

PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE UN NUEVO CUESTIONARIO PARA LA MEDIDA DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO

Alfredo Goñi Grandmontagne, Sonia Ruiz de Azúa e Iker Liberal

PALABRAS CLAVE: Autoconcepto físico, cuestionario, fiabilidad, análisis factorial.

RESUMEN: Se venía echando en falta, tanto en el ámbito deportivo como en el educativo, un instrumento en lengua castellana que midiese específicamente el autoconcepto físico. En este trabajo se presenta un *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF), de nueva creación, cuyas propiedades psicométricas le hacen adecuado para su aplicación a partir de la preadolescencia.

KEY WORDS: Self-concept, questionnaire, reliability, factorial analysis.

ABSTRACT: Both in the field of sports and in education, an instrument in Spanish specifically measuring the physical self-concept was lacking. In this research a *Physical Self-concept Questionnaire* (CAF) is presented, a newly created one, whose psychometrical properties make it suitable for its application from pre-adolescence.

Correspondencia: Alfredo Goñi Grandmontagne. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco. Avenida de Tolosa, 70. 20009 Donostia-San Sebastián.

E-mail: aralfredo@euskalnet.net

— Fecha de recepción: 12 de Junio de 2003. Fecha de aceptación: 27 de Septiembre de 2004.

Introducción

La investigación psicológica sobre el autoconcepto experimenta un punto de inflexión a partir de diversos trabajos (Shavelson, Hubner y Stanton, 1976; Marsh, 1986; Marsh, 1990) que introducen una nueva teoría del mismo. Según esta nueva concepción, el autoconcepto global se produciría como resultado de un conjunto de percepciones parciales del propio yo (multidimensionalidad), que se estructuran en una organización jerárquica, siendo más modificable una determinada dimensión cuanto menos general y más particular sea y, por ello mismo, ocupe un lugar inferior en la jerarquía de niveles. Pero lo que ahora interesa destacar de esta teoría, ampliamente difundida entre nosotros (González y Touron, 1992; Elexpuru y Villa, 1992; Nuñez y González-Pienda, 1994), es que incorpora lo físico entre sus dimensiones; el autoconcepto físico, en efecto, ocupa un espacio propio y fundamental dentro del modelo multidimensional y jerárquico dado que el autoconcepto general se compondría del autoconcepto académico y del no-académico y este último, a su vez, incluiría tanto el autoconcepto social como el físico.

La amplia aceptación por parte de la comunidad científica de este modelo propició la elaboración de nuevos instrumentos de medida, a la vez que el progresivo abandono de otros numerosos cuestionarios inspirados en concepciones teóricas menos precisas o convincentes. Adquieren amplia difusión, por ejemplo, los *Self Description Questionnaires* (SDQ), contruidos en los años ochenta por Marsh y sus colaboradores (Marsh, Relich y Smith, 1983; Marsh y O'Neil, 1984; Marsh y Shavelson, 1985). Los SDQ, de los que existen varias versiones para diferentes edades, miden el autoconcepto físico mediante dos subescalas, la de *Habilidad física y*

deportiva y la de *Apariencia física*. De hecho se ha generado un gran consenso en cuanto a que la habilidad física y la apariencia física son dimensiones fundamentales de la estructura multidimensional del autoconcepto físico, por lo que no suelen faltar en ningún cuestionario escalas para medirlas. Ahora bien, también se asume como muy probable que no sean las únicas facetas del autoconcepto físico. Dicho de otra forma, si bien la naturaleza multidimensional del autoconcepto físico no ofrece dudas, cuál sea el número e identidad de las dimensiones o dominios que lo componen sigue siendo un tema abierto a discusión, a la vez que un asunto decisivo en la construcción de cuestionarios, cuyas escalas han de redactarse obviamente en función de las dimensiones que pretendan medirse.

Un repaso a los principales instrumentos de medida del autoconcepto físico que se han venido proponiendo a partir de los años noventa permitirá apreciar el alcance tanto de las coincidencias como de las discrepancias sobre el número y denominación de tales dimensiones, ámbitos o dominios.

Bracken (1992), por ejemplo, distingue los ámbitos de *competencia física, apariencia física, forma física y salud*. El propio grupo de investigación de Marsh, basándose en distintos análisis factoriales de las puntuaciones ofrecidas en test de rendimiento físico, construye una nueva versión del SDQ, un cuestionario específico del autoconcepto físico, el *Physical Self Description Questionnaire* (PSDQ), con nueve subescalas: *fuerza, obesidad, actividad física, resistencia, competencia (habilidad) deportiva, coordinación, salud, apariencia y flexibilidad* (Marsh, Richards, Johnson, Roche y Tremayne, 1994; Tomás, 1998).

El modelo de Fox (1988), por su parte, contempla las cuatro siguientes dimensiones: *habilidad física, condición física, atractivo físico*

y fuerza. Este marco teórico sirve de referente para la construcción tanto del *Physical Self-Perception Profile* (PSPP), el instrumento de medida del autoconcepto físico de mayor relevancia en los últimos años (Marsh, 1997), como de nuestro *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF) que presentamos en este artículo.

¿De dónde surge la propuesta de este modelo cuatridimensional del autoconcepto físico? ¿Por qué asumir que las personas, dentro de nuestra autopercepción física global, diferenciamos las percepciones de la *habilidad*, de la *condición*, del *atractivo* y de la *fuerza* propias y no otras facetas? ¿Qué es lo que autoriza a pensar que esto es realmente así? Sería una conclusión sustentada en las tres siguientes fuentes de información (Fox, 1988): a) la revisión de aquellos instrumentos de medida del autoconcepto físico que ofrecen validez de constructo (Sonstroem, 1978; Ryckman et al., 1982); b) el análisis factorial de los resultados obtenidos con otras escalas; y c) las distintas categorías de respuesta a un cuestionario de preguntas abiertas en el que se pedía clasificar por orden de importancia los motivos que a una persona le hacen sentirse a gusto con su físico. En definitiva, que no sólo se han tenido en cuenta las teorías científicas acerca de la naturaleza del yo físico sino también el conocimiento del hombre de la calle (Fox, 1997)

Los datos empíricos obtenidos con el *Physical Self-Perception Profile* (PSPP), de Fox y Corbin (1989), han venido a corroborar la pertinencia del modelo; las propiedades psicométricas del cuestionario se verificaron inicialmente con alumnado universitario norteamericano y quedaron confirmadas posteriormente por estudios llevados a cabo con adolescentes británicos (Biddle et al., 1993; Page et al., 1993), con

mujeres adultas americanas participantes en actividades aeróbicas (Sonstroem et al., 1992), con universitarios canadienses (Hayes et al., 1995) y turcos (Asci et al., 1999) y, entre nosotros, con adolescentes de la Comunidad Valenciana (Moreno, 1997) y del Levante español (Gutierrez, Moreno y Sicilia, 1999).

