

SISTEMA UNIVERSITARIO ANA G. MENDEZ
UNIVERSIDAD METROPOLITANA
RECINTO DE CUPEY
ESCUELA GRADUADA DE EDUCACION

INFLUENCIA DE LOS DEPORTES DE COMBATE EN LA AGRESIVIDAD Y
AUTOCONTROL EN ADOLESCENTES

LIVANIS RIVERA PÉREZ

DICIEMBRE 2009

DEDICATORIA

Durante toda mi vida, mi padre Iván Rivera Lamboy, mi madre Leonor E. Pérez Ortiz y el resto de mi familia me han guiado por el camino de la superación. Ellos me han enseñado la importancia de dar lo mejor, trabajar para conseguir todas las metas propuestas y siempre le han dado prioridad a mis estudios apoyándome en todo lo que necesite. Por esto, al culminar este trabajo de investigación y así conseguir una meta más en mi vida tengo que dedicarles este gran logro a ellos. Además, le dedico este trabajo a mi esposo Pedro Soto Cordero quien con su amor y ayuda incondicional ha hecho mucho más fácil este proceso. Él y mis dos hijos Victor Iván Soto Rivera y Yandro Omar Soto Rivera, son los que me inspiran a superarme día a día. Por ellos, siempre trabajaré y me esforzaré por mejorar en todas las facetas de mi vida.

AGRADECIMIENTOS

Durante estos dos años de estudios graduados he podido adquirir grandes conocimientos muy útiles para mi desarrollo profesional. A los profesores Miguel Albarrán, Gloria Díaz y Alicia González, quiero darles mis más sinceros agradecimientos por hacer de mí una profesional más eficiente, competente y sensible. Además, un agradecimiento muy especial al profesor Mariano Santini que es quien me ha guiado y ha hecho posible la realización de este estudio. Gracias a todos por su gran vocación para contribuir al desarrollo de profesionales competentes en las áreas de educación física y recreación que tan importantes son para la calidad de vida de nuestro país.

SUMARIO

El objetivo de este estudio fue determinar la influencia de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol en los adolescentes. Esto, en busca de una alternativa de prevención para los problemas de violencia durante esta etapa. Para este propósito, se realizó una recopilación de estudios realizados sobre el tema. Esta búsqueda, se realizó en las bases de datos electrónicas EBSCO, Proquest, Google Academic y Digital Books. Además, se realizó una búsqueda en diferentes universidades de Puerto Rico en busca de tesis y disertaciones sobre el tema. Se encontraron un total de 10 estudios, de éstos, ocho disertaciones y dos artículos de revista. Luego del análisis de estos estudios, se encontró que en un 80% se establece que la práctica de deportes de combate disminuye la agresividad en los adolescentes. Además, se encontró que los deportes de combate aumentan la capacidad de autocontrol en adolescentes en el 100% de los seis estudios que investigaron esta variable. Por tanto, la investigadora concluye que la práctica de deportes de combate puede ser utilizada como estrategia proactiva para prevenir la delincuencia en adolescentes, ya que, puede reducir la agresividad y aumentar el autocontrol en los jóvenes. Además, recomienda la implantación y promoción de programas de deportes de combate en escuelas, comunidades e instituciones juveniles.

TABLA DE CONTENIDO

	Página
DEDICATORIA.....	iii
RECONOCIMIENTO.....	iv
ABSTRACTO.....	v
CAPÍTULO I - INTRODUCCIÓN.....	1
Planteamiento del Problema.....	1
Preguntas de Investigación.....	2
Objetivos.....	3
Justificación.....	3
Definición de Términos.....	4
Limitaciones.....	5
Delimitaciones.....	5
CAPÍTULO II - REVISIÓN DE LITERATURA.....	6
Marco Conceptual.....	6
Marco Empírico.....	10
CAPÍTULO III – METODOLOGÍA.....	14

Población y	
Muestra.....	14
Procedimiento.....	14
Análisis de Datos.....	15
CAPÍTULO IV- HALLAZGOS Y DISCUSIÓN.....	16
Hallazgos.....	16
Discusión.....	31
CAPÍTULO V- CONCLUSIÓN.....	32
Conclusiones.....	32
Recomendaciones.....	33
Implicaciones Educativas.....	34
BILBLOGRAFÍA.....	35

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La violencia es actualmente uno de los asuntos públicos más importantes a nivel mundial. Desde una perspectiva clínica, la violencia es definida como un comportamiento agresivo que incluye una conducta agresiva hacia sí mismo y hacia otros, hacia un objeto y hacia la autoridad (Gardner, Roth & Brooks, 2009). La alta incidencia de violencia y la importancia que se le ha dado en los medios de comunicación ha motivado a investigar la eficacia de programas de prevención de comportamientos agresivos.

Planteamiento del Problema

La adolescencia es una época de transición entre la niñez y la edad adulta (Marcelli & Braconnier, 2005). Esta, es reconocida en la sociedad occidental como una fase de transición en el desarrollo de la personalidad, en dónde se abandona el mundo infantil, buscando un espacio psicológico y social en el mundo adulto (Alarcón, Vinet & Salvo, 2005). En esa etapa, existe una gran ambigüedad entre ya no ser un niño y todavía no ser un adulto, lo que hace de esta etapa una muy difícil de manejar por el adolescente (McCabe & Ricciardelli, 2004).

Además, Lebrón (2004) señala que durante la adolescencia ocurren cambios fisiológicos tan dramáticos que sólo son comparables con los que ocurren en el individuo durante su primer año de vida y estos cambios tienen un gran impacto en la conducta de los adolescentes. Diversas investigaciones, han dejado en evidencia una mayor vulnerabilidad durante la etapa de la adolescencia para iniciar conductas de riesgo en salud mental y adaptación social tales como: consumo de drogas ilícitas, embarazo precoz, deserción escolar, violencia y conductas antisociales (Alarcón, et. al, 2005).

De Jesús (2004) establece, que la situación de los adolescentes en Puerto Rico es cada vez peor y se manifiesta en la cantidad y severidad de casos de violencia. Las estadísticas reflejan, que, entre 1990 a junio de 2005, 7,077 adolescentes fueron intervenidos por la policía por agresión agravada, 56,288 por agresión simple, 8,181 por intimidación o amenaza y 268 por homicidio (Policía de Puerto Rico, 2009). Investigaciones, han revelado que ciertas características psicológicas como lo son la baja autoestima, hiperactividad y agresividad están relacionadas con la conducta violenta en la adolescencia (Reyes Pulliza, 2003). Por tanto, es de suma importancia estudiar alternativas para prevenir las conductas asociadas a la alta incidencia de violencia en los adolescentes. Una alternativa para prevenir los problemas de violencia en adolescentes pudiera ser la práctica de deportes de combate.

Los deportes de combate pueden ser definidos como deportes en los que dos individuos combaten el uno contra el otro dejándose llevar por reglas previamente acordadas (Kordi, Maffulli, Wroble & Wallace, 2006). Los deportes de combate pueden dividirse en aquellos con origen en las artes marciales orientales, como es el caso del judo olímpico, karate Do, Tae kwon Do olímpico, el “full contact” y aquellos cuyos orígenes se remontan a los juegos olímpicos de la antigua Grecia como la lucha olímpica, el boxeo y el Vale Tudo (Vernieri & Veiga, 2003).

