

Revista de Psicología del Deporte
1999. Vol. 8, núm. 2, pp. 195-205
ISSN: 1132-239x

Universitat de les Illes Balears
Universitat Autònoma de Barcelona

COMPETENCIA PERSONAL, AUTOEFICACIA Y ESTRÉS EN ÁRBITROS DE CICLISMO*

Tomás Blasco

PALABRAS CLAVE: Competencia personal, estrés, autoeficacia, árbitros.

RESUMEN: Se administró un cuestionario a 56 árbitros de ciclismo para conocer tanto el nivel de estrés que les producían determinadas situaciones como el nivel de autoeficacia que tenían respecto a las mismas. Asimismo, se administró la versión española de la Escala de Competencia Personal de Wallston para averiguar si dicho constructo permitía identificar qué árbitros experimentaban menos estrés y, además, creían estar más capacitados para superar las situaciones propuestas. Los resultados indican que, en general, los árbitros experimentan bajos niveles de estrés y tienen niveles altos de autoeficacia. Contrariamente a lo esperado, la Escala de Competencia Personal no discriminó entre árbitros más y menos sensibles al estrés ni tampoco entre árbitros con autoeficacia alta y árbitros con autoeficacia baja, y sólo en una de las situaciones planteadas mostró una relación alta con el nivel de estrés.

KEY WORDS: Personal competence, stress, self-efficacy, referees.

ABSTRACT: A questionnaire which assessed stress and self-efficacy in front of some situations related to competition was administered to 56 cycling referees. The spanish version of the Personal Competence

Correspondencia: Tomás Blasco. Area de Psicología Básica. Apartado 29. Universitat Autònoma de Barcelona. 08193 Bellaterra, Barcelona. E-Mail: TOMAS.BLASCO@UAB.ES

* Este trabajo ha podido realizarse gracias a la ayuda PB97-0212 de la Dirección General de Investigación Científica y Técnica del Ministerio de Educación y Ciencia. Agradezco a Jaime Cruz y Jordi Fernández Castro las sugerencias aportadas para la elaboración de este trabajo.

Blasco, T.

Competencia personal, autoeficacia y estrés en árbitros de ciclismo

Scale by Wallston was also administered to assess whether personal competence could detect referees with lower levels of stress and higher levels of self-efficacy. Results show that this group of referees experience low levels of stress and have high levels of self-efficacy. Opposite to expected, referees with

low levels of stress and high self-efficacy were not detected by the Personal Competence Scale. However, Personal Competence was related with stress levels in one of the proposed situations.

Introducción

En una entrevista publicada en esta misma revista (Cantón, Mayor y López, 1995), Robert S. Weinberg señalaba que, dada la escasez de estudios existente, el campo de la Psicología del Arbitraje está totalmente abierto a la investigación. Si bien es cierto que se ha elaborado un manual destinado a ofrecer ayuda y asesoramiento a los árbitros para que, utilizando estrategias similares a las usadas con los deportistas, desarrollen una buena preparación psicológica de cara a la función que han de desempeñar (Weinberg y Richardson, 1990), realmente hay muy poca investigación sobre psicología del arbitraje. Como ejemplo, baste señalar que los artículos destinados a este tema tienen un porcentaje muy pequeño dentro de las revistas especializadas, oscilando, en el período 1988-1995, entre el 0.5% del *International Journal of Sport Psychology* y el 6.9% del *Journal of Sport Behavior*, pasando por el 1.6% del *Journal of Sport Psychology* (Cruz, 1997). No obstante, esta tendencia parece estar cambiando en nuestro país, ya que en el último Congreso Nacional de Psicología del Deporte se presentaron diversas ponencias relativas a la psicología del arbitraje (consúltase Nieto y Garcés, 1999).

