# AGRESIÓN Y VIOLENCIA EN EL DEPORTE: ANÁLISIS DE FACTORES ASOCIADOS EN DIFERENTES CONTEXTOS DEPORTIVOS

**Alumno:** Nacho Pérez Gil
**Tutor académico:** Antonia Pelegrín Muñoz

Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
**Curso académico:** 2024-2025

# Índice

1. Contextualización ..... 3
2. Procedimiento de revisión ..... 6
3. Revisión bibliográfica ..... 7
4. Discusión ..... 12
5. Propuesta de intervención ..... 14
6. Bibliografía ..... 16
7. Anexos ..... 19

Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández

## 1. Contextualización

Los numerosos beneficios del ejercicio físico, así como del deporte y otras actividades físicas de diferentes ámbitos, están totalmente consolidados en nuestra sociedad (U.S. Department of Health and Human Services, 2018). Concretamente, el deporte presume no sólo de ser una acción provechosa para la población, sino de ser un auténtico fenómeno a nivel global en términos de impacto social, cultural, económico y educativo (Ibáñez et al., 2019).

Además de estas características ya conocidas, recientemente se han popularizado y extendido sus facetas de desarrollo integral y mejora de la salud de aquellos que lo practican en cualquiera de sus expresiones. Evidencias contrastadas nos indican que el deporte fomenta la socialización de las personas entre sí, atrayendo conductas positivas afines a la convivencia satisfactoria, el desarrollo social y la transformación en las relaciones comunitarias. En términos de salud, no sólo resulta beneficioso para la capacidad física, sino también para la mejora de la calidad de vida y los aspectos cognitivos del ser humano (Ramírez-Muñoz y Zamarripa, 2024).

La actividad física beneficia a las personas en seis diferentes ámbitos, como son la prevención de enfermedades y la salud física, el fortalecimiento de las relaciones sociales, la mejora a nivel cognitivo, el progreso a nivel individual, el aspecto emocional y psicológico e incluso el capital financiero (American College of Sports Medicine, 2012). De esta manera, parece que la práctica deportiva tiene gran importancia para los individuos con el fin de realizar ejercicio físico en un ambiente de diversión, competición y paz (Mil y Şanli, 2015).

Sin embargo, el deporte viene acompañado en diversas ocasiones de unos patrones de comportamiento relacionados estrechamente con conductas violentas y agresiones de todo tipo (Lorenz, 2005), manifestaciones que amenazan la verdadera función del deporte como desarrollador social y de la salud y que pueden acarrear consecuencias a corto, medio y largo plazo en las personas afectadas y en aquellos que las cometen (Arseneault, 2018; deLara, 2019; Camodeca y Nava, 2020).

Una de las primeras cuestiones al abordar el fenómeno de las conductas violentas en el deporte es su conceptualización. El término “agresión” se ha utilizado de forma ambigua en la literatura, y suele confundirse con otros conceptos como “agresividad” o “violencia”. Bushman y Huesmann (2010) definen la agresión como un comportamiento destinado a dañar a una persona que no quiere ser dañada. Muy similar es la manera de definirlo como cualquier reacción, física o verbal, que tenga como objetivo causar daño o lesión a cualquier persona, independientemente de si esa intención se realizó plenamente (Žužul, 1989).

La mayoría de estas definiciones comparten rasgos muy parecidos entre ellas, pero sufren pequeñas variaciones, normalmente en la intencionalidad de la agresión y/o en la voluntad de la persona de ser agredido por otro. Estas diferencias entre un mismo concepto provienen de la infinidad de contextos en los que aparece las agresiones, como el ambiente doméstico, las agresiones contra otras razas, etnias, religiones o grupos sociales; o las agresiones en el mundo del deporte (Bojanić y Milovanović, 2023).

Por otra parte, la agresividad es definida como un estímulo repulsivo que se transmite de una persona a otra como anticipación de daño o intención de dañar (Geen, 2001). Se trata de una disposición o tendencia a actuar de una manera agresiva, mientras que la agresión es la conducta o acción en sí.

La violencia en concreto es la forma más visualmente extrema de agresión, en la que el individuo hace uso intencional de la fuerza física o la superioridad, con el objetivo

de causar un daño verdadero. Este concepto se ha consolidado en todas las épocas de la humanidad como cualidad del ser humano y como una herramienta que a veces viene acompañada de una destrucción social y un daño psicológico (Akdemir, 2009).

Uno de los ámbitos en el que más manifestaciones agresivas aparecen es, sin duda, en el deporte. Sin embargo, durante mucho tiempo ha habido una discrepancia entre investigadores sobre las conductas violentas en la práctica deportiva. Algunos indican que dirigir la agresión positivamente ayuda a mejorar al deportista y alcanzar un mayor éxito. Por otra parte, son muchos los que sostienen que estos comportamientos agresivos solo vienen ligados de efectos negativos, tanto dentro como fuera del terreno de juego (Marwaha et al. 2025).

Estos dos polos opuestos coinciden en que el ambiente deportivo y las acciones que se realizan en él, favorecen comportamientos "agresivos" tanto buenos como malos, así como reacciones emocionales positivas o negativas y juicios de valor (Gill et al. 2017). Es un hecho que la competitividad y el factor de logro ligado al deporte trae consigo una ambición de ganar y ser superior a los demás, emergiendo en los deportistas un comportamiento extremadamente competitivo y, en muchas ocasiones, violento y/o agresivo (Yücel, et al. 2015).

Para finalizar el debate entre la agresión bien o mal dirigida, algunos psicólogos catalogaron esta primera como asertividad y definiéndola como la práctica del deporte con alta intensidad y emoción, pero ciñéndola siempre a las reglas del juego y sin ninguna intención sincera de causar daño al resto de implicados (Widmeyer et al. 2002). De esta manera consiguen conceptualizar esa "agresión buena", diferenciándola de aquellos actos violentos y antideportivos, que van en contra de los valores del deporte y que tienen el objetivo de lesionar o dañar al resto de participantes (Morvay-Sey et al, 2021).

En varias ocasiones, acciones propias de deportes con un gran contacto físico como los empujones, los agarrones, las entradas o los bloqueos pueden crear una sensación de agresividad en ellas (Steinfeldt et al. 2012). Sin embargo, aunque parezcan antagónicas hacia el oponente, están dentro de las reglas del juego y son realizadas de forma legal y sin mala intención para lograr sus objetivos. Por lo tanto, la meta de la asertividad no es dañar a la otra persona, sino establecer un poder sobre el contrincante (Marwaha et al. 2025).