Preguntas de Investigación

Las preguntas de investigación hacia las cuales se dirige este estudio son:

- 1- ¿De qué manera los deportes de combate influyen en la agresividad en los adolescentes?
- 2- ¿Cómo se manifiesta el autocontrol en adolescentes que practican deportes de combate?
- 3- ¿Podría la práctica de los deportes de combate utilizarse para prevenir los problemas de violencia en adolescentes?

Objetivos

El objetivo de este estudio es determinar la influencia de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol en los adolescentes. Esto, en busca de explorar alternativas proactivas para minimizar los problemas de violencia entre adolescentes en Puerto Rico.

Justificación

Reyes Pulliza (2003) afirma que en Estados Unidos varios esfuerzos y estrategias de prevención han demostrado gran efectividad en inhibir o posponer el inicio de las conductas problemáticas en los adolescentes. Sin embargo, indica que en Puerto Rico las estrategias de intervención más utilizadas son de carácter reactivo y represivo. Por esta razón, es necesario desarrollar en Puerto Rico estrategias de prevención efectivas para prevenir la violencia entre adolescentes.

No obstante, existen muchas dificultades en motivar a los adolescentes violentos a participar en actividades abstractas y de terapia grupal (Twemlow & Sacco, 1998). Sin embargo, con 40 millones de adolescentes participando en deportes organizados cada año alrededor del mundo se puede inferir que los jóvenes pueden ser fácilmente atraídos a participar en deportes (Hallal, Acevedo & Wells, 2006). En el caso de los deportes de combate, la motivación para que adolescentes con problemas de violencia y agresividad participen podría ser mayor, pues en estos los adolescentes podrían satisfacer las mismas necesidades que los llevan a incidir en conductas violentas (Themlow, et. al, 1998). A pesar de esto, no se encontró ningún estudio en Puerto Rico directamente relacionado con la influencia de los deportes de combate en la agresividad en adolescentes.

Definición de términos

A continuación se definen los conceptos más relevantes para esta investigación documentada.

- 1) Adolescencia- Fase de transición en el desarrollo de la personalidad, en dónde se abandona el mundo infantil, buscando un espacio psicológico y social en el mundo adulto (Alarcón, et. al, 2005).
- 2) Agresividad- La agresividad puede ser definida como un comportamiento hostil y destructivo (Spears, 2004). Además, se puede definir como una actitud o inclinación a realizar actos violentos (Themlow, et. al, 1998).
- 3) Autocontrol- Capacidad de no mostrar conductas impulsivas, ser sensibles hacia otras personas y sus sentimientos, no involucrarse en conductas de riesgo y controlar emociones negativas (McDiarmid, 2008).
- 4) Deportes de combate- Deportes en los que dos individuos combaten el uno contra el otro dejándose llevar por reglas previamente acordadas (Kordi, et. al, 2006).
- 5) Programas de prevención- Intervenciones dirigidas a reducir la recurrencia de disfunciones y a expandir el conocimiento y fortalecer las destrezas para una mejor salud mental (Blowers, 2009).
- 6) Violencia- Comportamiento agresivo que incluye una conducta agresiva hacia sí mismo y hacia otros, hacia un objeto y hacia la autoridad (Gardner, et. al, 2009).

Limitaciones

Algunas de las limitaciones que enfrenta este estudio son:

1. No existen investigaciones sobre él en Puerto Rico.
2. Además, los estudios y proyectos de investigación son limitados y la mayoría se enfocan sólo en las artes marciales.

Delimitaciones

Este estudio se delimita a investigaciones hechas en los pasados 20 años recuperadas de revistas, investigaciones, disertaciones, tesis y artículos.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

El objetivo de este estudio cualitativo es determinar la influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes. Además, se pretende investigar si la práctica de deportes de combate puede ser utilizada para prevenir los problemas de violencia en adolescentes. En este capítulo, se definen y describen los conceptos relacionados con el tema de investigación y se presenta una revisión de estudios hechos sobre el tema.

Marco conceptual

La palabra adolescente proviene del latín *adolescere*, que significa crecer, transitar de un estado a otro dentro de un proceso (Alarcón, et. al, 2005). La adolescencia es una época de transición entre la niñez y la edad adulta (Marcelli, et. al, 2005). Durante la etapa de la adolescencia ocurren cambios psicológicos y fisiológicos críticos y es dónde se forma el carácter, la identidad y la manera en que nos comportamos en la sociedad. Baztan (1994) indica que las fases de la adolescencia son:

- Pubertad y pre adolescencia (11 a 12 años)- en esta fase ocurre un duelo por la pérdida del cuerpo y la identidad infantil y de la percepción infantil de los padres.
- Protoadolescencia (13 a 15 años)- este período se puede llamar “grupal” ya que en esta etapa el grupo de pares sustituye al grupo familiar.
- Mesoadolescencia-(16 a 21 años) en esta etapa el adolescente abandona parcialmente la heterosexualidad grupal para concretizarse en dos tipos de individualidad, la de pareja y la elección del rol social–profesional.

Diversas investigaciones han dejado en evidencia una mayor vulnerabilidad durante el proceso de la adolescencia para iniciar conductas de riesgo en salud mental y adaptación social tales como: consumo de drogas ilícitas, embarazo precoz, deserción escolar, violencia y conductas antisociales (Alarcón, et. al, 2005). Spears (2004) señala que cada adolescente experimenta una serie de cambios necesarios para su desarrollo. En esta etapa, los adolescentes comienzan a sentir necesidad de independencia por lo que comienzan a desobedecer las reglas de los padres. Durante esta etapa se dan cuenta que sus padres no son perfectos y comienzan a adoptar otros modelos.

Especial atención, merecen las conductas antisociales y violentas realizadas por jóvenes, las que se han incrementado significativamente en la última década en diferentes partes del mundo. En EE.UU. los delitos violentos perpetrados por jóvenes aumentaron un 154% en los últimos 10 años y en España los delitos cometidos por menores de 16 años se incrementaron en un 34% en la década del 90.

En Latinoamérica, en particular en Chile los arrestos a menores de 18 años por conductas delictivas aumentaron en un 398% entre los años 1986 y 2002 y las condenas de jóvenes entre 16 y 18 años aumentaron también en un 67%, lo que contrasta en el mismo tramo de años con un aumento de sólo un 13% en adultos. Esta realidad no se aleja de la tendencia observada en otros países sobre desadaptación social, dónde las mayores cifras de incidencia y prevalencia de la conducta delictiva se alcanzan durante la adolescencia y adultez temprana, siendo un indicador de delincuencia adulta, la aparición de conductas antisociales antes de los 15 años (Alarcón, et. al, 2005). En Puerto Rico, las estadísticas reflejan que entre 1990 a junio de 2005, un total de 7,077 adolescentes fueron intervenidos por la policía por agresión agravada, 56,288 por agresión simple, 8,181 por intimidación o amenaza y 268 por homicidio (Policía de Puerto Rico, 2009).