Todos estos estudios confirman de forma recurrente que las percepciones del yo físico se organizan diferencialmente en cuatro dominios; pero coinciden también en apreciar un cierto solapamiento entre las respuestas a la subescala de *atractivo físico* y las que se dan a la escala, teóricamente de nivel jerárquico superior, del *autoconcepto físico general*; sucede, en consecuencia, que lo físico se asocia fuertemente con el atractivo y menos con la habilidad o con la condición física, lo que supone un reduccionismo al tomarse la parte por el todo. Así mismo, no en todos los estudios aparecen la *condición física* y la *habilidad física* como dimensiones claramente independientes. Por otra parte, en la adolescencia las mujeres suelen puntuar más alto que los varones en las diversas medidas del autoconcepto físico pero faltan datos sobre si se mantienen estas diferencias en otras edades. En cuanto a la relación del autoconcepto físico con la edad, se precisa realizar más estudios antes de poder afirmar con certeza cuáles son las pautas evolutivas del mismo.

Paralelamente a estas investigación con el PSPP, se han desarrollado trabajos en orden a adecuarlo a la población infantil y juvenil. Welk et al. (1995) elaboraron la versión *Children's Physical Self-Perception Profile* (C-PSPP) probándola con 760 deportistas de entre 13 y 18 años pero no pudieron determinar cuál de las versiones del PSPP, la original para universitarios o ésta suya, es más adecuada para la población adolescente.

Whitehead (1995), por su parte, construye la adaptación *Children and Youth Physical Self-Perception* (CY-PSPP) que se mostró adecuada para escolares de 7º y 8º grado académico, es decir, para sujetos de 12 y 13 años.

Nosotros mismos tenemos información directa sobre el CY-PSPP al haberlo utilizado en dos trabajos de investigación que a continuación pasamos a reseñar. Primeramente pusimos a prueba, con alumnado de 5º curso de Educación Primaria, o sea, con sujetos de 10/11 años, una versión en euskera, libre y simplificada, del CY-PSPP; el cuestionario mostró capacidad tanto para discriminar diferencias entre distintos grupos de sujetos como para comprobar los efectos beneficiosos de una intervención educativa que formaba parte del curriculum escolar de educación física (Goñi y Zulaika, 2000 y 2001).

Hemos probado después (Goñi et al., 2002), con sujetos de 10 a 14 años, una versión literal del CY-PSPP, tanto en euskera (N=454) como en castellano (N=121). Este estudio puso de relieve la conveniencia de redactar de forma diferente algunos de los items, de eliminar otros, de añadir nuevos..., ya que los índices psicométricos obtenidos (fiabilidad, consistencia interna...) se podían considerar satisfactorios pero no eran óptimos.

Nuestra experiencia con el CY-PSPP avala, en definitiva, una doble conclusión: a) que las expectativas teóricas del modelo son sólidas tal como pone de relieve el hecho de que los instrumentos de medida, incluso los redactados en un formato libre (Goñi y Zulaika, 2001) que permite construir se muestran pertinentes y b) que las distintas versiones del PSPP hasta ahora utilizadas se muestran perfectibles resultando muy clara la conveniencia de cambiar el formato de re-

dacción de los items, asunto éste que a continuación se explica.

Ya en nuestra primera utilización del CY-PSPP, repetidamente citada, renunciamos a utilizar una traducción literal del CY-PSPP por considerar que resultaba de muy difícil comprensión para los niños de 10 u 11 años. Ello es debido a que en los PSPP se redactan los items presentando una cualidad de la persona en dos mensajes contrapuestos, positivo y negativo. Por ejemplo: «A algunas personas su propio cuerpo, comparado con el de la mayoría, les resulta atractivo mientras que otras personas no lo ven atractivo al compararse con la mayoría de los demás». Quien cumplimenta el cuestionario debe decidir con cuál de ambos mensajes se identifica y en qué grado: «bastante cierto» o «totalmente cierto en mi caso». Con este tipo de redacción se intenta evitar algo que frecuentemente ocurre al cumplimentar cuestionarios, el responder por criterios de deseabilidad social; de esta forma, en cambio, la respuesta del sujeto, cualquiera que sea la opción elegida, va a encontrarse respaldada por un grupo de gentes («algunas personas»; «otras personas») que opinan lo mismo que él. Ahora bien, coincidimos plenamente con Marsh (1999) en que la adecuada comprensión de los items así redactados resulta difícil sin que, por otro lado, se haya podido comprobar que consiga lo que se pretendía, es decir, eliminar o reducir la elección de respuestas socialmente deseables.

De este conjunto de consideraciones surgió la idea de construir un nuevo cuestionario original, el *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF), proyecto reforzado definitivamente por la siguiente reflexión. Existe demanda social de un instrumento expresamente diseñado para la medición del autoconcepto físico. Los

cuestionarios de autoconcepto contruidos originariamente en lengua castellana y de más uso en nuestro entorno (Musitu, García y Gutierrez, 1994; García y Musitu, 2001) no contemplan con suficiente detalle el autoconcepto físico. Otros cuestionarios, como por ejemplo los *Self Description Questionnaires* (SDQ), que sí consideran el autoconcepto físico en su complejidad, se han utilizado, traducidos del inglés, con notable éxito en la investigación (Elexpuru y Villa, 1992; Núñez y González-Pienda, 1994; Tomás, 1998) pero no han podido comercializarse, por lo que no resuelven el problema. Con similares obstáculos de comercialización iba a tropezar la traducción y validación que pudiéramos hacer del PSPP y, por otro lado, nuestra propia experiencia de investigación utilizándolo estaba indicando que el PSPP debía ser sometido a una considerable remodelación.

Decidimos, por todo ello, llevar a cabo la construcción del CAF. Esta decisión supuso incorporarse a una importante tarea, la de elaboración y validación de cuestionarios relativos a la actividad deportiva, que cuenta con notables antecedentes entre los que caben citar, aunque no sea más que a modo de ejemplo, los instrumentos de medida de la calidad de los programas de actividad física (Hernández, 2001), o de las estrategias de afrontamiento de los deportistas (Kim, Duda, Tomás y Balaguer, 2003) o de las atribuciones causales en el ámbito de la actividad física y el deporte (García, Sánchez, y de Nicolás, 1999).