Al margen de esas limitaciones, sí parece claro que uno de los principales puntos de interés ha sido el de intentar conocer los factores psicológicos implicados en la actuación arbitral. Así,

se han estudiado aspectos relativos a la motivación y el abandono (Garcés, Elbal y Reyes, 1999; VanYperen, 1998), a la forma de llevar a cabo la tarea arbitral (López, Fernández y Cantón, 1999; Segura et al. 1999; Tabernero y Márquez, 1999) y al conocimiento de las fuentes y manifestaciones de estrés (Anshel y Weinberg, 1995; Cuadras y Cruz, 1988; González, 1999). Quizá este último aspecto puede constituir un punto inicial sobre el que articular unos mejores conocimientos en torno a la psicología del arbitraje, ya que puede revelar situaciones adecuadas para la intervención que permitan mejorar las capacidades y el rendimiento de los árbitros y les ayuden a desarrollar estrategias que potencien la motivación, la cual, a su vez, redundará en una mejor predisposición para el desarrollo de la labor arbitral, la superación de los problemas, la optimización de la preparación, etc. Paralelamente, el análisis de ciertos elementos de tipo disposicional para afrontar las situaciones de estrés o para mostrar una mejor tolerancia hacia las mismas, puede ayudar a detectar individuos que, de entrada, estén más capacitados para enfrentarse a situaciones difíciles con un menor nivel de ansiedad. En este sentido, el constructo de Competencia Personal, propuesto por Wallston (1992) y adaptado por Fernández-Castro, Alvarez, Blasco, Doval y Sanz (1998) podría servir para identificar individuos con una mayor autoeficacia para resolver situaciones y con una menor tendencia a experimentar estrés. La Competencia Personal (CP) es una

creencia generalizada del individuo acerca de sí mismo, según la cual, saldrá airoso de cualquier situación en la que se vea envuelto. Este constructo ha mostrado correlaciones negativas con indicadores de estrés en universitarios (Fernández-Castro et al., 1998) y en padres de niños con minusvalías psíquicas (Fernández-Castro, Rovira, Jiménez y Torralba, 1996). Por otra parte, la CP parece correlacionar también con una mayor capacidad conductual para adaptarse a situaciones de demanda, tanto en contextos clínicos (Pender, Walker, Sechrist y Frank-Stromborg, 1990; Smith, Dobbins y Wallston, 1991) como en laboratorio (Blasco, Fernández-Castro, Doval, Moix, Rovira y Sanz, 1999). En consecuencia, la CP podría servir para detectar individuos que experimentan menos estrés y que tienen más autoeficacia para realizar de manera óptima las tareas arbitrales.

Es en esta línea en la que se centra este estudio preliminar que pretende valorar, en árbitros que actúan en pruebas de ciclismo de carretera, qué situaciones pueden actuar como fuentes de estrés, qué autoeficacia tienen para realizar determinadas tareas arbitrales, y qué posible papel modulador puede ejercer sobre todo ello la CP, constructo que actualmente desarrolla nuestro grupo de investigación (Blasco et al., 1999).

Método

Sujetos

Los sujetos fueron 56 colegiados de categoría regional provenientes de toda España (50 hombres y 6 mujeres) que, durante un fin de semana, asistían

a un cursillo de preparación al que seguía un examen cuya superación otorgaba el acceso a la categoría nacional. Con el fin de garantizar la confidencialidad y evitar que los sujetos pensasen que las respuestas al cuestionario (ver apartado de Material) pudieran ser tenidas en cuenta a la hora de valorar el examen que tenían que realizar después, no se hizo constar en el formulario ni el sexo ni la edad de los sujetos.

Material

El cuestionario constaba de tres hojas. En la primera se incluía la versión española de la Escala de Competencia Personal (ECP) de Fernández-Castro et.al. (1998). En la segunda hoja se incluían dos preguntas (ver Anexo) sobre el nivel de experiencia previa (número de años como árbitro regional y número de

carreras en las que, aproximadamente, se actúa cada año). A continuación se pedía que valorasen, mediante una escala Lickert de 6 puntos, el nivel de nerviosismo que les producían un total de trece situaciones de arbitraje en ciclismo de carretera (ver Anexo). Por último, en la tercera hoja se pedía a los sujetos que valorasen, con idéntico formato de escala Lickert, en qué medida se sentían capacitados para llevar a cabo diez acciones de arbitraje de ciclismo en carretera, ocho de las cuales eran equivalentes a las utilizadas para valorar el nivel de nerviosismo (ver Anexo). La lista de situaciones se elaboró, en ambos casos, a partir del procedimiento usado por Anshel y Weinberg (1995) y de consultas con árbitros de ciclismo veteranos.

