

Relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en jugadores de balonmano playa¹

Juan Pablo Morillo Baro*, Rafael E. Reigal Garrido**
y Antonio Hernández-Mendo*

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SPORTS PSYCHOLOGICAL PROFILE AND COMPETITIVE ANXIETY IN BEACH HANDBALL PLAYERS

KEYWORDS: Psychological profile, Anxiety, Self-confidence, Beach handball.

ABSTRACT: The aim of this research was to examine the relationship between the sports psychological profile and competitive anxiety in a group of beach handball players. 112 under-19's and adult players aged between 17 and 32 years ($M = 23.23$; $SD = 6.81$) took part in the study. 55.36% of the participants were male ($n = 62$) and 44.64% were female ($n = 50$). The *Psychological Inventory of Sports Performance* (IPED) was used to analyse the psychological profile of the participants and the *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) to evaluate their state of anxiety and self-confidence. The correlation of the analysis and linear regression carried out revealed significant relationships between the studied constructs. For the total sample, negative coping control and motivational level were the best predictors of anxiety, with negative and positive coping control being the most important predictors of confidence. Some differences existed depending on gender in all the models. The results found revealed a relationship between the variables analysed and they suggest that knowledge about psychological sporting profiles could help analyse the state of anxiety and confidence in athletes.

En el deporte de competición, es esencial el conocimiento y el control de los factores (físicos, técnicos, psicológicos...) que influyen en el rendimiento. Específicamente, el análisis de las variables psicológicas constituye una de las áreas que está acaparando un gran interés en los últimos años (García-Calvo, Sánchez Miguel, Leo, Sánchez Oliva y Amado, 2011; Luckwü y Guzmán, 2011). La motivación, la atención, la ansiedad, la autoconfianza, los estados de ánimo, las orientaciones de meta o el ajuste emocional, son algunos ejemplos de variables que se están evaluando principalmente en situaciones de competición (Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2010; Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz, 2013).

En el conjunto de factores psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo, la ansiedad ha sido una de las variables más analizadas en los diferentes deportes (Han, Kim y Zaichkowsky, 2013; Molina, Sandín y Chorot, 2014). Valorar la complejidad de la tarea que se va a afrontar, la importancia de la competición o la capacidad para llevarla a cabo con éxito son elementos que puede conllevar su aparición, sobre todo si existe cierta incertidumbre sobre las posibilidades que se tienen para superarla adecuadamente (Andrade, Lois y Arce, 2007).

Los estados de ansiedad a los que se enfrentan los deportistas

en una competición pueden definirse a través de los componentes ansiedad somática y cognitiva, siendo la percepción de eficacia un elemento de juicio que actuaría como moduladora de las anteriores (Pinto y Vázquez, 2013).

En el conjunto de instrumentos disponibles para analizar estos constructos, el *Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2* (CSAI-2; Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith, 1990) es una de las herramientas más utilizadas para este propósito, el cual permite analizar la ansiedad cognitiva, somática y la autoconfianza.

Aunque la confianza que el deportista posee en sí mismo no es una medida directa de su ansiedad, en la literatura científica los resultados de las investigaciones coinciden en sugerir que a menor ansiedad mayor rendimiento deportivo y mayor autoconfianza (León-Prados, Fuentes y Calvo, 2011; López-Torres, Torregrosa y Roca, 2007); también concuerdan en que la ausencia o bajos niveles de autoconfianza podría sugerir la presencia de un nivel mayor de ansiedad cognitiva (Martens, Vealey y Burton, 1990; Pinto y Vázquez, 2013); y que parece que a los deportistas con elevados niveles de ansiedad les repercute negativamente en su rendimiento (García-Mas et al., 2011; Ries, Castañeda, Campos y del Castillo, 2012).

Correspondencia: Antonio Hernández-Mendo. Departamento de Psicología Social, T.S., A.S. y E.A.O., Facultad de Psicología, Universidad de Málaga. Campus de Teatinos, s/n. 29071 Málaga. E-mail: mendo@uma.es

¹ Esta investigación fue financiada por el proyecto de investigación "Observación de la interacción en deporte y actividad física: Avances técnicos y metodológicos en registros automatizados cualitativos-cuantitativos" (Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación del Ministerio de Economía y Competitividad. DEP2012-32124. Trienio 2012-2015) y por el grupo "Evaluación Psicosocial en Contextos Naturales: Deporte y Consumo (SEJ 444)" (Junta de Andalucía. Consejería de Innovación, Ciencia y Empresa).

* Facultad de Psicología. Universidad de Málaga.

** Grupo Investigación CTS-642 IDAFISAD, Universidad de Granada.

Fecha de recepción: 13 de Abril de 2015. Fecha de aceptación: 6 de Octubre de 2015.

Específicamente no existen muchos trabajos que analicen las diferencias entre género. No obstante, se pueden consultar algunos estudios que han puesto de manifiesto que el género femenino tenía puntuaciones más altas que el masculino en las escalas de ansiedad cognitiva y ansiedad somática, y más bajas en la escala de autoconfianza (Martens et al., 1990; Sewell y Edmondson, 1996). Otros refieren que los deportistas más expertos manifiestan menores valores de intensidad en los síntomas de ansiedad y mayores valores de autoconfianza percibida (Lundqvist, Kenttä y Raglin, 2011). Asimismo, algunos autores señalan diferencias en la interpretación de los síntomas en relación con el tipo de deporte y la experiencia en competición (Mellalieu, Hanton y O'Brien, 2004).