Estudios indican, que bajos niveles de autocontrol y altos niveles de agresividad pueden predecir futuras conductas delictivas (Cota, 2009). La agresividad es un comportamiento hostil y destructivo (Spears, 2004). La agresividad puede tener diferentes tipos de expresión pero coincide en el deseo de herir a los demás (Machado Asencio, 2004). Isira (2009) indica que existen dos formas de agresividad, una es la agresividad premeditada y la otra agresividad por impulso. De manera similar, Doran (2009) divide los tipos de agresividad como proactiva o reactiva. La agresividad proactiva se produce premeditadamente con un objetivo, por ejemplo, intimidar a otros para ganar un objeto o un privilegio. Por otro lado, la agresividad reactiva envuelve comportamientos hostiles y coraje que surgen de manera impulsiva debido a una provocación. La agresividad reactiva está más relacionada a pobres destrezas para resolver conflictos y un pobre autocontrol.

Geldhof (2009) afirma, que el autocontrol puede ser definido como la capacidad del ser humano de controlar su estado interno o respuesta. Además, el autocontrol es comúnmente visto como la habilidad de inhibir o activar un comportamiento. El tener esta habilidad permite al ser humano lidiar de manera positiva ante situaciones negativas y controlar reacciones agresivas. El autocontrol puede automatizarse con la práctica, por ejemplo, si se provoca a un niño seguir una regla varias veces se necesitará más esfuerzo en romperla que en seguirla.

Una alternativa para prevenir los problemas de violencia mejorando el autocontrol y reduciendo la agresividad en adolescentes pudiera ser la práctica de deportes de combate. Los deportes de combate pueden ser definidos como deportes en los que dos individuos combaten el uno contra el otro dejándose llevar por reglas previamente acordadas (Kordi, et al., 2006). Estos deportes no pueden existir sin un oponente y un sistema de medición para decidir quién gana o quien pierde (Endresen & Olweus, 2005). Los deportes de combate pueden dividirse en aquellos

con origen en las artes marciales orientales, como es el caso del Judo olímpico, karate Do, Tae kwon Do, “full contact” y aquellos cuyos orígenes se remontan a los juegos olímpicos de la antigua Grecia como la lucha olímpica, el boxeo y el Vale Tudo (Vernieri & Veiga, 2003). Annicchiarico (2006), afirma que algunas de las ventajas de la práctica de deportes de combate en adolescentes son:

- Se descarga y se controla la agresividad, haciendo esto extensible a situaciones de la vida cotidiana.
- Se aumenta la responsabilidad, ya que, se obliga al alumno a garantizar la integridad física de los demás compañeros.
- Se valora continuamente el riesgo que supone la acción a realizar, tanto para uno mismo como para el adversario.
- Se produce un efecto de catarsis, porque se favorece la liberación de la carga de represión que acumulan los niños.
- Se logra la educación integral del individuo y el desarrollo armónico de la personalidad, enfocando adecuadamente estas actividades.
- Se libera el estrés.
- Se favorece la integración de todos los alumnos, ya que, incluso aquellos que debido a sus características morfológicas y fisiológicas puedan ser discriminados en otras actividades (por ejemplo los niños con sobrepeso), en este caso tendrán un rol importante en el grupo.
- Se aprenden a aceptar las normas del grupo y a respetar al resto de compañeros.

No obstante, muchos piensan que entrenar en deportes de combate implica la adquisición de conductas agresivas (Endresen & Olweus, 2005). Sus detractores opinan, que

éstos además de ser peligrosos en cuanto a lesiones físicas fomentan comportamientos agresivos y violentos (Kordi, et al., 2009).

Por otro lado, otro grupo de investigadores afirman que las artes marciales promueven más valores morales que otros deportes de combate (Kordi, et al., 2009). Las artes marciales surgieron ligadas a la guerra cuando no existían las armas de fuego y los combates eran cuerpo a cuerpo. Siglos más tarde, las armas de fuego ocuparon el plano central de las guerras por lo que las artes marciales corrían el peligro de extinguirse. Sin embargo, sus exponentes promulgaron una alternativa que les permitiera evolucionar y adaptarse a la nueva realidad y a los requerimientos de una sociedad moderna democrática (Vernieri, et. al, 2003).

Cuando las artes marciales dejaron de relacionarse con la guerra pasaron a convertirse en sistemas de educación basados en la práctica regular de técnicas de autodefensa orientadas a sublimar la natural agresividad humana volcándola hacia el crecimiento espiritual y moral del individuo. Además, Maldonado (1998) afirma que las artes marciales fomentan el arte de resolver conflictos, forman la personalidad, fomentan la paz y capacitan al ser humano para lidiar con la agresividad y a no hacerle daño a nadie a menos que peligre su vida.

Marco empírico

Existen varios estudios que evidencian los beneficios de la actividad física y los deportes en el autocontrol, la agresividad y salud mental en los adolescentes. Findlay (2006), realizó un trabajo de investigación, dónde, encontró que los deportes organizados ayudan a mejorar problemas de conducta en niños reduciendo la agresividad, ansiedad y mejorando destrezas pro sociales. Pace, (2003), en su trabajo de investigación, analizó un programa de actividad física extracurricular de 15 semanas a 12 estudiantes encontrando una mejoría significativa en el autocontrol en los estudiantes que participaron de este. Bailey (2006), investigó los beneficios de

la educación física y los deportes en las escuelas. Los hallazgos de su estudio indican que la educación física y los deportes le brindan a los jóvenes un sentido de pertenencia, promueven valores y conductas pro sociales y reducen la agresividad.

Miller, Gilman & Martens (2008), encontraron en otro estudio, que la participación en programas deportivos extracurriculares promueve una mejor salud física y mental reduciendo la ansiedad y aumentando el autocontrol en niños y adolescentes. En otro estudio, Gano, Magyar, Fry & Guivernau (2009), establecen que los deportes contribuyen, a desarrollar conductas pro sociales como control de emociones, en los jóvenes.

En cuanto, al tema de la influencia de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol en adolescentes también existen varios estudios directamente relacionados con este. En un estudio cualitativo, Mendenhall (2006) investigó la experiencia de delincuentes juveniles encarcelados que practican Chuan Fua (una forma de arte marcial Budista). Los resultados del estudio indican que la participación en un programa de entrenamiento de arte marcial Budista podría ser un método provechoso para remediar los problemas emotivos, controlar las tendencias agresivas, desarrollar identidad y un fundamento moral fuerte en las vidas de algunos delincuentes juveniles encarcelados. Mastrostefano (2004) realizó otro estudio dónde afirma que las artes marciales son una estrategia válida para prevenir problemas de agresión en adolescentes.

En otro trabajo de investigación, Ingalls (2002) señala, que la literatura revela que las artes marciales son terapéuticas y pueden reducir los problemas de agresividad y violencia en adolescentes y aumentar la autoestima y el autocontrol. Zivin, Hassan, DePaula, Monti, Harlan, Hossain & Patterson, (2001), investigaron la efectividad de un programa de artes marciales para prevenir la violencia y la delincuencia en niños de escuela intermedia en Estados Unidos. Los

resultados reflejaron una mejoría notable en todos los comportamientos negativos en el grupo de estudiantes que participaron del programa de artes marciales.

