coherencia las variables de tipo cognoscitivo y somático antes de la competencia son apoyadas por patrones emocionales de tipo cognoscitivo y conductual, teniendo presente que los deportistas pueden demostrar ambigüedades entre ellas, es ahí la gran importancia de atender la forma en que se interpretan antes y durante la competición estos patrones emocionales (Chamberlain y Hale 2007, Fletcher y Hanton, 2001). Diferentes estudios investigativos han ponderado la ansiedad desde los valores propios de cada sujeto como herramienta de validación ante las emociones, (Jones y Hanton 1996). Finalmente lo decisivo es valorar cognitivamente cada deportista teniendo en cuenta que algunos se ven cómodos en niveles de ansiedad altos, medios y otros bajos, incluso algunos deportistas con un carácter anímico interpretado como negativo compiten de manera mas positiva (Jones y Swain, 1992). La realidad determina que los niveles de alta ansiedad o la disminución de la misma, no determina el final a la hora de tener resultados negativos ya que dependerá de cómo lo vivencia en la competición (Jones, Swain y Hardy 1993). Es de destacar que en los estudios se ha demostrado que existen diferencias en el género, puesto que en una competencia deportiva los hombres tienen niveles menores de ansiedad, no aventajando al sexo opuesto (Krane y Williams, 1987).

Es importante resaltar que tanto la ansiedad como la depresión presentan unos valores, los cuales contribuyen como aporte negativo en un evento deportivo futuro; la depresión en la actualidad se considera como una de las condiciones de salud mental más común presentándose con una mayor frecuencia en las mujeres que en los hombres. La mayor sintomatología depresiva y ansiosa se presenta de manera considerable más en las mujeres que en hombres, puesto que el género no resulta ser una variable más determinante para la ansiedad, pero sí para la depresión; en ambos casos, los factores socio demográficos son de gran peso respecto a las diferencias de género). También sucede que es muy predecible que la ansiedad repercuta en la salud mental en determinadas etapas y ciclos de la vida, siendo más predominantemente para la época de la adolescencia donde el campo deportivo es clave para el manejo de la ansiedad, finalmente se puede establecer el hecho donde los niveles altos de ansiedad parecen predecir problemas emocionales

como consecuencia de la ansiedad.

La ansiedad se presenta en un sujeto como una señal de alerta haciendo que los mecanismos de defensa del organismo cumplan su principal función, la cual es analizar las circunstancias y de esta manera optar por las menos amenazantes y así producir una reducción del estado de ansiedad. Por lo tanto la clasificación en la ansiedad rasgo y la ansiedad estado permite establecer secuencias en la circunstancias, en efecto la ansiedad rasgo es una manifestación constante, más la ansiedad estado es circunstancial, estas variables pueden ser influenciadas por factores laborales, educativos, estado civil, etc. Por lo que es fundamental generar estudios entre estas variables y el ámbito deportivo. Diversos estudios en psicología deportiva se enfocaron en la naturaleza multidimensional de la ansiedad con relación a diversas variables ((Hanton, 2008; Cheng, Hardy y Markland, 2009; Grossbard, Smith, Smoll) concluyendo la diferencia que se debe tener entre ansiedad cognitiva y ansiedad somática, además de las dimensiones cognoscitivas como promotores de la atención y concentración (Martens et al., 1990)

En su desarrollo la ansiedad presenta unos efectos cuando se encuentra en los niveles más altos, como son la desorientación, disgusto, irritabilidad, desasosiego o culpabilidad; todo esto también se acompaña de síntomas físicos y psicológicos, donde se establece una relación con los diferentes tópicos fisiológicos y psicológicos del organismo que presenta este estado. La diversas emociones negativas en el deportista afectan su rendimiento, más específicamente en la toma de decisiones frente al desarrollo de la acción en el momento (Williams 1991), por lo cual, en diversos ejercicios de carácter psicológico se han ejecutado medios que encaminen a la solución de esta problemática que presenta un deportista.

