

## **Análisis de la ansiedad en el atletismo; un estudio con veteranos**

### **Analysis of anxiety in athletics; a study with master athletes**

**Francisco Ruiz-Juan**

Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia

**Antonio Zarauz**

I.E.S.O. Azcona. Almería

#### **Resumen**

En la creciente población de atletas veteranos españoles se analiza su ansiedad precompetitiva. Además, se evalúan qué variables de satisfacción intrínseca, percepción y creencias sobre las causas del éxito en el deporte y qué variables de entrenamiento e historial atlético influyen en tener un perfil de ansiedad o autoconfianza alto o bajo. Por último, se analizan las diferencias en Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática y Autoconfianza en función de las variables independientes: sexo, edad, especialidad atlética, nivel de competición alcanzado, tener entrenador, tiempo de entrenamiento diario, días de entrenamiento semanales, años de entrenamiento, número de atle-tas con los que entrena y número de competiciones en las que participa anualmente. Se obtuvieron valores medios en ansiedad precompetitiva (cognitiva y somática) y altos en autoconfianza. Igual-mente, como era de esperar por el tipo de colectivo, aburrimiento y técnicas de engaño obtienen unas puntuaciones muy bajas. Por el contrario, las puntuaciones en diversión son muy altas, y las obtenidas en esfuerzo y habilidad altas. También son altas las percepciones de éxito en el deporte por ego y por tarea. Se discuten los resultados y se concluye que el perfil del veterano con mayor autoconfianza y menor ansiedad es aquel que, siendo varón de más de 50 años, muestra una ma-yor orientación a la tarea y diversión en la práctica de las especialidades atléticas más técnicas y que, a su vez, se auto-entrena y tiene más de 20 años de experiencia en la práctica de su prueba.

**Palabras clave:** causas del éxito deportivo; orientación de metas; adultos; satisfacción intrínseca.

#### **Abstract**

Precompetitive anxiety is analyzed within the growing population of Spanish veteran athletes. We also assess which variables of intrinsic satisfaction, perceptions and beliefs about the causes of success in sport, and which variables of athletic training and background have an impact upon hav-ing an anxiety profile or high or low self-confidence. Finally, we analyze the differences in cognitive anxiety, somatic anxiety and self-confidence based on independent variables: sex, age, athletic specialty, competition level achieved, whether the athlete is coached, daily training time, days of training per week, years spent training , number of athletes with whom they train and number of competi-tions in which they participate annually. Mid-range values were obtained in pre-competitive anxiety (cognitive and somatic) and high values in self-confidence. Also, as expected with this type of collective, boredom and deception techniques get some very low scores. Conversely, scores for fun are very high, and those obtained for effort and skill are also high, as is perception of success in sport judging by ego and task. We discuss the results and conclude that the profile of the vet-eran with more confidence and less anxiety is the one who, being a man of over 50 years, shows greater task orientation and sense of fun during practice of more technical athletic specialties and who, in turn, is self trained and has over 20 years' practice experience.

**Key words:** causes of sport success; goal orientation; adults; intrinsic satisfaction.

Correspondencia/correspondence: Antonio Zarauz Sancho  
C/ Santa Laura, nº 30. C.P. 04.008 - Almería (España).  
E-mail: tonizarauz@msn.com

## Introducción

Anshel, Freedson, Hamill, Haywood, Horvat, M., y Plowman (1991) entienden la ansiedad precompetitiva como un sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada por un incremento de la activación fisiológica. En la actualidad, la ansiedad se contempla desde un punto de vista multidimensional en función de a qué nivel se manifiesta (Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith, 1990). De esta manera, la primera de sus dimensiones es la cognitiva, que se entiende como una reacción a nivel mental causada por expectativas negativas sobre el éxito o por autoevaluación negativa en la tarea a realizar. La segunda de sus dimensiones es la somática, que es el conjunto de reacciones a nivel fisiológico derivados de la anterior (tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago). La tercera de sus dimensiones es la autoconfianza que, en contraposición a las dos primeras, estima el grado de seguridad que la persona cree tener acerca de sus posibilidades de éxito en la tarea a realizar. Normalmente, los dos estados de ansiedad correlacionan significativa y positivamente entre sí, y significativa y negativamente con autoconfianza (Buceta, López, Pérez-Llantada, Vallejo y Del Pino, 2003; Cervelló, Santos-Rosa, Jiménez, Nerea y García, 2002).

La ansiedad precompetitiva ejerce influencia en el rendimiento deportivo. Puede darse el caso de que haya competidores a los que la ansiedad les beneficie en su rendimiento y otros a los que les perjudique, en función de cómo controlen los síntomas que la producen (Anshel, 1995; Smith, 1989). En la literatura hay investigaciones que concluyen que la ansiedad precompetitiva facilita el rendimiento (Jones y Swain, 1995). Sin embargo, en la mayoría de ellas, se concluye que la ansiedad tiene efectos negativos no sólo en el rendimiento, sino en el disfrute de la participación deportiva y en el bienestar físico (Scanlan, Babkes y Scanlan, 2005; Scanlan y Lewthwaite, 1986; Smith, Smoll y Wiechman, 1998).

En los estados de ansiedad de los deportistas pueden influir diferentes variables de índole externo. Furst y Tenenbaum (1984), por ejemplo, encontraron que los deportistas de equipo mostraban menor ansiedad que los individuales. También, el ambiente en el que se encuentra compitiendo el deportista (Arbinaga y Caracuel, 2005), el tipo y características de la prueba a la que se enfrenta (Jaenes, 2000), así como el tipo de deporte (Martens, y col., 1990; Pozo, 2007) son variables que pueden influir en el grado que se manifiestan los síntomas de la ansiedad.

Igualmente, existen variables de índole sociodemográfica, personal o interna que también pueden influir en la ansiedad precompetitiva de un deportista. Por ejemplo, aunque los hombres muestran mayor autoconfianza que las mujeres, son ellas quienes controlan mejor su ansiedad (Ponce de León, López y Medina, 2006). También, la menor edad (Arbinaga y Caracuel, 2005; Hernández, Olmedilla y Ortega, 2008), menor experiencia en competición (Mellalieu, Hanton y O'Brien, 2004), la percepción del deportista de no ir adecuadamente entrenado a competir (Gutiérrez, Estévez, García y Pérez, 1997), el menor nivel del deportista (Jones y Swain, 1995; Pozo, 2007), o incluso la percepción de la ansiedad como desfavorecedora del rendimiento (Pozo, 2007), son sólo algunas variables que aumentan la ansiedad y disminuyen la autoconfianza.