Por otro lado, se entiende que la ansiedad está influida por diferentes aspectos psicológicos, por lo que el estudio de las relaciones que se establecen entre las diferentes variables resulta imprescindible para tener un conocimiento más profundo. Como ejemplo, Ortín-Montero, De la Vega y Gosálvez-Botella (2013) observaron, en un grupo de jugadores juveniles de balonmano sala, que los perfiles de personalidad optimista estaban asociados a menores índices de ansiedad fisiológica y a una mayor autoeficacia.

Se considera muy útil conocer el perfil del deportista para obtener una información previa de su funcionamiento mental, pues permite obtener información acerca de sus habilidades psicológicas relacionadas con la competición y valorar los parámetros necesarios para controlar los procesos de ansiedad, prediciendo y mejorando el rendimiento deportivo (Hernández-Mendo, 2006; Massuça, Frago y Teles, 2014). Uno de los instrumentos disponibles para evaluar el perfil psicológico deportivo es el *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva* (IPED) (Hernández-Mendo, 2006; Hernández-Mendo, Morales-Sánchez y Peñalver, 2014), el cual ha sido utilizado en diversos trabajos (Álvarez, Falco, Estevan, Molina-García y Castillo, 2013; Álvarez, Estevan, Falcó, Hernández-Mendo y Castillo, 2014; Berengüi, García-Pallares, López, Garcés de los Fayos, Cuevas-Caravaca y Martínez-Abellán, 2012; Gómez López, Granero Gallegos e Isorna Folgar, 2013; Izquierdo, Ruiz, Navarro, Mendoza, Rodríguez y Brito, 2006; López-Cazorla, Hernández-Mendo, Reigal y Morales-Sánchez, 2015; López-Gullón, García-Pallarés, Berengüi, Martínez-Moreno, Morales-Baños, Torres-Bonete y Díaz, 2011) y recoge información sobre los siguientes factores: autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo-imaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal.

El balonmano, al igual que otros deportes colectivos, ha sido objeto de estudio para la psicología deportiva, sin embargo la modalidad de balonmano playa ha sido poco documentada hasta el momento (Massuça et al., 2014; Ortín-Montero et al., 2013). Además, aunque específicamente sí se ha investigado en otros deportes (Jaenes, Peñalosa, Navarrete y Bohórquez, 2012; Parry, Chinnasamy, Papadopoulou, Noakes y Micklewright, 2011), en la literatura científica no se encuentran estudios que analicen conjuntamente los perfiles psicológicos y su relación con los estados de ansiedad en el balonmano playa.

Por ello el objetivo del presente trabajo fue analizar las relaciones entre las diferentes habilidades psicológicas evaluadas por el *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva* (IPED) con la ansiedad competitiva y la autoconfianza en una muestra de jugadores de balonmano playa.

Método

Participantes

En el estudio participaron 112 jugadores de balonmano playa sub-19 y senior con edades entre 17 y 32 años ($M = 23.23$; $DE = 6.81$). El 55.36% eran de género masculino ($n = 62$) y el 44.64% eran de género femenino ($n = 50$). El conjunto de la muestra competía en alto nivel; así, el 66% de los participantes jugaban en equipos que participaron en la fase final del campeonato de España ($n = 74$) y el 34% restante en la selección nacional ($n = 38$).

Instrumentos y material

Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2 (CSAI-2; Martens et al., 1990). Se utilizó la versión en castellano de este cuestionario (Capdevila, 1997), que permite evaluar la ansiedad competitiva a través de 27 ítems, los cuales se estructuran en tres factores: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. Este instrumento se responde mediante escala tipo Likert de 1 (*casi nunca*) a 5 (*casi siempre*). Los análisis de fiabilidad ofrecieron para este trabajo un Alfa de Cronbach de .67. Los valores de consistencia interna por dimensión fueron: Ansiedad Cognitiva = .57, Ansiedad Somática = .79 y Autoconfianza = .83.

Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED; Hernández-Mendo, 2006; Hernández-Mendo et al., 2014). Este cuestionario es la adaptación en castellano del *Psychological Performance Inventory* (PPI) de Loehr (1986, 1990) y es empleado para valorar diferentes habilidades del perfil psicológico competitivo del deportista. Constituido por 42 ítems, se divide en los siguientes factores: autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuo-imaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal. A este cuestionario se responde mediante escala tipo Likert de 1 (*casi nunca*) a 5 (*casi siempre*). Los análisis de fiabilidad ofrecieron para este trabajo un Alfa de Cronbach de .89. Los valores de consistencia interna por dimensión fueron: Autoconfianza = .73, Control de Afrontamiento Negativo = .61, Control Atencional = .62, Control Visuo-imaginativo = .80, Nivel Motivacional = .60, Control de Afrontamiento Positivo = .65 y Control Actitudinal = .64.