Las faltas tácticas o irregularidades apropiadas en algunos deportes son un ejemplo de acciones que se consideran asertivas. Aunque sean penadas con falta siguiendo el reglamento del juego, no son realizadas de manera dañina, como sí lo son las agresiones personales y las faltas antideportivas. Personas propias y ajenas al mundo del deporte a menudo siguen usando incorrectamente el término "agresión" en lugar de "acción asertiva", agregando una connotación negativa a actuaciones propias de la práctica que no la tienen en absoluto (Morvay-Sey et al, 2021).

Si bien las diferencias entre estos dos conceptos están claras, la línea que nos permite discernir uno de otro es, en muchas ocasiones, muy delgada y difícil de distinguir. La naturaleza de cada deporte, las normas que lo regulan o el ambiente que se crea en ello hacen que no sea una tarea fácil estandarizar estas acciones para todas las prácticas deportivas, surgiendo así diferentes teorías en la condición agresiva o no de estas actividades (Morvay-Sey et al, 2021).

En primer lugar, algunos autores coinciden en que estas agresiones suelen venir mayoritariamente relacionadas por el tipo de actividad (Gage, 2008; Morvay-Sey et al. 2021).

Para diferenciar bien estas conductas violentas, Žužul (1989) atribuye al deporte cuatro modalidades de agresión. La agresión física, la más visual para el espectador, se expresa mediante un asalto físico a otra persona, al contrario que la verbal, que se caracteriza por contener insultos, gritos y amenazas. La agresión latente y la agresión manifiesta son la tendencia y el rasgo respectivamente a responder a situaciones provocativas. Por otro lado, la agresión indirecta la sufren objetos o personas que no eran el objetivo principal de esta violencia.

Desde este punto, deportes como el futbol, el baloncesto y deportes de lucha cuentan con conductas agresivas de carácter físico predominantemente, debido a la cantidad de contacto físico. En contraposición, aquellos que no requieren menos contacto como la natación o el tenis de mesa, tienden a exhibir menos agresiones de este tipo y más de índole verbal y psicológica (Sebastien, 2006). Además, aquellos que tienen más agresiones físicas coincide en muchos casos que también tienen un mayor número de agresiones totales, tachando así de violentos o agresivos a estos deportes y a sus participantes (Morvay-Sey et al. 2021; Gencay et al. 2024; Marwaha et al. 2025).

Turan y Çirmi (2021) achacan estos comportamientos agresivos única y exclusivamente a aspectos personales del propio deportista. El ambiente deportivo y la ambición por el logro que se crea favorece situaciones provocativas, pero es el individuo el que tiene en su mano que comportamiento seguir. Su moralidad y el proceso de toma de decisiones hace al sujeto responsable de sus acciones (Killen y Smetana, 2015). Morvay-Sey et al. (2021) afirma que, a pesar de los valores positivos compartidos por la sociedad o los miembros de un grupo, una sola persona de ellas puede ser el causante de una situación violenta. De esta manera, hasta los mejores deportistas que comparten muchos rasgos comunes, cuentan con grandes diferencias interpersonales entre sí (Czajkowski, 2001).

Marwaha et al. (2025) atribuye estas conductas violentas al locus de control de cada individuo, es decir, a la percepción de su grado de control sobre los resultados de su comportamiento. Puede ser tanto interno como externo, haciendo al sujeto participe de pensar que tiene o no el control de sus actos. Por su parte, en el estudio de Johnson et al. (2021), este introduce el concepto de narcisismo y el de rasgo narcisista, variables personales para tener en cuenta en estas manifestaciones agresivas.

En adición, el género del deportista y la individualidad o no del deporte son también variables estudiadas para analizar estas agresiones. Estas derivan en diferencias entre las formas de usar las tácticas propias del deporte, transformando en varias ocasiones las acciones asertivas en otras más características de la agresión o la violencia (Björkqvistet, 1994).

Una vez terminado el marco teórico, observamos que la agresión en el deporte es un fenómeno multifactorial imposible de explicar únicamente desde una perspectiva. La investigación más reciente indica que estas conductas violentas se ven influidas por aspectos individuales como la personalidad, el género y el nivel de actividad física (Archer, 2009; Sebastien, 2006) y también por otros factores relacionados con el tipo de deporte y el nivel de contacto de este (Morvay-Sey et al., 2021; Traclet et al. 2015). Asimismo, la moralidad y el locus de control también influyen de manera importante en la aparición o inhibición de las agresiones (Kavussanu et al. 2009; Marwaha et al. 2025)

El objetivo principal de este trabajo es analizar los factores que influyen en la aparición de conductas agresivas en el deporte en diferentes contextos deportivos, a través de una revisión de la literatura científica.

Además del objetivo principal, se plantean varios objetivos específicos: comparar los niveles de agresión entre deportistas y no deportistas; analizar las diferencias según el

tipo de deporte practicado; examinar la influencia del género en la manifestación de la agresión; explorar el papel del nivel competitivo y la experiencia deportiva en la reducción de los comportamientos violentos; investigar la relación entre variables personales como el narcisismo, el locus de control o la ira y las conductas agresivas en el ámbito deportivo; e identificar patrones comunes y/o discrepancias en las investigaciones previas sobre agresión en el deporte.

Además, se propone el objetivo de crear una propuesta de intervención a partir de esta revisión con la intención de trabajar la parte emocional y psicológica en los jóvenes deportistas con la meta de reducir las conductas agresivas en la práctica deportiva.

**2. Procedimiento de revisión**

Este trabajo se ha realizado mediante la búsqueda de artículos en las bases de datos de la Universidad Miguel Hernández. Las bases de datos usadas fueron las siguientes: "SPORTDiscus", "APA PsycInfo", "ERIC", "PSICODOC", "APA PsycArticles" y "Teacher Reference Center", siendo las tres primeras las más determinantes a la hora de seleccionar los artículos más relevantes. Para filtrar resultados, se hizo uso de términos relacionados al contexto a analizar traducidos al idioma inglés como "violence", "aggression", "aggressive behaviour", "athletes", "sports", "sports players", "differences or comparison or analysis", "gender or type of sport", "individual sports or team sports" y "profesional or amateur".

Esta filtración ayudó a encontrar artículos relacionados con el tema a tratar, la agresión y la violencia en el deporte. Además, busca la inclusión de artículos relacionados con diferentes modalidades de la práctica deportiva, así como las diferencias o comparaciones entre aspectos contextuales y personales.