De la misma manera, en la ansiedad también puede influir de manera significativa la percepción del éxito de los deportistas. Así, Voigh, Callaghan, y Ryska (2000) explicaban que se podían encontrar niveles más altos de ansiedad en deportistas con alta orientación al ego y poca autoconfianza. Por su parte, Cervelló y col. (2002) matizaron que la orientación disposicional al ego podía predecir significativamente de manera negativa la ansiedad cognitiva, mientras que la orientación disposicional a la tarea predecía significativa y positivamente la

autoconfianza. García-Mas y col. (2011) hallaron una correlación positiva y significativa entre la orientación disposicional al ego y la ansiedad cognitiva, mientras que Olmedilla, Andreu, Ortín, y Blas (2009) la obtuvieron negativa y significativa entre la orientación disposicional a la tarea y la ansiedad rasgo.

Por último, la ansiedad también puede estar relacionada con diversos constructos psicológicos, como la orientación y clima motivacional, la motivación de logro, la atribución de éxito y la satisfacción o diversión en el deporte. Así, Cecchini, González, y Contreras (2004) concluyeron que la autoconfianza estaba asociada con el clima de maestría, la orientación a la tarea y la motivación intrínseca, mientras que la ansiedad somática y cognitiva se asociaban con el clima de ejecución y la orientación al ego. Posteriormente, Cecchini y Peña (2005), hallaron relación entre los estados de la ansiedad con el desinterés-pasividad, la orientación al ego, los comportamientos agresivos, la violación de las reglas y el clima de ejecución, mientras que el clima de maestría fue asociado a la orientación hacia la tarea, la diversión, el esfuerzo y la competencia percibida. Por su parte, Salinero, Ruiz, y Sánchez (2006), hallaron una correlación positiva y significativa entre ansiedad con esfuerzo, diversión y orientación a la tarea, mientras que la orientación al ego correlacionó positiva y significativamente con habilidad, engaño y aburrimiento.

Sin embargo, existe una población en la que aún no se ha estudiado la ansiedad previa a su práctica deportiva, sobre todo a nivel nacional: los atletas veteranos (mayores de 35 años) que entrenan y compiten habitualmente en pistas de atletismo. De hecho, la única investigación realizada en España hasta la fecha en esta población ha sido de Ruiz-Juan y Zarauz (2012), pero únicamente a nivel motivacional, sin analizar ansiedad y variables que pueden influir en ella. Sin embargo, estos autores sí describen unos hábitos de entrenamiento muy valiosos que relacionan con su motivación, y que en la presente investigación serán utilizados para relacionarlos con la ansiedad.

Según datos de la Real Federación Española de Atletismo (RFEA, 2012), en España se ha pasado de tener 198 licencias federativas de atletas veteranos en 1995, a 5704 en 2011. El resto de licencias federadas se ha mantenido durante estos quince años en algo más de 20.000. Por tanto, el porcentaje de veteranos ha pasado de simbólico a ser casi el 30%.

El objetivo de esta investigación es analizar qué variables de satisfacción intrínseca, percepción y creencias sobre las causas del éxito en el deporte y qué variables de entrenamiento e historial atlético influyen en tener un perfil de ansiedad o autoconfianza alto o bajo.

La hipótesis de partida es que los veteranos con alta ansiedad tienen mayor orientación al ego, aburrimiento y empleo de técnicas de engaño durante la práctica de su especialidad atlética. Por el contrario, los veteranos con alta autoconfianza, tienen mayor orientación a la tarea, diversión y habilidad.

## Método

### *Participantes*

Se partió del total de atletas veteranos de pista participantes en competiciones organizadas específicamente para ellos de nivel provincial, autonómico y nacional en España en el año 2011. Según datos de la RFEA (2012), hubo 5704 licencias federativas de atletas veteranos de pista, de los cuales 4727 son hombres y 977 son mujeres.

Se obtuvo una muestra de 401 atletas veteranos de pista, de los cuales 330 son hombres (82.3%) con rango de edad de 35 a 75 años ( $M=47.98$ ;  $DT=9.14$ ) y 71 mujeres (17.7%) con rango de edad de 35 a 69 años ( $M=45.78$ ;  $DT=10.25$ ). Por tanto, se tiene una muestra representativa con un error del  $\pm 4.82\%$ , a un intervalo de confianza del 95.5%.

### Procedimiento

Para obtener una muestra lo más amplia y dispersa geográficamente en el territorio español, se pidió colaboración al responsable nacional de atletas veteranos para colgar un enlace en la sección de Veteranos de la Web de la RFEA (<http://www.rfea.es/veteranos/veteranos.asp>), y así todos los veteranos que visitasen la página pudieran rellenar el cuestionario telemáticamente. Igualmente, al webmaster del principal foro de atletismo de España se le pidió colocar en la sección de atletas veteranos (<http://www.elatleta.com/foro/forum.php>).

En la portada de la Web (<http://www.retos.org/2encuesta/inicio.html>) se informaba del objetivo del estudio, de la voluntariedad, absoluta confidencialidad de las respuestas y manejo de los datos, de que no había respuestas correctas o incorrectas, y se les solicitó que contestaran con la máxima sinceridad y honestidad. Este trabajo posee informe favorable de la Comisión de Bioética de la Universidad de Murcia.

