



2013, 19(1), 83-93

ANSIEDAD, SATISFACCIÓN, PERCEPCIÓN Y CREENCIAS SOBRE LAS CAUSAS DEL ÉXITO EN ATLETAS VETERANOS ESPAÑOLES

Francisco Ruiz-Juan y Antonio Zarauz Sancho

Universidad de Murcia

Resumen: El objetivo de esta investigación es conocer la ansiedad precompetitiva, satisfacción intrínseca, percepción y creencias sobre las causas del éxito en atletas veteranos (mayores de 35 años) que compiten en pista, así como estudiar las relaciones entre estos constructos. También, obtener modelos predictivos suficientemente sólidos, por sexo, de su ansiedad precompetitiva. En ambos sexos existe una moderada ansiedad precompetitiva (cognitiva y somática) y alta autoconfianza, correlacionando los dos estados de ansiedad positivamente entre sí y negativamente con la autoconfianza. La percepción de éxito por la tarea, en ambos sexos, es similar a la percepción por el ego, siendo poco importante usar técnicas de engaño. Se obtuvieron sólidos modelos predictores de ansiedad y autoconfianza, con ligeras diferencias entre sexos, concluyendo que la autoconfianza se puede predecir puntuando alto en diversión. Sin embargo, aunque en hombres y mujeres los dos estados de ansiedad se pueden predecir por puntuar alto en orientación al ego y empleo de técnicas de engaño, en el resto de variables predictoras se obtuvieron algunas diferencias por sexo.

Palabras clave: Ansiedad, Satisfacción, Motivación, Éxito, Autoconfianza.

Abstract: The aim of this investigation is to understand precompetitive anxiety, intrinsic satisfaction, perception and beliefs regarding the reasons for the success of experienced Spanish athletes (aged 35 and above) who are track competitors, to study how these constructs are related, and also to form, according to sex, sufficiently solid predictive models for precompetitive anxiety. Both sexes exhibit moderate precompetitive anxiety (cognitive and somatic) and high self-confidence, there being positive correlation between the two states of anxiety and negative correlation between these and self-confidence. For both sexes, perception of the task's success is similar to the perception of ego, as using deceptive techniques is not important. Solid predictive models for anxiety and self-confidence were formed, with slight differences between the sexes, leading to the conclusion that self-confidence can be predicted by a high score for enjoyment. Whereas in both men and women the two states of anxiety can be predicted by high scores in ego orientation and use of deception techniques, the rest of the predictive variables showed some differences according to sex.

Key words: Anxiety, Satisfaction, Motivation, Success, Self-confidence.

Title: *Anxiety, satisfaction, perception and beliefs about the causes of success in Spanish master athletes*

El deporte de competición gira en torno a dos variables; ganar o perder, conseguir o no los objetivos propuestos, lograr o no una marca o puesto en una competición para

lograr o mantener una beca. Ante esta incertidumbre, hay deportistas que disminuyen su rendimiento y otros que lo incrementan (Smith, 1989) en función de cómo controlen la ansiedad precompetitiva. Anshel et al. (1991) la definieron como “un sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada por un incremento de la activación fisiológica” (p. 9). Se llama “buen competidor” a quien esta ansiedad le parece un desafío, incluso divertida, lo que provoca mejorar su ren-

*Dirigir la correspondencia a:

Dr. Antonio Zarauz Sancho.
Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
Entrenador Nacional de Atletismo.
C/ Santa Laura, 30.
04.008 - Almería.
E. Mail: tonizarauz@msn.com

© Copyright 2013: de los Editores de *Ansiedad y Estrés*

dimiento en competición, y “mal competidor” a quien le produce sentimientos estresantes exagerados de inseguridad o amenaza, que le hacen bajar considerablemente su rendimiento en competición (Anshel, 1995).

Para medir la ansiedad precompetitiva, se han diseñado y validado varios instrumentos, entre los que destacan el Sport Competition Anxiety Test (SCAT) de Martens (1977), centrado en la dimensión somática de la ansiedad; la Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2) de Smith, Smoll, Cumming y Grossbard (2006), que ya contempla las dimensiones cognitiva y somática de la ansiedad; o el Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) de Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith (1990). Este último probablemente haya sido el más utilizado puesto que, a diferencia de su versión previa, contempla tres dimensiones en la ansiedad precompetitiva: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. La ansiedad cognitiva evalúa las sensaciones negativas que el sujeto tiene sobre su rendimiento y las consecuencias del resultado. La ansiedad somática hace referencia a la percepción de indicadores fisiológicos de la ansiedad, como tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago. La autoconfianza estima el grado de seguridad que el sujeto cree tener acerca de sus posibilidades de éxito en la competición.