Desde otro aspecto, la influencia que tiene la ansiedad desde una ejecución deportiva es la siguiente: 1. El estado de excitación emocional de igual manera que sus aptitudes físicas y necesidades psicológicas. 2. La interpretación que el individuo establece sobre la ansiedad y los sentimientos asociados. 3. La posibilidad de utilizar medidas fisiológicas. 4. Los requisitos necesarios para una óptima ejecución. (Cratty 1983)

En el proceso de evaluación de la ansiedad el autor que mayor repercusión ha tenido en el concepto del término ansiedad competitiva es Martens en 1975. En sus diferentes estudios y escritos se aprecia la influencia de la Teoría de Ansiedad Estado-Rasgo y la Teoría de la Evaluación Social, el autor considera que este carácter definitorio es fundamental en una situación de competición. Uno de los elementos constitutivos del proceso competitivo y fundamental es la evaluación realizada al sujeto, a la situación y de los recursos o estrategias de afrontamiento. Para la valoración de la ansiedad, la primera prueba fue el Test Anxiety Questionnaire, en la cual se plantea un conjunto de cuestiones relativas a las diferentes actitudes y situaciones de prueba, con las diversas reacciones emocionales experimentadas en tales situaciones. Para estudiar el estado de ansiedad se construyó el Competitive State Anxiety Inventory-1 (CSAI-1) (Martens, 1977) y el Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) (Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith; 1990). Consecuentemente la creación y ejecución del cuestionario de ansiedad-estado ante la competición CSAI-2 ha favorecido de manera fundamental el progreso en los conocimientos acerca de la ansiedad en la competencia deportiva. La relativa independencia de aspectos cognitivos, somáticos y de autoconfianza, han manifestado su importante relación como factores determinantes en dicha situación. Teniendo Coherencia en las diferentes expectativas de éxito o fracaso, estas diferencias suponen un factor importante en la determinación de la ansiedad, donde el primer momento es la pre competencia, generando un atenuante distinto a la hora de la competencia (Lázaruz, 2000).

La autoconfianza en el rendimiento deportivo es el principal componente de la concentración, ayudando a disminuir en gran parte la ansiedad, generando en el sujeto un estado mental positivo, calmado o enérgico, beneficiando el funcionamiento psicossomático (Marsh, Chanal y Sarrazin, 2006). Seguidamente la diferencia de la autoconfianza rasgo y autoconfianza estado, implica la consideración de la autoconfianza rasgo como un nivel de certeza en el individuo para lograr el éxito en determinada acción, desde otro punto la confianza estado es considerada como el grado de certeza que el individuo posee relacionado con una acción en particular. La autoconfianza estado sería el resultado de la vivencia del deportista en una situación objetiva, con relación a su autoconfianza rasgo y la orientación competitiva; este último hace referencia al enfoque del deportista orientado a los resultados o a la ejecución, es decir, si enfoca más su atención en ganar o a tener un buen desempeño en la situación deportiva, lo que indica un objetivo relacionado con el rendimiento o la meta.

De acuerdo a la orientación positiva el nivel de autoconfianza nace a partir de la autoeficacia que se percibe en cuatro puntos de información:

Propia experiencia: Puede tener una relación positiva o negativa desde el sentido de eficiencia en cómo se realizó determinado hecho.

Modelado: Son el conjunto de conductas y acciones realizadas por otros, las cuales son ejemplificadas como sucede con un deportista el cual enfoca en su mente que si otro lo pudo lograr el también lo puede hacer, el sentido de ser capaz de

lograrlo.

Persuasión verbal: El sujeto capta y recibe apreciaciones del entorno, de tal modo que genera confianza en él mismo para la participación y confrontación del evento.