### Instrumentos

- *Inventario de Ansiedad Competitiva-2 Revisado (CSAI-2R)*; versión española de Andrade, Lois, y Arce (2007) de *Revised Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R)* de Cox, Martens, y Russell (2003). Tiene 3 subescalas: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. La primera y tercera contienen 5 ítems puntuables de 1 (*nada*) a 4 (*mucho*) con puntuación total entre 5 y 20. La segunda contiene 6 ítems, con puntuación total entre 6 y 24. Las variables se utilizan una vez calculado su promedio (puntuación total/nº de ítems de la subescala). Diversos estudios han mostrado su validez de constructo (utilizando técnicas de análisis factorial exploratorio o confirmatorio) y su fiabilidad (Andrade, y col., 2007; Zarauz y Ruiz-Juan, 2013) con valores  $\alpha=.86$  (autoconfianza),  $\alpha=.83$  (ansiedad somática) y  $\alpha=.80$  (ansiedad cognitiva).
- *Cuestionario de Percepción de Éxito*; versión española de Cervelló (1996) del *Perception of Success Questionnaire (POSQ)* de Roberts y Balagué (1989, 1991). Fue elaborado para medir la Orientación disposicional de las metas de logro en el contexto deportivo. Consta de 12 ítems, 6 de implicación disposicional en la tarea y otras 6 en el ego. La pregunta inicial que encabeza el cuestionario es “*Siento éxito en el deporte cuando...*”. Las respuestas se recogen en escala tipo Likert que oscila desde *totalmente en desacuerdo* (1) a *totalmente de acuerdo* (5). Estudios previos han mostrado su validez de constructo (utilizando técnicas de análisis factorial exploratorio o confirmatorio), así como su fiabilidad en el ámbito de la actividad físico-deportiva (Cervelló, Calvo, Ureña, Martínez y Guzmán, 2006; Cervelló, Escartí y Balagué, 1999; Cervelló, Hutzler, Reina, Sanz y Moreno, 2005), con valores  $\alpha=.72$  a  $\alpha=.90$  (tarea) y  $\alpha=.73$  a  $\alpha=.94$  (ego).
- *Cuestionario de Satisfacción Intrínseca en el Deporte*; versión española de Balaguer, Atienza, Castillo, Moreno, y Duda (1997) del *Sport Satisfaction Instrument (SSI)* de Duda y Nicholls (1992). Fue elaborado para determinar el grado de divertimento. El cuestionario original consta de 8 ítems divididos en dos escalas que miden diversión (5 ítems) y aburrimiento (3 ítems) en la práctica deportiva. Se les pide a los sujetos que indiquen el grado de acuerdo con los ítems, recogiendo las respuestas en escala tipo Likert que oscila desde (1) *muy en desacuerdo* a (5) *muy de acuerdo*. Diversos estudios han mostrado su validez de constructo (utilizando técnicas de análisis factorial exploratorio o confirmatorio), así como su fiabilidad en el ámbito de la actividad físico-deportiva (Castillo, y col., 2002; Castillo, y col., 2004; Cervelló, y col., 1999; Ruiz-Juan, Gómez, Pappous, Alacid y Flores, 2010) con valores  $\alpha=.75$  a  $\alpha=.87$  (satisfacción) y  $\alpha=.71$  a  $\alpha=.78$  (aburrimiento).

- *Inventario de Percepción de las Creencias sobre las Causas del Éxito en el Deporte*; versión española de Castillo, Balaguer, y Duda (2002) del *Beliefs About the Causes of Sport Success Questionnaire (BACSSQ)* de Duda y Nicholls (1992). El inventario consta de 18 ítems que miden las percepciones que tienen los sujetos sobre si el esfuerzo (9 ítems, esfuerzo ejercido en el desempeño de la tarea), la habilidad (4 ítems, factores relacionados con la posesión de habilidad) y el uso de técnicas de engaño (5 ítems, utilizar conductas engañosas) permiten alcanzar el éxito en el deporte. En las instrucciones se pregunta a los sujetos: “¿Qué crees que debería hacer la gente para tener éxito en el deporte que practica más a menudo?”, debiendo responder en escala tipo Likert desde (1) *muy en desacuerdo* a (5) *muy de acuerdo*. Estudios previos han mostrado su validez de constructo (utilizando técnicas de análisis factorial exploratorio o confirmatorio), así como su fiabilidad en el ámbito de la actividad físico-deportiva (Cervelló, y col., 1999; Guivernau y Duda, 1994, Ruiz-Juan, y col., 2010) con valores  $\alpha=.74$  a  $\alpha=.82$  (esfuerzo),  $\alpha=.62$  a  $\alpha=.81$  (habilidad) y  $\alpha=.71$  a  $\alpha=.72$  (técnicas de engaño).
- *Hábitos de entrenamiento e historial atlético*. Los encuestados respondieron a: ¿Cuál es su especialidad atlética habitual? ¿A qué nivel ha llegado a competir en su mejor especialidad? ¿Tiene entrenador?, ¿Cuánto tiempo entrena normalmente al día?, ¿Cuántos días entrena a la semana?, ¿Cuántos años lleva entrenando?, ¿Con cuántos atletas entrena habitualmente?, ¿En cuántas competiciones participa al año?, sexo y edad.

#### *Propiedades psicométricas de los instrumentos*

Para calcular las propiedades psicométricas se siguió el procedimiento de análisis establecido por Carretero-Dios y Pérez (2005). En el análisis de ítems en las cuatro escalas, ningún ítem fue eliminado al cumplir los requisitos establecidos (valor  $\geq .30$  en el coeficiente de correlación corregido ítem-total, desviación típica  $>1$  y todas las opciones de respuesta fueron usadas). El análisis de la homogeneidad indicó la inexistencia de solapamientos de ítems entre las dimensiones teóricas utilizadas en cada una de las cuatro escalas. Se calcularon los índices de asimetría y curtosis siendo, en general, próximos a cero y  $<2.0$ , tal y como recomiendan Bollen y Long (1994), lo que indica semejanza con la curva normal de forma univariada.

La validez factorial de las cuatro escalas ha sido examinada utilizando el AFC con AMOS 18.0. Se utilizó estimación de máxima verosimilitud, teniendo que recurrir a la técnica “*bootstrapping*” y al procedimiento de máxima verosimilitud (*ML*), procedimiento de estimación de modelos de ecuaciones estructurales que asume una distribución normal de los datos y una escala continua de ellos, ya que el coeficiente de Mardia, que fue siempre mayor de 2, indica falta de normalidad multivariada en los datos con lo que se violaba una de las reglas básicas del AFC. El ajuste del modelo fue evaluado con una combinación de índices de ajuste absolutos y relativos. Los cuatro modelos presentan valores correctos que permiten determinar una aceptable bondad de ajuste del modelo original (Browne y Cudeck, 1993; Hoyle, 1995; Hu y Bentler, 1999; Jöreskog y Sörbom, 1993; Kline, 1998; Shumacker y Lomax, 1996) como manifiestan los resultados obtenidos (Tabla 1). Los coeficientes estandarizados de relación de la variable latente con cada uno de los ítems, oscilaron entre .66 y .89.