Procedimiento

La captación de la muestra se realizó mediante reuniones con los responsables de los equipos participantes; en ellas se les pidió colaboración, se les explicó la finalidad del estudio, se obtuvo el consentimiento informado de todos y el permiso de los padres de los participantes menores de edad. Los datos fueron recogidos el día antes del inicio de la competición. Los deportistas rellenaron los cuestionarios explicándoles previamente cómo debían hacerlo. Además, durante todo el proceso de investigación se respetaron los principios éticos de la declaración de Helsinki (2000).

Análisis de los datos

Los datos fueron sometidos a análisis descriptivos e inferenciales. Se comprobó, además, la normalidad de los mismos (Kolmogorov-Smirnov) y la consistencia interna de las diferentes escalas (α de Cronbach). Para analizar las correlaciones entre las medidas objeto de estudio se utilizó el coeficiente bivariado de Pearson. La capacidad predictiva del perfil psicológico de los deportistas sobre los niveles de ansiedad se evaluó mediante

análisis de regresión lineal (pasos sucesivos). Para el procesamiento estadístico de los datos se ha usado el programa informatizado IBM SPSS Statistics, versión 20.

Resultados

La Tabla 1 muestra los estadísticos descriptivos de las variables objeto de estudio, así como los análisis de normalidad de los datos.

	Total						Masculino						Femenino					
	M	DE	A	K	Z	Sig	M	DE	A	K	Z	Sig	M	DE	A	K	Z	Sig
<i>IPED</i>																		
AC	24.00	3.58	-.24	-.64	1.04	.230	24.63	3.69	-.65	-.13	.99	.280	23.22	3.32	.26	-.62	.91	.385
CAN	20.49	3.54	-.09	-.32	.85	.467	21.02	3.56	-.11	.07	.75	.631	19.84	3.44	-.11	-.83	.75	.621
CAT	21.05	2.92	-.03	.13	.93	.360	20.92	3.17	-.29	-.30	.91	.383	21.22	2.60	.65	.80	.86	.447
CVI	22.72	4.58	-.69	.48	1.33	.060	23.18	4.81	-.85	.40	1.10	.178	22.46	3.80	.02	-.66	.85	.455
NM	24.91	3.29	-.45	-.04	1.01	.268	25.34	3.33	-.41	-.42	1.01	.270	24.38	3.18	-.62	.58	.69	.731
CAP	24.47	3.16	.42	-.14	1.03	.240	24.84	3.18	-.28	-.53	.75	.641	24.02	3.11	-.68	.27	1.07	.202
CACT	23.80	3.05	-.01	-.57	.88	.413	23.81	3.11	-.14	-.37	.97	.301	23.80	3.01	.16	-.80	.73	.653
<i>CSAI</i>																		
COG	31.78	3.48	.09	-.42	.93	.347	30.85	3.31	.35	.20	.88	.423	32.92	3.38	-.22	-.44	.78	.570
SOM	23.35	6.25	.03	-.92	1.04	.226	21.76	5.89	.41	-.43	1.04	.231	25.32	6.18	-.47	-.65	.82	.515
AUT	35.72	5.17	-.32	-.39	.90	.392	37.03	5.16	-.70	.33	.92	.371	34.10	4.76	-.02	-.45	.59	.884

Nota: M = Media; DE = Desviación típica; A = Asimetría; K = Curtosis; Z = Kolmogorov-Smirnov; Sig = Valores de Significación; IPED = Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva; AC = Autoconfianza; CAN = Control de Afrontamiento Negativo; CAT = Control Atencional; CVI = Control Visuo-imaginativo; NM = Nivel Motivacional; CAP = Control de Afrontamiento Positivo; CACT = Control Actitudinal; CSAI = Inventario del Estado de Ansiedad en Competición; COG = Ansiedad Cognitiva; SOM = Ansiedad Somática; AUT = Autoconfianza.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de los factores del IPED y del CSAI-2.

Como se puede observar, los resultados mostraron que la distribución de los datos para cada una de las escalas seguía una tendencia normal (1.33 – 0.59). Además, las asimetrías y curtosis son pequeñas o moderadas para todas las variables.

En la Tabla 2 se ofrecen las correlaciones de Pearson observadas entre las variables.

	COG	SOM	AUT	COG	SOM	AUT	COG	SOM	AUT
AC	-.09	-.23*	.60***	-.18	-.39**	.60***	.16	.08	.56***
CAN	-.34***	-.44***	.48***	-.38**	-.56***	.66***	-.22	-.24	.17
CAT	-.07	-.21*	.45**	-.12	-.35**	.52**	-.03	-.05	.44**
CVI	.27**	.07	.29**	.18	.09	.21	.52***	.07	.31*
NM	.31**	.05	.41***	.25	-.08	.44***	.54***	.30*	.33*
CAP	.14	-.08	.55***	.06	-.28*	.63***	.35*	.24	.42**
CACT	.07	-.10	.52***	-.12	-.30*	.59***	.33*	.13	.47***

Nota: IPED = Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva; AC = Autoconfianza; CAN = Control de Afrontamiento Negativo; CAT = Control Atencional; CVI = Control Visuo-imaginativo; NM = Nivel Motivacional; CAP = Control de Afrontamiento Positivo; CACT = Control Actitudinal; CSAI-2 = Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2; COG = Ansiedad Cognitiva; SOM = Ansiedad Somática; AUT = Autoconfianza.