En este artículo presentamos el *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF), examinando su estructura factorial y fiabilidad interna así como su capacidad para captar las diferencias que, asociadas con el género y la edad, presumiblemente se pro-

ducen en las percepciones del yo-físico propio.

Con el fin de cumplir estos objetivos, hipotizamos que la estructura factorial del CAF compuesta por los cuatro factores de habilidad, condición, fuerza y atractivo se verá confirmada por los datos, que la fiabilidad y consistencia de las cuatro subescalas del CAF será aceptable. De otro lado, nuestra hipótesis es que las diferencias asociadas con el género en las respuestas al CAF serán significativas así como que el autoconcepto físico de los jóvenes experimentará cambios de la adolescencia a la juventud (sin precisar más sobre el alcance y dirección de estos cambios dados los actuales conocimientos aportados por la investigación previa).

Método

La investigación se realizó en dos etapas. La primera fase consistió en decidir, tras los correspondientes análisis estadísticos de las respuestas a dos cuestionarios experimentales, cuáles de los 96 items de una bolsa inicial debían conformar el CAF en su versión definitiva. La segunda fase (de la que en este artículo sólo se informa parcialmente) consistió en probar la sensibilidad del cuestionario para detectar eventuales diferencias en las autopercepciones del yo-físico.

Dentro de la primera fase, la redacción de los items de los dos cuestionarios experimentales exigió cubrir los 6 pasos que a continuación se exponen.

1. Descripción (recogida en la Figura 1) de cada una de las dimensiones del autoconcepto que se pretende medir; para cada dimensión habrá de elaborarse una subescala del cuestionario con sus correspondientes items.

1. HABILIDAD FÍSICA (H). *Percepción de las cualidades («soy buenola»; «tengo cualidades») y habilidades («me veo hábil»; «me veo desenvuelto») para la práctica de los deportes; capacidad de aprender deportes; seguridad personal y predisposición ante los deportes.*
2. CONDICION FÍSICA (C). *Condición y forma física; resistencia y energía física; confianza en el estado físico.*
3. ATRACTIVO FÍSICO (A). *Percepción de la apariencia física propia; seguridad y satisfacción por la imagen propia.*
4. FUERZA (F). *Verse y/o sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y predisposición a realizar dichos ejercicios*
5. AUTOCONCEPTO FÍSICO GENERAL (AFG). *Opinión y sensaciones positivas (felicidad, satisfacción, orgullo y confianza) en lo físico.*
6. AUTOCONCEPTO GENERAL (AG). *Grado de satisfacción con uno mismo y con la vida en general.*

Figura 1. Dimensiones del autoconcepto/subescalas del cuestionario.

El cuestionario propiamente dicho lo componen las cuatro primeras subescalas, que son las que de forma específica exploran las dimensiones del autoconcepto físico. Se añade, no obstante, una subescala de Autoconcepto General, siguiendo el modelo del PSPP, por la oportunidad, de gran interés informativo, de contar con una medida complementaria de dicho constructo. Y se añade también una subescala de Autoconcepto Físico General cuya inclusión merece una explicación. Cierto es que algunos cuestionarios, como los SDQ, prescinden de la escala AFG asumiendo que la media de las puntuaciones obtenidas en las subescalas específicas (H, C, A y F) ofrece de por sí una medida del autoconcepto físico general; nosotros, sin embargo, hemos preferido mantener esta subescala, con ítems específicos, ya que, de funcionar correctamente, aportaría una segunda medida del autoconcepto físico general. Esta decisión, por otro lado, se adecua muy bien a una fase

como ésta de probatura de cuestionarios experimentales ya que, en caso de que dicha escala resulte poco adecuada o redundante, bastará con prescindir de la misma en la propuesta del cuestionario definitivo.

2. Se redactaron 8 ítems por subescala con lo que el total de cada cuestionario (versión A y versión B) quedaba compuesto por 48 ítems. Se trata de un número superior al de cuestionarios como el PSPP, que consta de 6 por escala, o sea de 36 en total. La intención, no obstante, no era la de alargar el cuestionario sino, más bien, la de poder elegir aquellos ítems que pudieran ofrecer los índices estadísticos más satisfactorios.

3. En la redacción de algunos de los ítems, de 24 en concreto, se respetó el contenido semántico de aquellos ítems del PSPP que en un estudio anterior (Goñi et al., 2002) habían cumplido las expectativas estadísticas pero no interesó mantener su literalidad; se prefirió, por el contrario, reescribirlos buscando que tuvieran mayor riqueza expresiva.

4. Los otros 24 ítems fueron de nueva elaboración, teniendo como referente el contenido de cada dimensión, según la descripción recogida en la Figura 1 y que, por cierto, experimenta algunas variaciones respecto a la descripción de las dimensiones del PSPP.

5. Teniendo en cuenta las consideraciones antes expuestas, se optó por una formulación declarativa («soy/no soy fuerte», «tengo/no tengo energía») en sustitución de la fórmula de doble opción utilizada en el PSPP («algunos se ven fuertes mientras que otros no se ven fuertes»). Tras cada ítem se pide la identificación de quien cumplimenta el cuestionario con aquella de las siguientes valoraciones que más se ajusta a su caso: *Falso*, *Casi siempre falso*, *A veces verdadero/falso*, *Casi siempre verdadero*, *Verdadero*.

6. Cada uno de los 48 ítems se redactó tanto en sentido afirmativo («soy guapo») como negativo («no soy guapo») lo que dio por resultado una bolsa total de 96 ítems. Y mediante la combinación de frases afirmativas y negativas se construyeron dos formas (la A y la B) del cuestionario experimental (a los que denominamos pre-CAF-A y pre-CAF-B). El objetivo de utilizar las dos formas era el de comprobar si ambas ofrecían por separado garantías psicométricas o si, por el contrario, como luego se pudo comprobar, una de las dos (o tal vez alguna de sus subescalas) mostraba ser superior a la otra. Los cuestionarios experimentales se recogen en la Figura 2; se han escrito en negrita los ítems que (tras los análisis que posteriormente se explican) pasarán a formar parte del CAF definitivo y se han escrito en cursiva los ítems que, por las mismas razones, se eliminan de las escalas definitivas.

Se aplicaron los pre-CAF a una muestra de 343 escolares, de entre 12 y 16 años. Cumplimentaron la forma A del mismo 177

sujetos (92 varones y 85 mujeres) y 166 la forma B (77 varones y 89 mujeres). En cada una de las aulas donde se aplicó el pre-CAF, se entregaban, aleatoriamente a unos y otros alumnos, los cuestionarios en la forma A ó B.