Cambios en el nivel Arousal (activación): Se relaciona con la modificación del organismo en el sujeto e identificando positivamente la disponibilidad y energía para la acción o negativamente como desconcentración y falta de dominio sobre su propia mente. Este dominio depende de la excitabilidad emocional, la vigilancia atenta, la vigilancia relajada, del soporte sin vigilancia, del sueño ligero y del sueño profundo. Todo en relación a la zona de funcionamiento óptimo individual (IZOF) en donde todo deportista mezcla sus emociones encontradas, interrelacionadas con su rendimiento deportivo, de acuerdo al logro y experiencia alcanzada por el deportista. El estado emocional es un factor relevante en cada situación, el cual proporciona un rendimiento óptimo en la competición y abarca cinco dimensiones (forma, contenido, intensidad, tiempo y contexto). Un deportista que permanece estable y controla adecuadamente su IZOF, tiende a tener la capacidad de identificar las emociones que lo benefician para un buen resultado, ante esto surge un real interés por conocer las variables que garantizan el éxito de un deportista (Robazza, Pellizzari, Bertollo y Hanin, 2008).

La autoconfianza en el deportista se presenta como una medida directa de su ansiedad, diferentes estudios demuestran que los niveles bajos de autoconfianza van acompañados de un nivel mayor de ansiedad cognitiva, existen controversias para que un deportista se encuentre en un perfil óptimo todo como consecuencia de la autoconfianza, agregando más información, dependerá de las vivencias experimentadas y del deportista. De esta manera, existen controversias relacionadas con el establecimiento de un perfil general sobre el nivel y dirección de ansiedad precompetitiva, la cual es necesaria para un óptimo desempeño deportivo (Mellalieu, Neil y Hanton, 2006).

En una tarea motriz como es el caso de un deporte de combate, al iniciar uno de los sujetos involucrados en la acción decide atacar como una acción con la cual busca generar en el oponente la menor reacción posible de contrataque, de esta manera busca tomar ventaja sobre la situación y puntuar lo máximo posible en el oponente y así ganar su round. (Matsushigue, K, Hartmann, K. y Franchini, E. 2009).

La información que se logra de las conductas humanas como resultado del comportamiento técnico-táctico de un deporte esta toda relacionada con las acciones, que se clasifican en parámetros frecuenciales así, orden de las acciones y la duración de las mismas (Anguera, Blanco, Hernández-Mendo y Losada 2011).

En otras teorías y estudios se presenta el análisis de las diferentes coordenadas polares junto con la secuencia de la técnica de retardos markovianos, siendo esto algo característico de la metodología de la observación (Anguera y Hernández-Mendo, 2013, 2014) y utilizado como parámetro en el orden de ejecución, una técnica que ha tomado importancia y validez en el mundo deportivo, logrando aplicarla en diferentes disciplinas deportivas como futbol, tenis o pelota vasca. (Castellano y Hernández-Mendo, 2003; Perea, 2008; Perea, Castellano, Alday y Hernández-Mendo, 2012). El análisis de las coordenadas polares es originario de los estudios de Sackett en 1980 y en posterior tiempo se establece la "técnica genuina" (Anguera, 1997), la cual permite una reducción muy significativa de los datos y al mismo tiempo una representación vectorial de las diferentes interrelaciones entre las distintas categorías que constituyen el sistema taxonómico elegido (Gorospe y Anguera, 2000;) estableciendo de esta manera una forma más ordenada y una aplicación táctica más eficaz.

En el paso del tiempo la literatura ha desarrollado más estudios sobre el comportamiento técnico- táctico de un deportista, con el objetivo de catalogar las conductas que se realizan en medio de la competencia (Casolino et al., 2012; Falcó, Landeo, Menescardi, Bermejo y Estevan, 2012; Iglesias, Gasset, González y Anguera, 2010; Kazemi et al., 2006, Kazemi et al., 2009; Matsushigue et al., 2009; Menescardi et al., 2012; Menescardi, López-López, Falcó, Hernández-Mendo y Estevan, 2015; Santos, Franchini y Lima-Silva, 2011;), todo desde las posibilidades y el estudio intrínseco de cada deportista, en este caso en el jugador de futbol que desde su ejecución motriz involucra sus destrezas, habilidades y psicología en las diferentes acciones de juego. La literatura actual propone que los estudios solo analizan los parámetros de ejecución de las acciones, lo que deja situaciones sueltas sin importancia y que en realidad son de igual valor en la competencia (Perea, A., Castellano, J., Alday, S. y Hernández-Mendo, A. 2012).