*p < .05; **p < .01; ***p < .001.

Tabla 2. Nivel de correlación (Pearson) entre los factores del IPED y el CSAI-2.

En la Tabla 3 se muestran los análisis de regresión lineal efectuados (utilizando la técnica de pasos sucesivos), siendo las variables predictoras en cada modelo las dimensiones del IPED y las variables criterio cada factor CSAI-2. Este procedimiento ha sido utilizado para identificar aquellos factores del IPED que permitan pronosticar el valor de las variables de ansiedad cognitiva y somática, así como la autoconfianza, indicando la

variable con mayor capacidad de predicción y el modelo más adecuado. Las variables excluidas en los diversos casos no están presentes por falta de significancia (p > .05). Además, se han excluido las variables autoconfianza del IPED para el análisis de la autoconfianza del CSAI-2 por la similitud de los constructos. Los datos cumplen los supuestos básicos del modelo de regresión lineal, como la linealidad en la relación entre variables predictoras

y criterio, así como la homocedasticidad y distribución normal de los residuos, cuyo valor medio es 0 y la desviación típica prácticamente 1 (.99). Además, los valores de Durbin-Watson son satisfactorios dado que se encuentran en un rango entre 1.67 y 2.31. Pardo y Ruiz (2005) consideran que cuando el estadístico

se encuentra entre 1.5 y 2.5 se puede asumir que los residuos son independientes. Por otro lado, los estadísticos de colinealidad indican valores adecuados de inflación de la varianza (entre 1.00 y 1.39) y del índice de tolerancia (entre .72 y 1.00) (Hair, Anderson, Tatham y Black, 1999).

Variable criterio (CSAI)	M	R	R ²	D-W	Variables Predictoras (IPED)	Beta	t	T	FIV
<i>A. Cognitiva</i>									
Total	1	.35	.11	1.81	(Constante)		20.87***		
					CAN	-.346	-3.85***	1.00	1.00
Masculino	2	.52	.26	1.81	(Constante)		11.81***		
					CAN	-.425	-5.07***	.96	1.05
					NM	.396	4.72***	.96	1.05
Femenino	1	.38	.13	2.11	(Constante)		15.74***		
					CAN	-.384	-3.19**	1.00	1.00
	2	.52	.25	2.11	(Constante)		9.46***		
					CAN	-.475	-4.12***	.94	1.07
					NM	.370	3.21**	.94	1.07
Femenino	1	.54	.27	1.90	(Constante)		5.98***		
					NM	.536	4.40***	1.00	1.00
	2	.60	.33	1.90	(Constante)		5.38***		
					NM	.364	2.65*	.72	1.39
					CVI	.327	2.39*	.72	1.39
Femenino	3	.66	.39	1.90	(Constante)		5.95***		
					CAN	-.255	-2.28*		
					NM	.394	2.99**		
					CVI	.310	2.36*		
<i>A. Somática</i>									
Total	1	.44	.19	1.70	(Constante)		12.48***		
					CAN	-.439	-5.12***	1.00	1.00
Masculino	1	.58	.33	1.67	(Constante)		11.19***		
					CAN	-.586	-5.56***	1.00	1.00
Femenino	1	.30	.07	1.90	(Constante)		1.67		
					NM	.303	2.21*	1.00	1.00
<i>Autoconfianza</i>									
Total	1	.55	.29	1.92	(Constante)		4.33***		
					CAP	.547	6.81***	1.00	1.00
	2	.60	.35	1.92	(Constante)		3.27**		
					CAP	.423	4.89***	.80	1.26
					CAN	.274	3.17**	.80	1.26
Masculino	1	.64	.40	1.67	(Constante)		5.70***		
					CAN	.640	6.39***	1.00	1.00
Femenino	2	.72	.50	1.67	(Constante)		2.22*		
					CAN	.432	4.01***	.80	1.26
					CAP	.391	3.64**	.80	1.26
Femenino	1	.47	.20	2.31	(Constante)		3.42**		
					CACT	.468	3.66**	1.00	1.00
	2	.54	.26	2.31	(Constante)		1.70		
					CACT	.345	2.57*	.80	1.26
					CAT	.297	2.21*	.80	1.26

Nota. IPED = Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva; CAN = Control de Afrontamiento Negativo; CAT = Control Atencional; CVI = Control Visuo-imaginativo; NM = Nivel Motivacional; CAP = Control de Afrontamiento Positivo; CACT = Control Actitudinal; CSAI-2 = Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2.

M = Modelo; D-W = Durbin-Watson; T = Índice de Tolerancia; FIV = Factor de Inflación de la Varianza. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Tabla 3. Análisis de regresión lineal (pasos sucesivos).

Tal y como se puede observar en la Tabla 3, los análisis indican que el mejor modelo para explicar la ansiedad cognitiva ha incluido a los predictores Control de afrontamiento negativo y Nivel motivacional, tanto para la muestra total ($R = .52$; R^2 corregida = .26; $F = 19.99$; $p < .001$) como para el género masculino ($R = .52$; R^2 corregida = .25; $F = 11.05$; $p < .001$). Para el género femenino, además de estos dos factores incluye el Control visuo-imaginativo ($R = .66$; R^2 corregida = .39; $F = 11.53$; $p < .001$).

