

## RELACIÓN ENTRE LOS MOTIVOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LA ANSIEDAD EN JÓVENES NADADORES DE COMPETICIÓN

Félix Guillén y M<sup>a</sup> Luisa Álvarez-Malé  
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España

**RESUMEN:** El propósito de este estudio es identificar los niveles de ansiedad en jóvenes nadadores de competición, los motivos de participación deportiva, así como la relación entre ambos. La muestra está compuesta por 82 nadadores de competición de diferentes categorías. Los nadadores cumplimentaron el Cuestionario de Motivos de la práctica deportiva y la versión española de los cuestionarios de ansiedad CSAI-2 y SCAT. Los resultados obtenidos indican que los principales motivos para practicar la natación son: el gusto por mejorar habilidades, hacer amigos, pertenecer a un equipo y la acción/aventura. Los niveles de ansiedad rasgo y estado competitiva no son elevados. Se aprecian ciertas relaciones entre la ansiedad y los motivos para la práctica y algunas diferencias entre los nadadores con más ansiedad y los que presentan menos ansiedad.

**PALABRAS CLAVES:** Ansiedad, motivos de participación, jóvenes, natación.

**ABSTRACT:** The purpose of this paper is to identify the anxiety levels in young competition swimmers, the reasons for their participation in sports, as well as the relationship between both. The sample consists of 82 competition swimmers of different categories. The swimmers completed the Reasons for Sports Practice Questionnaire and the

Spanish version of the anxiety questionnaires CSAI-2 and SCAT. The results obtained reveal that the main reasons for practicing swimming are as follows: a willingness to improve the technique, make friends and belong to a team, and an interest in action /adventure. The levels of competitive trait and state anxiety are not high. Some differences can be appreciated between anxiety and the reasons for practicing, and also between swimmers who showed the highest levels of anxiety and those who showed the lowest level.

**KEYWORDS:** Anxiety, motives of participation, young, swimming.

**RESUMO:** O propósito deste estudo é o de identificar os níveis de ansiedade de jovens nadadores de competição, os seus motivos de participação desportiva, assim como a relação entre ambos. A amostra é constituída por 82 nadadores de competição de diferentes categorias. Os nadadores preencheram o Questionário de Motivos para a Prática Desportiva e a versão espanhola dos questionários de ansiedade CSAI-2 e SCAT. Os resultados obtidos indicam que os principais motivos para praticar natação são: o gosto pela melhoria das habilidades, fazer amigos, pertencer a um grupo e a acção/ aventura. Os níveis de ansiedade traço e estado competitiva não são elevados. Evidenciam-se certas relações entre a ansiedade e os motivos para a prática e algumas diferenças entre os nadadores com mais ansiedade e os que apresentam menos ansiedade.

**PALAVRAS CHAVE:** Ansiedade, Motivos de participação, jovens, natação.

Durante los últimos años se ha producido una notoria expansión, tanto a nivel cualitativo como cuantitativo, de las prácticas físico-deportivas de tiempo libre, así como un creciente interés en la población general y entre los niños y jóvenes en particular, por llevar un estilo de vida saludable (Nuviala, Ruiz, García, Díaz, 2006).

Los motivos de participación en dichas prácticas físico-deportivas desempeñan un papel fundamental a la hora de desarrollar e incrementar la adherencia a programas de entrenamiento, promocionar eventos relacionados con el deporte

y aumentar la práctica de actividad física (LaChausse, 2006). Además, conocer las razones que llevan a los sujetos a practicar deporte puede repercutir también directamente en el mantenimiento y posible incremento del número de niños y jóvenes que participen en actividades deportivas y en la reducción del número de abandonos (Cecchini, Méndez y Muñiz, 2002). Es por ello que esta temática ha despertado el interés de los investigadores y ha sido objeto de estudio desde 1970 (Stefanek, 2004).

Por otra parte, en el ámbito de la Psicología Social del Deporte, los espe-

cialistas han coincidido en señalar la importancia decisiva de la motivación como factor regulador de la participación de los jóvenes en el deporte (Thill, 1989).

La motivación, que impulsa a la participación o acción, es un concepto psicológico que está presente en todas las conductas del hombre. No es tangible y surge en la medida en que existe una serie de necesidades, reales o artificiales, a las que la persona debe dar respuesta. La motivación es un proceso complejo y cambiante (Deci y Ryan, 1985) y es una consecuencia de la combinación de factores internos y externos.

Según García Ferrando (1997), los motivos de participación en el deporte confirman la distinción que se hace entre la motivación intrínseca, determinada por los factores internos y la extrínseca, por los externos. La motivación intrínseca caracteriza a los individuos que toman parte en una actividad por las satisfacciones que esta produce y no con el objeto de alcanzar otro tipo de metas, mientras que la extrínseca está relacionada con los sujetos que realizan una actividad con el propósito de alcanzar algún otro tipo de objetivo (Thill, 1989).

En esta línea, las ideologías tradicionales asumen que la participación en la actividad física en general, es el resultado del deseo de uno mismo de mejorar sus índices de salud física. No obstante, lo que los estudios revelan es que el individuo frecuentemente tiene múltiples motivos para participar en actividades físicas, que se suman a la mejora de la salud (Willow, 2007).

Estudios previos sugieren que todos los atletas no están motivados por los mismos factores. Por ello, aunque las primeras investigaciones se centraron en conocer de forma general las razones de los niños para involucrarse en el deporte, se observó posteriormente la importancia de ser cada vez más específicos, tratando de conocer esa realidad no sólo de forma general sino también atendiendo a las propias características de los niños y jóvenes (Guillén, Álvarez-Malé, García y Dieppa, 2007).

Autores como Masters, Ogles y Jolton (1993) inferían que los corredores se caracterizaban por tener diferentes motivos a los de otros deportistas para participar. Por ejemplo, se sabe que algunos corredores están motivados por la necesidad de competir con otros participantes, mientras que a otros lo que les motiva es mejorar su propia ejecución, es decir, orientación de meta. Ejecución y metas de competición resultaron ser motivos evidentes a la hora de participar en deportes de competición (LaChausse, 2006).

Para Pieron (2005) aparecen regularmente tres motivos de participación en la investigación sobre las motivaciones para la práctica de este tipo de actividades: la salud, las relaciones sociales y la atracción por la competición.

Por otro lado, Nuviala, Ruiz, García y Díaz (2006), mencionan una serie de razones por las que niños y adolescentes realizan actividades físico deportivas donde cabe destacar: la superación, entrenamiento, adquisición de nuevas habilidades y superación de desafíos.