La búsqueda de artículos se comenzó a mitad del mes de abril y terminó definitivamente a mitad del mes de mayo, teniendo un mes de duración. En la primera búsqueda, se obtuvo una cantidad de 382 artículos relacionados con la agresión y/o el deporte. De esta recopilación, sólo 64 estaban relacionados con ambas, por lo que se redujo la cantidad a este número. A continuación, se leyeron detenidamente los títulos y resúmenes de todos ellos, descartando aquellos que no fuesen útiles, centrándonos únicamente nosotros en aquellas realizadas entre deportistas.

El número de artículos se redujo hasta los 31 debido a esta razón, así que se optó por escoger sólo los artículos publicados en los últimos 5 años, para así hacer esta revisión los más actualizada posible, dejando un total de 15 artículos. Tras la lectura del texto completo de todos ellos, se descartaron cinco que no aportaban información verdaderamente relevante, que eran demasiado repetitivos o que no aportaban al núcleo del trabajo. La selección final, por tanto, fue de 10 artículos para esta revisión (**Ver Figura 1**).

Este Trabajo de Fin de Grado tiene asignado el siguiente Código de Investigación Responsable (COIR): **TFG.GAF.APM.NPG.250407** (**Ver Anexo 1**).

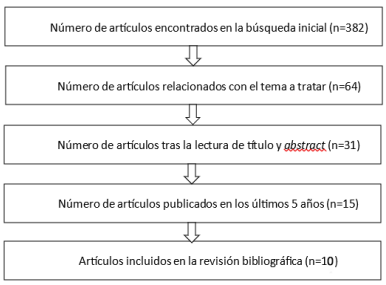


**Figura 1.** Diagrama de flujo acerca del proceso de inclusión de los artículos para la revisión.

### 3. Revisión bibliográfica

| REFERENCIA | PARTICIPANTES | OBJETIVOS | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y VARIABLES | RESULTADOS Y CONCLUSIONES |
|---|---|---|---|---|
| Aggression among Slovak males training in martial arts versus other sports disciplines.<br><br>Gorner, Karol; Makarowski, Ryszard; Miroslava, Roskova 2021 | n=480 hombres eslovacos<br><br>Deportes: Artes marciales, hockey, fútbol, baloncesto, voleibol y deportes individuales. | Comprobar las hipótesis acerca de las diferencias entre disciplinas deportivas incrementan o disminuyen la agresión. | Cuestionario de Agresión de Buss-Durkee, adaptado por Cepelak, 1984. 75 preguntas organizadas en siete escalas.<br><br>Variables: asalto, irritabilidad, agresión indirecta, negativismo, suspicacia, agresión verbal, resentimiento y en añadido, sentimiento de culpa. | Las artes marciales reducen la agresividad cuanto más tiempo llevan entrenando.<br><br>En baloncesto, más entrenamiento implica menos negativismo.<br><br>En deportes individuales, aumenta la culpa con el tiempo.<br><br>En fútbol, los jugadores de liga juvenil disminuían la agresión física con el entrenamiento, al contrario que los de ligas medias.<br><br>El deporte no siempre reduce la agresividad; solo se confirma para disciplinas como las artes marciales. |
| Differences in Narcissism and Aggression between College Athletes and Non-Athletes.<br><br>Johnson, Carra G.; Watson II, Jack C.; Lilly, Christa L. 2021 | n=588 estudiantes universitarios (117 deportistas (19.9%) y 471 no deportistas (80.1%))<br><br>153 hombres y 431 mujeres de universidades de EE. UU. | Analizar las diferencias en narcisismo y agresión entre deportistas y no deportistas, y su relación moderadora. | Una encuesta que contiene seis cuestionarios relacionados con el narcisismo y la agresión general, con un total de 110 preguntas. | No se encontraron diferencias significativas entre ambos grupos en niveles de narcisismo, pero si se ha demostrado que a mayores valores narcisistas, mayor agresividad. |

Biblioteca UNIVERSITAS Miguel Hernández

| REFERENCIA | PARTICIPANTES | OBJETIVOS | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y VARIABLES | RESULTADOS Y CONCLUSIONES |
|---|---|---|---|---|
| Sex differences in exclusion and aggression on single-sex sports teams.<br><br>Deaner, Robert O.; McClellan, Amanda; Zeigler-Hill, Virgil;<br>2021 | n=861 estudiantes (376 universitarios, 485 de secundaria)<br><br>Todos ellos participaban en deportes no-mixtos, tanto individuales como colectivos. | Investigar diferencias de sexo en experiencias de exclusión y agresión verbal/física dentro de equipos deportivos del mismo sexo. | Encuesta retrospectiva (agresión recibida y exclusión).<br>Variables: agresión verbal/física y exclusión. | Las mujeres reportaron más exclusión y agresión verbal.<br><br>Los hombres más agresión física.<br><br>Las mujeres reciben más exclusión por parte de sus compañeras en un entorno competitivo. |
| Examination of aggression profiles of athletes and sedanter individuals.<br><br>Gümüşdağ, Hayrettin; Aydoğan, Mehmet<br>2021 | n=191 participantes en Turquía<br><br>Grupo de deportistas y grupo de sedentarios (sin actividad física regular). | Examinar los perfiles de agresividad de deportistas y personas sedentarias en términos de diferentes variables. | Escala de Agresión de Buss-Perry, en su versión turca: (Andaç Demirtaş, 2012)<br><br>Variables: agresión total y subdimensiones (agresión verbal, agresión física, enfado y hostilidad. | Los hombres mostraron niveles más altos de agresión física y verbal que las mujeres.<br><br>No se encontraron diferencias significativas entre deportistas y personas sedentarias.<br><br>Los deportistas federados mostraron menores niveles de agresión física y de ira que los no federados. Los deportistas que habían competido a nivel nacional presentaron menores niveles de agresión física y de ira.<br><br>No se encontraron diferencias en la agresión según el nivel de ingresos ni la antigüedad deportiva. |