Por otro lado, los resultados indican que el mejor modelo para explicar la ansiedad somática incluye al predictor Control de afrontamiento negativo para la muestra total ($R = .44$; R^2 corregida = .19; $F = 28.42$; $p < .001$) y para el género masculino ($R = .58$; R^2 corregida = .33; $F = 30.86$; $p < .001$). Para el género femenino, la variable que mejor predice este tipo de ansiedad es el Nivel motivacional ($R = .30$; R^2 corregida = .07; $F = 4.86$; $p < .05$).

Asimismo, los análisis indican que el mejor modelo para explicar la autoconfianza ha incluido a los predictores Control de afrontamiento negativo y Control de afrontamiento positivo tanto para la muestra total ($R = .60$; R^2 corregida = .35; $F = 30.15$; $p < .001$) como para el género masculino ($R = .72$; R^2 corregida = .50; $F = 31.27$; $p < .001$). Para el género femenino el modelo estuvo compuesto por los factores Control actitudinal y Control atencional ($R = .54$; R^2 corregida = .26; $F = 9.70$; $p < .001$).

Discusión

El objetivo de la presente investigación fue analizar las relaciones entre el perfil psicológico de una muestra de jugadores de balonmano playa con los niveles de ansiedad competitiva y la autoconfianza. Asimismo, se ha pretendido analizar la capacidad predictiva del perfil psicológico sobre las medidas de ansiedad y confianza. Los resultados han mostrado asociaciones significativas entre los constructos estudiados y las habilidades psicológicas de los deportistas, siendo predictoras las variables del perfil psicológico deportivo tanto del estado de ansiedad como de la autoconfianza. Por consiguiente, los resultados de los análisis realizados satisfacen los objetivos planteados y se sitúan en la línea de otros trabajos en diferentes disciplinas deportivas (Massuça et al., 2014; Parry et al., 2011).

Concretamente, los resultados de los análisis de regresión lineal han indicado que el mejor modelo para explicar la ansiedad cognitiva incluye a los predictores control de afrontamiento negativo y nivel motivacional, tanto para la muestra total como para el género masculino. Para el género femenino, además de estos dos factores, ha incluido el control visuo-imaginativo. Que el control de afrontamiento negativo se haya mostrado como la principal variable predictor de la ansiedad cognitiva es coherente con lo manifestado en otras investigaciones en otros deportes (Kuan y Roy, 2007; Mohamad, Omar-Fauzee y Abu, 2009). Esto indicaría que sería interesante entrenar la capacidad para afrontar eventos negativos durante la competición.

Por otro lado, existen trabajos que han analizado la influencia de los niveles motivacionales en el desarrollo de la ansiedad cognitiva que podrían justificar los resultados encontrados. Aunque no se pueden extraer resultados concluyentes, se ha puesto de manifiesto que la intensidad de ciertos climas motivacionales producirían un incremento de la ansiedad (García-Mas et al., 2011; García-Mas et al., 2015). Aunque no se ha analizado el clima motivacional en este trabajo, el tipo de motivación desarrollada, una elevada intensidad con la que se

perciben y una deficiente gestión de la misma, podrían ocasionar un aumento de la ansiedad. No obstante, para extraer conclusiones sólidas sobre este aspecto sería necesario profundizar en futuros estudios para especificar mejor las relaciones entre las variables analizadas.

Además, estos datos también podrían ser interpretados a partir de las características específicas de este deporte. En esta modalidad de balonmano existe una elevada incertidumbre en el resultado debido al sistema de reglas del juego, sobre todo cuando el partido se resuelve en el desempate de sets (*shoot out*). Es probable que un exceso de motivación unida a la incertidumbre en el resultado pudiera provocar una gestión negativa de la propia activación y desembocar en un aumento de la ansiedad.

Para el género femenino, los resultados han mostrado además que el control visuoimaginativo ha sido predictor de la ansiedad cognitiva. Estos resultados son contrarios a los mostrados en las investigaciones orientadas a verificar el principio de Carpenter (1894), el cual postulaba que al imaginar un movimiento se produce un patrón de impulsos neurológicos asociados, aunque de menor magnitud, que el que se produce al llevar a cabo el movimiento real; estas excitaciones nerviosas serían, cualitativamente, idénticas a las observadas durante la ejecución real. Desde estos inicios, el debate sobre la eficacia de estas técnicas y su repercusión en el rendimiento deportivo es amplio (Durand, Hall y Haslam, 1997; Hird, Landers, Thomas y Horan 1991).

Actualmente, se considera que la imaginería es un facilitador del aprendizaje y del rendimiento, aunque su empleo y entrenamiento no está tan consolidado como el entrenamiento físico (Driskell, Copper y Moran, 1994). Por ello, es una habilidad que debe ser entrenada, y no correlacionada específicamente con la experiencia deportiva (Hernández-Mendo, 2002), sino que debe existir una práctica deliberada de la habilidad concreta para mejorar su uso y mejorar el rendimiento deportivo (Díaz, 2010). Asimismo, como muestran en sus investigaciones Cumming y Hall (2002) y Pablos (2005), los deportistas de alto nivel consideran el empleo de esta práctica como más importante y la utilizan más, sin embargo los aficionados no tienen una percepción tan clara de su utilidad. Por tanto, los resultados encontrados en este trabajo podrían estar condicionados por la ausencia de entrenamiento específico de esta habilidad, lo que provocaría, a su vez, la aparición de un tipo de imaginería, la negativa, al relacionarla con un mal resultado anticipando posibles estados emocionales negativos durante la competición.