Tabla 1. Índices de ajuste del modelo.

	$\chi^2/df$	CFI	IFI	TLI	RMSEA	SRMR
Inventario de Ansiedad Competitiva-2 Revisado (CSAI-2R)	2.18	.97	.96	.95	.031	.025
Percepción del éxito en el deporte (POSQ)	2.61	.95	.96	.95	.042	.044
Satisfacción intrínseca en el deporte (SSI)	2.89	.94	.94	.94	.042	.039
Percepción de creencias sobre causas del éxito en deporte (BACSSQ)	3.88	.93	.93	.92	.051	.045
Deseable	<5	>.9	>.9	>.9	<.06	<.05

En la Tabla 2 se presentan los coeficientes alfa de Cronbach y también se incluyen las medias y las desviaciones estándar para todos los atletas. Todas las subescalas demostraron una consistencia interna satisfactoria ( $\alpha > .70$ ).

### Análisis de los datos

La consistencia interna (alfa de Cronbach), media, desviación estándar, *t* de Student para muestras independientes y el análisis multivariante de la varianza (MANOVA), se realizaron con SPSS 20.0.

## Resultados

### Estadística descriptiva

En la tabla 2 se observa que los atletas veteranos españoles presentan valores medios en ansiedad precompetitiva (cognitiva y somática) y altos en autoconfianza. Igualmente, como era de esperar por el tipo de colectivo, aburrimiento ( $M=1.80$ ) y técnicas de engaño ( $M=1.41$ ) obtienen unas puntuaciones muy bajas. Por el contrario, las puntuaciones en diversión ( $M=4.69$ ) son muy altas, y las obtenidas en esfuerzo ( $M=3.44$ ) y habilidad ( $M=3.27$ ) altas. También es alta la percepción de éxito en el deporte por ego ( $M=3.14$ ) y similar a la tarea ( $M=3.17$ ).

Tabla 2. Coeficiente Alfa, media y desviación estándar de las subescalas de CSAI-2R, POSQ, SSI y BACSSQ

	$\alpha$	$M \pm SD$
<b>CSAI-2R</b>		
1. Ansiedad Cognitiva	.80	2.07 $\pm$ .71
2. Ansiedad Somática	.83	2.06 $\pm$ .68
3. Autoconfianza	.86	3.10 $\pm$ .65
<b>POSQ</b>		
4. Ego	.82	3.14 $\pm$ .65
5. Tarea	.76	3.17 $\pm$ .73
<b>SSI</b>		
6. Diversión	.82	4.69 $\pm$ .46
7. Aburrimiento	.70	1.80 $\pm$ .74
<b>BACSSQ</b>		
8. Esfuerzo	.71	3.44 $\pm$ .42
9. Habilidad	.72	3.27 $\pm$ .95
10. Engaño	.73	1.41 $\pm$ .57

### Análisis de varianza

En este apartado se realizan diferentes análisis de varianza que se pueden apreciar en las tablas 3 y 4. En primer lugar, tratamos de analizar las diferencias en la satisfacción intrínseca, la percepción de éxito y de las creencias sobre las causas del éxito en el deporte en función de la Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática, Autoconfianza. La media de 2.07 fue usada para clasificar a los sujetos en dos perfiles de Ansiedad Cognitiva, de modo que aquellos que presentaban un índice superior a 2.07 se consideró que tenían una alta ansiedad cognitiva y aquellos que revelaban un índice inferior a 2.07 se consideró que tenían una baja ansiedad cogniti-

va. De igual manera se procedió con la Ansiedad Somática (<2.06 baja ansiedad somática, >2.06, alta ansiedad somática) y Autoconfianza (<3.10 baja autoconfianza, >3.10, alta autoconfianza).

Los resultados obtenidos en ansiedad cognitiva (Tabla 3), muestran diferencias significativas para orientación al ego ( $t_{399}=-4.71$ ,  $p<.000$ ) y a la tarea ( $t_{399}=-2.75$ ,  $p<.05$ ), aburrimiento ( $t_{399}=-3.39$ ,  $p<.05$ ), habilidad ( $t_{399}=-3.90$ ,  $p<.000$ ) y engaño ( $t_{399}=-5.85$ ,  $p<.000$ ). En este sentido, los atletas con alta ansiedad cognitiva muestran mayor orientación al ego ( $M=3.32$ ) y a la tarea ( $M=3.31$ ), aburrimiento ( $M=1.96$ ), habilidad ( $M=3.50$ ) y engaño ( $M=1.57$ ) que los deportistas con baja ansiedad cognitiva ( $M=3.02$ ,  $M=3.10$ ,  $M=1.71$ ,  $M=3.14$  y  $M=1.25$ , respectivamente).

De la misma manera, los resultados obtenidos en ansiedad somática (Tabla 3), muestran diferencias significativas para orientación al ego ( $t_{399}=2.46$ ,  $p<.05$ ), aburrimiento ( $t_{399}=-3.70$ ,  $p<.000$ ) y engaño ( $t_{399}=-3.04$ ,  $p<.005$ ). En este sentido, los atletas con alta ansiedad somática muestran mayor orientación al ego ( $M=3.24$ ), aburrimiento ( $M=1.97$ ) y engaño ( $M=1.49$ ) que los deportistas con baja ansiedad somática ( $M=3.08$ ,  $M=1.70$  y  $M=1.32$ , respectivamente).