| REFERENCIA | PARTICIPANTES | OBJETIVOS | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y VARIABLES | RESULTADOS Y CONCLUSIONES |
|---|---|---|---|---|
| Comparing trait aggression among non-athletes and athletes divided into tactical subgroups and sport activities.<br><br>Morvay-Sey, Kata; Tékus, Éva; Betlehem, József 2021 | n=1600 estudiantes húngaros (800 deportistas y 800 no deportistas)<br><br>La edad media de las estudiantes fue de 15.94±1.42.<br><br>Deportes: Contacto (n=300), no contacto (n=100), deportes de equipo (n=300), y cíclicos (n=100). | Investigar si los deportistas son más agresivos que los no deportistas y examinar las diferencias entre las actividades deportivas clasificadas según su naturaleza. | Cuestionario de Agresión de Buss-Perry.<br><br>Variables: agresión física, verbal, ira, hostilidad y el total de ellas. | Los no-deportistas obtuvieron una puntuación más alta (77.55) en la BPAQ que los deportistas de cualquier otra disciplina.<br><br>Los deportes de combate mostraron una puntuación de agresión alta (69.22), más alta que los deportes de equipo (68.17), los cíclicos (64.50) o los deportes sin contacto (62.15).<br><br>El más agresivo fue la lucha (70.55), seguido del judo (69.85) y el karate (67.25). |
| Measuring sports' perceived benefits and aggression-related risks: Karate vs. Football.<br><br>Limpo, Teresa; Tadrist, Sid 2021 | n=184 estudiantes de Psicología (86% mujeres y 14% hombres), con una media de edad de 20.25 años (SD = 3.49, rango de 17–47)<br><br>139 habían practicado en la 'actividad física' (75.5%) y 45 no (24.5%).<br><br>Deportes: Natación, deportes de equipo, baile y artes marciales. | Medir los beneficios percibidos (físicos, emocionales, sociales, cognitivos) y los riesgos de agresión en karate y fútbol. | Escala creada con 20 ítems, que más tarde serán 15, de 5 factores.<br><br>Variables: beneficios percibidos y riesgo de agresividad. | Se percibieron menos riesgos relacionados con la agresión en el karate que en el fútbol americano, siendo este último percibido como uno de los más agresivos.<br><br>El karate no parece tener connotaciones negativas y sus beneficios superaron sus riesgos de agresividad. |

| REFERENCIA | PARTICIPANTES | OBJETIVOS | INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN Y VARIABLES | RESULTADOS Y CONCLUSIONES |
|---|---|---|---|---|
| The expression of aggressive behavior in Serbian secondary school students who play sports.<br><br>Bojanić, Željka; Milovanović, Ivana<br>2023 | n=225 estudiantes serbios de secundaria que practican deporte.<br><br>La media de edad fue de 16.5 años, con un SD de 0.95 y un rango entre los 15 y los 19 años.<br><br>106 hombres (47.11%) y 119 mujeres (52.89%), de diferentes edades y deportes. | Analizar la expresión de distintos tipos de agresión en estudiantes de secundaria deportistas según edad, sexo y tipo de escuela. | Cuestionario de Agresión de Žužul (15 situaciones con 5 modalidades de comportamiento agresivo)<br><br>Variables: agresión física (latente o manifiesta), agresión verbal (latente o manifiesta) y agresión indirecta. | La agresión general entre los estudiantes deportistas es menor al promedio nacional.<br><br>Las puntuaciones más altas pertenecieron a agresión verbal.<br><br>Los chicos mostraron más agresión física que las chicas, pero en agresión verbal no se encontraron diferencias. |
| Comparison of aggressiveness level in young swimmers with sedenters.<br><br>Gencay, Ertuğrul; Gencay, Okkeş Alpaslan<br>2024 | n=141 jóvenes en Turquía<br><br>70 nadadores (34 chicos y 36 chicas)<br><br>71 sedentarios (37 chicos y 34 chicas). | Comparar niveles de agresividad entre nadadores y personas sedentarias. | Escala de Agresión de Buss-Warren (34 ítems). Adaptadas por Demirtas-Madran, (2012).<br>Variables: agresión física, verbal, hostilidad, ira, agresión indirecta. | Los nadadores mostraron niveles significativamente menores de agresión física, verbal y hostilidad que los sedentarios.<br><br>No hubo diferencias en ira ni agresión indirecta. |
| Violencia, socialización y género en los clubes deportivos: un estudio comparativo.<br><br>Ramírez Muñoz, Amaia; Zamarripa, Jorge<br>2024 | n=692 participantes (483 deportistas, 50 entrenadores, 159 familiares).<br><br>La edad media de los hombres deportistas fue de 17.64±4.31, la de los entrenadores hombres fue de 31.5±12.83 y la de los familiares hombres fue de 47.93±13.2. | Identificar tipos de violencia en clubes deportivos y diferencias según género y rol (entrenador, familiar, deportista). | Violentómetro adaptado al ámbito deportivo, una escala de violencia gradual.<br><br>Variables: percepción de burlas sexistas, insultos sexistas, control excesivo, presión o acoso, manipulación, agresión física, agresión psicológica y agresión sexual. | 64.8% de los encuestados manifiestan haber experimentado algún tipo de violencia.<br><br>Frecuentemente son burlas e insultos sexistas, seguido de agresiones. Estas dos primeras fueron más experimentadas por las mujeres. |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | La edad media de las mujeres deportistas fue de 17.09±3.14, la de las entrenadoras mujeres fue de 28.1.5±13.92 y la de las familiares mujeres fue de 46.78±8.89. | | | Las mujeres entrenadoras experimentaron un mayor número de agresiones sexuales que los hombres.<br><br>No se detectan diferencias de frecuencia de violencia entre géneros.<br><br>Los familiares experimentaron menor percepción de violencia en comparación con los entrenadores y jugadores. |
| Unfolding the aggression and locus of control paradigm in sportspersons and non-sportspersons.<br><br>Marwaha, Ekta Bhambri; Sharma, Aashima; Arora, Khushi<br>2025 | n=240 participantes: 80 de deportes de combate, 80 de deportes no combate, 80 no deportistas<br><br>Cada grupo de participantes estaba compuesto por un 50% de hombres y un 50% de mujeres. | Analizar agresión y locus de control en hombres y mujeres tanto en deportes de combato, no combate y no deportistas.<br><br>Relacionar la agresión con el locus de control. | Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (29 ítems).<br>Locus de Control de Rotter (29 enunciados, de los cuales 23 evaluables).<br><br>Variables: agresión y locus interno/externo. | Los deportistas mostraron más locus de control interno, al contrario que los no deportistas.<br><br>Mayor agresión en hombres de deportes de combate.<br><br>Relación significativa entre locus de control y dimensión de ira. |

**4. Discusión**

En esta revisión, el principal objetivo es analizar los factores que influyen en la aparición de conductas agresivas en el deporte. Una vez revisada y analizada la literatura, se pueden establecer conexiones claras entre diferentes variables y los niveles de agresión manifestados en el ámbito deportivo.

En primer lugar, comparando a los deportistas con los no deportistas, algunos estudios mostraron que los deportistas suelen presentar niveles más bajos de hostilidad, ira o agresión rasgo, al contrario que personas no deportistas. Esto nos sugiere que el deporte puede estar asociado con niveles bajos de agresividad. (Gümüşdağ y Aydoğan, 2021; Gencay y Gencay, 2024).