La segunda fase de este trabajo, una vez analizada la estructura factorial del cuestionario y su consistencia interna, consistió en aplicar el CAF en su forma definitiva a 154 adolescentes (73 varones y 81 mujeres), de entre 12 y 16 años, así como a 285 jóvenes universitarios (163 mujeres y 122 varones).

Resultados

Se exponen a continuación los resultados en relación a los dos objetivos de este trabajo: a) el análisis de las características psicométricas del nuevo cuestionario; y b) su empleo para verificar eventuales diferencias en el autoconcepto físico asociadas a la edad y al género.

Homogeneidad y consistencia interna de las subescalas del CAF

Con el fin de seleccionar los ítems que miden de forma más adecuada cada una de las cuatro dimensiones específicas del autoconcepto físico hipotetizadas se sometieron a análisis las respuestas dadas a los cuestionarios experimentales pre-CAF, tanto en su forma A como en la B. La utilización combinada de dos índices, el de la homogeneidad de los ítems y el de la fiabilidad o consistencia de cada subescala, permitió, como a continuación se expone, seleccionar para el CAF definitivo 36 ítems (6 por cada subescala) de los 96 inicialmente redactados (8 por subescala tanto en la versión A como en la B).

Para hallar el índice de homogeneidad, el procedimiento consiste en calcular la correlación de cada ítem (carga factorial) con un factor común o variable latente medido

Pre-CAF-A	Pre-CAF-B	
Escalas		
1. No soy bueno/a en los deportes	Soy bueno/a en los deportes	H
2. Tengo poca resistencia física	Tengo mucha resistencia física	C
3. Mi cuerpo, comparado con el de la mayoría, no me resulta atractivo	<i>Mi cuerpo, comparado con el de la mayoría, es atractivo</i>	A
4. Tengo menos fuerza que la mayoría de la gente de mi edad	Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad	F
5. Físicamente no me siento bien	Físicamente me siento bien	AFG
6. Me siento a disgusto conmigo mismo/a	Me siento a gusto conmigo mismo/a	AG
7. Tengo cualidades para los deportes	No tengo cualidades para los deportes	H
8. Tengo gran energía para realizar ejercicios físicos intensos	Me quedo pronto sin aliento y tengo que bajar el ritmo o abandonar en los ejercicios físicos intensos	C
9. No me cuesta tener un buen aspecto físico	Me cuesta tener un buen aspecto físico	A
10. Puedo levantar más peso que los demás	No puedo levantar tanto peso como los demás	F
11. Estoy contento/a con lo que puedo hacer físicamente	<i>No estoy contenta con lo que puedo hacer físicamente</i>	AFG
12. Me siento feliz	No me siento feliz	AG
13. Temo no hacerlo bien cuando practico un deporte por primera vez	<i>Podría hacerlo bien en cualquier actividad deportiva en la que nunca antes haya participado</i>	H
14. No estoy en buena forma física	Estoy en buena forma física	C
15. Desearía tener un cuerpo más atractivo	Me siento contento/a con mi imagen corporal	A
16. No me siento seguro/a ante actividades para las que se necesita fuerza	Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerza	F
17. En lo físico, me siento insatisfecho/a conmigo mismo/a	En lo físico me siento satisfecho/a conmigo mismo/a	AFG
18. No me gusta lo que estoy haciendo con mi vida	Me gusta lo que estoy haciendo con mi vida	AG
19. Soy de las personas que, más que ver juegos y deportes, los practican	<i>Soy de las personas que, más que practicar juegos y deportes, los ven</i>	H
20. Aunque se trate de un ejercicio físico intenso, si tengo oportunidad, lo realizo	<i>Cuando se trata de un ejercicio físico intenso, si puedo no hacerlo, lo evito</i>	C
21. Me siento a menudo admirado/a por mi atractivo físico	<i>Yo creo que raras veces se me admira por el cuerpo que tengo</i>	A
22. Cuando se necesita alguien con fuerza, soy de los/as primeros/as en ofrecerme	<i>Cuando se necesita alguien con fuerza, prefiero no ofrecerme voluntariamente</i>	F
23. Soy de las personas que están contentas de cómo son físicamente	Soy de las personas que están descontentas de cómo son físicamente	AFG
24. Me gusta mi forma de ser	Me gustaría ser de otra manera	AG
25. No me veo tan hábil como a otros/as de mi edad en la práctica de los deportes	Soy mejor que la gente de mi edad practicando deportes	H
26. Correr y hacer ejercicio me cansa y tengo que dejarlo pronto	Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme	C

Escalas	Pre-CAF-A	Pre-CAF-B	
27.	Siento inseguridad respecto a mi apariencia física	Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito	A
28.	No destaco en actividades en las que se precisa fuerza física	Destaco en actividades en las que se precisa fuerza física	F
29.	Mi cuerpo no me transmite sensaciones positivas	Mi cuerpo me transmite sensaciones positivas	AFG
30.	Desearía ser diferente	Me siento muy feliz siendo como soy	AG
31.	Soy de las personas que enseguida aprenden a practicar un deporte nuevo	Soy de las personas que les cuesta aprender un deporte nuevo	H
32.	Resisto bien actividades físicas como la de correr	En actividades como la de correr, tengo que tomar pronto un descanso	C
33.	Me satisface mi apariencia física	No me gusta mi imagen corporal	A
34.	Me veo más fuerte que la mayoría de la gente de mi edad	<i>Me veo menos fuerte que la mayoría de gente de mi edad</i>	F
35.	Me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico	No me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico	AFG
36.	Estoy haciendo bien las cosas	No estoy haciendo del todo bien las cosas	AG
37.	Practicando deportes no soy una persona hábil	Practicando deportes soy una persona hábil	H
38.	No tengo mucha energía física	Tengo mucha energía física	C
39.	Soy feo/a	Soy guapo/a	A
40.	No soy fuerte	Soy fuerte	F
41.	Lo físico no es lo mejor de mí mismo/a	Lo físico es lo mejor de mí mismo/a	AFG
42.	No tengo demasiadas cualidades como persona	Tengo bastantes cualidades	AG
43.	Me veo desvuelto/a en las actividades deportivas	Me veo torpe en las actividades deportivas	H
44.	Me gusta correr y jugar a tope	<i>No me gusta correr ni jugar a tope</i>	C
45.	No me gusta mi cara ni mi cuerpo	Me gusta mi cara y mi cuerpo	A
46.	Me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física	No me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física	F
47.	Físicamente me siento mejor que los/as demás	Físicamente me siento peor que los demás	AFG
48.	Soy bueno/a en muchas cosas	En muy pocas cosas soy bueno/a	AG
<p>Escalas= H: Habilidad física; C: Condición física; A: Atractivo físico; F: Fuerza; AFG: Autoconcepto Físico General; AG: Autoconcepto General.</p> <p>Claves. <i>Courseiva</i>: ítems que, a pesar de formar parte de las escalas elegidas, han sido excluidos; Negrita: ítems seleccionados para el CAF definitivo; Letra Normal: ítems pertenecientes a escalas no elegidas.</p>			

Figura 2. Contenido de los cuestionarios experimentales.

con un conjunto entero de items; el método de componentes principales, con rotación varimax, determina la carga factorial de cada uno de los items pertenecientes a una dimensión en torno a un factor principal o variable latente.