Por otro lado, al igual que con la ansiedad cognitiva, los resultados indican que el mejor modelo para explicar la ansiedad somática incluye al predictor control de afrontamiento negativo para la muestra total y para el género masculino. La literatura consultada muestra relaciones significativas entre este constructo y el rendimiento (Kuan y Roy, 2007; Mohamad et al., 2009). Pero para el género femenino, la variable que mejor predice este tipo de ansiedad es el nivel motivacional, quizás debido a una menor experiencia competitiva y peor gestión de estas situaciones de ansiedad cognitiva antes descritas. Estas diferencias a favor de los hombres en control del afrontamiento negativo parecen lógicas, ya que, como se ha comentado, un recurso clave para el afrontamiento de situaciones deportivas adversas es la autoconfianza; ampliamente referenciado como mayor en los hombres que en las mujeres (Álvarez et al., 2014).

En relación a la autoconfianza, en este estudio los resultados indican que el mejor modelo para explicarla incluye al predictor control de afrontamiento positivo y control de afrontamiento negativo para la muestra total y para el género masculino. El dominio de las actividades cognitivas y conductuales que el deportista realiza con el objetivo de enfrentarse a situaciones favorables o adversas en balonmano playa aumenta su autoconfianza. El control de las situaciones de competición refuerza su grado de certeza respecto a sus propias habilidades en la consecución del éxito. Estos resultados se muestran en la línea de los encontrados en otras investigaciones en otros deportes como el golf (Pinto y Vázquez, 2013). Para el género femenino, las variables que mejor predicen la autoconfianza son el control actitudinal y el control atencional. Esta menor capacidad de controlar el afrontamiento en las mujeres puede estar motivada por una menor condición física que le limita la realización de los gestos técnicos fundamentales en balonmano playa, como son el lanzamiento en giro y en *flight*, desembocando en una menor autoconfianza. Aunque el control actitudinal se ha relacionado positivamente con el éxito deportivo (Álvarez et al., 2014), en esta investigación destaca su poder predictivo de la autoconfianza, que a su vez es asumida como un agente facilitador para que el deportista pueda conseguir el éxito (Jaenes et al., 2012), y ha sido señalada como habilidad básica y elemental para los deportistas de un mayor nivel de rendimiento (Pinto y Vázquez, 2013).

Siendo conscientes de que una posible limitación de la investigación sea el tamaño y tipo de la muestra, dado que al no ser la mayoría de los participantes deportistas profesionales pueden afrontar la competición como recreación disminuyendo su ansiedad; se considera interesante profundizar en las relaciones que se establecen entre las diferentes variables psicológicas para poder comprender y explicar mejor el constructo nivel motivacional como predictor de la ansiedad en balonmano playa, a diferencia de los resultados de otras investigaciones en otros deportes. En general, hay que fomentar el uso de estrategias psicológicas para que los jugadores, al igual que sucede en judo, valoren este tipo de entrenamiento como muy importante para su rendimiento (Cepeda, Montero, García, León e Iglesias, 2011). Y concretamente, hay que explorar la variable control visuo-imaginativo educando a los deportistas en el valor de la imaginación (Cumming y Hall, 2002) y fomentando el empleo de programas de entrenamiento en ella (Díaz, 2010) para obtener unos resultados similares a los de otras investigaciones (Vealey, 2007). Finalmente, como conclusión se puede afirmar que el *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva* (IPED) es una forma alternativa precisa para predecir la ansiedad competitiva y se ha mostrado como un instrumento útil para trabajar con los equipos deportivos el plan de entrenamiento psicológico.

RELACIONES ENTRE EL PERFIL PSICOLÓGICO DEPORTIVO Y LA ANSIEDAD COMPETITIVA EN JUGADORES DE BALONMANO PLAYA

PALABRAS CLAVE: Perfil psicológico, Ansiedad, Autoconfianza, Balonmano playa.

RESUMEN: El objetivo de la presente investigación fue examinar las relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en una muestra de jugadores de balonmano playa. En el estudio participaron un total de 112 jugadores sub-19 y senior con edades entre 17 y 32 años ($M = 23.23$; $DE = 6.81$). Un 55.36% de género masculino ($n = 62$) y el 44.64% de género femenino ($n = 50$). Se utilizó el *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva* (IPED) para analizar el perfil psicológico deportivo de los participantes y el *Inventario del Estado de Ansiedad en Competición-2* (CSAI-2) para evaluar el estado de ansiedad y la autoconfianza. Los análisis de correlación y de regresión lineal efectuados pusieron de manifiesto relaciones significativas entre los constructos estudiados. Para el total de la muestra el control de afrontamiento negativo y el nivel motivacional fueron los mejores predictores de la ansiedad, y el control de afrontamiento negativo y positivo los predictores más importantes de la autoconfianza, existiendo algunas diferencias en función del género en todos los modelos. Los resultados hallados denotan una relación entre las variables analizadas y sugieren que el conocimiento de los perfiles psicológicos deportivos podría ayudar a analizar los estados de ansiedad y confianza en los deportistas.