Twemlow & Sacco (1998) realizaron un estudio sobre la efectividad y los componentes necesarios en un programa de artes marciales para tratar a adolescentes violentos. De acuerdo, con la revisión de literatura hecha por los investigadores sobre la filosofía de las artes marciales todas las necesidades que llevan a un adolescente a incurrir en conductas violentas pueden ser cubiertas al participar de las artes marciales. Otras de las conclusiones a las cuales llegan los investigadores de este estudio son que las artes marciales ayudan a mejorar significativamente conductas violentas aumentando el ego, reduciendo la agresividad, siempre y cuando, se apliquen en un ambiente terapéutico con instructores entrenados y supervisados adecuadamente.

Gorbel (1990), realizó un trabajo de investigación sobre los efectos psicoterapéuticos del entrenamiento de kárate modificado sobre adolescentes con trastornos del comportamiento. La hipótesis afirmaba que someterse a ese tipo de entrenamiento iba a aminorar esos trastornos del comportamiento. Los análisis no revelaron efectos importantes en los puntajes clínicos. No obstante, los análisis similares de puntajes de percentil, usando una medida del rendimiento acumulativo en conjunto, indicaron que mientras el grupo de control no mostró ninguna ganancia importante, el grupo experimental mostró unas reducciones importantes en comportamientos disfuncionales. El estudio, llegó a la conclusión de que mientras los resultados obtenidos suministran un apoyo moderado para la hipótesis se necesitan investigaciones adicionales para aclarar varios asuntos teóricos y metodológicos.

McDiarmid (2007) examinó los efectos de un programa de Artes marciales tradicionales dirigido al auto control de 10 semanas y 20 sesiones en estudiantes de escuela intermedia referidos por sus maestros. Los datos cuantitativos resultantes de las pruebas hechas a los

estudiantes no mostraron mejoras significativas en el autocontrol de éstos antes y después de tomado el curso. Por el contrario, de los datos cualitativos se encontraron mejoras significativas. En otro estudio, Blowers (2009) investigó un programa que usaba artes marciales para causar cambios constructivos en los jóvenes. Los resultados reflejaron una mejoría notable en el éxito académico, en la autoestima y en el uso de sustancias. Sin embargo, no se observó ningún cambio significativo en las actitudes violentas. Mermimi (1997) revisa en su estudio el papel que una filosofía de no agresión tiene en reducir los niveles de agresión de estudiantes que entrenan artes marciales tradicionales y no tradicionales. En este estudio, no se encontró ningún cambio importante en los niveles de agresión luego de las 10 semanas de entrenamiento. Sin embargo, el investigador establece que esto se pudo deber al poco tiempo transcurrido entre una prueba y otra.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

En este capítulo se describen los métodos utilizados para esta investigación. Este estudio es uno cualitativo dónde mediante el análisis de documentos se investigó la influencia de los deportes de combate en la agresividad en adolescentes. Además, se analizó si la práctica de deportes de combate puede ser útil para prevenir los problemas de violencia en adolescentes.

Población y Muestra

La población de este estudio fueron adolescentes con problemas de conducta. Además, por ésta ser una investigación documentada la población también consistió de las bases de datos digitales con documentos arbitrados y las tesis encontradas en la Biblioteca de la Universidad Metropolitana. A su vez, la muestra utilizada para este trabajo de investigación fueron 10 estudios directamente relacionados con la influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes. De estos, ocho eran disertaciones y dos artículos de revistas especializadas.

Procedimientos

Para recopilar los datos para este estudio, se realizó una extensa búsqueda en las bases de datos electrónicas EBSCOHOST, Pro Quest, Google Academic, Digital Books y se visitó la Biblioteca de la Universidad Metropolitana y la Escuela Graduada de Psicología Carlos Albizu en busca de tesis y disertaciones relacionadas con el tema de investigación. Se encontraron, un total de 10 documentos que fueron clasificados como cualitativos o cuantitativos. Estos documentos fueron resumidos para luego analizar su contenido. Luego de analizar los estudios, se realizó una comparación y presentación de los hallazgos de forma narrativa y en tablas.

Análisis de Datos

Para el análisis de datos, se realizó un análisis estadístico de los datos demográficos presentando la frecuencia y el porcentaje de estudios con datos cualitativos y cuantitativos y el sexo de la muestra utilizada en los estudios. Luego, se realizó un resumen de cada uno de los estudios, presentándose, el tipo de estudio, la muestra, los instrumentos y los hallazgos y conclusiones de cada estudio. Además, se analizaron los efectos de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol, determinando la frecuencia y el porcentaje de estudios, dónde hubo aumento, disminución o no hubo cambios en estas variables.

Luego de clasificar los estudios como estudios con datos cualitativos y estudios con datos cuantitativos se compararon los resultados dividiéndolos bajo esta clasificación. Se presentaron en una tabla los cambios en niveles de agresividad en estudios con datos cualitativos y datos cuantitativos y luego se presentó otra tabla con la misma información con los resultados sobre los cambios en el autocontrol. Además, se determinaron factores descritos en los estudios que pudieron influir en los resultados de éstos y se presentaron de forma narrativa.

CAPÍTULO IV

HALLAZGOS Y DISCUSIÓN

En este capítulo se presentan los hallazgos de esta investigación documentada. Con este propósito, se presentan una serie de tablas dónde se desglosa la información obtenida de los estudios utilizados. Además, se presenta esta información en más detalle, de forma narrativa.

Hallazgos

Se encontraron un total de 10 estudios relacionados con el tema de investigación, de éstos, ocho eran disertaciones y dos artículos de revista. Todos los estudios fueron realizados en Estados Unidos. De los 10 estudios, cinco eran cuantitativos para un 50%, cuatro cualitativos para un 40% y uno de ambos para un 10% (ver tabla 1). El total de la muestra de adolescentes utilizados en estos estudios fue de 346, de los cuales 269 eran varones y 77 féminas de 10 a 19 años (ver tabla 2). El rango de edad de estos adolescentes fluctuaba de entre 10 a 19 años de edad. A continuación, se describen de forma detallada los objetivos, la muestra, procedimiento, instrumentos y hallazgos y conclusiones de cada uno de los estudios investigados.

Uno de los estudios utilizados para este trabajo de investigación fue una disertación realizada por Gorbel (1990). El objetivo de ésta, era analizar los efectos psicoterapéuticos del entrenamiento de kárate modificado en adolescentes con trastornos del comportamiento. Según la hipótesis de este estudio, someterse a ese tipo de entrenamiento iba a aminorar esos trastornos del comportamiento.

Tabla I

Distribución por Tipo de Estudios

Tipo de estudio	Frecuencia	Por ciento
Cuantitativo	5	50%
Cualitativo	4	40%
Ambos	1	10%

Tabla II

Distribución de la Muestra por Sexo

Género	Frecuencia	Promedio
Masculino	269	78%
Femenino	77	22%

Los participantes fueron 49 estudiantes de educación especial, 32 hombres y 17 mujeres, de 15 a 18 años. De éstos, 34 adolescentes (20 hombres y 14 mujeres) se ofrecieron a participar en 12 semanas de entrenamiento (tres clases por semana), mientras que los 15 adolescentes restantes (12 hombres y 3 mujeres) sirvieron de controles. Se utilizó la escala de desórdenes del comportamiento de Wright, proveyendo cinco puntajes clínicos y un puntaje de percentil de funcionamiento en conjunto para tasar los comportamientos pre- experimentales y post- experimentales.