En la actualidad solo se encuentran estudios donde se considera el parámetro de orden o de tiempo de las acciones (Camerino et al., 2014), como consecuencia las condiciones deportivas en el inicio de una acción o a la esperar que esta se realice por el adversario, es considerado este momento como acción táctica, lo que se clasifica en ofensiva y defensiva identificando tres fases en los procesos psicomotores de una acción táctica (acción, reacción y ejecución).

2. MÉTODO

El estudio realizado corresponde a un diseño descriptivo correlacional, a través del cual, se evaluaron deportistas categorías juveniles género masculino y femenino, con un mínimo de tres años de entrenamiento, utilizando el instrumento test Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) y también, la identificación de planilla del entrenador, reconociendo la autoeficacia de la acción táctica, la cual, fue valorada por una ejecución táctica efectiva, es decir, el desarrollo de la técnica en un determinado momento, con antecedentes de autoeficacia, en este caso puntuada como: 1: paso del balón al compañero, 2: quitarle el balón al adversario y 3: tiro hacia la portería del rival. Todos los datos técnicos se consideraron en el rango del primero y segundo tiempo, con un total de 90 minutos dentro del marco de un juego amistoso.

La muestra fue no probabilística (accidental) para analizar las relaciones entre variables psicológicas se analizaron las planillas de control de los entrenadores cuya información evidencia el resultado de la autoeficacia táctica respecto de la competencia, se estudió a una muestra total de 50 sujetos entre varones y mujeres, 25 hombres y 25 mujeres, categoría juveniles de 14 a 17 años. Todos los deportistas pertenecientes a la liga de fútbol de Calas, ciudad de Manizales. El estudio se desarrolló voluntariamente, firmando el consentimiento informado, para efectuar el test psicológico y el muestreo de tarjetas.

Los datos como nombres y fecha de nacimiento fueron organizados y comprobados con documento de identidad. Las variables psicológicas obtenidas se clasificaron con el test CSAI-2. El escenario de recolección de datos se obtuvo en las instalaciones del gimnasio en horario antes de la competencia, efectuadas por metodología de circuito. El protocolo utilizado para la evaluación de las pruebas psicológicas, es el sugerido por los autores Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith, 1990. El instrumento consta de 27 ítems que evalúan tres factores estado de ansiedad cognitiva, estado de ansiedad somática y autoconfianza.

La forma de valoración fue individual, las variables de estudio fueron analizadas por medio de estadística descriptiva de media aritmética y desviación estándar. Todos los datos fueron calculados en planillas de Excel y SPSS 22.0. La significancia adoptada fue <0.001 .

3. RESULTADOS

Las variables contempladas en el CSAI-2 en ambos sexos correlacionadas con la autoeficacia táctica muestra una correlación positiva, es decir, a mayor, puntuación positiva de las variables del test psicológico, mejor se comporta la autoeficacia de la acción táctica, se destaca que este es un atenuante en todas y cada una de las variables expuestas, sin embargo la variable autoconfianza se movió en contra gradiente, es decir a menor ansiedad mayor autoconfianza, estando en la misma corriente de las demás variables.

La información recolectada en las diferentes mediciones fue recopilada, digitalizada y tabulada para su análisis comparativo y estadístico, en paquetes estadísticos con el software "ESTADISTICA SPSS 20.0 obteniendo los resultados de fiabilidad de los deportistas de investigación y correlacionando dichas variables. En el caso de los datos recogidos por la evaluación de ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza se analizaron de acuerdo al protocolo de formación del instrumento test CSAI-2.

Tabla 1. Promedios de porcentajes de ambos sexos respecto las variables del test CSAI-2.