Debido a ciertas debilidades metodológicas en el proceso de validación del CSAI-2, Cox, Martens y Russell (2003), utilizando técnicas estadísticas más completas, como el análisis factorial confirmatorio, desarrollaron la actual versión, el CSAI-2R, que reducía los 27 ítems originales a solo 17. Posteriormente, Andrade, Lois y Arce (2007), al validar esta última versión al español, la dejaron en 16 ítems, conservando la misma estructura factorial de 3 subescalas. Normalmente, los dos estados

de ansiedad correlacionan significativa y positivamente entre sí, y significativa y negativamente con autoconfianza (Buceta, López, Pérez-Llantada, Vallejo, & Del Pino, 2003; Cervelló, Santos-Rosa, Jiménez, Nerea, & García, 2002) y, aunque los hombres muestran mayor autoconfianza que las mujeres, son ellas quienes controlan mejor su ansiedad (Ponce de León, López, & Medina, 2006).

Desde la perspectiva de la Teoría de las Metas de Logro, existen investigaciones de predicción de la ansiedad según la percepción del éxito en el deporte, de forma que una mayor ansiedad fue observada en deportistas con alta orientación al ego y poca autoconfianza en sí mismos (Voigh, Callaghan, & Ryska, 2000). Cervelló et al. (2002) matizaron que la orientación disposicional al ego es un predictor significativo y negativo de la ansiedad cognitiva, mientras que la orientación disposicional a la tarea predice significativa y positivamente la autoconfianza. Por otro lado, Castillo, Balaguer y Duda (2002) muestran que la orientación a la tarea se relaciona positivamente con diversión y negativamente con aburrimiento, mientras que la orientación al ego se relaciona positivamente con el aburrimiento. Posteriormente, Castillo, Balaguer, Duda y García-Merita (2004) manifiestan que la orientación a la tarea predice la participación deportiva a través de la percepción de competencia y la diversión. Por su parte, White, Kavussanu, Tank y Wingate (2004) indican que los atletas que perciben que el esfuerzo es lo que lleva al éxito deportivo, tienen una mayor relación con la orientación a la tarea, mientras que, los orientados al ego, la tienen con una superior habilidad, factores externos y el empleo de técnicas de engaño. Además, Ruiz-Juan, Gómez, Pappous, Alacid y Flores (2010), concluyeron que la orientación a la tarea estaba relacionada positivamente con

el disfrute, y que la atribución del éxito en el deporte dependía del esfuerzo.

En relación con el rendimiento en competición, Burton (1988) encontró una relación curvilínea de U invertida entre rendimiento y ansiedad somática, pero además una relación negativa entre ansiedad cognitiva y rendimiento, y positiva entre éste y autoconfianza. Leedy (2000) obtuvo que los corredores que se tomaban más en serio su entrenamiento y competición tenían niveles más bajos de ansiedad y depresión que los corredores clasificados como recreacionales. Por su parte, Capdevila y Fernández-Castro (2002) concluyeron que los corredores de resistencia que mostraban mayor autoconfianza antes de la competición, tenían mayores probabilidades de alcanzar sus objetivos. Por el contrario, en los que mostraban mayor ansiedad cognitiva, esas probabilidades eran menores. Respecto a la ansiedad somática, concluyeron que no era demasiado importante, pues desaparecía en gran medida una vez inicia la competición.

Según datos de la Real Federación Española de Atletismo (RFEA, 2012) existe una población de deportistas cuyo número se ha incrementado significativamente en los últimos quince años: los atletas veteranos (mayores de 35 años) que entrenan y compiten en pista de atletismo. En España, sin embargo, salvo algunos estudios en corredores de ruta (Buceta et al., 2003; Jaenes, 2000), no se encuentran estudios sobre ansiedad, satisfacción, percepciones y creencias de las causas del éxito en el deporte en esta particular población que compete en pista. Igualmente, se aprecian algunas divergencias en los resultados de las investigaciones internacionales sobre estos constructos psicológicos, su predicción y relaciones. Por ello, el objetivo del presente estudio es conocer la ansiedad precompetitiva, satisfacción intrínseca, percepción y creencias del éxito en atletas veteranos de pista, así como relaciones entre estos cons-

tructos. También, obtener modelos predictivos por sexo suficientemente sólidos de su ansiedad precompetitiva.