Por el contrario, los resultados obtenidos en autoconfianza (Tabla 3), muestran diferencias significativas para orientación a la tarea ( $t_{399}=-2.22$ ,  $p<.05$ ), diversión ( $t_{399}=-3.09$ ,  $p<.05$ ) y aburrimiento ( $t_{399}=2.09$ ,  $p<.005$ ). En este sentido, los atletas con alta autoconfianza muestran mayor orientación a la tarea ( $M=3.28$ ) y diversión ( $M=4.76$ ) que los deportistas con baja autoconfianza ( $M=3.11$  y  $M=4.61$ , respectivamente), mientras que estos muestran mayor aburrimiento ( $M=1.90$ ) que los deportistas con alta autoconfianza ( $M=1.75$ ).

Tabla 3. t de Student para muestras independientes de Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática, Autoconfianza.

<b>Ansiedad Cognitiva (AC)</b>	<b>Baja AC (n=224)</b>		<b>Alta AC (n=177)</b>		<b>t</b>	<b>p</b>
	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>		
<i>Ego</i>	3.02	.64	3.32	.64	-4.71	.000
<i>Tarea</i>	3.10	.71	3.31	.75	-2.75	.006
<i>Diversión</i>	4.71	.46	4.65	.47	1.40	.160
<i>Aburrimiento</i>	1.71	.69	1.96	.74	-3.39	.001
<i>Esfuerzo</i>	3.42	.40	3.46	.44	-.86	.387
<i>Habilidad</i>	3.14	.98	3.50	.83	-3.90	.000
<i>Engaño</i>	1.25	.41	1.57	.65	-5.85	.000
<b>Ansiedad Somática (AS)</b>						
	<b>Baja AS (n=223)</b>		<b>Alta AS (n=178)</b>			
	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<i>Ego</i>	3.08	.68	3.24	.63	-2.46	.014
<i>Tarea</i>	3.19	.76	3.20	.71	-.17	.861
<i>Diversión</i>	4.70	.46	4.67	.47	.69	.486
<i>Aburrimiento</i>	1.70	.67	1.97	.76	-3.70	.000
<i>Esfuerzo</i>	3.43	.41	3.45	.42	-.56	.574
<i>Habilidad</i>	3.26	.96	3.36	.90	-1.09	.276
<i>Engaño</i>	1.32	.47	1.49	.63	-3.04	.002
<b>Autoconfianza (AU)</b>						
	<b>Baja AU (n=200)</b>		<b>Alta AU (n=201)</b>			
	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
<i>Ego</i>	3.10	.64	3.21	.68	-1.69	.091
<i>Tarea</i>	3.11	.74	3.28	.73	-2.22	.027
<i>Diversión</i>	4.61	.49	4.76	.43	-3.09	.002
<i>Aburrimiento</i>	1.90	.69	1.75	.75	2.09	.037
<i>Esfuerzo</i>	3.40	.39	3.48	.44	-1.79	.073
<i>Habilidad</i>	3.23	.87	3.38	.99	-1.63	.102
<i>Engaño</i>	1.43	.57	1.36	.54	1.20	.229

A continuación (Tabla 4) se analizaron las diferencias en la *Ansiedad Cognitiva*, *Ansiedad Somática* y *Autoconfianza* en función de las variables independientes: sexo del atleta, edad, especialidad atlética, nivel de competición alcanzado, tener entrenador, tiempo de entrenamiento diario, días de entrenamiento semanales, años de entrenamiento, número de atletas con los que entrena y número de competiciones en las que participa anualmente. El análisis multivariante de la varianza (MANOVA) calculado, mostró diferencias significativas sólo en las variables: sexo, edad, especialidad atlética, tener entrenador y años de entrenamiento. No hubo diferencias estadísticamente significativas en las variables dependientes en función de las variables independientes: nivel de competición alcanzado, tiempo de entrenamiento diario, días de entrenamiento semanales, número de atletas con los que entrena y número de competiciones en las que participa anualmente.

Tabla 4. MANOVA de Ansiedad Cognitiva, Ansiedad Somática, Autoconfianza, en función de las variables independientes sexo, edad, especialidad atlética, tener entrenador y años de entrenamiento.

<b>Sexo</b>	<b>Hombres (n=330)</b>		<b>Mujeres (n=71)</b>		<b>F</b>	<b>P</b>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
<i>Ansiedad Cognitiva</i>	2.05	.70	2,17	.76	1.70	.193
<i>Ansiedad Somática</i>	2.02	.67	2,24	.74	6.15	.014
<i>Autoconfianza</i>	3.13	.63	2,95	.71	4.31	.038
<b>Edad</b>	<b>&lt;50 años (n=249)</b>		<b>&gt;50 años (n=152)</b>		<b>F</b>	<b>p</b>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
<i>Ansiedad Cognitiva</i>	2.11	.69	2,02	.73	1.38	.240
<i>Ansiedad Somática</i>	2.14	.67	1,94	.69	8.05	.005
<i>Autoconfianza</i>	3.08	.66	3,13	.64	.56	.452
<b>Especialidad atlética</b>	<b>Resistencia (n=190)</b>		<b>Resto (n=211)</b>		<b>F</b>	<b>p</b>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
<i>Ansiedad Cognitiva</i>	2.14	.78	2,01	.64	2.99	.044
<i>Ansiedad Somática</i>	2.13	.74	2,00	.63	3.18	.035
<i>Autoconfianza</i>	3.03	.68	3,15	.62	3.38	.027
<b>Tener entrenador</b>	<b>SI (n=213)</b>		<b>NO (n=188)</b>		<b>F</b>	<b>p</b>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
<i>Ansiedad Cognitiva</i>	2.12	.75	2,01	.66	2.44	.119
<i>Ansiedad Somática</i>	2.14	.71	1,97	.65	5.61	.018
<i>Autoconfianza</i>	3.12	.68	3,07	.66	.49	.481
<b>Años de entrenamiento</b>	<b>Menos de 20 (n=192)</b>		<b>20 o más años (n=209)</b>		<b>F</b>	<b>p</b>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
<i>Ansiedad Cognitiva</i>	2.12	.69	2,02	.73	1.95	.163
<i>Ansiedad Somática</i>	2.13	.69	1,99	.68	4.21	.041
<i>Autoconfianza</i>	2.99	.64	3,19	.65	9.31	.002

Sin embargo sí se detectaron diferencias respecto a los efectos principales en el resto de variables independientes (Tabla 4). Según el sexo de los sujetos, se encontraron diferencias significativas en ansiedad somática ( $F_{399}=6.15$ ,  $p<.05$ ) y autoconfianza ( $F_{399}=4.31$ ,  $p<.05$ ), de tal forma que las mujeres presentan una ansiedad somática ( $M=2.24$ ) mayor que los hombres ( $M=2.02$ ), mientras que estos presentan una mayor autoconfianza ( $M=3.13$ ) que ellas



(M=2.95).