Para este análisis de componentes principales se consideraron únicamente, en línea

con los trabajos citados en la introducción de este artículo, los items que conforman las cuatro subescalas específicas (habilidad, condición, atractivo y fuerza) del cuestionario ya que lo que en este momento se trata de verificar es únicamente la independencia de las cuatro dimensiones propuestas del autoconcepto físico.

PRE-CAF A				
	1	2	3	4
Item 32	,739			
Item 02	,684			
Item 37	,676			
Item 01	,655			
Item 26	,648			
Item 14	,647			
Item 25	,642			
Item 38	,595			
Item 08	,574		,370	
Item 07	,568			
Item 44	,519			
Item 20	,490			
Item 19	,478		,357	
Item 43	,411			
Item 45		,767		
Item 39		,756		
Item 33		,726		
Item 27		,718		
Item 09		,528		
Item 21		,469	,445	
Item 15		,420		,383
Item 22			,773	
Item 34			,755	
Item 10			,704	
Item 46			,529	
Item 31			,402	
Item 16				,758
Item 04				,676
Item 40				,661
Item 03		,487		,503
Item 28				,485
Item 13				,361

PRE-CAF B				
	Habilidad	Atractivo	Fuerza	Condición
Item 37	,754			
Item 02	,752			
Item 01	,732			
Item 26	,714			
Item 25	,680			
Item 14	,634			
Item 38	,626			
Item 07	,561			
Item 43	,509			
Item 32	,468			,457
Item 13	,446			
Item 15		,795		
Item 33		,779		
Item 45		,757		
Item 39		,736		
Item 27		,727		
Item 09		,658		
Item 03	,399	,481	,394	
Item 40			,735	
Item 04	,370		,710	
Item 10			,693	,365
Item 28			,686	
Item 16			,606	
Item 46			,578	
Item 22			,550	
Item 34			,537	
Item 19				,535
Item 20				,527
Item 44				,490
Item 31				,417
Item 08	,365			,389
Item 21				

Tabla 1. Análisis factoriales de los cuestionarios experimentales.

En la Tabla 1 se exponen los datos correspondientes a estos análisis recogiendo, por claridad expositiva, tan sólo las saturaciones superiores a 0,35 en uno o más componentes.

El análisis del cuestionario experimental B se ajusta, en conjunto, mejor que el A a las expectativas formuladas, resultando identificables los factores con las dimensiones hipotetizadas, en particular en el caso de la dimensión de *atractivo* (6 ítems) y de *fuerza* (7 ítems) en tanto que en las de *habilidad* y *condición* se comprueba que determinados ítems no saturan en el componente previsto. Resulta, en consecuencia, recomendable prescindir de algunos ítems pero esta selección puede verse facilitada tomando simultáneamente en consideración la contribución de unos y otros ítems a la fiabilidad de las subescalas.

El análisis de la fiabilidad, o consistencia interna, del cuestionario se obtuvo a partir del cálculo del coeficiente alfa de Cronbach para cada una de las 6 subescalas. La

fiabilidad de las distintas subescalas del cuestionario, tanto en la forma A como en la forma B, se ha calculado en tres momentos sucesivos: 1) contabilizando todos los ítems (en la versión inicial de 48 frases); 2) eliminando el peor ítem de cada subescala, con lo que el cuestionario se reducía a 42 ítems y 3) Y eliminando los dos peores ítems de cada subescala, con lo que quedaba establecido en 36. Los resultados se recogen en la Tabla 2 donde se ofrecen además, como elemento de referencia, los índices del CY-PSPP en su versión original inglesa (Whitehead, 1995).

Se trata, en los tres supuestos (tomando en consideración 48, 42 ó 36 ítems de cada uno de los cuestionarios experimentales), de índices satisfactorios que, de hecho, no se alejan demasiado de los que obtiene un instrumento aceptado por la comunidad científica como es el CY-PSPP. Estos datos autorizarían el empleo de ambas formas experimentales del cuestionario. Nuestra

		CY-PSPP	PRE-CAF A			PRE-CAF B		
			Inicial	Elim. un ítem	Elim. dos ítems	Inicial	Elim. un ítem	Elim. dos ítems
Habilidad	Fiabilidad	,87	,7591	,7832	,7773	,7830	,8106	,8004
	Ítems elim						19*	13*
Condición física	Fiabilidad	,89	,8247	,8269	,8314	,8328	,8351	,8446
	Ítems elim						20	44*
Atractivo físico	Fiabilidad	,90	,8156	,8121	,8144	,8590	,8797	,8778
	Ítems elim						21*	3*
Fuerza	Fiabilidad	,92	,8151	,8043	,7586	,8387	,8386	,8329
	Ítems elim						22*	34*
Autoconcepto físico general	Fiabilidad	,94	,7921	,8005	,8222	,8718	,8821	,8824
	Ítems elim						41*	11*
Autoconcepto general	Fiabilidad	,79	,7943	,7946	,7887	,7639	,7693	,6870
	Ítems elim			48*	44*			

* Ítems eliminados

Tabla 2. Fiabilidad de las subescalas CAF y del CY-PSPP.

opción, sin embargo, ha consistido en preferir proponer para el CAF definitivo aquella subescala, bien sea del pre-CAF-A o del pre-CAF-B, que mejores estadísticos refleje. Y los índices mejores, salvo en *autoconcepto general*, los ofrece el pre-CAF redactado según la versión B, resultando, por otra parte, evidente que el valor alfa de la mayoría de las subescalas se incrementa al suprimir dos de sus items.