La hipótesis de partida es que en los atletas veteranos españoles existe una moderada ansiedad precompetitiva (cognitiva y somática) y alta autoconfianza. Igualmente, se espera obtener unos sólidos modelos predictores de dichos constructos. Así, con algunas diferencias por sexo, la ansiedad se podrá predecir por puntuar alto en orientación al ego, aburrimiento y engaño, y bajo en esfuerzo, diversión, habilidad y orientación a la tarea. Por el contrario, la autoconfianza se podrá predecir por puntuar alto en diversión y orientación a la tarea.

Método

Participantes

Se partió del total de atletas veteranos de pista participantes en diversas competiciones organizadas específicamente a nivel provincial, autonómico y nacional en España en 2011. Según datos de la RFEA (2012), en 2011 hubo 5704 licencias federativas (4727 hombres; 977 mujeres).

Se obtuvo muestra voluntaria de 401 atletas veteranos, siendo 330 hombres (82.3%), con rango de edad de 35 a 75 años ($M = 47.98$; $DT = 9.14$), y 71 mujeres (17.7%) con rango de edad de 35 a 69 años ($M = 45.78$; $DT = 10.25$), que es representativa con un error del $\pm 4.82\%$, a un intervalo de confianza del 95.5%.

Instrumentos

Inventario de Ansiedad Competitiva-2 Revisado (CSAI-2R; Andrade, et al., 2007); versión española del Revised Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R; Cox, et al., 2003). Tiene 3 subescalas: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. La primera y tercera contienen 5 ítems puntuables de 1 (*nada*) a 4 (*mucho*) con puntuación total entre 5 y 20.

La segunda contiene 6 ítems, con puntuación total entre 6 y 24. Diversos estudios han mostrado su validez exploratoria, confirmatoria y su fiabilidad (Andrade et al., 2007).

Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ; Cervelló, 1996); versión española del Perception of Success Questionnaire (POSQ; Roberts & Balagué, 1991). Elaborado para medir la Orientación disposicional de las metas de logro en el contexto deportivo. Consta de 12 ítems, 6 de orientación a la tarea y otras 6 al ego. El encabezado dice "Siento éxito en el deporte cuando...". Las respuestas se recogen en una escala Likert de 5 puntos, desde *totalmente en desacuerdo* (1) a *totalmente de acuerdo* (5). Estudios previos muestran validez exploratoria, confirmatoria y fiabilidad (Cervelló, Escartí, & Balagué, 1999; Cervelló, Hutzler, Reina, Sanz, & Moreno, 2005).

Cuestionario de Satisfacción Intrínseca en el Deporte (SSI; Balaguer, Atienza, Castillo, Moreno & Duda, 1997); versión española del Sport Satisfaction Instrument (SSI; Duda & Nicholls, 1992). Elaborado para determinar el grado de diversión. Consta de 8 ítems divididos en dos escalas que miden diversión (5 ítems) y aburrimiento (3 ítems). Las respuestas se recogen en una escala Likert desde (1) *muy en desacuerdo* a (5) *muy de acuerdo*. Diversos estudios muestran validez exploratoria, confirmatoria y fiabilidad (Castillo et al., 2002; Castillo et al., 2004; Cervelló et al., 1999; Ruiz-Juan et al., 2010).

Inventario de Percepción de las Creencias sobre las Causas del Éxito en el Deporte (BACSSQ; Castillo et al., 2002); versión española del Beliefs About the Causes of Sport Success Questionnaire (BACSSQ; Duda & Nicholls, 1992). Consta de 18 ítems que miden las percepciones que tienen los sujetos para alcanzar el éxito en el deporte sobre esfuerzo (9 ítems), habilidad (4 ítems) y uso de técnicas de engaño (5

ítems). Se pregunta: "¿Qué crees que debería hacer la gente para tener éxito en el deporte que practica más a menudo?", respondiendo en escala Likert desde (1) *muy en desacuerdo* a (5) *muy de acuerdo*. Estudios previos muestran validez exploratoria, confirmatoria y fiabilidad (Cervelló et al., 1999; Ruiz-Juan et al., 2010).