Procedimiento

SITUACION	x	SD	n
Conducir la reunión de directores	2.04	1.07	53
Poner orden en la fila de coches	1.42	1.30	55
Discutir con un organizador	1.58	1.18	55
Discutir con un director	1.86	1.30	56
Discutir con un corredor	1.36	1.34	55
Coger la llegada	1.64	1.45	56
Tomar decisiones en situaciones anormales	2.45	1.13	56
Presencia de prensa y TV	1.33	1.40	55
Recibir insultos del público	1.14	1.35	56
Hacer desplazamientos largos	0.50	0.83	56
Trabajar con compañeros poco preparados	1.73	1.34	56
Temor a sufrir un accidente	0.91	1.21	56

Tabla 1. Respuestas de los árbitros a los trece ítems que evaluaban el nerviosismo

SITUACION	x	SD	n
Conducir la reunión de directores	3.43	0.81	56
Poner orden en la fila de coches	3.86	0.84	56
Convencer a un organizador	3.66	0.84	56
Convencer a un director	3.68	0.83	56
Convencer a un corredor	3.84	0.76	56
Coger la llegada	3.91	0.94	56
Tomar decisiones en situaciones anormales	3.39	0.78	56
Colocarse en la posición correcta	4.00	0.87	56
Trabajar con compañeros poco preparados	3.55	0.95	56

Tabla 2. Respuestas de los árbitros a los diez ítems que evaluaban la autoeficacia

	AUTOEFICACIA						
	1	2	3	4	5	6	7
NERVIOSISMO							
1		-.476(**)	-.342(*)				
2			-.500(**)	-.357(*)			
3				-.454(**)	-.322(*)		
4					-.400(*)	-.384(*)	-.324(*)
5						-.417(*)	-.350(*)
6							-.422(**)
7							

NOTA: Situaciones: 1= Conducir la reunión de directores. 2= Poner orden en la fila de coches. 3= Discutir con un organizador. 4= Discutir con un director. 5= Discutir con un corredor. 6= Coger la llegada. 7= Tomar decisiones en situaciones anormales

(**) = p < .01

(*) = p < .05

Tabla 3. Correlaciones entre los ítems que evalúan nerviosismo y autoeficacia ante

De acuerdo con el Presidente del Comité Nacional de Árbitros y con el director del cursillo, que tuvo lugar a finales de noviembre de 1998, en la sesión inicial del mismo se solicitó a los asistentes que contestaran el cuestionario con el fin de que el

Comité Nacional pudiera conocer mejor cuáles eran las principales preocupaciones y carencias de preparación que creían tener los árbitros regionales en su labor, para elaborar, en el futuro, seminarios de formación específicamente dirigidos a

esos problemas. Se les indicó que la respuesta al cuestionario era totalmente voluntaria, que no guardaba relación con los contenidos del cursillo ni con la valoración del examen posterior, y que si alguien no quería contestar el cuestionario podía devolverlo en blanco. Igualmente, se les indicó que podían dejar sin contestar algunos de los ítems de las páginas 2 y 3 si creían que no tenían elementos de juicio para hacerlo (por ejemplo, si nunca se habían enfrentado a alguna de las situaciones propuestas). Todos los asistentes contestaron el cuestionario en, aproximadamente, diez minutos.