La utilización conjunta de la información proporcionada por ambos análisis, el factorial y el de fiabilidad, justifica la decisión de prescindir de los items que se indican en la Tabla 2. En el caso de la dimensión de *atractivo*, el peso factorial de los items 3 y 21 se distribuye en varios factores y su eliminación incrementa la fiabilidad de la subescala (de ,8590 a ,8778). Los items 22 y 34 resultan ser adecuados, de acuerdo con los dos criterios, para medir la dimensión de *fuerza* pero, al aportar menor peso factorial que los otros seis de la subescala, los eliminamos para que así el cuestionario gane en brevedad y por mantener el mismo número de items por subescala. La dimensiones de *habilidad* y *condición* no aparecen tan nítidamente diferenciadas entre sí sin que ello necesariamente equivalga a invalidar lo hipotetizado ya que, como se ha dicho en la introducción, la diferenciación de estas dos dimensiones no se observa en todas las muestras y es probable que aparezca más nítida en personas de más edad que las de este estudio; por todo lo anterior, la elección de los items a eliminar se realiza prescindiendo de los que más hacen decrecer la consistencia de ambas subescalas. Se decide la supresión de los dos items (41 y 11) de la subescala de *autoconcepto físico general* porque, de este modo, se incrementa la fiabilidad la misma (de ,8718 a ,8824). Y en cuanto a la subescala de *autoconcepto general* se elige la de la versión A por ofrecer mayor consistencia que la B

aceptándose, de otro lado, una pequeña reducción del índice de fiabilidad (de ,7943 a ,7887) por las razones antes aludidas de buscar que el cuestionario sea lo más reducido y menos redundante posible.

Una vez decidida la reducción a 24 (6 por cuatro subescalas) de los 32 items (8 por subescala) de la versión inicial, se repitió el análisis factorial tomando ahora en consideración únicamente las respuestas a esos 24 items del cuestionario experimental B dadas por los 166 participantes (77 varones y 89 mujeres).

Los resultados se recogen en la Tabla 3 en la que se representan únicamente las saturaciones mayores de 0,40 en uno o más componentes.

En esta ocasión, los componentes identificados por el análisis factorial se corresponden plenamente con las expectativas teóricas, con una salvedad: el factor correspondiente a la *condición física* resulta estar medido por siete items mientras que al de *habilidad física* únicamente le corresponden cinco; la clave está en que el item 17 no satura en *habilidad* sino en *condición*. Y la explicación resulta bastante obvia: la redacción («Soy mejor que la gente de mi edad practicando deportes») no alude explícitamente a la habilidad física, que era lo que se pretendía, sino que expresa una cualidad demasiado genérica («ser mejor») respecto a la práctica deportiva. En virtud de esta apreciación, proponemos una modificación de la formulación del mismo en el CAF definitivo (Ver Anexo) dejándola de la siguiente manera: «Tengo más habilidad que la gente de mi edad practicando deportes».

Todos los anteriores análisis autorizan a proponer como texto definitivo del *Cuestionario de Autoconcepto Físico* (CAF), compuesto por 36 items, el que queda recogido en el Anexo. Los índices de fiabilidad de cada una de sus subescalas se

Numeración actual	Componentes				Numeración antigua
	Atractivo	Fuerza	Condición	Habilidad	
Item 08	,689				Item 09
Item 12	,814				Item 15
Item 19	,740				Item 27
Item 25	,776				Item 33
Item 30	,752				Item 39
Item 34	,776				Item 45
Item 03		,770			Item 04
Item 09		,643			Item 10
Item 13		,632			Item 16
Item 20		,763			Item 28
Item 31		,777			Item 40
Item 35		,585			Item 46
Item 02			,727		Item 02
Item 07			,693		Item 08
Item 11			,433		Item 14
Item 17			,515		Item 25
Item 18			,777		Item 26
Item 24			,760		Item 32
Item 29			,423		Item 38
Item 01				,643	Item 01
Item 06				,663	Item 07
Item 23				,612	Item 31
Item 28				,634	Item 37
Item 33				,764	Item 43

Tabla 3. Pesos de los ítems en las cuatro subescalas específicas del CAF.

corresponden con los indicados en negrita en la Tabla 2: la fiabilidad de las cuatro subescalas específicas, cada una compuesta ahora por 6 ítems, se mueve entre el valor de .80 (habilidad), .83 (fuerza), .84 (condición física) y .88 (atractivo físico); la del autoconcepto físico general es de .88 y la del autoconcepto general de .079.

Diferencias en el autoconcepto físico según edad y género

El segundo objetivo del trabajo consistía en verificar si los resultados obtenidos mediante el CAF reflejaban determinadas diferencias en autoconcepto físico asociadas con el género y la edad de los sujetos estudiados.

Subescalas	Género	N	Media	σ	t	Sig.
Habilidad física	Hombre	47,4%	26,08	5,64	3,898	,000**
	Mujer	52,6%	22,71	5,51		
Condición física	Hombre	47,4%	26,19	5,70	5,142	,000**
	Mujer	52,6%	21,33	6,44		
Atractivo físico	Hombre	47,4%	25,74	6,41	4,264	,000**
	Mujer	52,6%	21,13	7,42		
Fuerza	Hombre	47,4%	25,82	5,22	6,759	,000**
	Mujer	52,6%	20,06	5,73		
Autoconcepto físico general	Hombre	47,4%	29,17	5,83	5,040	,000**
	Mujer	52,6%	24,11	7,12		
Autoconcepto general	Hombre	47,4%	28,87	5,30	2,129	,035*
	Mujer	52,6%	27,02	5,85		

** $p \leq ,01$ * $p \leq ,05$

Tabla 4. Diferencias en el autoconcepto físico en función del género.

En la Tabla 4 se ofrecen las puntuaciones en las distintas subescalas del CAF de una muestra de 156 adolescentes (87 varones y 69 mujeres) de entre 12 y 16 años.

En todas y cada una de las subescalas se producen diferencias estadísticamente significativas en el contraste de las medias obtenidas por el grupo de pre-adolescentes varones y el de las mujeres pre-adolescentes. En todos los casos, la autopercepción de las distintas dimensiones del yo-físico, y también el *autoconcepto general*, es más alta en los hombres que en las mujeres.

De otro lado, se sometieron a análisis las puntuaciones obtenidas en el CAF por dos muestras de sujetos de distinta edad que en total suman 439 sujetos: el grupo de adolescentes (N=154; 86 varones y 68 mujeres) tenía una media de edad de 13,63 años mientras que la muestra de 285 jóvenes universitarios, compuesta por 163 mujeres y 122 varones, ofrecía una media de edad de 20,13 años. Los datos se recogen en la Tabla 5.