Hombres		
Items	Promedio porcentajes	Promedio puntuaciones
A. Cognoscitiva	49,58	22,41
A. Somática	49,95	17,51
Autoconfianza	67,71	27,30

Mujeres		
Items	Promedio porcentajes	Promedio puntuaciones
A. Cognoscitiva	51,55	22,93
A. Somática	50,57	17,67
Autoconfianza	67,59	27,27

Todos los tipos de ansiedad en el sexo femenino son más altos, es decir que de acuerdo a la referencia del artículo efectivamente las mujeres manifiestan niveles más altos de ansiedad.

Tabla 2. Evaluación de variables consideradas para evaluar la autoeficacia táctica

Variables Evaluadas:	Pase del Balón al compañero	Quitar el Balón al rival	Tiro hacia la portería del rival
Puntaje referencial	1	2	3
Promedio H	20	20	12
Promedio M	16	14	6

Todas las variables consideradas en la autoeficacia táctica en términos de cantidad los hombres superan a las mujeres, determinando que es mejor la autoeficacia en los hombres que en las mujeres.

Tabla 3. Correlaciones según programa Spss version 22.0

Hombres	Pase	Quitar el	Tiro a la
Correlaciones	compañero	Balón	portería
Ansiedad cognoscitiva	0.1	0.5	0.1
Ansiedad somática	0.2	0.1	0.2
Autoconfianza	0.2	0.1	0.1

Mujeres	Pase	Quitar el	Tiro a la
Correlaciones	compañero	Balón	portería
Ansiedad cognoscitiva	0.1	0.5	0.1
Ansiedad somática	0.2	0.1	0.5
Autoconfianza	0.5	0.5	0.1

Correlación positiva de las variables evaluadas lo cual muestra que si una variable sube la otra también sube de manera gradual.

4. DISCUSIÓN

En varias evidencias la autoeficacia ahonda en la participación del juicio, donde el sujeto es una parte de su interpretación y alcance sobre sus capacidades, de tal forma que puede ejecutar pensamientos, obteniendo un logro en su desempeño y meta planificada (Bandura, 1997), como consecuencia estas interpretaciones se relacionan con su capacidad para solucionar problemas en momentos complejos, requiriendo de óptimos resultados, de tal manera que las diversas interpretaciones que presentan los deportistas respecto a la autoeficacia, representan la motivación, la cual resulta de un éxito o fracaso, seleccionando por consecuencia algunas acciones que en su pensamiento están dentro de sus capacidades, por lo tanto, la importancia principal es que en la representación y justificación de los estudios, los sujetos con mayor autoeficacia logran resolver de mejor manera los problemas y acontecimientos de complejidad (Bandura, 1982; Pérez et al., 2011). Consecuentemente los deportistas que demuestran un nivel alto de motivación evidencia una apuesta importante a la autoeficacia en el cometido (Á. Blanco, 2010).

En diferentes acciones se evidencia como los deportistas que poco confían en ellos o tienen una autoconfianza mínima, con presencia de rasgos de inseguridad no logran resultados óptimos, llevándolo a generar una ineficiencia ante un problema y por ende una disminución de autoeficacia (Vera et al., 2011). Artículos científicos relacionados muestran que los bajos niveles de autoeficacia puede responsabilizar no sólo al mal desempeño deportivo, sino también a comportamientos inadaptados en los sujetos (Zimmerman y Kitsantas, 2005), en consecuencia el principal factor es fortalecer el proceso educativo y deportivo, los cuales tienen relación con un cambio curricular hacia la autoeficacia y a la potenciación de las habilidades (Carbonero y Merino, 2008; Ornelas et al., 2011).

Los resultados obtenidos muestran que la autoconfianza es una variable psicológica no fundamental competitiva para predecir un mejor desempeño táctico en esta muestra, consecuentemente las demás variables relacionadas en el estudio se comportaron de manera positiva es decir, que si la ansiedad es alta la autoeficacia táctica también y así consecuentemente con las demás variables.