Resultados

La antigüedad en el arbitraje oscilaba entre los dos y los quince años, con una media de 4.5 años (SD=1.99 años). En cuanto al número de carreras arbitradas, un 9.4% de colegiados actuaba en menos de 10 carreras al año, un 28.3% lo hacía en un número de carreras que oscilaba entre 10 y 15, un 30.2% arbitraba entre 16 y 20 carreras, un 9.4% hacía de 20 a 25 carreras, un 5.7% arbitraba entre 25 y 30 carreras, y un 17% arbitraba más de 30 carreras al año. La puntuación media en la ECP fue de 33.66 (SD=4.20) con un mínimo de 26 y un máximo de 41.

La Tabla 1 recoge las medias y desviaciones estándar a las preguntas sobre el nivel de nerviosismo que producen las situaciones de carrera y la Tabla 2 recoge las medias y desviaciones estándar sobre el nivel de autoeficacia para realizar acciones de arbitraje. Por último, la Tabla 3

recoge las correlaciones estadísticamente significativas entre ítems que aparecen en ambos cuestionarios.

Ni el número de carreras por año, ni el número de años actuando como árbitro correlacionaron con ninguno de los ítems que evaluaban el nerviosismo y la autoeficacia para resolver las situaciones. La puntuación en la ECP tampoco correlacionó de forma estadísticamente significativa con ninguno de los ítems de nerviosismo, excepto el de "tomar decisiones en situaciones anormales" ($r=-.324$, $p<.05$). Con respecto a la autoeficacia, la ECP sólo correlacionó de forma estadísticamente significativa con el ítem "coger la llegada" ($r=.367$, $p<.01$). La ECP tampoco correlacionó con el número de años que se llevaban ejerciendo la función arbitral, ni con el número de carreras arbitradas durante el año. Se dividió entonces la muestra en dos niveles de CP en función del valor medio hallado en la investigación de Fernández-Castro et.al. (1998). Así, los sujetos cuya CP era igual o superior a 35 se consideraron como sujetos con una alta CP. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre estos dos grupos de colegiados en las puntuaciones de los ítems sobre nerviosismo, ni tampoco en las puntuaciones de los ítems sobre autoeficacia.

Por último, y de forma exploratoria, se creó una variable mediante la suma de puntuaciones de los ítems de autoeficacia (y a la que se denominó "capacidad"). A continuación, las puntuaciones en la variable "capacidad" y en la ECP se utilizaron

como variables independientes para construir modelos de regresión, usando como variables dependientes cada uno de los ítems de valoración del nerviosismo y también un ítem global elaborado a partir de la suma de las puntuaciones en los trece ítems de valoración del nerviosismo. Los resultados indicaron que la variable "capacidad" fue la única variable explicativa del modelo en los casos siguientes: Ante la situación "discutir con un director" ($R^2=.118$, $F=6.70$, $p=.013$), y ante la suma de puntuaciones de los trece ítems de valoración del nerviosismo ($R^2=.207$, $F=11.97$, $p=.001$). Sólo en un caso la ECP fue variable explicativa en el modelo, junto con la variable "capacidad". Concretamente, en el ítem "tomar decisiones en situaciones anormales", explicando la variable "capacidad" un 14% de la varianza y la variable ECP un 7% ($R^2=.215$, $F=6.71$, $p=.003$).

Discusión

Como suele ocurrir en la mayoría de los trabajos exploratorios, probablemente el fruto de los resultados obtenidos plantee más cuestiones de las que puede contestar. En primer lugar, y contrariamente a lo que pudiera esperarse de forma intuitiva, las pun-

tuaciones al cuestionario sobre situaciones que provocan nerviosismo son, en general, muy bajas, rebasando el valor 2 únicamente en dos ítems. Sin embargo, Anshel y Weinberg (1995) tampoco encontraron puntuaciones elevadas en su estudio con árbitros de baloncesto, superándose el valor medio (que era de 5, pues se utilizó una escala 1-10) únicamente en dos de las quince situaciones planteadas, y teniendo la mayor parte de ítems (concretamente, siete de ellos) puntuaciones entre 4 y 5. Resultados similares han sido obtenidos por González (1999) en árbitros de baloncesto y voleibol. Puede concluirse que el nivel de nerviosismo de los árbitros de ciclismo es relativamente bajo, hecho que puede venir facilitado por la circunstancia de ser un deporte que no se practica en un recinto cerrado en el que pueda haber una presión del público. En cualquier caso, las elevadas desviaciones estándar que se observan en algunos de los ítems indican que la distribución de puntuaciones es muy dispar y que existen individuos en los que sí se producen unos elevados niveles de nerviosismo. Por otra parte, el nivel de experiencia tampoco guarda relación con el nerviosismo, lo cual va en la línea de algunos de los resultados de Segura et al. (1999), quienes no