En el estudio de Morvay-Sey et al. (2021) los que no eran deportistas obtuvieron valores más altos en la agresión total y en otras variables como la agresión física y la hostilidad, además de manera muy significativa. Los nadadores jóvenes presentaban niveles más bajos que los sedentarios tanto en agresión verbal como física y en la hostilidad (Gencay y Gencay, 2024). Gümüşdağ y Aydoğan (2021) señalaron también que los deportistas federados y los que habían competido a nivel nacional mostraban menores niveles de agresión física y de ira que aquellos que no estaban federados o no habían alcanzado ese nivel de competición.

Cabe destacar que en el estudio de Ramírez Muñoz y Zamarripa (2024), un 64.8% de los encuestados han sufrido algún tipo de violencia siendo las más comunes las burlas e insultos sexistas, seguidos por agresiones físicas y psicológicas. Además, se observó que los familiares percibían menos violencia que los entrenadores y deportistas, y que las entrenadoras mujeres reportaban más agresiones sexuales que sus homólogos masculinos.

Cuando todos los sujetos son deportistas, los resultados en cuanto al tipo de deporte son menos uniformes. En deportes de combate, Marwaha et al. (2025) observó que los hombres practicantes de deportes de combate presentaban mayor índice de agresión en comparación con deportistas de otras modalidades sin contacto o con aquellos que no practicaban deporte.

En contraposición, Gorner et al. (2021) confirmó que, en las artes marciales, la agresión disminuía significativamente con la práctica mostrando una correlación negativa entre años de práctica y dimensiones como hostilidad, irritabilidad y agresión verbal, al contrario que deportes de equipo, que permanecían en niveles altos de conductas agresivas. En este mismo estudio se señaló que el baloncesto mostraba una reducción del negativismo con el tiempo de práctica, mientras que los deportes individuales presentaban un aumento del sentimiento de culpa. En el caso del fútbol, la agresión física descendía con la experiencia en la liga juvenil, pero aumentaba en ligas intermedias, lo que sugiere que el contexto competitivo puede condicionar los niveles de agresividad.

Otros autores han demostrado que los deportes de lucha obtuvieron las puntuaciones más altas en términos de agresión en comparación con deportes cíclicos, de equipo y deportes sin contacto, solo quedando por debajo de los no deportistas (Morvay-Sey et al., 2021). Además, en el estudio de Limpo y Tadrist (2021), la percepción del riesgo de agresión fue menor en el karate que en el fútbol americano, especialmente en lo referente a beneficios emocionales y cognitivos, lo que demuestra que la percepción de agresividad también depende del tipo de deporte.

En cuanto a la variable del género, varios estudios coinciden en que los hombres presentan mayores valores de agresión física, al contrario que las mujeres, que son más propensas a realizar agresiones verbales o exclusiones (Deaner et al., 2021). En ese mismo estudio, se encontró que las mujeres reportaban ser excluidas o agredidas verbalmente por sus compañeras en entornos competitivos, mientras que los hombres reportaban con mayor frecuencia agresiones físicas. Este patrón se mantuvo tanto en estudiantes universitarios como de secundaria. De esa misma

forma, Bojanić y Milovanović (2023) confirmaron que los chicos deportistas expresaban más agresión física que las chicas, en ese caso en un contexto escolar.

Estudios como el de Gümüşdağ y Aydoğan (2021) respaldan que sí hay diferencias significativas entre ambos géneros en las agresiones y sus subdimensiones. Deaner et al. (2021) también apuntaron que las mujeres no solo eran más propensas a experimentar exclusión, sino que dicha exclusión solía involucrar a múltiples personas simultáneamente, lo que podría aumentar su impacto psicológico.

Finalmente, en términos personales, en deportistas universitarios, no se encontraron diferencias significativas entre deportistas y no-deportistas en niveles de narcisismo, pero sí una relación clara entre ese narcisismo y la agresividad (Johnson et al. 2021). A su vez, la dimensión de ira dentro de la agresión está relacionada con el locus de control (Marwaha et al., 2025). En concreto, los deportistas mostraron mayor locus de control interno que los no deportistas, lo cual podría explicar un mejor control emocional en situaciones de estrés competitivo. Esta relación fue especialmente significativa en hombres de deportes de combate, que mostraban mayor agresividad y tendencia a la ira.

Una de las principales limitaciones de este trabajo es el reducido número de estudios recientes relacionados con algunas de las variables contextuales o personales. Aunque la investigación sobre la agresión en el deporte ha ido en aumento, la mayoría de los estudios se han enfocado en los aficionados, los medios de comunicación o los árbitros. Sin embargo, la agresión entre los propios deportistas aún no ha recibido la atención que realmente merece, y aspectos como la implicación de los rasgos psicológicos de los deportistas tienen poco peso en las investigaciones. A pesar de esto, los artículos analizados indican que la agresión en el deporte está comenzando a captar interés y se está empezando a examinar desde su infinidad de perspectivas.

Futuras investigaciones deberían centrarse en ampliar el número de estudios que analicen conjuntamente múltiples variables como tipo de deporte, género, nivel competitivo y factores psicológicos. Sería interesante incluir estudios longitudinales que examinen la evolución de la agresividad a lo largo del tiempo en función del deporte practicado, así como investigaciones que incluyan deportes menos estudiados o contextos culturales diferentes. También se deberían utilizar instrumentos de medida estandarizados para facilitar la comparación entre estudios.

En conclusión, todos los estudios nos refuerzan la necesidad de considerar al deporte como un fenómeno configurado por un amplio abanico de variables que influyen en la manifestación de agresiones y conductas violentas de manera compleja.

Los estudios revisados permiten observar que, en términos generales, las personas que practican deporte tienden a mostrar niveles más bajos de agresión que aquellas que no lo hacen, especialmente en lo que respecta a la hostilidad, la agresión física y la agresión verbal.

Sin embargo, esta relación varía según el tipo de deporte que se practique. Por ejemplo, en los deportes de combate, algunos estudios indican que hay niveles más altos de agresión. No obstante, también hay casos, como en las artes marciales, donde a medida que se entrena más, la agresividad tiende a disminuir. Esto sugiere que no solo el tipo de deporte influye, sino también la manera en que se entrena y los valores que se fomentan en el entorno deportivo.

En lo que respecta a las diferencias entre hombres y mujeres, los estudios son bastante claros. Los hombres suelen mostrar más agresión física, mientras que las mujeres tienden a involucrarse más en formas de agresión verbal o en situaciones de exclusión dentro de los equipos. Además, se ha observado que estas formas de agresión pueden ser más comunes en contextos competitivos, y que la percepción de estas situaciones puede variar entre sexos.