Trabajos como el de Kolt y Capaldi (2001) han estudiado los motivos de participación en deportes específicos, en este caso, en el tenis. Para ello se empleó el Cuestionario de Motivación para la Participación (Gill, Gross y Huddleston, 1983) que fue administrado a 428 jugadores de tenis australianos de la categoría junior (10-15 años). Los resultados revelaron que “diversión”, “estar en forma” y “desarrollo de habilidades” eran las razones más importantes para participar. Asimismo destacaron diferencias notables en cuanto a motivos de participación basados en el género, la edad y el nivel del jugador. Específicamente, comparado con las chicas, los chicos que jugaban al tenis estaban significativamente más motivados por razones relacionadas con el logro, el estatus y la descarga de energía. Además, cuando se comparaba con jugadores mayores, los jóvenes estaban más motivados para participar por razones de afiliación, logro y estatus. En relación al nivel, los jugadores con un nivel más alto referían razones de logro y estatus como más importantes para su participación que aquellos con un nivel deportivo más bajo (Kolt y Capaldi, 2001).

En relación a la natación, encontramos también estudios que analizan los motivos de participación en este deporte en jóvenes. Este es el caso de la investigación de Salguero, González-Boto, Tuero y Márquez (2004), quienes estudiaron la relación entre la habilidad física percibida y los motivos de los jóvenes competidores para participar en la natación. Estos autores hallarán cinco facto-

res motivacionales en su muestra, estos son: salud/bienestar, diversión/amigos, competición/habilidad, afiliación y estatus.

La práctica de la natación, tal y como sucede con otros muchos deportes, abarca un rango que va simplemente desde el aprendizaje básico de habilidades para nadar y disfrutar en el agua, hasta entrenar intensamente y competir. Por ello, los motivos para participar varían en función de los diferentes niveles de práctica, permitiendo esta información un desarrollo de programas que optimicen la motivación y participación (Gould, Medbery, Tuffey, 2001).

En cuanto a los instrumentos empleados para medir los motivos de participación de los niños y jóvenes deportistas, podemos destacar una variabilidad que abarca desde cuestionarios abiertos a cuestionarios específicos. En cuanto a los específicos cabe mencionar el Participation Motivation Questionnaire (PMQ) de Gill, Gross y Huddleston (1983), el Exercise Motivations Inventory (EMI-2) de Markland e Ingledew (1997), el autoinforme de Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico (AMPEF) de Capdevila, Niñerola y Pintanel (2004) y el Motivation for Physical Activities Measure (MPAM) de Frederick y Ryan (1993).

Con respecto a la ansiedad, indicar que ha sido una de las temáticas que mayor cantidad de estudios e investigaciones ha aportado desde los inicios de la Psicología del Deporte en los años 60 (Guillén, Santana y Bara, 2006).

En la actualidad, la ansiedad continúa

atrayendo al mundo de la investigación dentro del área de la psicología deportiva (Hanton, Neil, y Mellalieu, 2008; Mellalieu, Hanton, y Fletcher, 2006)

Por otro lado, Anshel y Freedson, 1991 definen la ansiedad como “un sentimiento subjetivo de aprensión o amenaza percibida, a veces acompañada por un incremento de la activación fisiológica”. Las reacciones de ansiedad aparecen con gran frecuencia ante demandas objetivas del entorno, tal como ocurre en una situación de competición deportiva. Si bien para algunos la competición es una práctica divertida y desafiante, para otros puede convertirse en amenazadora o aversiva, lo que lleva incluso al abandono del deporte (Lois y García, 2001; Smith, 1989). La competición supone un juicio interno y externo de la capacidad individual y crea incertidumbre sobre el resultado. Cuanto mayor sea el grado de inseguridad y la importancia concedida al resultado, mayor será la percepción de amenaza y, en consecuencia, la respuesta de ansiedad (Anshel, 1995).

Según Martimortugués (2005), la práctica deportiva y competitiva es una situación de estrés que genera altos niveles de ansiedad en los participantes. Varios trabajos relacionan las manifestaciones y consecuencias de la ansiedad como posible fuentes de estrés. Así, la ansiedad cognitiva o preocupación suponen un incremento en la activación del participante (respuestas somáticas), que pueden perjudicar el rendimiento deportivo-competitivo (Conroy y Metzler, 2004; Craft, Magyar, Becker y Feltz,

2003; Estrada y Pérez, 2008; Focht y Hausenblas, 2003; Jordet, Elferink-Gemser, Lemmink y Visscher, 2006; Kowalski, Crocker, Hoar y Nideffer, 2005; Kruisselbrink, Dodge, Swanburg y MacLeod, 2004; Ruiz y Hanin, 2003).

De ahí que el estado de ansiedad precompetitiva haya sido uno de los constructos más estudiados en relación con el rendimiento deportivo, dando lugar a varias teorías e hipótesis explicativas, así como al diseño de instrumentos específicos, así Ostrow (1996) enumeran al menos 22 escalas dedicadas al constructo de ansiedad en este ámbito.

Uno de los instrumentos más utilizados para evaluar el estado de ansiedad precompetitiva ha sido el “Competitive State Anxiety Inventory-2” (CSAI-2) de Martens, Burton, Vealey, Bump y Smith (1990). Los autores llevaron a cabo 17 estudios para la elaboración de esta medida, que ha sido aplicada además en 49 trabajos de investigación independientes (Burton, 1998). En su origen, el CSAI fue un inventario específico para deporte, pero con una concepción unidimensional del estado de ansiedad. El CSAI-2 se diseñó precisamente para disponer de un instrumento específico que midiese tanto la ansiedad cognitiva como la somática. Durante el proceso de validación, sin embargo, se encontró un nuevo componente, denominado Autoconfianza. De este modo, la versión final del CSAI-2 contaba con 27 ítems relativos a tres dimensiones de ansiedad, cada una de las cuales estaba representada por nueve enunciados (Martens et al., 1990).

Se han realizado estudios para conocer el efecto de la actividad física en la ansiedad cognitiva. De acuerdo con el estudio de Edwards y Hardy (1996), la autoconfianza ayuda a mejorar o a controlar la ansiedad cognoscitiva, la cual influye en el rendimiento, pero la intensidad de la ansiedad afecta el rendimiento sobre la competencia. También mencionan que una baja preocupación y emoción realza el rendimiento, mientras que un alto nivel de preocupación y emoción puede debilitar la misma.

Desde hace varios años, profesionales en el campo de las ciencias del movimiento humano y los deportes también se han dado a la tarea de estudiar el efecto de la ansiedad en el rendimiento físico y deportivo. De acuerdo a Klund, Mack y Hart (1996), la ansiedad física ha sido concebida como un subtipo de ansiedad social que ocurre como resultado de la implicación de una evaluación física interpersonal.