Procedimiento

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

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

Análisis de datos

Análisis de ítems, homogeneidad, correlación entre subescalas (coeficiente Pearson), consistencia interna (alfa de Cronbach), diferencias de medias por sexo (*t* de Student), correlaciones entre dimensiones de las escalas y regresión lineal multivariante, se realizaron con SPSS 20.0. La estructura factorial se examinó con análisis factorial confirmatorio (AFC) con AMOS 18.0.

Resultados

Propiedades psicométricas de los instrumentos

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

La validez factorial de las cuatro escalas se examinó utilizando AFC. Se utilizó estimación de máxima verosimilitud, teniendo que recurrir a la técnica “*bootstrapping*” y al procedimiento de máxima verosimilitud (ML), procedimiento de estimación de modelos de ecuaciones estructurales que asume distribución normal de datos y escala continua de ellos, pues el coeficiente Mardia (siempre > 2) indica falta de normalidad multivariada en los datos con lo que se violaba una regla básica del AFC. El ajuste del modelo fue evaluado con combinación de índices de ajuste absolutos y relativos. Los cuatro modelos presentan valores correctos y aceptable bondad de ajuste del modelo original (Hoyle, 1995; Hu & Bentler, 1999; Kline, 1998) como se recoge en Tabla 1. Los coeficientes estandarizados

de relación de la variable latente con cada uno de los ítems, oscilaron entre .66 y .89.

Estadística descriptiva

La Tabla 2 presenta coeficientes alfa de Cronbach, medias y desviaciones típicas. Todas las subescalas mostraron consistencia interna satisfactoria ($\alpha > .70$). Hombres y mujeres presentan valores medios en ansiedad precompetitiva (cognitiva y somática) y altos en autoconfianza, encontrándose diferencias significativas a favor de las mujeres en ansiedad somática y de los hombres en autoconfianza. Igualmente, como era de esperar por el tipo de colectivo, aburrimiento y técnicas de engaño obtienen en ambos sexos puntuaciones muy bajas. Por el contrario, las puntuaciones en diversión son muy altas, y las obtenidas en esfuerzo y habilidad altas. Mientras que la percepción de éxito en el deporte por orientación al ego es similar a por la tarea en ambos sexos, con puntuaciones moderadas-altas (Tabla 2).

Relaciones de ansiedad con percepción del éxito, satisfacción intrínseca y creencias sobre las causas del éxito en el deporte

La Tabla 3 refleja las correlaciones calculadas. En ansiedad cognitiva, en ambos sexos, se encontró correlación negativa y significativa con la autoconfianza, y significativa y positiva con ansiedad somática, aburrimiento y engaño, al igual que con la orientación al ego, orientación a la tarea y habilidad solo en hombres.

En ansiedad somática, en ambos sexos, se obtuvo correlación negativa y significativa con autoconfianza, y significativa y

Tabla 1. Índices de ajuste del modelo

	χ^2/gl	GFI	CFI	IFI	TLI	RMSEA	SRMR
CSAI-2R	2.18	.96	.97	.96	.95	.031	.025
POSQ	2.61	.96	.95	.96	.95	.042	.044
SSI	2.89	.95	.94	.94	.94	.042	.039
BACSSQ	3.88	.94	.93	.93	.92	.051	.045
Deseable	< 5	$> .9$	$> .9$	$> .9$	$> .9$	$< .06$	$< .05$

Tabla 2. Coeficiente alfa (α), media (M), desviación típica (DT), t , significación y tamaño del efecto (d) de CSAI-2R, POSQ, SSI y BACSSQ. Diferencias por sexos (hombres $n = 330$ y mujeres $n = 71$).