También se han descubierto relaciones interesantes con factores psicológicos. Por ejemplo, tener un locus de control interno —es decir, sentir que uno tiene el control sobre lo

que le sucede— parece estar relacionado con un mejor manejo de la ira. Por otro lado, el narcisismo se ha vinculado con niveles más altos de agresividad. Todo esto refuerza la idea de que la agresión en el deporte no depende únicamente del deporte en sí, sino también de aspectos personales que deben considerarse al momento de prevenir conductas agresivas.

**5. Propuesta de intervención**

Tras la revisión bibliográfica, es evidente la falta de estudios que relacionen los factores personales con las agresiones en el deporte, dejando de lado una variable que en ocasiones es la más crucial en la aparición de estas acciones. Debido a esto, este plan de intervención es creado con el objetivo de trabajar la parte emocional y psicológica en los jóvenes deportistas con la meta de reducir las conductas agresivas en la práctica deportiva.

En las categorías inferiores de los clubes deportivos existe una clara tendencia en aumentar la duración y la frecuencia de las sesiones, entrenando en muchas ocasiones a diario. En esta propuesta de intervención, se propone destinar una parte de una sesión semanal al trabajo emocional, la prevención de la agresión, la mejora de la convivencia entre los componentes del club y el manejo de las emociones negativas.

Se destinarán alrededor de 30 minutos semanales durante 8 semanas, formato realista, compatible con el gran volumen de entrenamientos deportivos y adaptable a cualquier disciplina, tanto individual como colectiva. Irá enfocada para los deportistas de las categorías inferiores, de los 13 a los 17 años, donde se encuentran aún en la etapa de formación. Si la propuesta fuese recibida de manera adecuada, se podría incrementar el número de semanas o incluso permanecer como una sesión fija en la formación de los deportistas.

La metodología utilizada para analizar la efectividad del plan de intervención constará de dos cuestionarios. En primer lugar, el Cuestionario de Agresión Buss-Perry adaptado **(Ver Anexo 2)** será aplicado a los deportistas tanto en la semana 1 como en la semana 8. De esta manera, conseguimos realizar una comparación pre-post personalizado de las variables de ira, hostilidad y agresión física y verbal.

Por otro lado, el entrenador o psicólogo deportivo completará el Cuestionario de Observación del Entrenador (Ver Anexo 3), una vez terminada la propuesta de intervención. Mediante este *test* calificará el progreso y mejora en la gestión de la agresividad.

Las 8 semanas iniciales se distribuirán de la siguiente manera:

- Semana 1
    - Presentación del programa.
    - Debate breve y guiado sobre qué es la agresión.
    - Aplicación del Cuestionario de Agresión Buss-Perry adaptado.
- Semana 2
    - Definición y diferenciación de conceptos como la agresión, la agresividad, la violencia y los tipos de estas manifestaciones que existen.
    - Actividad: se enseñan imágenes en tarjetas de situaciones de agresión. Los deportistas tendrán que clasificarlas según el tipo.
    - Discusión: de qué manera se manifiesta cada tipo de agresión en nuestro deporte con ejemplos.
- Semana 3

    - Dinámica: se proponen unas situaciones y los deportistas usan unas tarjetas con los colores del semáforo para catalogarlas como tranquilas, tensas o violentas. Incrementar la tensión emocional con la progresión desde acciones pasivas a acciones violentas.
    - Una vez llegado a este estado de tensión emocional, se aplica la técnica de respiración 4-7-8: inhalar 4 segundos, contener 7 segundos la respiración y exhalar por la boca durante 8.
- Semana 4
    - Juego de rol 'El rival también es persona': Se proponen una serie de rivales imaginarios con historias personales duras, que reaccionan mal a jugadas del juego. Se pregunta a los deportistas que reacción tendrían ante ellos. Más tarde, se exponen las historias personales, de forma que se crea una reflexión acerca de los motivos personales que pueden llevar a un desconocido a realizar una agresión contra ellos.
    - Actividad: Los deportistas con los ojos cerrados y el entrenador propone una serie de situaciones violentas que han podido experimentar. Cada uno reflexiona sobre como sintió esa acción en su contra y como le haría sentir a un rival.
- Semana 5
    - Simulación: Como responder a una provocación verbal sin devolver la agresión de vuelta.
    - Técnica del 'auto diálogo positivo' para evitar una mala respuesta contra el provocador.
- Semana 6
    - Dilemas morales deportivos: ¿debo dejar pasar esa situación?
    - Debate grupal sobre la agresión y la asertividad.
- Semana 7
    - Actividad en grupos: diseñar los '10 mandamientos del equipo limpio'.
    - Firma grupal para comprometerse moralmente a ser un equipo que de ejemplo de juego limpio.
- Semana 8
    - Aplicación del Cuestionario de Agresión Buss-Perry.
    - Revisión de los compromisos del equipo limpio.
    - Actividad: Charla libre sobre lo que me llevo del programa.

Para analizar si este plan de intervención funciona, el entrenador contará con un Cuestionario de Observación del Entrenador **(Ver Anexo 3)**, que se realizará cada 15 días durante el programa. Se trata de un cuestionario rápido y sencillo de realizar, que consta de 10 ítems y realizado con el formato de la Escala Likert (1-5).

Los resultados esperados tras realizar esta propuesta de intervención serán una mejora de la gestión de las emociones como la ira o la frustración en situaciones de competición, un fomento de la empatía entre compañeros y rivales, una reflexión seria sobre situaciones de agresión y un refuerzo del clima positivo en los equipos mediante acuerdos de convivencia.

Las fortalezas del plan son: la frecuencia realista y adaptada al contexto deportivo, la innovación en la implantación de este tipo de actividades en deportes con una base tradicional arraigada, la orientación práctica del proyecto y el enfoque preventivo y educativo.

Por otro lado, las debilidades podrían ser la escasa formación o predisposición de los entrenadores, la posible resistencia por parte de los deportistas y la falta de refuerzo diario.

**6. Bibliografía**


Akdemir, M. (2009). The question of the legitimacy of violence in “Frantz Fanon”. *Kaygı Dergisi*, *12*, 256–259.

American College of Sports Medicine (2012). *International Council of Sport Science and Physical Education, and Nike Inc. Designed to Move: A Physical Activity Action Agenda*. Beaverton: Nike Inc.