Los estudios que analizan la relación entre la ansiedad somática social y el comportamiento relacionado con la actividad física han obtenido resultados ambiguos. Las predicciones que aluden a la ansiedad somática social como precursor de conductas como la evitación o retirada de la actividad física han sido sólo parcialmente probadas (Hart, Leary y Rejeski, 1989; Leary, 1999; Sabiston et al., 2003). En investigaciones recientes, la ansiedad somática social se ha relacionado de forma leve o insignificante con la actividad física (Crawford y Eklund, 1994; Crocker et al., 2003; Lantz, Hardy y Ainsworth, 1997) y la competencia en

actividad física (Crocker et al., 2003; Crocker, Snyder, Kowalski y Hoar, 2000; Kowalski, Crocker y Kowalski, 2001), entre otros aspectos. Sin embargo, Frederick y Morrison (1996) encontraron relación entre la ansiedad somática social y la preferencia del tipo de actividad, de manera que individuos que presentaban un alto nivel de ansiedad relacionado con su cuerpo preferían participar en actividades tipo fitness más que en deporte individual o de equipo.

Brunet y Sabiston (2008) relacionan la ansiedad con respecto al físico y la actividad física con la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985), en cuanto que unos motivos son intrínsecos y otros extrínsecos y estos condicionan la elección de ser activos. En su estudio concluyen que la ansiedad con respecto a la apariencia física está directamente relacionada con la necesidad de aprobación e indirectamente relacionada con la motivación para hacer actividad física. Igualmente, Niven, Fawcner, Knowles, Henretty y Stephenson (2009) analizan como los motivos y la maduración chicas adolescentes condicionan su actividad física y la ansiedad física social.

El propósito principal de este estudio fue investigar la relación de los motivos de la práctica deportiva con la ansiedad rasgo y competitiva en nadadores de diferentes categorías y género. El segundo objetivo fue estudiar los motivos de participación en el deporte y la ansiedad rasgo y competitiva, según la edad y el género de los participantes. Por último, se pretendió analizar los motivos de la práctica de los deportistas según su nivel

de ansiedad.

## MÉTODO

### Participantes

Este estudio constó de un total de 82 participantes de ambos géneros (39 mujeres y 43 hombres), con edades comprendidas entre los 11 y los 23 años, siendo la media de edad de 14.07 años y D.T. 2.46. Todos ellos eran practicantes federados y participantes en competiciones de un importante club español de natación.

### Instrumentos

*Sport Competition Anxiety Test* (SCAT) de Martens (1977), en su versión adaptada al español de Jaenes, Caracuel y Pérez-Gil (1999a). Dicho test consta de 15 ítems con tres posibilidades de respuesta y permite evaluar las diferencias individuales en ansiedad rasgo ante la competición. El SCAT presenta una consistencia interna con alfa de .680, que se puede considerar adecuada aunque rozando los límites considerados aceptables (George y Mallery, 1995; Hogan, 2004).

*Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) de Martens, Vealey, Burton, Bump y Smith (1990), también en su adaptación española elaborada por Jaenes, Caracuel y Pérez-Gil (1999b). Dicho cuestionario evalúa los componentes cognitivos y somáticos de la ansiedad estado en competición y la auto-confianza en relación a la ejecución deportiva en competición. Consta de 27 ítems que evalúan tres factores: estado

de ansiedad cognitivo, estado de ansiedad somático y confianza. Se responde sobre cuatro alternativas de respuesta. La consistencia interna a través del alfa de Cronbach para la Ansiedad Cognitiva fue de .853, la Ansiedad Somática de .836 y la Autoconfianza de .816, considerados todos ellos niveles muy buenos.

*Cuestionario de Motivos de Participación* (Guillén et al., 2007), versión española del Participation Motivation Questionnaire (PMQ) de Gill, Gross y Huddleston (1983). Los participantes debían marcar en cada uno de los 19 ítems si para ellos era “nada importante”, “poco importante”, “importante” o “muy importante. La fiabilidad del Cuestionario de Motivos de Participación presenta un Alpha de Cronbach de .847.

### Procedimiento

La recogida de datos tuvo lugar en el propio club de natación. Para ello nos desplazamos hasta el lugar, donde se nos habilitó un aula de estudio en la que los participantes realizaron las distintas pruebas antes de una competición interclubs.

### Análisis Estadísticos

En primer lugar se calcularon los estadísticos descriptivos de forma general, así como la fiabilidad de ambos instrumentos en la presente muestra. En segundo lugar se hallaron las diferencias de medias para el género y edad para cada uno de los motivos de participación deportiva y para las subescalas de la ansiedad. Posteriormente, se analizaron

las correlaciones bivariadas con el coeficiente de Pearson entre los motivos y las subescalas de ansiedad. Los diferentes análisis estadísticos se ejecutaron con el programa SPSS 17.0.

## RESULTADOS

### Niveles de ansiedad en jóvenes nadadores

La tabla 1 muestra la media y la desviación típica general de las subescalas ansiedad cognitiva, autoconfianza y ansiedad somática (CSAI-2) y ansiedad rasgo competitiva (SCAT). En ella también se observa la media y desviación típica por grupos de edad (de 11 a 13 años y de 14 a 23) y por género de las distintas medidas de ansiedad.

En general, los niveles de ansiedad observados en la muestra son medios. Tampoco se aprecian diferencias significativas según el sexo y las edades de los nadadores. En cualquier caso y aún sin ser estadísticamente significativas las diferencias, la tendencia que se puede apreciar es que el grupo de más edad presenta una puntuación más elevada en la ansiedad cognitiva ( $M = 19.15$ ;  $DT = 6.58$ ) que el de menor edad ( $M = 17.95$ ;  $DT = 5.10$ ), un nivel de autoconfianza menor en los mayores, ( $M = 23.88$ ;  $DT = 5.06$ ) frente a los más jóvenes ( $M = 24.83$ ;  $DT = 5.38$ ), y un mayor nivel de ansiedad somática en los nadadores mayores ( $M = 16.75$ ;  $DT = 5.31$ ) que en los más jóvenes ( $M = 15.39$ ;  $DT = 3.57$ ).