hallaron relación entre el grado de preocupación previo al partido de árbitros de baloncesto y su nivel de experiencia.

Respecto a las respuestas a las cuestiones sobre autoeficacia, ocurre al revés que en las situaciones generadoras de nerviosismo: las puntuaciones son bastante elevadas, superando en todos los casos el valor 3, y habiendo, a diferencia de lo que

ocurre con el nerviosismo, una dispersión de medidas mucho menor. De hecho, y como se ha podido comprobar en la Tabla 3, hay unas correlaciones negativas muy claras entre la autoeficacia y el nerviosismo en la mayor parte de situaciones, dato esperable a partir de las formulaciones de Bandura (1997), y que es compatible con la visión de Lazarus y Folkman (1986) de que el estrés percibido dependería, en buena medida, de la evaluación secundaria.

El rol de la CP ha sido inferior al esperado. A raíz de los resultados obtenidos en investigaciones anteriores (Blasco et al. 1999), se esperaba que esta variable tuviera más importancia a la hora de predecir la reactividad al estrés y la autoeficacia para resolver situaciones. Además, y a raíz de los resultados obtenidos en trabajos que han analizado el papel del locus de control en el comportamiento de los árbitros (Cruz, 1997) y que han evidenciado que los árbitros con locus de control interno (LCI) son menos vulnerables a las situaciones de presión, cabría esperar, dada la correlación de la CP con el LCI (Fernández-Castro et al. 1998) que los individuos con mayor CP mostrasen, en general, menor nivel de estrés, hipótesis que no queda corroborada en nuestro estudio. Parece, pues, que la CP sólo tiene un cierto poder predictor a la hora de valorar la reactividad ante situaciones ambiguas y poco definidas (como es el caso del ítem "tomar decisiones en situaciones anormales"), prevaleciendo siempre la autoeficacia específica cuando la evaluación del nerviosismo se refiere a una situación concreta y bien definida, lo cual está de acuerdo con algunas de las conclusiones que se extraen de otros estudios con la ECP (Blasco et al. 1999).

Como hemos señalado al principio de la discusión, los interrogantes que plantean los datos obtenidos en este estudio son múltiples y quizá podrían hacerse otros análisis tentativos para valorar más exhaustivamente la información que aportan. Una posibilidad sería, por ejemplo, la de realizar un análisis factorial de los cuestionarios, pero eso va más allá de los objetivos que nos hemos planteado y, por otra parte, Anshel y Weinberg (1995) tampoco recurrieron a esa estrategia limitándose a administrar los ítems a dos muestras de árbitros de baloncesto (una de estadounidenses y otra de australianos) y a comparar los resultados. Creemos que, como estudio preliminar, nuestra investigación aporta una información útil para el colectivo evaluado, pues, entre otras cosas, sugiere que las posibles intervenciones que pretendan disminuir el impacto del estrés deberían ir dirigidas a aumentar la autoeficacia de los colegiados, ya que las correlaciones negativas encontradas entre ésta y el estrés indican que la mejora de esta última puede reducir el impacto del primero. Desde un punto de vista más próximo a la investigación, sería interesante comprobar si las correlaciones negativas entre estrés y autoeficacia también se dan en árbitros de otros deportes y, paralelamente, explorar si realmente la ECP puede, o no, ser un instrumento capaz de detectar a los individuos más aptos para superar satisfactoriamente las situaciones de arbitraje deportivo. Quizá la puntuación en ECP puede realmente ser útil y predictora en otros deportes en los que la presión ambiental y la necesidad de tomar decisiones rápidas y trascendentes por parte del árbitro son mucho más elevadas que en el ciclismo de carretera. lo que daría lugar a

una mayor probabilidad de vivir situaciones nuevas y poco definidas sobre las cuales la ECP sí ha mostrado tener una relación.