Archer, J. (2009). Does sexual selection explain human sex differences in aggression? *Behavioral and Brain Sciences, 32*, 249–266. https://doi.org/10.1017/S0140525X09990951

Arseneault, L. (2018). Annual Research Review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence: implications for policy and practice. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines, 59(4)*, 405–421. https://doi.org/10.1111/jcpp.12841

Björkqvist, K. (1994). Sex-differences in physical, verbal, and indirect aggression: A review. *Sex Roles, 30*, 177–188. https://doi.org/10.1007/BF01420988

Bojanić, Ž., & Milovanović, I. (2023). The Expression of Aggressive Behavior in Serbian Secondary School Students Who Play Sports. *Facta Universitatis: Series Physical Education & Sport*, *21*(3), 129–139. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.22190/FUPES230309011B

Bushman, B. J., & Huesmann, L. R. (2010). Aggression. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (5th ed., Vol. 2, pp. 833–863). John Wiley & Sons.

Camodeca, M. & Nava, E. (2022). The LongTerm Effects of Bullying, Victimization, and Bystander Behavior on Emotion Regulation and Its Physiological Correlates. *Journal of Interpersonal Violence, 37(3-4)*, NP2056– NP2075. https://doi.org/10.1177/0886260520934438

Czajkowski, Z. (2001). Motywacja osiągnięć – nastawienie na “ja” oraz nastawienie na zadania. *Sport Wyczynowy*, (3–4), 435–439. [in Polish]

Deaner, R. O., McClellan, A., Zeigler-Hill, V., & Benenson, J. F. (2021). Sex differences in exclusion and aggression on single-sex sports teams. *Evolutionary Behavioral Sciences*, *15*(2), 159–174. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.1037/ebs0000247

deLara, E. W. (2019). Consequences of childhood bullying on mental health and relationships for young adults. *Journal of Child and Family Studies, 28(9)*, 2379-2389. https://doi.org/10.1007/s10826-018-1197-y

Gage, E. A. (2008). Collegiate setting. *Violence Against Women, 14*(9), 1014–1032.

Geen, R. G. (2001). *Human aggression*. Open University Press.

Gencay, E., & Gencay, O. A. (2024). Comparison of Aggressiveness Level in Young Swimmers with Sedenters. *Nigde University Journal of Physical Education & Sport Sciences /*

*Nigde Üniversitesi Beden Egitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, *18*(1), 72–78. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.61962/bsd.1441405

Gill, D. L., Williams, L., & Reifsteck, E. J. (2017). Psychological dynamics of sport and exercise (4th ed.). Human Kinetics. https://doi.org/10.5040/9781492595779

Gorner, K., Makarowski, R., & Miroslava, R. (2021). Aggression among Slovak males training in martial arts versus other sports disciplines. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, *21*(2), 47–56. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.14589/ido.21.2.7

Gümüşdağ, H., & Aydoğan, M. (2021). Examination of aggression profiles of athletes and sedanter individuals. *Journal of Psychopathology*, *27*(3), 156–162.

Ibáñez, A. S., Marco, F. G., Pablo, H. G. & Correa, D. L. (2019). Evaluación del continuo deportividad-violencia en el fútbol base (Sportsmanship and violence assessment in youth football). *Revista de Psicología Del Deporte*, 28(1), 33-40.

Johnson, C. G., Watson II, J. C., & Lilly, C. L. (2021). Differences in Narcissism and Aggression between College Athletes and Non-Athletes. *Journal of Sport Behavior*, *44*(1), 73–98.

Kavussanu, M., Stamp, R., Slade, G., & Ring, C. (2009). Observed prosocial and antisocial behaviors in male and female soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology, 21*(1), 62–76. https://doi.org/10.1080/10413200802624292

Killen, M., & Smetana, J. G. (2015). Origins and development of morality. In *Handbook of child psychology and developmental science* (Vol. 3, pp. 1–49). https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy3

Limpo, T., & Tadrist, S. (2021). Measuring sports' perceived benefits and aggression-related risks: Karate vs. Football. *Frontiers in Psychology*, *11*. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.3389/fpsyg.2020.625219

Lorenz, K. (2005). On Aggression (Translation of Das sogenannte Böse). London and New York: Taylor and Francis e-Library. Available: https://monoskop.org/images/d/d0/Lorenz_Konrad_On_Aggression_2002.pdf 2020.05.31.

Marwaha, E. B., Sharma, A., & Arora, K. (2025). Unfolding the aggression and locus of control paradigm in sportspersons and non-sportspersons. *Journal of Human Sport & Exercise*, *20*(1), 144–156. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.55860/fyhdb993

Mil, H., & Şanlı, S. (2015). Violence and media impact in sports: Analysis of a match. *Electronic Journal of Social Sciences*, 14(54), 231–247.

Morvay-Sey, K., Tékus, É., Betlehem, J., Kerner, Á., Erdély, E., Ács, P., & Pálvölgyi, Á. (2021). Comparing trait aggression among non-athletes and athletes divided into tactical subgroups and sport activites. *Journal of Physical Education & Sport*, *21*, 3278–3285. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.7752/jpes.2021.s6435

Ramírez Muñoz, A., & Zamarripa, J. (2024). Violencia, socialización y género en los clubes deportivos: un estudio comparativo. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, *24*(2), 121–133. https://doi-org.publicaciones.umh.es/10.6018/cpd.560511

Sebastien, G. (2006). Violence in sports and among sportsmen: A single or two-track issue. *Aggressive Behavior, 32*, 231–240.

Steinfeldt, J. A., Vaughan, E. L., LaFollette, J. R., & Steinfeldt, M. C. (2012). Bullying among adolescent football players: Role of masculinity and moral atmosphere. *Psychology of Men and Masculinity*, *13*(4), 340–353.

Traclet, A., Moret, O., Ohl, F., & Clémence, A. (2015). Moral disengagement in the legitimation and realization of aggressive behavior in soccer and ice hockey. *Aggressive Behavior, 41*, 123–133.

Turan, S., & Çirmi, E. (2021). Investigation of Empathy Skills and Moral Decision-Making Attitudes in Athlete Students in Terms of Some Variables. *Journal of Educational Issues*, *7*(2), 275–287.

U.S. Department of Health and Human Services (2018). *Physical Activity Guidlines for Americans*, 2nd Edn. Washington, DC: US Department of Health and Human Services.

Widmeyer, W. N., Dorsch, K. D., Bray, S. R., & McGuire, E. J. (2002). The nature, prevalence, and consequences of aggression in sport. In J. M. Silva & D. E. Stevens (Eds.), *Psychological foundations of sport* (2nd ed., pp. 328–351). Allyn & Bacon.