	Total		Hombres		Mujeres		t	p	d
	α	$M \pm DT$	α	$M \pm DT$	α	$M \pm DT$			
CSAI-2R									
1. Ansiedad Cognitiva	.80	2.07 \pm .71	.78	2.05 \pm .70	.85	2.17 \pm .76	-1.30	.193	-.16
2. Ansiedad Somática	.83	2.06 \pm .68	.82	2.02 \pm .67	.85	2.24 \pm .74	-2.48	.014*	-.31
3. Autoconfianza	.86	3.10 \pm .65	.86	3.13 \pm .63	.87	2.95 \pm .71	2.07	.038*	.27
POSQ									
4. Ego	.82	3.14 \pm .65	.81	3.12 \pm .65	.87	3.25 \pm .67	-1.45	.147	-.20
5. Tarea	.76	3.17 \pm .73	.76	3.16 \pm .72	.75	3.22 \pm .77	-.59	.557	-.08
SSI									
6. Diversión	.82	4.69 \pm .46	.84	4.69 \pm .47	.75	4.72 \pm .40	-.49	.628	-.07
7. Aburrimiento	.70	1.80 \pm .74	.70	1.82 \pm .72	.71	1.71 \pm .80	1.05	.294	.14
BACSSQ									
8. Esfuerzo	.71	3.44 \pm .42	.71	3.42 \pm .41	.71	3.52 \pm .44	-1.67	.095	-.23
9. Habilidad	.72	3.27 \pm .95	.71	3.27 \pm .94	.77	3.26 \pm .98	.03	.976	.01
10. Engaño	.73	1.41 \pm .57	.71	1.39 \pm .53	.78	1.47 \pm .72	-.95	.342	-.13

* $p < .05$

Tabla 3. Correlaciones entre las subescalas CSAI-2R, POSQ, SSI y BACSSQ, según sexo.

	Hombres			Mujeres		
	AC	AS	Aut.	AC	AS	Aut.
CSAI-2R						
1. Ansiedad Cognitiva (AC)		.60**	-.29**		.59**	-.38**
2. Ansiedad Somática (AS)	.60**		-.27**	.59**		-.25*
3. Autoconfianza (Aut.)	-.29**	-.27**		-.38**	-.25*	
POSQ						
4. Ego	.26**	.18**	.08	.17	.11	.20
5. Tarea	.15**	.08	.14**	.05	.10	.18
SSI						
6. Diversión	-.10	-.02	.20**	.00	-.15	.26*
7. Aburrimiento	.20**	.27**	-.14**	.24*	.25*	.07
BACSSQ						
8. Esfuerzo	-.12	.05	.10	.16	.18	.09
9. Habilidad	.15**	.13*	.02	.22	-.01	.13
10. Engaño	.26**	.20**	-.09	.32**	.38**	-.02

* $p < .05$. ** $p < .01$

positiva con ansiedad cognitiva, aburrimiento y engaño, al igual que con orientación al ego y habilidad solo en hombres.

En autoconfianza se halló, en ambos sexos, correlación negativa y significativa con ansiedad cognitiva y somática, al igual que con aburrimiento solo en hombres, y positiva y significativa con diversión, así como con orientación a la tarea únicamente en hombres.

Análisis regresivo multivariante

Se realizó análisis de regresión lineal multivariado, tratando de obtener unos modelos que explicasen la mayor parte posible de varianza. Se tomaron como variables dependientes la puntuación media de cada una de las subescalas del *CSAI-2R* (ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza) y como variable predictora cada una de las subescalas de percepción de éxito (orientación a la tarea y orientación al ego), satisfacción intrínseca (diversión y aburrimiento) y percepción de las creencias sobre las causas del éxito en deporte (esfuerzo, habilidad y técnicas de engaño).

Como variable de selección se consideró el sexo.

Se extrajo el valor R^2 para explicar la varianza, *Beta* para explicar la predicción entre variables, *F* para ver si existía relación entre variables seleccionadas y su significatividad (Tabla 4). Se obtienen sólidos modelos, ya que explican un amplio porcentaje de varianza en hombres y mujeres.

El modelo muestra que la ansiedad cognitiva, en ambos sexos, se puede predecir significativamente por puntuar alto en orientación al ego (40.6% varianza en hombres, 40.9% en mujeres). Sin embargo, en el resto de variables predictoras hubo diferencias entre sexos. Mientras que en hombres la ansiedad cognitiva se predijo también por puntuar bajo en esfuerzo y alto en aburrimiento y engaño, en mujeres lo fue solo por puntuar bajo en orientación a la tarea.