Tabla 1

*Descriptivo general y diferencias de medias de ansiedad por edad y por género*

	General ( $N = 82$ )	11-13 años ( $n = 42$ )	14-23 años ( $n = 40$ )			Mujer ( $n = 39$ )	Hombre ( $n = 43$ )		
	$M (DT)$	$M (DT)$	$M (DT)$	$t$	$p$	$M (DT)$	$M (DT)$	$t$	$p$
A. Cognitiva	18.54 (5.86)	17.95 (5.10)	19.15 (6.58)	-.923	.359	18.56 (5.68)	18.51 (6.09)	.040	.968
A. Somática	16.06 (4.53)	15.39 (3.57)	16.75 (5.31)	-1.35	.179	15.72 (3.92)	16.38 (5.07)	-.655	.514
Autoconfianza	24.37 (5.22)	24.83 (5.38)	23.88 (5.06)	.829	.410	23.62 (5.03)	25.05 (5.35)	-1.24	.217
Ansiedad Rasgo	20.83 (4.61)	20.23 (4.27)	21.43 (4.92)	-1.16	.248	21.59 (4.04)	20.10 (5.04)	1.45	.150

\*  $p = .05$  \*\*  $p = .01$

### Motivos de participación deportiva

La tabla 2 muestra las medias y desviaciones típicas, de forma general, de cada uno de los ítems de motivos de participación deportiva, igualmente se indican las medias y desviaciones típicas por

grupos de edad (de 11 a 13 años y de 14 a 23) y por género. Se realizó un análisis de diferencias de medias empleando la prueba t de students para determinar posibles divergencias en alguno de los 19 ítems de motivos por sexo y grupos de edad.



La tendencia que se puede apreciar es que el grupo de menos edad puntúa más alto en el deseo de “recibir elogios” y el hecho de “sobre todo participar (la victoria no me interesa)”. En cuanto a los motivos de participación deportiva atendiendo al género, destacan las puntua-

ciones más elevadas de las mujeres en “hacer amigos” y “sobre todo participar (la victoria no me interesa)”, mientras que los hombres puntúan más alto en “el gusto por el deporte individual”, “ganar” y “obtener medallas y trofeos”. (Tabla 2)

Tabla 2

Descriptivo general y diferencias de medias de los motivos de participación por edad y por sexo

Ítems	General	11-13 años	14-23 años			Mujer	Hombre		
	(N = 82)	(n = 42)	(n = 40)	t	p	(n = 39)	(n = 43)	t	p
Mejorar habilidades	3.48 (.59)	3.50 (.63)	3.45 (.55)	.38	.705	3.44 (.64)	3.51 (.55)	-.57	.567
Estar con amigos	3.76 (.55)	3.81 (.45)	3.70 (.64)	.88	.377	3.79 (.46)	3.72 (.63)	.59	.551
Viajar	3.68 (.64)	3.62 (.69)	3.75 (.58)	-.91	.362	3.64 (.74)	3.72 (.54)	-.55	.579
Estar en forma, fuerte y saludable	3.73 (.44)	3.74 (.44)	3.73 (.45)	.13	.895	3.64 (.48)	3.81 (.39)	-1.75	.083
Recibir elogios	2.99 (.89)	3.19 (.80)	2.78 (.94)	2.14	.035	2.92 (.87)	3.05 (.92)	-.62	.536
Hacer nuevos amigos	3.41 (.76)	3.38 (.76)	3.45 (.78)	-.404	.687	3.62 (.54)	3.23 (.89)	2.31	.023
Reconocimiento de parientes y amigos	3.07 (.84)	3.21 (.78)	2.93 (.88)	1.56	.121	3.00 (.72)	3.14 (.94)	-.75	.452
Hacer cosas en las que soy bueno	3.33 (.81)	3.40 (.79)	3.25 (.84)	.85	.395	3.31 (.80)	3.35 (.84)	-.22	.822
Hacer ejercicio	3.17 (.79)	3.17 (.76)	3.18 (.84)	-0.47	.963	3.28 (.72)	3.07 (.85)	1.20	.231
Tener algo para hacer	2.96 (.93)	3.00 (.93)	2.93 (.94)	.36	.719	3.00 (.94)	2.93 (.93)	.33	.738
Acción, aventura y desafíos	3.28 (.84)	3.38 (.79)	3.18 (.88)	1.07	.284	3.15 (.84)	3.40 (.82)	-1.35	.181
Deporte equipo	3.39 (.87)	3.45 (.80)	3.33 (.94)	.65	.512	3.49 (.79)	3.30 (.93)	.95	.341
Deporte individual	3.01 (.92)	3.10 (.82)	2.93 (.10)	.83	.407	2.77 (.95)	3.23 (.84)	-2.33	.022
Competir para vencer	3.32 (.84)	3.29 (.83)	3.35 (.86)	-.34	.733	3.05 (.91)	3.56 (.70)	-2.82	.006
Sobre todo participar (la victoria no me interesa)	2.57 (1.06)	2.88 (.96)	2.25 (1.0)	2.78	.007	2.92 (.98)	2.26 (1.0)	2.96	.004
Pertenecer a un equipo	3.48 (.84)	3.50 (.94)	3.45 (.74)	.26	.792	3.64 (.58)	3.33 (1.0)	1.74	.086
Sentirme importante y famoso	2.62 (.95)	2.81 (.89)	2.43 (.98)	1.85	.067	2.51 (.85)	2.72 (1.00)	-.98	.325
Estar alegre y divertirme	3.78 (.49)	3.86 (.35)	3.70 (.60)	1.42	.160	3.82 (.45)	3.74 (.53)	.69	.491
Recibir medallas y trofeos	3.57 (.60)	3.60 (.62)	3.55 (.59)	.33	.739	3.41 (.71)	3.72 (.45)	-2.32	.023

### Relación entre motivos de participación y niveles de ansiedad

Se establecieron correlaciones entre edad, niveles de ansiedad y motivos de la práctica deportiva. Tal como se puede apreciar en la tabla 3, al analizar la edad no se encuentra relaciones con la ansiedad y si con dos de los motivos de la práctica como el gusto por la realización de *deporte en equipo* ( $r = -.260$ ;  $p < .05$ ) y la *participación en sí misma-la victoria no me interesa-* ( $r = -.274$ ;  $p < .05$ ). Asimismo, resultan escasas las correlaciones esta-

dísticamente significativas entre la ansiedad rasgo competitiva y las distintas subescalas de la ansiedad (cognitiva, somática y autoconfianza) respecto a los distintos motivos para practicar natación.