A pesar de que los análisis no revelaron efectos importantes en los puntajes clínicos, los análisis similares de puntajes de percentil, usando una medida del rendimiento acumulativo en conjunto, indicaron que mientras el grupo de control no mostró ninguna ganancia importante, el grupo experimental mostró unas reducciones importantes en comportamientos disfuncionales incluyendo agresividad y pobre autocontrol. El estudio, llegó a la conclusión de que mientras los resultados obtenidos suministran un apoyo moderado para la hipótesis se necesitan investigaciones adicionales para aclarar varios asuntos teóricos y metodológicos.

Mermimi (1997) investigó el papel que una filosofía de no agresión tiene en reducir los niveles de agresión de estudiantes que entrenan artes marciales tradicionales y no tradicionales en su trabajo de disertación. Se impartió un cuestionario de agresión “Buss & Durkee Aggression Questionnaires” a 45 estudiantes de artes marciales que se extendían de las edades 12 a 19 años. De estos estudiantes, 15 practicaban Kick boxing, 15 Isshing Ryu y 15 karate. Las asignaturas representaban tres estilos de las artes marciales, dos con una filosofía de la no agresión y un grupo de control sin una filosofía de no agresión. Después de diez semanas de entrenamiento una prueba fue dada y comparada con los resultados de la prueba preliminar. Los resultados del estudio, no reflejaron ningún cambio importante en los niveles de agresión al culminar las 10 semanas de

entrenamiento. Sin embargo, el investigador establece que ésto se pudo deber al poco tiempo transcurrido entre una prueba y otra.

Twemlow & Sacco (1998) realizaron un estudio sobre la efectividad y los componentes necesarios en un programa de artes marciales para tratar a adolescentes violentos. Para ésto, los investigadores realizaron una revisión de literatura sobre el uso de las artes marciales como tratamiento para prevenir problemas de violencia en adolescentes y sobre la filosofía de las artes marciales. Además, se ofrecen ejemplos sobre casos clínicos.

Los investigadores establecen que para crear un programa de tratamiento para tratar la violencia en adolescentes hay que primero entender lo que motiva a los adolescentes a caer en estas conductas. Para ésto, se utilizó un ejemplo de un joven de 16 años perteneciente a una ganga y se describieron las posibles motivaciones de este joven para pertenecer a esta. Algunas de estas motivaciones fueron: pertenecer a un grupo, poder, seguridad física, actividades y modelos a seguir.

De acuerdo, con la revisión de literatura hecha por los investigadores sobre la filosofía de las artes marciales todas estas necesidades en un adolescente pueden ser cubiertas al participar de las artes marciales. Otras de las conclusiones a las cuales llegan los investigadores de este estudio son que las artes marciales ayudan a mejorar significativamente conductas violentas aumentando el ego, reduciendo la agresividad, siempre y cuando, se apliquen en un ambiente terapéutico con instructores entrenados y supervisados adecuadamente.

Zivin, et al. (2001), realizaron otro estudio dónde investigaron la efectividad de un programa de artes marciales para prevenir la violencia y la delincuencia en niños de escuela intermedia en Estados Unidos. La población de este estudio fueron 870 estudiantes de una escuela urbana intermedia. Esta escuela estaba clasificada como la tercera más alta en incidencia criminal al momento del estudio.

La muestra escogida fueron 64 estudiantes identificados por los maestros y personal administrativo como de alto riesgo para violencia y delincuencia. De éstos, 60 entregaron los permisos de los padres por lo que la muestra final consistió de 22 estudiantes de sexto grado con un promedio de edad de 12.11 años, 28 de séptimo grado con un promedio de edad de de 13.11 años y 10 de octavo grado para un promedio de edad de 14.30 años. Los maestros de salón hogar llenaron un cuestionario, el instrumento Sutter-Eyberg de conducta estudiantil. Este cuestionario cuenta con 36 aseveraciones sobre conductas negativas que los maestros califican con una escala del uno al siete. Además, se les administró un instrumento muy reconocido llamado “Piers-Harris Children's Self-Concept Scale” este fue administrado por psiquiatras y psicólogos. Estos instrumentos fueron administrados dos veces, una vez al comienzo del semestre y luego al final.

Los estudiantes fueron divididos en dos grupos A y B. El grupo A tomaría un tratamiento de clases de artes marciales de un semestre y el grupo B el segundo semestre. El tratamiento consistía de clases de Koga Ha Kosho Shorei Ryu Kempo un arte marcial que se enfoca en la autodefensa sin violencia y respeto a todo ser vivo. Los cursos constarían de 45 minutos tres veces por semana durante 10 semanas. Los resultados reflejaron una mejoría notable en todos los comportamientos negativos en el grupo A, mientras, las conductas empeoraron en el grupo B. Es muy importante mencionar que en este estudio se indica que hubo mucha cooperación por parte de los maestros y personal administrativo de la escuela que pudo contribuir al éxito del programa.

En su trabajo de disertación, Ingalls (2002) investigó la experiencia de adolescentes que practican Aikido. Se le pidió a siete adolescentes (12 a 19 años de edad) cinco varones y dos féminas de California, que habían practicado Aikido por al menos un año, que narraran su experiencia en la práctica de Aikido (un arte marcial japonés no violento basado en los

principios de la armonía y la solución tranquila del conflicto), en un formato de entrevista abierta. Las descripciones de los participantes fueron grabadas y transcritas, sujetas a un análisis sobre la base del método de fenomenológico, resultando en un análisis temático de los datos y culminando en la creación de una estructura fundamental exhaustiva (una sentencia descriptiva amplia del fenómeno que integró las narraciones de los participantes en un todo generalizado). Los temas que aparecieron de las experiencias de los participantes fueron interrelacionados, constituyendo tres grupos.

El primer grupo, se relaciona con el beneficio de ser parte de una comunidad, incluyendo los siguientes temas: los resultados de la participación en la práctica de Aikido y el profesor como consejero. El segundo grupo trata sobre el impacto de la práctica de Aikido sobre las interacciones y relaciones con otros participantes, este incluye los temas: la aplicación de los principios de Aikido a la vida diaria y la resolución de conflictos dentro de las relaciones emocionales, la cólera y la reducción de agresión. El tercer grupo, se relaciona con el impacto del Aikido sobre el participante como individuo incluyendo: como el Aikido ayuda a los participantes a desarrollar atributos específicos como más cariñoso, tranquilo, confiado, disciplinado, relajado y en calma); y como el Aikido ayuda a los participantes a reducir los síntomas de trastornos psicológicos y fisiológicos (el trastorno de déficit de atención, hiperactividad, el trastorno obsesivo compulsivo, y los problemas con el control. Los resultados de este estudio reflejaron una influencia positiva del Aikido en todos los temas antes descritos.