Los resultados obtenidos, en los deportistas muestran que el programa planificado por su entrenador obedece a deportistas que se desempeñan en una modalidad deportiva respecto la autoeficacia táctica con presión, es decir, que a mayor intensidad de las variables psicológicas mejor se comporta el desempeño de la autoeficacia; de esta forma los factores psicológicos como la importancia y trascendencia del entrenamiento mental en el deporte mejora su auto control lo que no se ve manifestado en los sujetos, excluyendo de esta manera niveles de ansiedad bajos y mejores desempeños tácticos.

En definitiva, las variables de autoeficacia representan un mecanismo cognitivo que media entre el conocimiento y la acción que lo manifiesta (Carbonero y Merino, 2008; Ornelas et al., 2011).

5. CONCLUSIÓN

Los resultados deportivos evidencian que un sujeto con ansiedad en rango alto obtiene tiempos de reacción muy superiores a los sujetos con ansiedad rango bajo; además, los niveles de los sujetos más ansiosos en las respuestas fisiológicas se observan más irregulares y variables ante la toma de decisiones en medio de la competencia.

Los hallazgos obtenidos en el estudio respecto a las variables psicológicas indican una correlación positiva con la autoeficacia de la táctica del fútbol, lo que determina que deportistas escogidos intencionadamente en ambos sexos se comportan auto eficazmente en su modalidad deportiva con niveles altos de ansiedad

La correlación de 0.5 a 1 tiene una relación estadísticamente significativa, ósea que si la variable aumenta la otra variable lo hará de igual manera. Por cuanto y de esta manera la evaluación demostrada en las tablas indica que a mayor ansiedad, la autoeficacia aumenta y a mayor autoestima también. Este estudio determina la importancia del trabajo psicológico en la variable autoeficacia como medio fundamental para los eventos competitivos, lo cual sirve como sustento en su metodología particular, para el apoyo de posibles estudios relacionados con estas variables.

REFERENCIAS

1. Annesi, J. (1997). Tridimensional de recordatorio estado de ansiedad: Implicaciones para la zona individual de la investigación óptimo funcionamiento y aplicación. *El psicólogo del deporte*, 11(2), 43-52.
2. Butt, J., Weinberg, R., y Horn, T. (2003). La intensidad y la interpretación direccional de la ansiedad: fluctuaciones a lo largo de la competencia y la relación con el rendimiento. *El psicólogo del deporte*, 17(1), 35-54.
3. Cerin, E. (2003). La ansiedad frente a las emociones fundamentales como predictores de la percepción funcional de los estados pre-competitivos emocionales, la amenaza y desafío en deportes individuales. *Journal of Applied Psychology*, 15, 223-238.
4. Chamberlain, S. y Hale B. (2007). Competitive state anxiety and self-confidence: Intensity and direction as relative predictors of performance on a golf putting task. *Anxiety, Stress, and Coping*, 20(2), 197-207.
5. Fletcher, D. y Hanton, S. (2001). La relación entre el uso de las habilidades psicológicas y respuestas de ansiedad competitiva. *Psicología del Deporte y Ejercicio*, 2(2), 89-101.
6. Jones, G., y Hanton, S. (1996). Interpretación de los síntomas de ansiedad y expectativas competitivas logro de meta. *Psicología del Deporte y Ejercicio*, 18(2), 144-157.
7. Jones, G., y Swain, A. (1992). Intensity and direction dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitiveness. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 467-472.
8. Jones, G., Swain, A., y Hardy, L. (1993). Intensidad y dirección dimensiones de la ansiedad estado competitivo y las relaciones con el rendimiento. *Journal of Sports Sciences*, 11(6), 525-532.
9. Krane, V., y Williams, J. M. (1987). Cambios en el rendimiento y la ansiedad somática y de confianza antes de la competición. *Diario de Comportamiento Deporte*, 10, 47-56.
10. Lazarus, R. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
11. Marsh, H., Chanal, J., y Sarrazin, P. (2006). Confianza en sí mismo hace la diferencia: un modelo de efectos recíprocos del ordenamiento causal del concepto de sí mismo y la gimnasia rendimiento físico. *Journal of Sports Sciences*, 24(1), 133-163.
12. Robazza, C., Pellizzari, M., Bertollo, M., y Hanin, Y. (2008). Impacto funcional de las emociones sobre el rendimiento deportivo: Comparando el modelo IZOF y el enfoque de la percepción direccional. *Journal of Sports Sciences*, 26 (10), 1033- 1047.
13. Cratty, B. (1983). Psychology in contemporary sport. *Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall*
14. Martens, R. (1977). Competitive State Anxiety Test. *Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.*
15. Martens, R., Burton, D., Vealey, R., Bump, L., y Smith, D., (1990). The Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). En R. Martens, R., Vealey, R., Burton, D. (Ed.). *Competitive anxiety in sport. Champaign, Illinois: Human Kinetics.*
16. Williams, S. (1991). Psicología aplicada al deporte. *Madrid: Biblioteca Nueva.*
17. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of Control, Freeman, New York: wH Freeman.
18. Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism inhuman agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147.
19. Blanco, A. (2010). Creencias de autoeficacia de estudiantes universitarios: un estudio empírico sobre la especificidad del constructo. *RELIEVE*, 16(1), 1-28.
20. Vera, M., Salanova, M., y Martín-del-Río, B. (2011). Self-efficacy among university faculty: how to develop an adjusted scale. *Anales de Psicología*, 27(3), 800-807.
21. Zimmerman B., y Kitsantas A. (2005). Homework practice and academic achievement. *The mediating role of self-efficacy and perceived responsibility beliefs. Contemporary Educational Psychology*, 30(4), 397-417.
22. Carbonero, M., y Merino, E. (2008). Autoeficacia y madurez vocacional. *Psicothema*, 16(2), 229-234.
23. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of Control, Freeman, New York. *wH Freeman.*
24. Vera, M., Salanova, M., y Martín-del-Río, B. (2011). Self-efficacy among university faculty: how to develop an adjusted scale,