A RELAÇÃO ENTRE O PERFIL PSICOLÓGICO DESPORTIVO E A ANSIEDADE COMPETITIVA EM JOGADORES DE ANDEBOL DE PRAIA

PALAVRAS-CHAVE: Perfil psicológico, Ansiedade Autoconfiança, Andebol de praia.

RESUMO: O objectivo da presente investigação foi examinar as relações entre o perfil psicológico desportivo e a ansiedade competitiva numa amostra de jogadores de andebol de praia. No estudo participaram um total de 112 jogadores sub-19 e sénior com idade compreendida entre os 17 e os 32 anos ($M = 23.23$; $DP = 6.81$). Destes, 55.36% eram do género masculino ($n = 62$) e 44.64% do género feminino ($n = 50$). Foi utilizado o *Questionário Psicológico de Execução Desportiva* (IPED) para analisar o perfil psicológico desportivo dos participantes e o *Questionário de Estado de Ansiedade em Competição* (CSAI-2) para avaliar o estado de ansiedade e autoconfiança. As análises de correlação e de regressão linear efectuadas evidenciam relações significativas entre os construtos estudados. Para o total da amostra, o coping negativo e o nível motivacional foram os melhores preditores de ansiedade, e o coping negativo e positivo os preditores mais importantes de autoconfiança, existindo algumas diferenças em função do género em todos os modelos. Os resultados encontrados denotam uma relação entre as variáveis analisadas e sugerem que o conhecimento dos perfis psicológicos desportivos poderiam ajudar a analisar os estados de ansiedade e confiança dos desportistas.