Adler (2003), explora en su trabajo de disertación la relación entre la práctica de artes marciales y la salud mental, enfocándose en la reducción de agresividad. La muestra de este estudio fueron 60 varones de 12 a 18 años estudiantes de escuelas de karate y taekwondo de Nueva York. Se midieron las variables de agresividad y delincuencia usando el Youth Self

Report (Achenbach1991). Además, se midió la variable de tolerancia a la frustración por medio de un cuestionario desarrollado por Thompson y Dodder (1986). Los hallazgos del estudio, reflejaron una influencia positiva en la relación del Karate y Taekwondo en reducir los niveles de agresividad y delincuencia y aumentar la tolerancia a la frustración.

En otra disertación Mastrostefano (2004) utiliza la teoría de aprendizaje social de Bandura, la hipótesis de frustración agresión de Berkowitz y la teoría de catarsis para establecer que las artes marciales son una forma efectiva de tratamiento para prevenir la violencia escolar. En esta disertación se establece que la teoría de Bandura reconoce la importancia de los ejemplos observados por los adolescentes en el desarrollo de conductas agresivas. En cuanto, a la teoría de Berkowitz, Mastrostefano (2004) indica que la hipótesis de frustración establece que la frustración provoca coraje y a su vez desencadena comportamientos agresivos.

Además, Mastrostefano (2004) continúa afirmando que, según la hipótesis de Berkowish, en los adolescentes todos los cambios y necesidades de independencia en una sociedad que los ve como niños y la no obtención de sus metas pueden provocar frustración y por tanto agresión. En cuanto, a la teoría de catarsis, en el estudio se indica que esta teoría sugiere que la expresión de agresividad reduce futuros comportamientos agresivos.

Debido a la filosofía pacífica, de disciplina y moral de las artes marciales presentada en este estudio Mastrostefano afirma que las artes marciales pueden ser un buen modelaje para reducir conductas agresivas y aumentar el autocontrol, pueden proveer sentido de independencia y obtención de metas y pueden servir de catarsis. De modo que, el investigador concluye que las artes marciales son un método efectivo de tratamiento para prevenir la violencia escolar y crea un modelo de un programa de artes marciales para este propósito.

Mendenhall (2006) realizó una disertación, en la cual, investigó la experiencia de delincuentes juveniles encarcelados que practican Chuan Fua (una forma de arte marcial Budista), concentrándose , en la influencia de este deporte en resolver problemas emocionales, disminuir la agresividad y cultivar una fuerte moral en las vidas de quienes lo practican. La muestra de este estudio fueron 12 delincuentes juveniles, nueve hombres y tres mujeres de 13 a 17 años encarcelados en el Mill Creek Youth Center (Utah Division of Juvenile Justice Services, Secure Care Facility) en Ogden, Utah. Para este estudio cualitativo se realizaron tres entrevistas semiestructuradas a cada uno de los participantes al final de cada mes. Además, se recolectaron datos adicionales mediante observaciones y conversaciones diarias con los participantes.

Los resultados del estudio indican que la participación en un programa de entrenamiento de arte marcial Budista podría ser un método provechoso para remediar los problemas emotivos, controlar las tendencias agresivas, desarrollar identidad y un fundamento moral fuerte en las vidas de algunos delincuentes juveniles encarcelados. Los resultados señalan que la práctica de absorción mental, la promoción de una vida moral y ética a través del Chuan Fa incrementan el autocontrol, la felicidad, y el bienestar.

McDiarmid (2007) examinó los efectos de un programa de artes marciales tradicionales dirigido al auto control de 10 semanas y 20 sesiones en estudiantes de escuela intermedia referidos por sus maestros. La muestra para este estudio fue de 16 jóvenes varones de escuela intermedia entre las edades de 11 a 14 años, los cuales, se dividieron en dos grupos de ocho nombrados como A y B. Estos estudiantes fueron escogidos por recomendación de los maestros que los identificaron como estudiantes en riesgo. Se utilizaron varios métodos para medir los resultados como observaciones en cada sesión, reportes de los maestros de acciones

disciplinarias, una escala estandarizada para los maestros y otra para los estudiantes y un cuestionario de auto control para los estudiantes.

Los estudiantes elegidos participarían de una sesión de Tae Kwon Do de 1 hora 2 veces por semana por 10 semanas. En cada clase participarían 8 estudiantes del mismo género. El instructor de las clases era una fémina altamente cualificada en el dominio del Tae Kwon Do y estudiante a nivel doctoral de Psicología. Solo 5 estudiantes de cada grupo completaron el curso. Los datos cuantitativos resultantes de las pruebas hechas a los estudiantes no mostraron mejoras significativas en el autocontrol de éstos antes y después de tomado el curso. Por el contrario, de los datos cualitativos se encontraron mejoras significativas.

En otra disertación, Blowers (2009) investigó un programa que usaba artes marciales para causar cambios constructivos en los jóvenes. Los participantes fueron 90 estudiantes de secundaria (55 mujeres y 35 machos) de una escuela en Nueva York con un promedio de edad de 15 años. En este estudio, se pretendía investigar el impacto de un programa de artes marciales tradicionales en el éxito en la escuela, en mejorar la autoestima, reducir el uso de sustancias, y las actitudes violentas en estos jóvenes. Se utilizó un instrumento diferente para medir cada una de las variables. Los estudiantes contestaron los instrumentos antes y después de completado el programa. Los resultados reflejaron una mejoría notable en el éxito académico, en la autoestima y en el uso de sustancias. Sin embargo, no se observó ningún cambio significativo en las actitudes violentas.

De estos 10 estudios auscultados, en ninguno se reflejo un aumento en los niveles de agresividad, mientras que, en ocho se establece que los deportes de combate ayudan a disminuir los niveles de agresividad en adolescentes para un 80% y en dos estudios se encontró que la práctica de deportes de combate no produce ningún cambio en los niveles de agresividad para un

20% (ver tabla 3). En cuanto al autocontrol, seis estudios analizaron como éste se afecta con la práctica de deportes de combate en adolescentes, encontrándose, que los deportes de combate aumentan los niveles de autocontrol en los seis estudios para un 100%(ver tabla 4).

De los diez estudios utilizados para este trabajo de investigación cinco eran cuantitativos cuatro cualitativos y uno de ambos. De los seis estudios con datos cuantitativos, se reflejó una reducción en los niveles de agresividad en adolescentes relacionada a la práctica de deportes de combate en tres de los estudios para un 50%, mientras que en los otros tres estudios con datos cuantitativos no se observó ningún cambio en los niveles de agresividad para un 50%. Por otro lado, de los cinco estudios con datos cualitativos todos reflejaron una disminución en los niveles de agresividad (ver tabla 5).

En cuanto al autocontrol, hubo tres estudios con datos cuantitativos y cuatro con datos cualitativos que investigaron la influencia de los deportes de combate en el autocontrol en adolescentes. De estos, dos estudios con datos cuantitativos reflejaron un aumento en el autocontrol para un 67%, mientras que, un estudio con datos cuantitativos no mostró ningún cambio para un 33%. Para los datos cualitativos, los cuatro estudios con datos cualitativos reflejaron un aumento en el autocontrol para un 100% (ver tabla6).