Las diferencias asociadas con la edad se producen en tres de las subescalas mientras que no son significativas en las otras tres. Las puntuaciones en la percepción tanto de la *habilidad física*, como de la *condición física* y de la *fuerza* decrecen significativamente en el grupo de jóvenes frente al de adolescentes. La dirección de la diferencia se observa también en la subescala del *autoconcepto físico general* aun cuando en este caso no alcanza significatividad estadística. En cambio en las otras dos subescalas, la de *atractivo físico* y la de *autoconcepto general*, son más altas las medias en el grupo de más edad, sin que se pueda afirmar si las diferencias son atribuibles o no al azar estadístico.

La comparación de resultados entre las tablas 4 y 5 pone de manifiesto que, aun que tanto la variable género como la variable edad se asocian con diferencias en las auto-percepciones físicas, el género resulta ser más discriminativo que la variable edad.

Subescalas	Edad	N	Media	σ	t	Sig.
Habilidad física	Adolescente	154	21,5879	5,38357	2,708	,007**
	Joven	285	20,4824	4,73350		
Condición física	Adolescente	154	20,8156	5,94537	4,585	,000**
	Joven	285	18,6953	5,58876		
Atractivo físico	Adolescente	154	21,0346	6,25600	-1,253	,211
	Joven	285	21,6014	4,75746		
Fuerza	Adolescente	154	19,4841	5,44618	3,778	,000**
	Joven	285	17,9214	4,75654		
Autoconcepto físico general	Adolescente	154	22,5821	5,81815	-,999	,318
	Joven	285	23,0105	4,74749		
Autoconcepto general	Adolescente	154	24,3343	4,89462	-1,785	,075
	Joven	285	24,9640	3,64669		

** $p < ,01$ * $p < ,05$

Tabla 5. Diferencias en el autoconcepto físico entre adolescentes y jóvenes.

Discusión

Tanto la composición factorial como la consistencia interna de las subescalas del CAF ofrecen índices muy aceptables que lo avalan como un instrumento de medida del autoconcepto físico suficientemente fiable y consistente como para ser utilizado tanto con fines educativos como en trabajos de investigación. Es más, cabe confiar en que estos rasgos psicométricos alcancen valores más altos a medida que se incremente el número de los sujetos que cumplimenten el cuestionario.

Las diferencias observadas en las respuestas al CAF entre varones y mujeres adolescentes así como entre el grupo de adolescentes y el grupo de jóvenes se ajustan básicamente a las expectativas teóricas (Núñez y González-Pienda, 1994; Whitehead, 1995) así como a los datos obtenidos con otros instrumentos de medida. Las diferencias en autoconcepto físico a favor de los varones frente a las mujeres preadolescentes resultan

plenamente coincidentes con los datos de la investigación previa (Goñi et al., 2002) mientras que los resultados obtenidos en torno a la variable edad no hacen sino demostrar el desconocimiento que aún existe sobre las pautas evolutivas que experimenta el desarrollo del mismo durante la adolescencia y juventud.

En todo caso, los datos obtenidos con el CAF que aquí se comentan vienen a ser tan sólo una especie de primicia y se aportan únicamente como prueba de la capacidad del cuestionario para discriminar diferencias en las autopercepciones físicas de diversos colectivos. Pero pronto va a estar disponible una más amplia información que va a permitir precisar las relaciones entre el autoconcepto físico y la práctica deportiva (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, en prensa) o entre el autoconcepto físico y la masa corporal, los trastornos alimentarios, la insatisfacción corporal, etc... (Goñi y Rodríguez, 2004).

Cabe esperar, además, que el volumen de información conseguida mediante este

cuestionario, a medida que se vaya incrementando, ayude a dilucidar interrogantes teóricos aún pendientes en este ámbito de la investigación entre los que destaca el relativo a la estructura interna del autoconcepto físico: ¿es suficientemente ajustada y consistente la distinción de cuatro subdominios?, ¿qué coincidencias y discrepancias de resultados se observan al utilizar unos u otros de los cuestionarios

existentes? Es un reto claramente planteado: esclarecer el tipo de relaciones entre los diversos dominios contemplados en distintos instrumentos de medida (Fox, 1997) resultando probablemente lo más recomendable la realización de realizar estudios multimétodo-multirasgo (Marsh, 1997) en orden a precisar las comunalidades y diferencias en las respuestas a cuestionarios con rótulo idéntico o parecido.

Referencias

- Asci, F. H., Asci, A., y Zorba, E. (1999). Cross-cultural validity and reliability of Physical Self-Perception Profile. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 399-406.
- Biddle, S., Page, A., Ashford, B., Jennings, D., Brooke, R., y Fox, K. (1993). Assessment of children's physical self-perceptions. *International Journal of Adolescence and Youth*, 4, 93-109.
- Bracken, B. A. (1992). *Multidimensional self-concept scale*. Austin, TX: Pro-Ed.
- Elexpuru, I., y Villa, A. (1992). *Autoconcepto y educación. Teoría, medida y práctica pedagógica*. Vitoria-Gasteiz: Gobierno Vasco.
- Fox, K. R. (1988). The self-esteem complex and youth fitness. *Quest*, 40, 230-246.
- Fox, K. R. (Ed.) (1997). *The physical self*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, K. R., y Corbin, C. B. (1989). The physical self-perception profile: development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- García, F., y Musitu, G. (2001). *AF5. Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA.
- García, F., Sánchez, A., y de Nicolás, L. (1999). Atribuciones causales en el ámbito de la actividad física y el deporte: propiedades psicométricas de la escala de dimensión causal CDS-II. *Revista de Psicología del Deporte*, 8 (2), 207-218.
- González, M. C., y Touron, J. (1992). *Autoconcepto y rendimiento escolar*. Pamplona: Eunsa.
- Goñi, A., y Zulaika, L. M. (2000). Relationships between physical education classes and the enhancement of fifth grade pupils' self-concept. *Perceptual and Motor Skills*, 91, 146-150.
- Goñi, A., y Zulaika, L. M. (2001). L'éducation physique à l'école et l'amélioration du concept de soi. *STAPS. Revue Internationale de l'Education Physique et du Sport*, 56, 75-92.
- Goñi, A., Palacios, S., Zulaika, L. M., Madariaga, J. M., y Ruiz de Azúa, S. (2002). *El autoconcepto físico de los escolares entre 10 y 14 años. Versión del CY-PSPP*. (Informe de investigación inédito).
- Goñi, A., y Rodríguez, A. (2004). Eating disorders, sport practice and physical self-concept in adolescents/Trastornos de conducta alimentaria, práctica deportiva y autoconcepto físico en adolescentes. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 32 (1), 29-36.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (en prensa). Deporte y autoconcepto físico en la preadolescencia. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 76.