El modelo muestra que ansiedad somática, en ambos sexos, se puede predecir significativamente por puntuar alto en el empleo de técnicas de engaño (35.6% va-

Tabla 4. Análisis Regresivo Lineal Multivariado: modelos que predicen significativamente la ansiedad precompetitiva (*CSAI-2R*), por sexos, en función de percepción de éxito en el deporte (*POSQ*), satisfacción intrínseca en el deporte (*SSI*) y percepción de las creencias sobre las causas del éxito en el deporte (*BACSSQ*).

	1. Ansiedad cognitiva		2. Ansiedad somática		3. Autoconfianza	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
	<i>Beta</i> ^{Sign}	<i>Beta</i> ^{Sign}	<i>Beta</i> ^{Sign}	<i>Beta</i> ^{Sign}	<i>Beta</i> ^{Sign}	<i>Beta</i> ^{Sign}
<i>POSQ</i>						
4. Ego	.286***	.345*	.197**	.127	-.031	.138
5. Tarea	-.055	-.376*	-.074	.058	.152	-.054
<i>SSI</i>						
6. Diversión	-.016	.050	.042	-.197*	.147**	.261*
7. Aburrimiento	.130**	.110	.235***	.068	-.101	.177
<i>BACSSQ</i>						
8. Esfuerzo	-.144**	-.057	-.043	.024	.066	.059
9. Habilidad	.034	.114	.035	-.272*	-.018	.061
10. Engaño	.231***	.255	.146*	.355*	-.066	-.194
	$R^2 = .406$	$R^2 = .409$	$R^2 = .356$	$R^2 = .460$	$R^2 = .276$	$R^2 = .345$
	$F = 9.073$	$F = 1.804$	$F = 6.686$	$F = 2.420$	$F = 3.792$	$F = 1.218$

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

rianza en hombres, 46.0% en mujeres). Sin embargo, en el resto de variables predictoras hubo diferencias entre sexos. Mientras que en hombres la ansiedad somática se predijo también por puntuar alto en orientación al ego y aburrimiento, en mujeres lo fue por puntuar bajo en diversión y habilidad.

El modelo de autoconfianza, en ambos sexos, indica que se puede predecir significativamente por puntuar alto en diversión (varianza: 27.6% en hombres, 34.5% en mujeres)

Discusión

Como se preveía, en los atletas veteranos españoles se han obtenido moderados niveles de ansiedad, al igual que Leedy (2000), altos niveles de autoconfianza (sobre todo en hombres, como Ponce de León, et al., 2006), altas puntuaciones en diversión, esfuerzo y habilidad, moderadas en percepción del éxito y las bajas en aburrimiento y uso de técnicas de engaño. Todo ello puede quedar explicado por el hecho de que estos atletas tienen una elevada motivación intrínseca y moderada motivación extrínseca para entrenar y competir (Ruiz-Juan & Zarauz, 2012). Como explican estos autores, para los atletas veteranos lo más importante es la satisfacción que les produce superarse a sí mismos en entrenamientos y, secundariamente, superar a rivales en competición, esperando por ello una medalla o un récord. Todo ello incrementa sus sensaciones de competencia y expectativas de éxito.

Al no depender de motivaciones extrínsecas (becas por lograr marcas o medallas en competición), la inseguridad, estrés, aprensión o amenaza (ansiedad cognitiva) o la tensión muscular, aumento de frecuencia cardíaca, sudoración y malestar en el estómago (ansiedad somática) que perciben ante la proximidad del momento de competir,

será menor que la del resto de atletas (Smith, 1989). Si a esto le unimos una mayor edad y experiencia en competición, inevitablemente serán mejores competidores que los atletas noveles, como explicaba Anshel (1995). Por ello, en los atletas veteranos, aumenta notablemente la diversión, esfuerzo y habilidad, y disminuye el aburrimiento y empleo de técnicas de engaño.

Era previsible que, en los atletas veteranos españoles de ambos sexos, los dos estados de ansiedad correlacionaran significativa y positivamente entre sí, y significativa y negativamente con la autoconfianza, como obtuvieron Buceta et al. (2003) y Cervelló et al. (2002). Ello pone nuevamente en evidencia la estrecha relación directamente proporcional entre los dos estados de ansiedad entre sí e inversamente proporcional con la autoconfianza.