Referencias

- Anshel, M. H. y Weinberg, R. S. (1985). Sources of acute stress in american and australian basketball referees. *Journal of Applied Sport Psychology*, 7, 11-22.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy*. Nueva York: Freeman.
- Blasco, T. Fernández-Castro, J., Doval, E., Moix, J., Rovira, T. y Sanz, A. (1999). Competencia personal y estrés. *Ansiedad y Estrés*, 5, 261-273.
- Cantón, E. Mayor, L. y López, M. (1995). Entrevista a Robert S. Weinberg: Problemas y perspectivas de la Psicología del Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 181-190.
- Cruz, J. (1997). Asesoramiento psicológico en el arbitraje y juicio deportivos. En J. Cruz (Ed.) *Psicología del Deporte* (pp. 245-270) Madrid: Síntesis.
- Cuadras, A. y Cruz, J. (1988). Anàlisi de la freqüència cardíaca pre-partit en una parella d'àrbitres de bàsquet. *Apunts, Medicina de l'Esport*, 25, 201-207.
- Fernández Castro, J., Alvarez, M., Blasco, T., Doval, E. y Sanz, A. (1998). Validación de la Escala de Competencia Personal de Wallston: Implicaciones en el estudio del estrés. *Ansiedad y Estrés*, 4, 31-41.
- Fernández Castro, J., Rovira, T., Jiménez, O., y Torralba, E. (1996, septiembre). Estrés y competencia percibida en padres de muchachos con deficiencias mentales. *I Congreso de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*, Benidorm.
- Garcés, E. J., Elbal, P. C. y Reyes, S. (1999). Burnout en árbitros de fútbol. En G. Nieto y E.J. Garcés (Eds.) *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 628-633). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- González, A. M. (1999). Magnitud y fuentes de estrés en árbitros de baloncesto y voleibol de élite. En G. Nieto y E. J. Garcés (Eds.) *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 52-59). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca. (ed. original, 1984).
- López, M., Fernández, J.A. y Cantón, E. (1999). Factores psicológicos implicados en la actuación del árbitro asistente de fútbol. En G. Nieto y E. J. Garcés (Eds.) *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 565-570). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Nieto, G. y Garcés, E. J. (Eds.) (1999). *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de*

- la Actividad Física y el Deporte*. Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Pender, N. J., Walker, S. N., Sechrist, K. R. y Frank-Stromborg, M. (1990). Predicting health-promoting lifestyles in the work place. *Nursing Research*, 39, 6, 326-332.
- Segura, J., Virgili, C., Mora, N., Barrera, S., Coll, M., Montagut, G. y Albert, M. (1999). Toma de decisiones y experiencia en árbitros de baloncesto. En G. Nieto y E.J. Garcés (Eds.) *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 642-655). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Smith, C. A., Dobbins, C. J. y Wallston, K. A. (1991). The mediational role of perceived competence in psychological adjustment to rheumatoid arthritis. *Journal of Applied Social Psychology*, 21, 15, 1218-1247.
- Taberner, B. y Márquez, S. (1999). Estilos cognitivos en árbitros de baloncesto. En G. Nieto y E. J. Garcés (Eds.) *Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Areas de Investigación y Aplicación. VIII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 265-269). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- VanYperen, N. W. (1998). Predicting stay/leave behavior among volleyball referees. *The Sport Psychologist*, 12, 427-439.
- Wallston, K. A. (1992). Hocus-pocus, the focus isn't strictly on locus: Rotter's Social Learning Theory modified for health. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 2, 183-199.
- Weinberg, R. S. y Richardson, P. A. (1990). *Psychology of Officiating*. Champaign, Ill: Leisure Press.