- Gutierrez, M., Moreno, J. A., y Sicilia, A. (1999). Medida del autoconcepto físico: una adaptación del PSPP de Fox (1990). *IV Congrès de les Ciències de l'Esport, l'Educació Física y la Recreació*. Lleida: INEFC.
- Hayer, S. D., Crocker, P. R., y Kowalski, K. (1995). Gender differences in physical self-perceptions, global self-esteem and physical activity: evaluation of Physical Self-Perception Profile model. *Journal of Sport Behavior*, 22 (1), 1-14.
- Hernández, A. (2001). Un cuestionario para evaluar la calidad en programas de actividad física. *Revista de Psicología del Deporte*, 10 (2), 179-196.
- Kim, M-S., Duda, J. L., Tomás, I., y Balaguer, I. (2003). Examination of the psychometric properties of the spanish version of the approach to coping in sport questionnaire. *Revista de Psicología del Deporte*, 12 (2), 197-212.
- Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1224-1236.
- Marsh, H. W. (1990). The structure of academic self-concept: the Marsh/Shavelson model. *Journal of Educational Psychology*, 82, 623-636.
- Marsh, H. W. (1997). The measurement of physical self-concept: a construct validation approach. En K. R. Fox (ed.), *The physical self*(pp. 27-58). Leeds: Human Kinetics.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, L., y Tremayne, P. (1994). Physical Self-Description Questionnaire: Psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relation to existing instruments. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 270-305.
- Marsh, H. W., Relich, J. D., y Smith, I. D. (1983). Self-concept: the construct validity of interpretations based upon the SDQ. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 390-407.
- Marsh, H. W., y O'Neil, R. (1984). Self description Questionnaire III (SDQIII): the construct validity for multidimensional self concept ratings by late adolescents. *Journal of Educational Measurement*, 21, 153-174.
- Marsh, H. W., y Shavelson, R. J. (1985). Self- concept: its multifaceted, hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20, 107-123.
- Moreno, Y. (1997). *Propiedades psicométricas del Perfil de Auto percepción Física (PSPP)*. Tesis doctoral no publicada. Valencia: Universidad.
- Musitu, G., García, F., y Gutierrez, M. (1994). *Autoconcepto Forma-A. Manual*. Madrid: TEA.
- Núñez, J. C., y González-Pienda, J. A. (1994). *Determinantes del rendimiento académico. Variables cognitivo-motivacionales, atribucionales, uso de estrategias y autoconcepto*. Oviedo: Universidad de Oviedo.
- Page, A., Ashford, B., Fox, K., y Biddle, S. (1993). Evidence of cross-cultural validity for the Physical Self-Perception Profile. *Personal Individual Differences*, 14 (4), 585-590.
- Ryckman, R. M., Robbins, M. A., Thornton, B., y Cantrell, P. (1982). Development and validation of a physical self-efficacy scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 891-900.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., y Stanton, J. C. (1976). Self concept: validation of construct interpretations. *Review of Elementary School Children*, 46, 407-441.
- Sonstroem, R. J. (1978). Physical estimation and attraction scales: rationale and research. *Medicine and Science in Sports*, 10, 97-102.

- Sonstroem, R. J., Speliotis, E. D., y Fava, J. L. (1992). Perceived physical competence in adults. An examination of the Physical Self-Perception Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 10*, 207-221.
- Tomás, I. (1998). *Equivalencia psicométrica de una traducción del cuestionario de autoconcepto físico (PSDQ)*. Tesis doctoral inédita. Valencia: Universidad.
- Welk, G. J., Corbin, C. B., y Lewis, L. A. (1995). Physical self-perceptions of high school athletes. *Pediatric Exercise Science, 7*, 152-161.
- Whitehead, J. R. (1995). A study of children's self-perceptions using a adapted Physical Self-Perception questionnaire. *Pediatric Exercise Science, 7*, 133-152.

Anexo

Items y escalas del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF)

(Opciones de respuesta: Falso, Casi siempre falso, A veces verdadero/falso, Casi siempre verdadero, Verdadero)

1. Soy bueno/a en los deportes (H)
2. Tengo mucha resistencia física (C)
3. Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad (F)
4. Físicamente me siento bien (AFG)
5. Me siento a disgusto conmigo mismo/a (AG)
6. No tengo cualidades para los deportes (H)
7. Me quedo pronto sin aliento y tengo que bajar el ritmo o abandonar en los ejercicios físicos intensos (C)
8. Me cuesta tener un buen aspecto físico (A)
9. Me cuesta levantar tanto peso como los demás (F)
10. Me siento feliz (AG)
11. Estoy en buena forma física (C)
12. Me siento contento/a con mi imagen corporal (A)
13. Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerza (F)
14. En lo físico me siento satisfecho/a conmigo mismo/a (AFG)
15. No me gusta lo que estoy haciendo con mi vida (AG)
16. Soy de las personas que están descontentas de cómo son físicamente (AFG)
17. Tengo más habilidad que la gente de mi edad practicando deportes (H)
18. Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme (C)
19. Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito (A)
20. Destaco en actividades en las que se precisa fuerza física (F)
21. Mi cuerpo me transmite sensaciones positivas (AFG)
22. Desearía ser diferente (AG)
23. Soy de las personas a las que les cuesta aprender un deporte nuevo (H)
24. En actividades como la de correr, tengo que tomar pronto un descanso (C)
25. No me gusta mi imagen corporal (A)
26. No me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico (AFG)
27. Estoy haciendo bien las cosas (AG)
28. Practicando deportes soy una persona hábil (H)
29. Tengo mucha energía física (C)
30. Soy guapo/a (A)
31. Soy fuerte (F)
32. No tengo demasiadas cualidades como persona (AG)
33. Me veo torpe en las actividades deportivas (H)
34. Me gusta mi cara y mi cuerpo (A)
35. No me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física (F)
36. Físicamente me siento peor que los demás (AFG)

H: Habilidad física; C: Condición física; A: Atractivo físico; F: Fuerza; AFG: Autoconcepto Físico General; AG: Autoconcepto General

Items de redacción directa (valor de las cinco opciones de respuesta: 1/2/3/4/5) = 1, 2, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 21, 27, 28, 29, 30, 31, 34.

Items de redacción inversa (valor de las cinco opciones de respuesta: 5/4/3/2/1) = 5, 6, 7, 8, 9, 15, 16, 22, 23, 24, 25, 26, 32, 33, 35, 36.