Según la edad, los resultados muestran diferencias significativas sólo en orientación a la tarea ( $F_{399}=8.05$ ,  $p<.05$ ), revelando que los atletas de menor edad (<50 años) tienen una mayor ansiedad somática (M=2.14) que los de mayor edad (>50 años) (M=1.94).

Atendiendo a la especialidad atlética, se encontraron diferencias significativas en ansiedad cognitiva ( $F_{399}=2.99$ ,  $p<.05$ ), ansiedad somática ( $F_{399}=3.18$ ,  $p<.05$ ) y autoconfianza ( $F_{399}=3.38$ ,  $p<.05$ ), de tal forma que los atletas que compiten en pruebas de resistencia (medio fondo, fondo, obstáculos y marcha) tienen más ansiedad cognitiva (M=2.14) y somática (M=2.13) que quienes lo hacen en el resto de pruebas más técnicas (velocidad, vallas, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas) (M=2.01 y M=2.00, respectivamente). Por el contrario, los atletas de pruebas más técnicas, muestran una mayor autoconfianza (M=3.15) que los atletas de resistencia (M=3.03).

En cuanto a tener entrenador, los resultados obtenidos muestran diferencias significativas sólo en ansiedad somática ( $F_{399}=5.61$ ,  $p<.05$ ). En este sentido, los atletas que tienen entrenador revelan una mayor ansiedad somática (M=2.14) que los que no tienen entrenador (M=1.97).

Finalmente, en los años de entrenamiento, las diferencias significativas se obtuvieron en ansiedad somática ( $F_{399}=4.21$ ,  $p<.05$ ) y autoconfianza ( $F_{399}=9.31$ ,  $p<.05$ ), siendo los que han entrenado menos de 20 años los que tienen una mayor ansiedad somática (M=2.13) que los que llevan más de 20 años de entrenamiento (M=1.99), mientras que estos poseen una mayor autoconfianza (M=3.19) que los menos veteranos (M=2.99).

## Discusión

En el estudio de Ruiz-Juan y Zarauz (2012) se concluyó que para los atletas veteranos españoles que entrenan y compiten habitualmente en pista de atletismo, tanto hombres como mujeres, el entrenamiento y la competición son una parte muy importante en sus vidas, puesto que llevan un elevado número de años practicando su especialidad atlética, durante unos cinco días a la semana y dos horas al día, compitiendo frecuentemente a diversos niveles. Esto se debe a una elevada motivación intrínseca y moderada motivación extrínseca, puesto que para ellos, lo más importante de su práctica deportiva es la satisfacción que les produce superarse a sí mismos en los entrenamientos y, secundariamente, superar a los rivales en competición, esperando por ello una medalla y, mejor aún, un récord, todo lo cual colma sus sensaciones de competencia y expectativas de éxito.

Los veteranos españoles han obtenido puntuaciones medias en ansiedad cognitiva y somática. Estos niveles medios, a la vista de los datos obtenidos por Ruiz-Juan y Zarauz (2012), probablemente sean debidos a su motivación extrínseca, que es la que les hace desear ganar a los rivales en competición y, de ser posible, obtener una medalla o batir un récord de su especialidad atlética en su correspondiente categoría de edad. Es muy probable, como explicaban Furst y Tenenbaum (1984), a pesar de la alta experiencia en la práctica de su especialidad atlética y la madurez que les confiere su edad, estos niveles medios en las dos dimensiones de la ansiedad habrían sido menores de haberse tratado de un deporte colectivo.

Por otra parte, los elevados niveles de autoconfianza obtenidos por esta población, sin duda están relacionados con el elevado dominio técnico de su especialidad atlética que le da el llevar numerosos años practicándola, y un mayor número de veces compitiendo en ella a diversos niveles, como explicaban Ruiz-Juan y Zarauz (2012). Esto les da la sensación de ir muy preparados a la competición, por lo que les aumenta la autoconfianza, como explicaban Gutiérrez y col. (1997). Igualmente, como concluyeron Cervelló y col. (2002) y Olmedilla y col. (2009), la alta orientación disposicional a la tarea también favorece una mayor autoconfianza en los veteranos españoles de la presente investigación.

Como se esperaba, las puntuaciones en diversión fueron muy altas y las obtenidas en esfuerzo, habilidad, percepción de éxito en el deporte por ego y tarea, altas. Por el contrario, aburrimiento y técnicas de engaño obtuvieron unas puntuaciones muy bajas. Todo ello se explica por los altos niveles de autodeterminación de este colectivo (Ruiz-Juan y Zarauz, 2012).

De los resultados obtenidos en el primer análisis de varianza se extrae lo predicho en la hipótesis, es decir, que los veteranos con alta ansiedad tienen mayor orientación al ego, aburrimiento y empleo de técnicas de engaño durante la práctica de su especialidad atlética. Estos resultados, muy similares a los obtenidos por Voigh y col. (2000), Cecchini y col. (2004) y Cecchini y Peña (2005), confirman la alta relación de la ansiedad con estos tres constructos, los menos aconsejables en deportistas de cualquier edad. Por el contrario, coincidiendo en gran medida con lo obtenido por Cervelló y col. (2002) y Salinero y col. (2006), los veteranos con alta autoconfianza, tienen mayor orientación a la tarea, diversión y habilidad, constructos más aconsejables y positivos.