Blasco, T.

Competencia personal, autoeficacia y estres en arbitros de ciclismo

Anexo

Relación de items utilizados en el estudio

Hoja nº 2

¿PUEDES, POR FAVOR, DECIRNOS:

¿Cuántos años llevas como árbitro regional? _____ años

¿Cuántas carreras, aproximadamente, arbitras cada año? (marca tu respuesta con una X en el paréntesis de la derecha)

Menos de 10 carreras ()	De 10 a 15 carreras ()
De 16 a 20 carreras ()	De 20 a 25 carreras ()
De 25 a 30 carreras ()	Más de 30 carreras ()

INDICA, POR FAVOR, QUE NIVEL DE NERVIOSISMO TE PRODUCEN LAS SIGUIENTES SITUACIONES DE ARBITRAJE.

UTILIZA PARA ELLO LA ESCALA QUE VA DE 0 (NADA EN ABSOLUTO) A 5 (MUCHISIMO), INDICANDO **CON UN CIRCULO** EL NUMERO QUE MEJOR REPRESENTA EN CADA SITUACION EL NIVEL DE NERVIOSISMO QUE EXPERIMENTAS

SITUACION	NIVEL DE NERVIOSISMO					
1. Conducir la reunión de Directores	0	1	2	3	4	5
2. Poner orden en la fila de coches	0	1	2	3	4	5
3. Discutir con un organizador	0	1	2	3	4	5
4. Discutir con un director	0	1	2	3	4	5
5. Discutir con un corredor	0	1	2	3	4	5
6. Coger la llegada	0	1	2	3	4	5
7. Tomar decisiones en situaciones anormales	0	1	2	3	4	5
8. Que en la prueba haya TV, radio y prensa, en general	0	1	2	3	4	5
9. Recibir insultos del público	0	1	2	3	4	5
10. Tener que hacer largos desplazamientos para acudir a las carreras	0	1	2	3	4	5
11. Trabajar con compañeros poco preparados	0	1	2	3	4	5
12. Pensar que puedes tener un accidente	0	1	2	3	4	5
13. Sacrificar la vida familiar o personal para acudir a las carreras	0	1	2	3	4	5

Blasco, T.

Competencia personal, autoeficacia y estrés en árbitros de ciclismo

Blasco, T.

Competencia personal, autoeficacia y estres en arbitros de ciclismo

Hoja nº 3

INDICA, POR FAVOR, EN QUE MEDIDA TE SIENTES CAPACITADO PARA REALIZAR LAS SIGUIENTES ACCIONES DE ARBITRAJE.

UTILIZA PARA ELLO LA ESCALA QUE VA DE 0 (NADA CAPACITADO) A 5 (TOTALMENTE CAPACITADO), INDICANDO **CON UN CIRCULO** EL NUMERO QUE MEJOR REPRESENTA EL NIVEL DE CAPACITACION QUE CREES TENER

SITUACION	NIVEL DE CAPACITACION					
1. Conducir la reunión de Directores	0	1	2	3	4	5
2. Poner orden en la fila de coches	0	1	2	3	4	5
3. Convencer a un organizador de que su reclamación no es adecuada y que no la puedes aceptar	0	1	2	3	4	5
4. Convencer a un director de que su reclamación no es adecuada y que no la puedes aceptar	0	1	2	3	4	5
5. Convencer a un corredor de que su reclamación no es adecuada y que no la puedes aceptar	0	1	2	3	4	5
6. Coger la llegada	0	1	2	3	4	5
7. Tomar decisiones correctas en situaciones anormales	0	1	2	3	4	5
8. Colocarse en la posición correcta para controlar la cabeza de carrera	0	1	2	3		
4					5	
9. Llevar satisfactoriamente la carrera a pesar de tener compañeros poco preparados	0	1	2	3	4	5
10. Vigilar los grupos de rezagados para que no haya infracciones	0	1	2	3	4	5