Yücel, A. S., Atalay, A., & Gürkan, A. (2015). Sporda şiddet ve saldırganlığı etkileyen unsurlar. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, *2*(2), 68–90.

Žužul, M. (1989). *Aggressive behavior: Psychological analysis*. Working Group of the Republic Conference of the Socialist Youth Alliance of Croatia.

Biblioteca
UNIVERSITAS Miguel Hernández

## 7. Anexos

**ANEXO 1:** Código de Investigación Responsable (COIR)

**INFORME DE EVALUACIÓN DE INVESTIGACIÓN RESPONSABLE DE 1. TFG (Trabajo Fin de Grado)**

Elche, a 10/04/2025

| | |
|---|---|
| Nombre del tutor/a | Antonia Pelegrin Muñoz |
| Nombre del alumno/a | Nacho Pérez Gil |
| Tipo de actividad | Sin implicaciones ético-legales |
| Título del 1. TFG (Trabajo Fin de Grado) | Agresión y violencia en el deporte: Análisis de factores asociados en diferentes contextos deportivos |
| Evaluación de riesgos laborales | No solicitado/No procede |
| Evaluación ética humanos | No solicitado/No procede |
| Código provisional | 250407112900 |
| Código de autorización COIR | **TFG.GAF.APM.NPG.250407** |
| Caducidad | 2 años |

Se considera que el presente proyecto carece de riesgos laborales significativos para las personas que participan en el mismo, ya sean de la UMH o de otras organizaciones.

La necesidad de evaluación ética del trabajo titulado: **Agresión y violencia en el deporte: Análisis de factores asociados en diferentes contextos deportivos** ha sido realizada en base a la información aportada en el formulario online: "TFG/TFM: Solicitud Código de Investigación Responsable (COIR)", habiéndose determinado que no requiere ninguna evaluación adicional. Es importante destacar que si la información aportada en dicho formulario no es correcta este informe no tiene validez.
Por todo lo anterior, se autoriza la realización de la presente actividad.

Atentamente,

Alberto Pastor Campos
Jefe de la Oficina de Investigación Responsable
Vicerrectorado de Investigación y Transferencia

Información adicional:

- En caso de que la presente actividad se desarrolle total o parcialmente en otras instituciones es responsabilidad del investigador principal solicitar cuantas autorizaciones sean pertinentes, de manera que se garantice, al menos, que los responsables de las mismas están informados.
- Le recordamos que durante la realización de este trabajo debe cumplir con las exigencias en materia de prevención de riesgos laborales. En concreto: las recogidas en el plan de prevención de la UMH y en las planificaciones preventivas de las unidades en las que se integra la investigación. Igualmente, debe promover la realización de reconocimientos médicos periódicos entre su personal; cumplir con los procedimientos sobre coordinación de actividades empresariales en el caso de que trabaje en el centro de trabajo de otra empresa o que personal de otra empresa se desplace a las instalaciones de la UMH; y atender a las obligaciones formativas del personal en materia de prevención de riesgos laborales. Le indicamos que tiene a su disposición al Servicio de Prevención de la UMH para asesorarle en esta materia.

La información descriptiva básica del presente trabajo será incorporada al repositorio público de Trabajos fin de Grado y Trabajos Fin de Máster autorizados por la Oficina de Investigación Responsable de la Universidad Miguel Hernández. También se puede acceder a través de https://oir.umh.es/solicitud-de-evaluacion/tfg-tfm/

**ANEXO 2:** Cuestionario de Agresión Buss-Perry adaptado.

Los ítems correspondientes por subescala son: Ira (3, 7, 11, 15, 2, 22, 25), Agresión física (1, 5, 9, 13, 17, 21, 24, 27, 29), Agresión Verbal (6,18,10,14,19), Hostilidad (4, 8, 12, 16, 20, 23, 26, 28).

## CUESTIONARIO DE AGRESIÓN (AQ) DE BUSS Y PERRY

A continuación, una serie de preguntas relacionadas con la agresividad; se le pide que encierre en un círculo una de las cinco opciones que aparecen en el extremo derecho de cada pregunta. Sus respuestas serán totalmente anónimas. Por favor seleccione la opción que mejor explique su forma de comportarse. Se le pide sinceridad a la hora de responder, y los números que van del 1 al 5 en la escala significan lo siguiente:

1= Completamente falso para mi.
2= Bastante falso para mi.
3= ni verdadero ni falso para mi.
4= Bastante verdadero para mi.
5= Completamente verdadero para mi.

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Me enfado rápidamente, pero se me pasa enseguida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | A veces soy bastante envidioso. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Si se me provoca lo suficiente, puedo golpear a otra persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | A menudo no estoy de acuerdo con la gente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | Cuando estoy frustrado, muestro el enfado que tengo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Si alguien me golpea, le respondo golpeándola también. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Cuando la gente me molesta, discuto con ella. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Algunas veces me siento tan enfadado como si estuviera a punto de estallar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13 | Me suelo implicar en peleas algo más que lo normal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14 | Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo evitar discutir con ella. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15 | Soy una persona tranquila. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16 | Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17 | Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Mis amigos dicen que discuto mucho. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Se que mis amigos me critican a mis espaldas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | Hay gente que me incita a tal punto que llegamos a pegarnos. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Algunas veces pierdo los estribos sin razón. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Desconfío de desconocidos demasiado amigables. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | No encuentro ninguna buena razón para pegarle a una persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | Tengo dificultades para controlar mi genio. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | He amenazado a gente que conozco. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto qué querrá. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | He llegado ha estar tan furioso/a que rompía cosas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**ANEXO 3:** Cuestionario de Observación del Entrenador.

| **DATOS DEL DEPORTISTA** |
|---|
| Nombre y Apellidos: |
| Categoría: |
| Fecha: |

| **ÍTEM** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
|---|---|---|---|---|---|
| Mantiene la calma tras decisiones arbitrales que le perjudican. | | | | | |
| Controla su reacción verbal en situaciones de conflicto. | | | | | |
| Evita comportamientos agresivos con compañeros. | | | | | |
| Evita comportamientos agresivos con rivales. | | | | | |
| Reconoce sus errores sin discutir ni buscar confrontación. | | | | | |
| Muestra empatía y ayuda a compañeros en situaciones tensas. | | | | | |
| Usa técnicas aprendidas para gestionar la ira o la frustración. | | | | | |
| Acepta la provocación sin responder con agresividad. | | | | | |
| Refuerza el respeto y la deportividad dentro del equipo. | | | | | |
| Cumple con los compromisos del "decálogo del equipo". | | | | | |

**OBSERVACIONES:**

Biblioteca Universitaria Miguel Hernández