Los resultados del MANOVA indican que hay diferencias significativas en ansiedad y autoconfianza en función de cinco de las diez variables independientes previstas. Las mujeres muestran una ansiedad somática significativamente mayor que los hombres y, a su vez, estas una mayor autoconfianza que ellas, coincidiendo con las conclusiones de Ponce de León y col. (2006). Esto podría estar relacionado con el hecho de que ellas muestran un compromiso con su práctica deportiva significativamente mayor, tal y como concluyeron Zarauz y Ruiz-Juan (2011). Así, un mayor compromiso con la práctica de su especialidad atlética, hace que en las veteranas españolas se les genere una mayor ansiedad somática que a los hombres. Además, ellas tienen un número significativamente menor de años de entrenamiento que los hombres (Zarauz y Ruiz-Juan, 2013), por lo que su experiencia en competición es menor. Ello hace que se sientan menos seguras de su actuación en la competición que los hombres, lo que puede producirles también un mayor nivel de ansiedad somática.

Que los veteranos menores de 50 años muestren significativamente una ansiedad somática superior que los mayores de 50 años, puede quedar explicado por la mayor experiencia y años de entrenamiento de los atletas de mayor edad, como sucedía en las poblaciones de Arbinaga y Caracuel (2005) y Hernández y col. (2008). También, como explicaban Mellalieu y col. (2004) en su estudio, los veteranos de menor edad probablemente tengan menor experiencia en competición que los de mayor edad, por lo que en los primeros pueden darse niveles más altos de ansiedad somática que en los segundos.

No hay precedentes con los que poder comparar que los atletas veteranos especialistas en pruebas muy técnicas (vallas, saltos, lanzamientos, etc.) tengan una mayor autoconfianza que los veteranos especialistas en pruebas de resistencia. Sin embargo, Martens y col. (1990), Jaenes (2000) y Pozo (2007) explicaban que el tipo y características de la prueba a la que se enfrentan y el tipo de deporte son variables que pueden influir en el grado que se manifiestan los síntomas de la ansiedad. Basándose en esto, en este particular caso, estas diferencias en ansiedad y autoconfianza según la especialidad atlética, podrían deberse a que el número de atletas participantes en pruebas de resistencia es mayor que el de participantes en cada una de las pruebas técnicas mencionadas por separado. Además, en las pruebas de resistencia la participación en competición es simultánea, mientras que en la mayoría de las pruebas técnicas (saltos y lanzamientos) la participación es alternativa. Estos dos factores podrían ser el motivo de una mayor ansiedad por incrementar la incertidumbre del resultado, como explicaban Anshel (1995) y Smith (1989).

Además, normalmente los atletas participantes en pruebas muy técnicas son ex atletas de gran nivel que deciden prorrogar su carrera deportiva en las sucesivas categorías de veteranos. Por el contrario, entre los corredores de resistencia, aun participando ex atletas de gran nivel en

las competiciones, ya hay un mayor porcentaje de participantes que se inician en el entrenamiento y la competición en estas edades adultas, por lo que tienen un menor nivel y, por consiguiente, una mayor ansiedad precompetitiva, como concluían Jones y Swain (1995) y Pozo (2007).

Que sean los atletas que poseen entrenador los que muestren mayor ansiedad somática que los que se auto-entrenan tampoco tiene precedentes con los que compararse, pero podría explicarse porque los atletas que se preocupan por buscar un entrenador, normalmente es para buscar con su apoyo un mayor rendimiento, lo cual está más relacionado con una orientación al ego más elevada, y esta, a su vez, es un predictor significativo de la mencionada ansiedad somática, como explicaban Cervelló y col. (2002), Cecchini y col. (2004) y Cecchini y Peña (2005). Además, el propio entrenador, podría transmitir al atleta unas altas expectativas de éxito en la competición, que seguro generan en el atleta tutelado una mayor ansiedad somática.

Al igual que sucedió con los veteranos menores de 50 años, los atletas con menos de 20 años de entrenamiento muestran mayor ansiedad somática, y aquellos con más de 20 años de entrenamiento tienen mayor autoconfianza, dada su mayor experiencia en competición, como explicaban Mellalieu y col. (2004).

A modo de conclusiones, se puede afirmar que el perfil del veterano con mayor autoconfianza y menor ansiedad es aquel que, siendo varón de más de 50 años, muestra una mayor orientación a la tarea y diversión en la práctica de especialidades atléticas más técnicas y que, a su vez, se auto-entrena y tiene más de 20 años de experiencia en la práctica de su prueba.

Para investigaciones futuras, sería conveniente volver a evaluar la solidez de estas conclusiones en esta población de la que existen pocas referencias en idioma español, así como introducir nuevas variables o constructos psicológicos a investigar, tales como la adicción al entrenamiento o alguna variable sociodemográfica más.

#### *Agradecimientos:*

Este trabajo ha sido posible gracias a la inestimable colaboración prestada por D. Fernando Marquina Alonso, Responsable del Departamento de Atletas Veteranos de la Real Federación Española de Atletismo, y por D. Vicente Sánchez Blanco, administrador de <http://www.elatleta.com>

## **Referencias**

- Andrade, E. M.; Lois, G., y Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
- Anshel, M. (1995). Anxiety. En T. Morris & J. Summers (eds.): *Sport Psychology: Theory, applications & issues* (pp. 29-62). Brisbane, CA: John Wiley & Sons.
- Anshel, M.; Freedson, P.; Hamill, J.; Haywood, K.; Horvat, M., & Plowman, S. (1991). *Dictionary of the sport and exercise sciences*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Arbinaga, F., y Caracuel, J. C. (2005). Precompetición y ansiedad en fisicoculturistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(2), 195-208.
- Balaguer, I.; Atienza, F. L.; Castillo, I.; Moreno, Y., & Duda, J. L. (1997). Factorial structure of measures of satisfaction/interest in sport and classroom in the case of Spanish adolescents. *Fourth European Conference of Psychological Assessment*. Lisboa, Portugal.