Por otra parte, hay que destacar la significativa relación positiva entre los dos estados de ansiedad con el aburrimiento y el empleo de técnicas de engaño en ambos sexos, y con la orientación al ego y demostración de una superior habilidad solo en hombres, al igual que White et al. (2004). Según Cervelló et al. (1999), esto podría deberse a que los deportistas con alta orientación al ego no consideran importantes la diversión y el esfuerzo en el desempeño de su actividad deportiva, percibiendo que la causa del éxito era demostrar una superior habilidad, justificándose incluso el empleo de técnicas de engaño para conseguirlo. Por eso, los atletas veteranos españoles con mayor orientación al ego, desarrollan mayor ansiedad precompetitiva.

También es reseñable que, en ambos sexos, la autoconfianza correlacione significativa y positivamente con la diversión y, en hombres con la percepción de éxito por la tarea, como obtuvieron Ruiz-Juan et al. (2010), Castillo et al. (2002) y Castillo et al. (2004). Esto podría deberse a que los deportistas con alta orientación a la tarea,

consideran el esfuerzo, y no el engaño, la principal causa del éxito en el deporte, sintiéndose muy satisfechos simplemente con mejorar su habilidad deportiva (Cervelló et al., 1999). Por ello, los atletas veteranos con mayor orientación a la tarea, tienen mayor autoconfianza y, por consiguiente, mayor rendimiento y probabilidad de conseguir sus objetivos, como explicaba Smith (1989).

De los resultados obtenidos en los modelos predictivos de ansiedad y autoconfianza, indicar que prácticamente coinciden con lo planteado en la hipótesis, con las correlaciones obtenidas y con los resultados de Voigh et al. (2000). Así, de estos resultados se puede extraer que, cuando estos atletas perciben que no han alcanzado un estado de forma o habilidad técnica óptimas para una competición, es cuando sufren unos niveles moderados de ansiedad precompetitiva, sobre todo cuando va unida a alta orientación al ego o baja orientación a la tarea. Además, muestran que al atleta veterano español le divierte significativamente la práctica de su especialidad atlética, tanto en entrenamiento como fundamentalmente en competición, esforzándose día a día por incrementar su habilidad, lo cual le genera alta autoconfianza y sensación de competencia que, como explicaba Burton (1988), le ayuda a mejorar su rendimiento. Todo esto puede quedar explicado porque su motivación es significativamente autodeterminada (Ruiz-Juan & Zarauz, 2012), lo cual provoca que el atleta veterano prolongue significativamente en el tiempo su actividad deportiva.

Es significativo añadir que estos atletas mayoritariamente se autofinancian los gas-

tos derivados de su actividad deportiva. Por ello, a modo de conclusiones, indicar que como estos atletas no dependen de motivaciones externas de tipo económico, la moderada ansiedad precompetitiva que sufren, está relacionada con la presión que quieren imponerse a sí mismos por las expectativas de marcas o puesto que pretenden lograr en competición. Esto hace que practiquen su deporte durante muchos años, pues realmente se divierten en sus entrenamientos y campeonatos, esforzándose día a día por aumentar la habilidad técnica en su especialidad atlética, lo cual les genera alta autoconfianza y mejoría del rendimiento. Por ello, en competición con frecuencia realizan marcas que hacía tiempo no lograban, incrementando sus expectativas de éxito y sensaciones de competencia, sobre todo si vencen a sus rivales, aunque para ellos no suele ser lo más importante. Por eso, el aburrimiento y el empleo de técnicas de engaño apenas existen en esta población.

Para investigaciones futuras queda un vasto campo de investigación abierto para estudiar la ansiedad y autoconfianza de los atletas veteranos españoles con otras variables comparativas de interés: adicción al entrenamiento y competición, percepción del estado físico, hábitos de entrenamiento, expectativas de éxito, algunas variables sociodemográficas, etc., dada la insuficiente bibliografía en esta creciente población.