Tabla 3

Hallazgos en cuanto a los cambios en niveles de agresividad

Niveles de agresividad	Frecuencia	Por ciento
Aumento	0	0
Disminución	8	80%
No hubo Cambios	2	20%

Tabla 4

Hallazgos en cuanto a los cambios en el autocontrol en los 6 estudios dónde se investigó este.

Niveles de autocontrol	Frecuencia	Por ciento
Aumento	6	100%
Disminución	0	0
No hubo Cambios	0	0

Tabla 5

Comparación cambios en niveles de agresividad resultantes de datos cualitativos y cuantitativos

Niveles de agresividad	<u>Frecuencia</u>		<u>Por ciento</u>	
	Cuantitativos	Cualitativos	Cuantitativos	Cualitativos
Aumento	0	0	0	0
Disminución	3	5	50%	100%
No hubo Cambios	3	0	50%	100%

Tabla 6

Comparación cambios en niveles de autocontrol resultantes de datos cualitativos y cuantitativos

Niveles de agresividad	<u>Frecuencia</u>		<u>Por ciento</u>	
	Cuantitativos	Cualitativos	Cuantitativos	Cualitativos
Aumento	2	3	67%	100%
Disminución	0	0	50%	100%
No hubo Cambios	1	0	33%	0

Discusión

En general, los estudios investigados reflejan una influencia positiva de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol en los adolescentes. Al analizar estos estudios, se encontró, que los deportes de combate pueden ser una buena estrategia de prevención para los problemas de violencia en adolescentes. Cabe señalar, que en la mayoría de los estudios se utilizaron deportes con una filosofía de no violencia y de promover cualidades positivas. Por tanto, se entiende que no es la práctica del deporte en si lo que produce cambios positivos, sino que, tiene que haber una filosofía que promueva la disminución en agresividad y aumento en el autocontrol.

Algunas indicaciones que se hacen en los estudios como factores que pudieron contribuir al éxito de la práctica de deportes de combate en disminuir los niveles de agresividad y aumentar los niveles de autocontrol en adolescentes fueron las siguientes:

- 1- La práctica de deportes de combate puede satisfacerle al adolescente las mismas necesidades que lo llevan a incurrir en conductas delictivas como por ejemplo:
 - a) Pertenecer a un grupo
 - b) Seguridad física
 - c) Aceptación de pares.
- 2- La práctica de deportes de combate sirve como catarsis.
- 3- Los deportes de combate ayudan a aumentar la tolerancia a la frustración.
- 4- La cooperación de padres y maestros en los programas de deportes de combate para adolescentes.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

El objetivo de esta investigación documentada fue investigar la influencia de los deportes de combate en la agresividad y el autocontrol en adolescentes. Esto, con el propósito de determinar si los deportes de combate pueden ser utilizados para prevenir los problemas de violencia en adolescentes. Las altas tasas de criminalidad en adolescentes en Puerto Rico y la falta de estrategias proactivas para este problema es un asunto que urge atención. La práctica de deportes de combate es una estrategia tanto de tratamiento como de prevención para tratar conductas como agresividad y pobre autocontrol que ha probado ser exitosa. En este trabajo de investigación se demuestra esta aseveración. Para esto, se auscultaron un total de 10 estudios directamente relacionados con el tema de investigación. En base a los hallazgos encontrados se puede concluir que los deportes de combate que cuentan con una filosofía de disciplina, respeto y de no violencia son una efectiva estrategia para prevenir los problemas de criminalidad en adolescentes. Sin embargo, hacen falta más estudios que investiguen los métodos más efectivos para integrar una filosofía de valores positivos a la práctica de deportes de combate. Además, se debe proveer la preparación necesaria a los instructores de deportes de combate para que integren estos métodos a sus prácticas.

Conclusiones

Luego del análisis de los datos obtenidos en estos estudios la investigadora llegó a las siguientes conclusiones:

- 1- La práctica de deportes de combate no tiene ninguna influencia en el inicio o aumento de conductas agresivas en adolescentes.

- 2- Los deportes de combate no producen cambios negativos en el autocontrol en adolescentes.
- 3- Los adolescentes que practican deportes de combate muestran una disminución en los niveles de agresividad.
- 4- El practicar deportes de combate produce mejorías en la capacidad de autocontrol en los adolescentes.

Recomendaciones

En base a las conclusiones la investigadora realiza las siguientes recomendaciones:

- 1- Se deben realizar estudios en Puerto Rico dónde se investigue la influencia de los deportes de combate en la agresividad y autocontrol en adolescentes puertorriqueños.
- 2- Las agencias gubernamentales deberían implantar programas de deportes de combate en escuelas y comunidades con problemas de violencia que sean a bajo costo y estén accesibles a niños y adolescentes de cualquier tipo de clase social.
- 3- El Departamento de Corrección debería implantar programas de deportes de combate en instituciones juveniles.
- 4- Los profesionales de la salud mental deberían recomendar la práctica de deportes de combate para adolescentes en riesgo.
- 5- Se debe establecer un plan para promocionar y motivar a los adolescentes para que practiquen deportes de combate.

Implicaciones Educativas

El Departamento de Recreación y Deportes junto con el Departamento de Salud y la Policía de Puerto Rico deberían desarrollar estudios en las siguientes áreas:

- 1- Motivaciones que llevan a los adolescentes a incidir en conductas delictivas.
- 2- Métodos efectivos para disminuir la agresividad y aumentar el autocontrol a través de los deportes de combate.
- 3- Estrategias para motivar a los adolescentes a que practiquen deportes de combate.
- 4- Cualidades, conocimientos y competencias necesarias para que los instructores de deportes de combate puedan reducir y prevenir conductas delictivas en adolescentes a través de sus clases.

BIBLIOGRAFÍA

- Adler, Uriel B. (2003). Karate and mental health: Can the practice of a martial art reduce aggressive tendencies? Psy.D. dissertation, Pace University, United States -- New York. Retrieved October 25, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3080475).
- Alarcón, P.; Vinet, E. & Salvo, S.(2005) Estilos de personalidad y desadaptación social y adolescencia.*PSYKHE, Vol.14*.Recuperadode:<http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282005000100001&lng=es&nrm=iso>. ISSN 0718- 2228. doi: 10.4067/S0718-22282005000100001.
- Annicchiarico, R. J. (2006). Las actividades de lucha en la educación primaria: Beneficios y posibilidades en el área de Educación Física. Ef deportes Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N°. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd94/lucha.htm>
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401. <http://search.ebscohost.com>
- Bandura, A. (1969). Principles of behavior modification. New York: Holt Rinehart and Winston.
- Bandura, A. (1973). Aggression: A social learning theory analysis. New Jersey: Prentice Hall.
- Baztan, A. (1994). *Psicología de la adolescencia*. Editorial Barceona: Boixareu Universitaria.
- Blowers, (2009)J. Impact of an after-school martial arts program on at-risk students. Ph.D. Dissertation, Northcentral University, United States -- Arizona. Retrieved September 4, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3257356).
- Cloyd, C.. Evaluation of the efficacy of a manualized aggression prevention program for adolescents in residential treatment. Psy.D. dissertation, Chestnut Hill College,