- Bollen, K. A., & Long, J. (1994). *Testing structural equation models*. Newbury Park, CA: Sage.
- Browne, M., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. En K. Bollen & J. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136–162). Thousand Oaks: Sage.
- Buceta, J.; López, A.; Pérez-Llantada, M.; Vallejo, M., y Del Pino, M. (2003). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema*, 15(2), 273-277.
- Carretero-Dios, H., y Pérez, C. (2005). Normas para el desarrollo y revisión de estudios instrumentales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5, 521-551.
- Cecchini, J. A.; González, C.; Carmona, A. M., y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la autoconfianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16(1), 104-109.
- Cecchini, J. A., y Peña, J. V. (2005). Estudio experimental de las repercusiones del clima motivacional sobre la orientación de meta, la motivación intrínseca y los comportamientos disruptivos en las clases de educación física. *Bordón: Revista de Orientación Pedagógica*, 57(5), 597-608.
- Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia, Valencia.
- Cervelló, E.; Calvo, R.; Ureña, A.; Martínez, M., & Guzmán, J. F. (2006). Situational and dispositional predictors of task involvement in Spanish professional female volleyball players. *Journal of Human Movement Studies*, 50, 47-63.
- Cervelló, E.; Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 7-19.
- Cervelló, E.; Hutzler, Y.; Reina, R.; Sanz, D., & Moreno, J. A. (2005). Goal orientations, contextual and situational motivational climate and competition goal involvement in Spanish athletes with cerebral palsy. *Psicothema*, 17, 633-638.
- Cervelló, E.; Santos-Rosa, F. J.; Jiménez, R.; Nerea, A., y García, T. (2002). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *Motricidad*, 9, 141-161.
- Cox, R. H.; Martens, M. P., & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 519-533.
- Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290-299.
- Furst, D. M., & Tenenbaum, G. (1984). *Sport performance and various state anxiety components: A cross sectional study*. Netanya: Wingate Institute.
- García-Más, A.; Palou, P.; Smith, R. E.; Ponseti, X.; Almeida, P.; Lameiras, J.; Jiménez, R., y Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 197-207.
- Guivernau, M., & Duda, J. L. (1994). Psychometric properties of a Spanish version of The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ) and Beliefs about the Causes of Success Inventory. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 31-51.
- Gutiérrez, M.; Estévez, A.; García, J., y Pérez, H. (1997). Ansiedad y rendimiento atlético en condiciones de estrés: efectos moduladores de la práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, 6(2), 27-46.

- Hernández, R.; Olmedilla, A., y Ortega, E. (2008). Ansiedad y autoconfianza de jóvenes judocas en situaciones competitivas de alta presión. *Análise Psicológica*, 4(XXVI), 689-696.
- Hoyle, R. H. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
- Jaenes, J. C. (2000). Estado emocional y conducta deportiva: Ansiedad competitiva en corredores de maratón. Tesis Doctoral. Universidad de Sevilla.
- Jones, G., & Swain, A. (1995). Predisposition to experience debilitating and facilitative anxiety in elite and non-elite performers. *The Sport Psychologist*, 9, 201-211.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). *Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Chicago: Scientific Software International.
- Kline, R. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford.
- Martens, R.; Burton, D.; Vealey, R. S.; Bump, L. A., & Smith, D. E. (1990). The Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). En R. Martens, R. S. Vealey y D. Burton (Eds.), *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Mellalieu, S.; Hanton, S., & O'Brien, M. (2004). Intensity and direction of competitive anxiety as a function of sport type and experience. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14, 326-334.
- Olmedilla, A.; Andreu, M. D.; Ortín, F. J., y Blas, A. (2009). Ansiedad competitiva, percepción de éxito y lesiones: un estudio en futbolistas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(33), 51-66.
- Ponce de León, Y.; López, J., y Medina, M. (2006). Habilidades psicológicas en los atletas de primera fuerza en atletismo. *Revista de Ciencias del Ejercicio –FOD–*, 2(1), 42-57.
- Pozo, A. (2007). Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Revista de Psicología del deporte*, 16(2), 137-150.
- Real Federación Española de Atletismo (2012). Comparativa histórica de Licencias de Veteranos. Recuperado el 23 de octubre de 2012, disponible en: <http://www.rfea.es/veteranos/licencias.asp>
- Roberts, G. C., & Balagué, G. (1989). The development of a social-cognitive scale in motivation. Paper presented at the *Seventh World Congress of Sport Psychology*, Singapore.
- Roberts, G. C., & Balagué, G. (1991). The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. Paper presented at the *FEPSAC Congress*, Cologne, Germany.
- Ruiz-Juan, F.; Gómez, M.; Pappous, A., Alacid, F., & Flores, G. (2010). Dispositional Goal Orientation, Beliefs about the Causes of Success and Intrinsic Satisfaction in Young Elite Players. *Journal of Human Kinetics*, 26, 122-136.
- Ruiz-Juan, F., & Zarauz, A. (2012). Predictors variables of motivation in the Spanish master athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7(3), 617-628.
- Salinero, J. J.; Ruiz, G., y Sánchez, F. (2006). Orientación y clima motivacional, motivación de logro, atribución de éxito y diversión en un deporte individual. *Apuntes*, 83, 5-11.

- Scanlan, T. K.; Babkes, M. L., & Scanlan, L. A. (2005). Participation in sport: A developmental glimpse at emotion. En J. L. Mahoney, R. W. Larson & J. S. Eccles (Eds.). *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after school, and community programs*. (pp. 275-309). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1986). Social psychological aspects of competition for male youth sport participants: IV. Predictors of enjoyment. *Journal of Sport Psychology*, 8, 25-35.
- Shumacker, R. E., & Lomax, R. G. (1996). *A beginner's guide to structural equation modeling*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Smith, R. (1989). Athletic stress and burnout: conceptual models and intervention strategies. En D. Hackfort y C. D. Spielberger (eds.): *Anxiety in sports: An international perspective* (pp. 183-201). Nueva York, NY: Hemisphere.
- Smith, R. E.; Smoll, F. L., & Wiechman, S. (1998). Measurement of trait anxiety in sport. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Voight, M. R.; Callaghan, J. L., & Ryska, T. A. (2000). Relationship between goal orientations, self-confidence and multidimensional trait anxiety among Mexican-American female youth athletes. *Journal of Sport Behavior*, 23(3), 271-288.
- Zarauz, A., y Ruiz-Juan, F. (2011). Compromiso y adicción negativa al entrenamiento y competición de los maratonianos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 11(44), 817-834.
- Zarauz, A., y Ruiz-Juan, F. (2013). Variables predictoras de la ansiedad en atletas veteranos españoles. *Retos*, 23, 50-54.