Concretamente, la ansiedad rasgo competitiva solo se relaciona con el deseo de *mejorar habilidades* ( $r = -.287$ ;  $p < .05$ ). En cuanto a las subescalas de la ansiedad estado competitiva, la ansiedad somática no correlaciona con ninguno de los motivos de la práctica. Mientras

que la autoconfianza se relaciona sólo con *competir para vencer* ( $r = .242$ ;  $p < .05$ ). Por su parte, la ansiedad cognitiva que es la variable que más correlaciones establece lo hace con *viajar* ( $r = .218$ ;  $p <$

$.05$ ), *hacer cosas en las que soy bueno* ( $r = .223$ ;  $p < .05$ ), *sentirme importante y famoso* ( $r = .260$ ;  $p < .05$ ) y sobre todo *recibir elogios* ( $r = .302$ ;  $p < .01$ ). (Tabla 3)

Tabla 3

*Correlaciones entre ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza y motivos de participación*

Items	Edad	Ansiedad Cognitiva	Autoconfianza	Ansiedad Somática	Ansiedad Rasgo
Edad		.085	.035	.183	.037
Mejorar habilidades	-.024	-.074	.147	-.076	-.287*
Estar con amigos	-.068	.010	.090	.055	.095
Viajar	.108	.218*	-.082	.088	.132
Estar en forma, fuerte y saludable	.029	.046	.101	-.042	-.103
Recibir elogios	-.139	.302**	.012	.185	.167
Hacer nuevos amigos	.107	.177	-.007	.064	.137
Reconocimiento de parientes y amigos	-.098	.144	-.026	.176	.048
Hacer cosas en las que soy bueno	-.018	.223*	.061	.072	.032
Hacer ejercicio	.056	-.049	.186	-.045	.049
Tener algo para hacer	-.079	.022	.132	-.147	.008
Acción, aventura y desafíos	-.058	.137	.094	.006	.042
Deporte equipo	-.260*	.198	-.083	.193	.101
Deporte individual	.119	.193	.183	-.063	-.103
Competir para vencer	.101	.130	.242*	-.064	-.086
Sobre todo participar (la victoria no me interesa)	-.274*	-.192	.011	-.087	-.219
Pertenecer a un equipo	.001	.196	-.101	.167	.181
Sentirme importante y famoso	-.146	.260*	-.031	.063	.207
Estar alegre y divertirme	-.117	.113	-.021	.111	.212
Recibir medallas y trofeos	.005	.155	.057	.132	.036

\*  $p = .05$  \*\*  $p = .01$

### Motivos de la práctica deportiva de los nadadores de alta y baja ansiedad

Para analizar la existencia de diferencias en los motivos elegidos para practicar deporte entre los jóvenes que mos-

traban más ansiedad y menos ansiedad, se dividió a los nadadores en dos grupos (los de más alta y baja ansiedad) y se realizó una diferencia de medias entre ambos grupos. Para conformar estos dos grupos se consideró como más

oportuno tomar la puntuación media de la escala como punto de corte. De tal manera que al grupo “baja ansiedad” (cognitiva, somática o autoconfianza) le corresponden los jóvenes con una puntuación de 9 a 22 y al de “alta ansiedad” aquellos con una puntuación de 23 a 36. El procedimiento para la ansiedad rasgo fue el mismo.

En ansiedad rasgo competitiva no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los dos grupos (alta y baja ansiedad) en ninguno de los motivos de la práctica deportiva.

Por su parte, al referirnos a la ansiedad estado competitiva (ver tabla 4) existen diferencias significativas entre los grupos de alta y baja ansiedad cog-

nitiva en los ítems referidos a *viajar, recibir elogios, hacer nuevos amigos, reconocimiento de parientes y amigos, hacer deporte de equipo, pertenecer a un equipo y sentirse importante*, siempre con puntuaciones más elevadas los de mayor ansiedad cognitiva.

Los de más elevada ansiedad somática, puntúan más alto en *estar con amigos, estar alegre y divertirme, hacer deporte de equipo, pertenecer a un equipo*, mientras que los de más baja ansiedad somática puntúan más alto en *participar sin importar la victoria*.

Por su parte, los que muestran más autoconfianza, tienen puntuaciones más elevadas en *mejorar habilidades y estar en forma, fuerte y saludable*.

Tabla 4  
Diferencia de medias según altos y bajos niveles de ansiedad.

	Baja cognitiva n = 59		Alta cognitiva n = 23		Baja somática n = 74		Alta somática n = 7		Baja autoconf. n = 29		Alta autoconf. n = 53	
	M (DT)	M (DT)	t	p	M (DT)	M (DT)	t	p	M (DT)	M (DT)	t	p
Mejorar habilidades	3.53 (.56)	3.35 (.64)	1.22	.225	3.49 (.60)	3.29 (.48)	.854	.396	3.28 (.65)	3.58 (.53)	-2.31	.023*
Estar con amigos	3.75 (.54)	3.78 (.60)	-.268	.790	3.73 (.58)	4.00 (.00)	-4.00	.000*	3.72 (.59)	3.77 (.54)	-.382	.703
Viajar	3.59 (.72)	3.91 (.28)	-2.86	.005*	3.66 (.66)	3.86 (.37)	-.758	.451	3.76 (.63)	3.64 (.65)	.784	.436
Estar en forma, fuerte y saludable	3.71 (.45)	3.78 (.42)	-.643	.522	3.74 (.44)	3.71 (.48)	.165	.869	3.59 (.50)	3.81 (.39)	-2.09	.042*
Recibir elogios	2.81 (.86)	3.43 (.84)	-2.95	.004*	2.95 (.89)	3.57 (.78)	-1.79	.077	2.83 (.92)	3.08 (.87)	-1.20	.233
Hacer nuevos amigos	3.31 (.81)	3.70 (.55)	-2.11	.038*	3.39 (.79)	3.71 (.48)	-1.05	.294	3.52 (.63)	3.36 (.83)	.893	.375
Reconocimiento de parientes y amigos	2.95 (.83)	3.39 (.78)	-2.18	.032*	3.03 (.84)	3.43 (.78)	-1.21	.230	2.97 (.90)	3.13 (.81)	-.854	.396
Hacer cosas en las que soy bueno	3.24 (.85)	3.57 (.66)	-1.64	.103	3.31 (.84)	3.43 (.53)	-.362	.719	3.17 (.75)	3.42 (.84)	-1.29	.201
Hacer ejercicio	3.15 (.76)	3.22 (.90)	-.329	.743	3.19 (.75)	3.14 (1.21)	.099	.924	2.97 (.90)	3.28 (.71)	-1.74	.085
Tener algo para hacer	3.02 (.90)	2.83 (1.02)	.828	.410	3.00 (.93)	2.71 (.95)	.771	.443	2.93 (.96)	2.98 (.93)	-.230	.818
Acción, aventura y desafíos	3.26 (.80)	3.35 (.93)	-.429	.669	3.30 (.82)	3.29 (.95)	.047	.962	3.10 (.97)	3.38 (.54)	-1.34	.184
Deporte equipo	3.27 (.96)	3.70 (.47)	-2.66	.009*	3.34 (.89)	3.86 (.37)	-2.93	.011*	3.48 (.73)	3.34 (.93)	.709	.480
Deporte individual	2.88 (.93)	3.35 (.83)	-2.09	.039	2.99 (.91)	3.14 (1.06)	-.427	.671	2.79 (1.04)	3.13 (.83)	-1.60	.112
Competir para vencer	3.24 (.85)	3.52 (.79)	-1.37	.172	3.30 (.87)	3.57 (.53)	-.815	.418	3.10 (.90)	3.43 (.79)	-1.71	.090
Sobre todo participar (la victoria no me interesa)	2.71 (1.01)	2.22 (1.12)	1.91	.059	2.66 (1.03)	1.71 (1.11)	2.29	.024*	2.59 (.98)	2.57 (1.11)	.081	.935
Pertenecer a un equipo	3.34 (.94)	3.83 (.38)	-3.32	.001*	3.42 (.87)	4.00 (.00)	-5.70	.000*	3.62 (.62)	3.40 (.94)	1.29	.201
Sentirme importante y famoso	2.47 (.85)	3.00 (1.08)	-2.30	.024*	2.61 (.93)	2.86 (1.21)	-.657	.513	2.66 (1.01)	2.60 (.92)	.233	.817
Estar alegre y divertirme	3.75 (.51)	3.87 (.45)	-1.01	.314	3.76 (.51)	4.00 (.00)	-4.03	.000*	3.79 (.55)	3.77 (.46)	.169	.866
Recibir medallas y trofeos	3.53 (.59)	3.70 (.63)	-1.13	.258	3.55 (.62)	3.86 (.37)	-1.89	.089	3.45 (.68)	3.64 (.55)	-1.38	.171