- United States -- Pennsylvania. Retrieved September 4, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3273224).
- Cota, B. Threatened egotism, low self-control, empathy, and housing placement as determinants of aggression among adolescents in residential facilities. Psy.D. dissertation, Alliant International University, Fresno, United States -- California. Retrieved October 3, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3362248).
- De Jesús Hernández, Demy Arturo (2004). Un espacio para el desarrollo de una moratoria diferente en la adolescencia: La Psicoterapia Grupal Social. Ph.D. dissertation, University of Puerto Rico, Rio Piedras (Puerto Rico), United States -- Puerto Rico. Retrieved September 9, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3152581).
- Doran-Cunningham, J.. Empirical validation of a model of social competence and aggression for adolescents. Ph.D. dissertation, Fordham University, United States -- New York. Retrieved October 4, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3361467).
- Endresen, I., & Olweus, D. (2005, May). Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys. *Journal of Child Psychology & Psychiatry*, 46(5), 468-478. Retrieved September 4, 2009, doi:10.1111/j.1469-7610.2005.00414.x
- Findly, L. (2006). Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of sports participation. Ph.D. dissertation, Carleton University (Canada), Canada. Retrieved October 5, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT NR16665).

- Gano-Overway, L., Newton, M., Magyar, T., Fry, M., Kim, M., & Guivernau, M. (2009). Influence of Caring Youth Sport Contexts on Efficacy-Related Beliefs and Social Behaviors. *Developmental Psychology, 45*(2), 329-340. <http://search.ebscohost.com>
- Gardner, M., Roth, J., & Brooks-Gunn, J. (2009, March 1). Sports Participation and Juvenile Delinquency: The Role of the Peer Context among Adolescent Boys and Girls with Varied Histories of Problem Behavior. *Developmental Psychology, 45*(2), 341-353. (ERIC Document Reproduction Service No. EJ831483) Retrieved September 4, 2009, from ERIC database.
- Geldhof, G.. A dynamic Hobbesian approach to aggression and self-regulation. M.A. dissertation, University of Kansas, United States -- Kansas. Retrieved October 4, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 1453643).
- Gorbel, Larry B. (1990). The martial arts and mental health: Psychotherapeutic effects of modified karate training upon behaviorally disordered adolescents. Ph.D. dissertation, Saybrook Graduate School and Research Center, United States -- California. Retrieved September 14, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 9105812).
- Hallal, P., Victora, C., Azevedo, M., & Wells, J. (2006, September). Adolescent Physical Activity and Health. *Sports Medicine, 36*(12), 1019-1030. Retrieved September 4, 2009, from Academic Search Complete database.
- Ingalls, Jonathan Earl (2002). The adolescent experience of Aikido: A phenomenological approach. Psy.D. dissertation, Alliant International University, Fresno, United States -- California. Retrieved October 2, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3062725).

- Isira, A.. Child maltreatment and subsequent criminal aggression/violence: Are they related? Psy.D. dissertation, Pepperdine University, United States -- California. Retrieved October 4, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3356445).
- Kordi, R., Maffulli, M., Wroble, M.& Wallace, A. W. (2009). Combat sports medicine. Columbus, OH: Springer.
- Lebron-Hernandez, D. A. (2004). Cambios físicos, satisfacción con la imagen corporal, autoestima y las relaciones interpersonales en adolescentes en Puerto Rico. Ph.D. disertación, University of Puerto Rico, Rio Piedras (Puerto Rico), United States -- Puerto Rico. Retrieved September 9, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3101007).
- Machado Ascencio, L. (2004). Estrategias para el manejo del comportamiento agresivo de niños del nivel primario. Tesis no publicada. Universidad Metropolitana.
- Maldonado, I. (1998). Impacto de las artes marciales adaptadas en personas con limitaciones físicas y mentales. Tesis no publicada Universidad Metropolitana.
- Marcelli, M., & Braconnier, A. (1989). *Manual de psicopatología da adolescente*. Porto Alegre: Brasil: Artes Médicas.
- Mastrostefano-Curran, E. (2004). A cathartic theory of aggression: Martial arts as a strategy for preventing school violence. Psy.D. dissertation, University of Hartford, United States -- Connecticut. Retrieved October 2, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT 3119863).

- McCabe, M., & Ricciardelli, L. (2004). A longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence San Diego*, 39(153), 145. <http://search.ebscohost.com>
- McDiarmid, A. (2007) The impact of traditional Taekwondo on self-control for middle school students. Ph.D. dissertation, University of Denver, United States -- Colorado. Retrieved September 10, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3278556).
- Mendenhall, M. (2006). An investigation of the impact of Buddhist martial arts as a rehabilitation intervention program to remedy emotional problems, curb aggressive tendencies, develop self-awareness, and cultivate a strong moral foundation with incarcerated juvenile delinquents. Ph.D. dissertation, Saybrook Graduate School and Research Center, United States -- California. Retrieved September 22, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT 3222044).
- Mermini, S. (1997). Philosophy as a mediating factor of aggression reduction in traditional and non-traditional martial arts training. M.A. dissertation, Kean University, United States -- New Jersey. Retrieved September 24, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT EP10897).
- Miller, D., G., R., & M, M. (2008, January). Wellness promotion in the schools: Enhancing students' mental and physical health. *Psychology in the Schools*, 45(1), 5-15. Retrieved September 4, 2009, doi:10.1002/pits.20274
- Pace, D. A. (2003). Increasing protective factors in "at-risk" youth through an after-school program that combines caring adults, physical activity and sports, and initiative building. Ph.D. dissertation, The Ohio State University, United States -- Ohio. Retrieved

- October 28, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3119487).
- Policía de Puerto Rico. (2009). Recuperado de: <http://www.gobierno.pr/PoliciaPR/Estadisticas/>
- Reyes Pulliza, J. C. (2003). Estudio epidemiológico sobre la prevalencia de violencia entre los adolescentes escolares en Puerto Rico, sus factores de riesgo y de protección: Bases empíricas para el desarrollo de estrategias de prevención. Ed.D. dissertation, University of Puerto Rico, Rio Piedras (Puerto Rico), United States -- Puerto Rico. Retrieved September 9, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text. (Publication No. AAT 3085519).
- Spears, B. A. (2004). Implications of a relationship-focused intervention targeting aggression, violence and resilience among middle school adolescents. Ph.D. dissertation, University of Houston, United States -- Texas. Retrieved October 3, 2009, from Dissertations & Theses: Full Text.(Publication No. AAT 3137255).
- Twemlow S & Sacco F(1998). The application of traditional martial arts practice and theory to the treatment of violent adolescents. *Adolescence* [serial online]. Available from: Professional Development Collection, Ipswich, MA.
- Vernieri, M. J & Veiga, C. (2003).Artes de combate: una ética para ser. Buenos Aires, Argentina: Kier.
- Zivin, G., Hassan, N., DePaula, G., Monti, D., Harlan, C., Hossain, K., et al. (2001, Fall2001). An effective approach to violence prevention: Traditional martial art in middle school. *Adolescence*, 36(143), 443. Retrieved September 4, 2009, from Professional Development Collection database.