Artículo recibido: 20-10-2012 aceptado: 03-03-2013

Referencias

- Andrade, E., Lois, G., & Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, *19*, 150-155.
- Anshel, M. (1995). Anxiety in sport. En T. Morris & J. Summers (Eds.): *Sport Psychology: Theory, applications & issues* (pp. 29-62). Brisbane, Australia: Wiley.
- Anshel, M., Freedson, P., Hamill, J., Haywood, K., Horvat, M., & Plowman, S. (1991). *Dictionary of the sport and exercise sciences*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Balaguer, I., Atienza, F., Castillo, I., Moreno, Y., & Duda, J. (1997, septiembre). Factorial structure of measures of satisfaction/interest in sport and classroom in the case of Spanish adolescents. Paper presented at the Fourth European Conference of Psychological Assessment, Lisboa, Portugal.
- Bollen, K., & Long, J. (1994). *Testing structural equation models*. Newbury Park, CA: Sage.
- Buceta, J., López, A., Pérez-Llantada, M., Vallejo, M., & Del Pino, M. (2003). Estado psicológico de los corredores populares de maratón en los días anteriores a la prueba. *Psicothema*, *15*, 273-277.
- Bueno, J., Capdevila, L., & Fernández-Castro (2002). Sufriamiento competitivo y rendimiento en deportes de resistencia. *Revista de Psicología del Deporte*, *11*, 209-226.
- Burton, D. (1988). Do anxious swimmers swim slower? Reexamining the elusive anxiety-performance relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *10*, 45-61.
- Castillo, I., Balaguer, I., & Duda, J. (2002). Las perspectivas de meta de los adolescentes en el contexto deportivo. *Psicothema*, *14*, 280-287.
- Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J., & García-Merita, M. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, *36*, 505-515.
- Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Tesis Doctoral. Universitat de València, Valencia.
- Cervelló, E., Escartí, A., & Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, *8*, 7-19.
- Cervelló, E., Hutzler, Y., Reina, R., Sanz, D., & Moreno, J. (2005). Goal orientations, contextual and situational motivational climate and competition goal involvement in Spanish athletes with cerebral palsy. *Psicothema*, *17*, 633-638.
- Cervelló, E., Santos-Rosa, F., Jiménez, R., Nerea, A., & García, T. (2002). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *Motricidad*, *9*, 141-161.
- Cox, R., Martens, M., & Russell W. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *25*, 519-533.
- Duda, J., & Nicholls, J. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, *84*, 290-299.
- Hoyle, R. (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, *6*, 1-55.
- Jaenes, J. C. (2000). Estado emocional y conducta deportiva: Ansiedad competitiva en corredores de maratón. Tesis Doctoral. Universidad de Sevilla.
- Kline, R. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford.
- Leedy, M. (2000). Commitment to distance running: coping mechanism or addiction? *Journal of Sport Behavior*, *23*, 255-270.
- Martens, R. (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R., Bump, L., & Smith, D. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. En R. Martens, R. S. Vealey & D. Burton (Eds.): *Competitive anxiety in sport* (pp. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ponce de León, Y., López, J., & Medina, M. (2006). Habilidades psicológicas en los atletas de primera fuerza en atletismo. *Revista de Ciencias del Ejercicio -FOD-*, *2*, 42-57.
- Real Federación Española de Atletismo (2012). Comparativa histórica de Licencias de Veteranos. Recuperado de <http://www.rfea.es/veteranos/licencias.asp>
- Roberts, G., & Balagué, G. (1991, septiembre). The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. Paper presented at the

- FEPSAC Congress, Cologne, Germany.
- Ruiz-Juan, F., Gómez, M., Pappous, A., Alacid, F., & Flores, G. (2010). Dispositional goal orientation, beliefs about the causes of success and intrinsic satisfaction in young elite players. *Journal of Human Kinetics*, 26, 122-136.
- Ruiz-Juan, F., & Zarauz-Sancho, A. (2012). Predictor variables of motivation on Spanish master athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7, 658-669.
- Smith, R. (1989). Athletic stress and burnout: conceptual models and intervention strategies. En D. Hackfort & C. D. Spielberger (eds.): *Anxiety in sports: An international perspective* (pp. 183-201). Nueva York, NY: Hemisphere.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 479-501.
- Voight, M., Callaghan, J., & Ryska, T. (2000). Relationship between goal orientations, self-confidence and multidimensional trait anxiety among Mexican-American female youth athletes. *Journal of Sport Behavior*, 23, 271-288.
- White, S., Kavussanu, M., Tank, K., & Wingate, J. (2004). Perceived parental beliefs about the causes of success in sport: Relationship to athletes' achievement goals and personal beliefs. *Scandinavian Journal of Medicine & Sciences in Sports*, 14, 57-66.