## DISCUSIÓN

El propósito de este estudio ha sido relacionar la ansiedad competitiva de nadadores federados con los motivos que les ha llevado a practicar la natación, además de considerar posibles diferencias atribuibles al género o a la edad.

### Ansiedad

Los niveles de ansiedad precompetitiva aparecidos en este estudio señalan valores intermedios y son similares a los aparecidos en otros trabajos como los de Swain y Jones (1993) o Wiggins (1998). Concretamente, el trabajo de Wiggins fue realizado con jóvenes deportistas de competiciones escolares en fútbol, natación y atletismo. En nuestro contexto geográfico y cultural Pozo (2007), también analizó la ansiedad estado competitiva en natación y atletismo.

En los niveles de ansiedad competitiva tanto rasgo como estado no se encontraron diferencias de género, ya que tanto las nadadoras como los nadadores puntuaron de manera muy similar. Estos datos son diferentes a los de la mayoría de estudios previos (Abrahamsen, Roberts y Pensgaard, 2008; Cartoni, Minganti y Zelli, 2005; Harwood, Cumming y Fletcher, 2004). Sin embargo, en otros trabajos como los de Wiggins (1998) o Hammermeister y Burton (2004), no se hallaron diferencias respecto al género.

Tampoco se hallaron diferencias significativas entre los más jóvenes (de 11 a 13 años) y los mayores (de 14 a 18) en sus niveles de ansiedad. Estos resultados difieren de los encontrados por Polman,

Rowcliffe, Borkoles y Levy (2007) al señalar que el nivel de ansiedad precompetitiva presenta diferencias en función de características como el tipo de deporte, la experiencia, el género o la edad. Esto puede ser debido a una limitación del estudio producto del rango de edad elegido que es muy pequeño.

### Motivos de participación

Los principales motivos aparecidos en el presente trabajo se refieren al *estar alegre y divertirse, estar con amigos y estar en forma, fuerte y saludable*, siendo semejantes estos aspectos a los señalados como más relevantes en la gran mayoría de estudios aparecidos (Buonamano, Cei y Mussino, 1995; Jones, Mackay y Peters, 2006).

Con respecto a los motivos de participación se detectaron pocas diferencias significativas respecto al género, en los que las mujeres valoraron más que los hombres el *hacer nuevos amigos y sobre todo participar*, mientras que los hombres valoraron más *hacer un deporte individual, competir para vencer y recibir medallas y trofeos*. Estos datos son contradictorios con los encontrados por distintos autores (Stefanek, 2004; Zaggelidis, Martinidis, y Zaggelidis, 2004), aunque habría que considerar que el tipo de deporte practicado puede estar condicionando esta elección de motivos por cada uno de los sexos. No obstante, también existen estudios como el realizado precisamente con nadadores portugueses por Salselas, González-Boto, Tuero y Márquez (2007) o estudiantes que practican distintos deportes (Kilpatrick, Hebert y Bartholomew, 2005), en los que sí se han

encontrado diferencias.

En cuanto a las diferencias producto de la edad solo se hallaron diferencias significativas entre los más jóvenes (de 11 a 13 años) y los mayores (de 14 a 18) en dos de los motivos de participación, concretamente en *recibir elogios* y *sobre todo participar*, en ambos casos los más jóvenes estimaban más estos aspectos. También las correlaciones permitieron incluir la práctica de *deportes de equipo*, que era más valorada entre los más jóvenes, al igual que el participar en sí mismo no buscando la competición. Varios estudios indican que los más jóvenes valoran más el reconocimiento social (Guillén, Weis y Navarro, 2005; Martínez et al., 2008; Salguero, González-Boto, Tuero y Márquez, 2003).

La principal conclusión que se obtiene de los múltiples estudios sobre participación deportiva plantea que la falta de entramados teóricos en la que se sustentan estos estudios no permite establecer diferencias concluyentes respecto a la edad, el género o el nivel de práctica entre los sujetos de los diferentes estudios (Jiménez y Cervelló, 2007).

### **Relación ansiedad y motivos de la práctica deportiva**

En cuanto a la relación entre ansiedad y los distintos motivos por los que los nadadores practican deporte se observaron pocas relaciones significativas. Así, sólo se encontró una ligera correlación entre *Ansiedad rasgo competitiva* y *mejorar las habilidades*, de tal manera que los jóvenes que mostraban una menor ansiedad rasgo valoraban más el

mejorar sus habilidades como motivo de su participación deportiva.

En cuanto a la *ansiedad cognitiva*, los resultados indicaron que una mayor *ansiedad* implicaba un mayor valor al *recibir elogios*, *sentirse importante y famoso*, *viajar* y *hacer cosas en las que se consideraba bueno*.