Referencias

- Álvarez, O., Estevan, I., Falcó, C., Hernández-Mendo, A. y Castillo, I., (2014). Perfil de habilidades psicológicas en taekwondistas universitarios y su relación con el éxito en competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 13-20.
- Álvarez, O., Falco, C., Estevan, I., Molina-García, J. y Castillo, I. (2013). Intervención psicológica en un equipo de gimnasia rítmica deportiva: Estudio de un caso. *Revista de Psicología Del Deporte*, 22(2), 395-401.
- 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, 150-155.
- Berengüi, R., García-Pallares, J., López, J. M., Garcés de los Fayos, E. J., Cuevas-Caravaca, E. y Martínez-Abellán, A. (2012). Habilidades psicológicas fundamentales en las luchas olímpicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 19-22.
- Capdevila, L. (1997). Metodología de Evaluación en Psicología del Deporte. En J. Cruz, *Psicología del Deporte* (pp.111-145). Madrid: Síntesis.
- Carpenter, C. B. (1894). *Principles of mental physiology* (4ª ed.). Nueva York, NY: Appleton.
- Cepeda, M., Montero, C., García, L., León, B. e Iglesias, D. (2011). La percepción de judocas de distinto nivel de pericia respecto a las actividades de entrenamiento específicas que contribuyen al rendimiento. *Archivos de Medicina del Deporte*, 28, 257-264.
- Cerin, E. (2003). Anxiety versus fundamental emotions as predictors of perceived functionality of pre-competitive emotional states, threat, and challenge in individual sports. *Journal of Applied Psychology*, 15, 223-238.
- Cumming, J. y Hall, C. R. (2002). Deliberate imagery practice: the development of imagery skills in competitive athletes. *Journal of Sports Sciences*, 20, 137-145.
- Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial. (2000). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Recuperado de: <http://www.wma.net/es/30publications/10policies/b3/>
- Díaz, J. (2010). *Estrategias cognitivas en algunos deportes individuales y de adversario*. (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, Málaga.
- Driskell, J. E., Copper, C. y Moran, A. (1994). Does mental practice enhance performance? *Journal of Applied Psychology*, 79, 481-491.
- Durand, M., Hall, C. y Haslam, I. R. (1997). The effects of combining mental and physical practice on motor skill acquisition: A review of the literature and some practical implications. *The Hong Kong Journal of Sports Medicine and Sports Science*, 4, 36-41.
- García-Calvo, T., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D. y Amado, D. (2011). Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25, 266-276.
- García-Mas, 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, 197-207.
- García-Mas, A., Fuster-Parra, P., Ponseti, F. J., Palou, P., Olmedilla, A. y Cruz, J. (2015). Análisis bayesiano de la motivación, el clima motivacional y la ansiedad en jóvenes jugadores de equipo. *Anales de Psicología*, 31, 355-366.
- Gómez López, M., Granero Gallegos, A., e Isorna Folgar, M. (2013). Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Evaluación Psicológica*, 35(1), 57-76.
- Hair, J. E., Anderson, R. E., Tatham, R. L. y Black, W. (1999). *Análisis multivariante*. Madrid: Prentice Hall.
- Han, D. H., Kim, S. M. y Zaichkowsky, L. (2013). Insecure attachment and anxiety in student athletes. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 53, 274-282.
- Hernández-Mendo, A. (2002). Imágenes mentales en el deporte. En J. Dosal (Ed.), *Psicología y rendimiento deportivo*. (pp. 83-102). Ourense: Gersam.
- Hernández-Mendo, A. (2006). Cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte*, 15, 71-93.
- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V. y Peñalver, I. (en prensa). Replicación de las propiedades psicométricas del *Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva*. *Revista de Psicología del Deporte*.
- Hird, J. S., Landers, D. M., Thomas, J. R. y Horan, J. J. (1991). Physical practice is superior to mental practice in enhancing cognitive and motor task performance. *Journal of Sport and Exercise*, 8, 281-293.
- Izquierdo, J., Ruiz, J., Navarro, R., Mendoza, M., Rodríguez, M. y Brito, M. (2006). Habilidades psicológicas de ejecución deportiva en jugadores de fútbol de Gran Canaria. *Canarias Médica Y Quirúrgica*, 4(10), 39-48.
- Jaenes, J. C., Peñalosa, R., Navarrete, K. G. y Bohórquez, M^o. R. (2012). Ansiedad y autoconfianza precompetitiva en triatletas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7, 113-124.
- Kuan, G. y Roy, J. (2007). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among wushu athletes. *Journal of Sports Science & Medicine*, 6, 28-33.
- León-Prados, J. A., Fuentes, I. y Calvo, A. (2011). Ansiedad estado y autoconfianza precompetitiva en gimnastas. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 22, 76-91.
- Loehr, J. E. (1986). *Mental toughness training for sports: Achieving athletic excellence*. Lexington, KY: Stephen Greene Press.
- Loehr, J. E. (1990). *The Mental Game*. New York: Plum Book.
- López-Cazorla, R., Hernández-Mendo, A., Reigal, R. y Morales-Sánchez, V. (2015). Relaciones entre el autoconcepto y el perfil psicológico deportivo en triatletas. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 15(2), 95-102.
- López-Gullón, J. M., García-Pallarés, J., Berengüi, R., Martínez-Moreno, A., Morales-Baños, V., Torres-Bonete, M.D. y Díaz, A. (2011). Factores físicos y psicológicos predictores del éxito en lucha olímpica. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 573-588.
- López-Torres, M., Torregrosa, M. y Roca, J. (2007). Características del "Flow", ansiedad y estado emocional en relación con el rendimiento de deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7, 25-44.
- Luckwü, R. M. y Guzmán, J. F. (2011). Deportividad en balonmano: un análisis desde la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 305-320.
- Lundqvist, C., Kenttä, G. y Raglin, J.S. (2011). Directional anxiety responses in elite and sub-elite young athletes: intensity of anxiety symptoms matters. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21, 853-862.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A. y Smith, D. E. (1990). Development and validation of the *Competitive State Anxiety Inventory-2*. En R. Martens, R.S. Vealey y D. Burton (Eds.), *Competitive anxiety in sport* (pp. 127-140). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Vealey, R. S. y Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Massuça, L. M., Fragoso, I. y Teles, J. (2014). Attributes of top elite team-handball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28, 178-186.
- Mellalieu, S. D., Hanton, S. y O'Brien, M. (2004). Intensity and direction of competitive anxiety as a function of sport type and experience. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 14, 326-334.
- Mohamad, A., Omar-Fauzee, M. S. y Abu, B. (2009). The affect of higher score of mental toughness in the early stage of the league towards winning among malaysian football players. *Research Journal of International Studies*, 12, 67-78.
- Molina, J., Sandín, B. y Chorot, P. (2014). Sensibilidad la ansiedad y presión psicológica: Efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 45-54.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. y González-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self-determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de Psicología*, 26, 390-399.
- Ortín-Montero, F. J., De la Vega, R. y Gosálvez-Botella, J. (2013). Optimismo, ansiedad-estado y autoconfianza en jóvenes jugadores de balonmano. *Anales de Psicología*, 29, 637-641.
- Pablos, A. (2005). *Valoración de las capacidades físicas y cognitivas en corredores de orientación de la categoría hombres-élite*. (Tesis doctoral). Universidad de Valencia, Valencia.
- Pardo, A. y Ruiz, M. A. (2005). *Análisis de datos con SPSS 13 Base*. Madrid: McGraw Hill.
- Parry, D., Chinnasamy, C., Papadopoulou, E., Noakes, T. y Micklewright, D. (2011). Cognition and performance: anxiety, mood and perceived exertion among Ironman triathletes. *British Journal of Sports Medicine*, 45, 1088-1094.
- Pinto, M. F. y Vázquez, N. (2013). Ansiedad estado competitiva y estrategias de afrontamiento: su relación con el rendimiento en una muestra argentina de jugadores amateurs de golf. *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 47-52.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C. y Cruz, J. (2013). El apoyo a la autonomía generado por entrenadores, compañeros y padres y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. *Anales de Psicología*, 29, 243-248.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M. C. y del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12, 9-16.
- Sewell, D. F. y Edmondson, A. M. (1996). Relationships between field position and pre-match Competitive State Anxiety in soccer and field hockey. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 159-172.
- Vealey, R. (2007). Mental Skills Training in Sport. En G. Tenenbaum y R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (3ª Ed.), 287-309. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons, Inc.