25. Carbonero, M., y Merino, E. (2004). Autoeficacia y madurez vocacional. *Psicothema*, 16(2).
26. Bloomfield, J., Polman, R., y O'Donoghue, P. (2005). Effects of score-line on team strategies in FA Premier League Soccer. *Journal of Sports Sciences*, 23, 192-193.
27. Carling, C., Williams, A., y Reilly, T. (2005). Handbook of soccer match analysis: A systematic approach to improving performance. Abingdon UK: Routledge.
28. Casáis, L. (2006). Procesos ofensivos que llevan al gol: orientaciones para el entrenamiento táctico. *Training Fútbol*, 129, 26-33.
29. Castellano, J., Perea, A., y Hernández, A. (2008). Análisis de la evolución del fútbol a lo largo de los mundiales. *Psicothema*, 20(4), 928-932.
30. Grant, A., Williams, A., y Hocking, M. (1999). Analysis of successful and unsuccessful teams in the 1999 Women's World Cup. *Insigt*, 3(1), 10-12.
31. Hook, C., y Hughes, M. (2001). Patterns of play leading to shots in 'euro 2000'.
32. Jones, P., James, N., y Mellalieu, S. (2004). Possession as a performance indicator in soccer. *International Journal of Performance Analysis of Sport*, 4, 98-102.
33. Lago-Ballesteros, J., y Lago-Paños, C. (2010). Performance in team sports: identifying the keys to success in soccer. *Journal of Human Kinetics*, 25, 85-95.
34. Nevill, A., y Holder, R. (1999). Home advantage in sport: An overview of studies on the advantage of playing at home. *Sports Medicine*, 28, 221-236.
35. Donoghue, P., y Tenga, A. (2001). The effect of score-line on work rate in elite soccer. *Journal of Sports Sciences*, 19, 25-26.
36. Rampini, E., Impellizzeri, F., Castagna, C., Coutts, A., y Wisloff, U. (2009). Technical performance during soccer matches of the Italian Serie A league: Effect of fatigue and competitive level. *Journal of Systems Science and Medicine in Sport*, 12(1), 227-233.
37. Sasaki, Y., Nevill, A., y Reilly, T. (1999). Home advantage: A case study of Ipswich Town football club during the 1996-97 season. *Journal of Sports Sciences*, 17, 831.
38. Shaw, J., y O'Donoghue, P. (2004). The effect of scoreline on work rate in amateur soccer. (En O'Donoghue P. y Hughes, M. (Ed.), pp. 84-91). Cardiff: UWIC.
39. Taylor, J., James, N., y Mellalieu, S. (2005). Notational analysis of corner kicks in English premier league soccer. En *Science and Football V, The proceeding of the Fifth World Congress on Science and Football* (En T. Reilly, J. Cabri and D. Araujo (Ed.), pp. 225-230). Londres: Routledge.ceri
40. Tucker, W., Mellalieu, S., James, N., y Taylor, J. B. (2005). Game location effects in professional soccer: A case study. *International Journal of Performance Analysis of Sport*, 5, 23-35.
41. Anguera, M., Blanco, A., Hernández, A. y Losada, J. (2011). Diseños observacionales: ajuste y aplicación en psicología del deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 11(2), 63-76.
42. Anguera, M. y Hernández, A. (2013). La metodología observacional en el ámbito del deporte. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 9(3), 135-160.
43. Anguera, M. y Hernández, A. (2014). Metodología observacional y psicología del deporte: Estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 103-109.
44. Casolino, E., Lupo, C., Cortis, C., Chiodo, S., Minganti, C., Capra-nica, L. y Tessitore, A. (2012). Technical and tactical analysis of youth taekwondo performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26, 1489-1495.
45. Castellano, J. y Hernández, A. (2003). El análisis de coordenadas polares para la estimación de relaciones en la interacción motriz en fútbol. *Psicothema*, 15(4), 569-574.
46. Camerino, O., Prieto, I., Lapresa, D., Gutiérrez, A. y Hileno, R. (2014). Detección de T-patterns en la observación de deportes de combate. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 147-155.
47. Gorospe, G. (1999). Observación y análisis en el tenis de individuales. *Aportaciones del análisis secuencial y de las coordenadas polares. [Tesis doctoral]*. Vitoria: Universidad del País Vasco.
48. Gorospe, G. y Anguera, M. (2000). Modificación de la técnica clásica de coordenadas polares mediante un desarrollo distinto de la retrospectividad: aplicación al tenis. *Psicothema*, 12(2), 279-282.
49. Iglesias, X., Gasset, A., González, C. y Anguera, M. (2010). Interacción competitiva y presión ambiental en deportes de combate: aplicación de la metodología observacional. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y Deporte*, 5, 267-282.
50. Kazemi, M., Casella, C., y Perri, G. (2009). 2004 Olympic Tae Kwon Do Athlete Pro le. *Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 53, 144-152.
51. Kazemi, M., Waalen, J., Morgan, C., y White A. (2006). A Pro le of Olympic Taekwondo Competitors. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5, 114-121.
52. Matsushigue, K, Hartmann, K. y Franchini, E. (2009). Taekwondo: physiological responses and match analysis. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 23, 1112-1117.
53. Menescardi, C, Bermejo, J., Herrero, C., Estevan, I., Landeo, R. y Falcó, C. (2012). Diferencias técnico-tácticas en taekwondistas universitarios según sexo y categoría de competición. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 7, 1-11.
54. Menescardi, C., López, J., Falcó, C., Hernández, A. y Estevan, I. (2015). Tactical Aspects of a National University Taekwondo Championship in relation to Round and Match Outcome. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(2), 466-471.
55. Perea, A., Castellano, J., Alday, S., y Hernández, A. (2012). Analysis of behaviour in sports through Polar Coordinate Analysis with MATLAB. *Quality and Quantity*, 46(4), 1249-1260.
56. Santos, V., Franchini, E. y Lima-Silva, A. (2011). Relationship between attack and skipping in taekwondo contests. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25, 1743-1751.

Versión Digital