Los resultados también reflejaron que una *mayor autoconfianza* se relacionaba con *competir para vencer*. Esta relación resulta lógica dado que el motivo para competir se centra en vencer, por lo tanto los sujetos que compitan eminentemente para ello, posiblemente confíen mucho en sí mismos, en sus capacidades y posibilidades. En esta línea, Romero (2010) afirma que el objetivo que provoca mayor grado de ansiedad es la demostración de competencia (e.g., buscar resultados).

La motivación intrínseca de los sujetos, dado que los motivos intrínsecos se han asociado a un mayor disfrute y adherencia al ejercicio (Ryan, Frederick, Lepes, Rubio y Sheldon, 1997), donde primaría un gusto y una atracción hacia la actividad en sí misma y no a motivos externos no relacionados directamente con el deporte.

Profundizando en el intento de analizar esas relaciones entre ambos aspectos, al establecer los motivos de participación en los jóvenes nadadores de altos y bajos niveles de ansiedad estado, los resultados han sido muy esclarecedores. Así vemos que los jóvenes con *más ansiedad cognitiva* valoraban más como motivos de participación el hecho de *viajar*, *recibir elogios*, *hacer nuevos amigos*, *reconocimiento de parientes*, *practicar un deporte de*

*equipo, pertenecer a un equipo y sentirse importante y famoso.* Como se aprecia estos aspectos implican afiliación y estatus social. En el caso del reconocimiento social, Romero (2010) plantea que esa búsqueda provoca un nivel intermedio de ansiedad.

Los de *mayor ansiedad somática* inciden más en *estar con amigos, deporte de equipo, pertenecer a un equipo y estar alegre y divertirse.* Se aprecia la incidencia en la pertenencia a un grupo y la socialización.

Por su parte, los que muestran una mayor autoconfianza se centran más en el *desarrollo de sus habilidades* y en *estar en forma, fuertes y saludables*, esto se relacionaría Bandura (1977) y Feltz (1998) con la creencia de que los que tienen mayor autoconfianza creen más en sus habilidades para hacer las cosas bien y para ganar.

## REFERENCIAS

- Abrahamsen, F. E., Roberts, G. C., y Pensaard, A. M. (2008). Achievement goals and gender effects on multidimensional anxiety in national elite sport. *Psychology of Sport and Exercise, 9*(4), 449-464.
- Anshel, M. H. (1995). Anxiety. En T. Morris y J. Summers (Eds.), *Sport Psychology: Theory, applications & issues* (pp. 29-62). Brisbane, CA: John Wiley & Sons.
- Anshel, M. H., y Freedson, P. (1991). *Dictionary of the sport and exercise sciences*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191-215.
- Brunet, J., y Sabiston, C. (2009). Social physique anxiety and physical activity: A self determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise, 10*, 329-335.
- Buonamano, A., Cei, A., y Mussino, A. (1995). Participation motivation in Italian youth sport. *The Sport Psychologist, 9*, 265-281.
- Burton, D. (1998). Measuring competitive state anxiety. En J. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 128-148). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Capdevilla, L., Niñerola, J., y Pintanel, M. (2004). Motivación y actividad física: el Autoinforme de Motivos para la Práctica del Ejercicio Físico (AMPEF). *Revista de Psicología del Deporte, 13*(1), 55-74.
- Cartoni, A. C., Minganti, C., y Zelli, A. (2005). Gender, Age, and Professional-Level Differences in the Psychological Correlates of Fear of Injury in Italian Gymnasts. *Journal of Sport Behavior, 28*(1), 3-17.
- Cecchini, J., Méndez, A., y Muñiz, J. (2002). Motivos para la práctica del deporte en escolares españoles. *Psicothema, 14*, 523-531.
- Conroy, D. E., y Metzler, J. N. (2004). Patterns of self-talk associated with different forms of competitive anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26*, 69-89.
- Craft, L. L., Magyar, M., Becker, B. J., y Feltz, D. L. (2003). The relationship

- between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A Meta-Analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 44-65.
- Crawford, S., y Eklund, R. C. (1994). Social physique anxiety, reasons for exercise, and attitudes toward exercise settings. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 70-82.
- Crocker, P., Sabiston, C., Forrester, S., Kowalski, N., Kowalski, K., y McDonough, M. (2003). Examining change in physical activity, dietary restraint, BMI, social physique anxiety and physical self-perceptions in adolescent girls. *Canadian Journal of Public Health*, 94, 332-337.
- Crocker, P. R. E., Snyder, J., Kowalski, K. C., y Hoar, S.D. (2000). Don't let me be fat or physically incompetent! The relationship between physical self-concept and social physique anxiety in Canadian high performance female adolescent athletes. *Avante*, 6(3), 16-23.
- Deci, E., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. New York: Plenum Press.
- Edwards, T., y Hardy, L. (1996). The interactive effects of intensity and direction of cognitive and somatic anxiety and self-confidence upon performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 150-154.
- Estrada, O., y Pérez, E. (2008). Palabras e imágenes positivas en la respuesta de ansiedad en deportistas de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 31-45.
- Feltz, D. L. (1988). Self-confidence and sports performance. En K. B. Pandolf (Ed.), *Exercise and Sport Sciences Reviews* (pp. 423-457). New York: MacMillan.
- Focht, B. C., y Hausenblas, H. A. (2003). State anxiety responses to acute exercise in women with high social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 123-144.
- Frederick, C. M., y Morrison C. S. (1996). Social physique anxiety: personality constructs, motivations, exercise attitudes, and behaviors. *Perceptual & Motor Skills*, 82(3 Pt 1), 963-972.
- Frederick, C. M., y Ryan, R. M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16, 124-146.
- García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte (1980-1995). Un análisis sociológico*. C.S.D. Valencia: Tirant lo blanch.
- George, D., y Mallery, P. (1995). *SPSS/PC+ Step by step. A simple guide and reference*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing.
- Gill, D., Gross, J. B., y Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
- Gould, D., Medbery, R., y Tuffey, S. (2001). Sources of fun and motivation in age group swimmers. *Journal of Swimming Research*, 15, 1-11.
- Guillén, F., Álvarez-Malé, M. L., García, S., y Dieppa, M. (2007). Motivos de participación deportiva en natación competitiva en niños y jóvenes.

- Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(2), 59-74.
- Guillén, F., Santana, A., y Bara, M. (2006). Niveles de ansiedad en jugadores internacionales de baloncesto en silla de ruedas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(1), 69-81.
- Guillén, F., Weis, G., y Navarro, M. (2005). Motivos de participación deportiva de niños brasileños atendiendo a sus edades. *Apunts*, 80(2), 29-36.
- Hammermeister, J., y Burton, D. (2004). Gender differences in coping with endurance sport stress: Are men from Mars and women from Venus? *Journal of Sport Behavior*, 27, 148-164.
- Hanton, S., Neil, R., y Mellalieu, S. D. (2008). Recent developments in competitive anxiety direction and competition stress research. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1, 45-57.
- Hart, E. A., Leary, M. R., y Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104.
- Harwood, C., Cumming, J., y Fletcher, D. (2004). Motivational profiles and psychological skills use within elite youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16, 318-332.
- Hogan, T. P. (2004). *Pruebas psicológicas*. México: El Manual Moderno.
- Jaenes, J. C., Caracuel, J. C., y Pérez-Gil, J. A. (1999a). *Adaptación española del test SCAT: un estudio en corredores españoles de maratón*. Sesión de póster presentado en el VII Congreso Nacional de la Actividad Física y del Deporte, Murcia, España.
- Jaenes, J. C., Caracuel, J. C., y Pérez-Gil, J. A. (1999b). Adaptación española del test CSAI-2: un estudio en corredores españoles de maratón. Sesión de póster presentado en el VII Congreso Nacional de la Actividad Física y del Deporte, Murcia, España.
- Jiménez, R., y Cervelló, E. (2007). Motivos de participación en Actividad Física y Deportiva. En F. Guillén y M. Bara (Coord.), *Psicología del Entrenador Deportivo* (pp. 57-96). Sevilla: Wanceulen.
- Jones, G. W., Mackay, K. S., y Peters, D. M. (2006). Participation motivation in martial artists in the west midlands region of England. *Journal of Sports Science and Medicine*, (CSSI), 28-34.
- Jordet, G., Elferink-Gemser, M. T., Lemmink, K. A. P. M., y Visscher, C. (2006). The "russian roulette" of soccer?: Perceived control and anxiety in a major tournament penalty shootout. *Internacional Journal of Sport Psychology*, 37, 281-298.
- Kilpatrick, M., Hebert, E., y Bartholomew, J. (2005). College Students' Motivation for Physical Activity: Differentiating Men's and Women's Motives for Sport Participation and Exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87-94.
- Klund, R., Mack, D., y Hart, E. (1996). Factorial Validity of the social physique anxiety scale for females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 281-284.
- Kolt, G. S., y Capaldi, R. (2001). Why do



- children participate in tennis? *Healthy Lifestyles Journal*, 48(2), 9-13.
- Kowalsky, K. C., Crocker, P. R. E., Hoar, S. D., y Nideffer, C. B. (2005). Adolescents control beliefs and doping with stress in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 36, 257-272.
- Kowalski, N. P., Crocker, P. R. E., y Kowalski, K. C. (2001). Physical self and physical activity relationships in college women: does social physique anxiety moderate effects? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 55-62.
- Kruisselbrink, L. D., Dodge, A. M., Swanburg, S. L., y MacLeod, A. L. (2004). Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on the social physique anxiety and exercise intentions of males and females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 616-622.
- LaChausse, R. G. (2006). Motives of Competitive and Non-Competitive Cyclists. *Journal of Sport Behavior*, 29(4), 304-314.
- Lantz, C. D., Hardy, C. J., y Ainsworth, B. E. (1997). Social physique anxiety and perceived exercise behavior. *Journal of Sport Behavior*, 20, 83-93.
- Leary, M. (1999). The social psychological importance of self-esteem. En R. Kowalski y M. Leary (Eds.), *The social psychology of emotional and behavioral problems. Interfaces of social and clinical psychology* (pp. 197-221). Washington, DC: APA.
- Lois, G., y García, E. M. (2001). *Bienestar, salud y ejercicio físico: práctica deportiva y opinión de los adolescentes*. Sesión de póster presentado en el XIII Congreso Nacional de Psicología del deporte y la Actividad física, Pontevedra, España.
- Markland, D., y Ingledew, D. K. (1997). The measurement of exercise motives: Factorial validity and invariante across gender of revised Exercise Motivations Inventory. *British Journal of Health Psychology*, 2, 361-376.
- Martens, R. (1977). *Competitive State Anxiety Test*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 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. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martimortugués, C. (2005). Estrés y competición. En A. Hernández (Coord.), *Psicología del deporte (vol. 1): Fundamentos 2*. Sevilla: Wanceulen.
- Martínez, R., Molinero, O., Jiménez, R., Salguero, A., Tuero, C., y Márquez, S. (2008). La motivación para la práctica en la iniciación al fútbol: influencia de la edad/categoría competitiva, el tiempo de entrenamiento y la relación con el entrenador". *Apunts Educación Física y Deportes*, 93, 46-54.
- Masters, K. S., Ogles, B. M. y Jolton, J. A. (1993). The development of an instrument to measure Motivation for Marathon running: the Motivations of Marathoners Scales (MOMS). *Research Quarterly for*

- Exercise and Sport (RQES)*, 64(2), 134-143.
- Mellalieu, S., Hanton, S., y Fletcher, D. (2006). A competitive anxiety review: Recent directions in sport psychology research. En S. Hanton y S. D. Mellalieu (Eds.), *Literatura reviews in sport psychology* (pp. 1-45). New York: Nova Science.
- Niven, A., Fawkner, S., Knowles, A., Henretty, J., y Stephenson, C. (2009). Social physique anxiety and physical activity in early adolescent girls: The influence of maturation and physical activity motives. *Journal of Sports Sciences*, 27(3), 299-305.
- Nuviala, A., Ruiz, F., García, M. E., y Díaz, A. (2006). Motivos de práctica y tasa de participación en actividades físico-deportivas organizadas entre adolescentes que viven en dos entornos rurales. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6(1), 69-80.
- Ostrow, A. C. (1996). *Directory of psychological tests in the sport and exercise sciences*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Pieron, M. (2005). Los contenidos de la Educación Física en el desarrollo de un estilo de vida saludable: una perspectiva internacional. En J. Ruiz, I. Jiménez, D. Moral, I. Urbano y F. Crespín Ruiz, J., Jiménez, I., Moral, D., Urbano, I. y Crespín, F. (Coord.). *El maestro de Educación Física ante la convergencia europea. Posible paso atrás en la educación española, ¿un maestro para todo?* (pp. 91-124). Madrid: Gymnos.
- Polman, R., Rowcliffe, N., Borkoles, E., y Levy, A. (2007). Precompetitive State Anxiety, Objective and Subjective Performance, and Causal Attributions in Competitive Swimmers. *Pediatric Exercise Science*, 19, 39-50.
- Pozo, A. (2007). Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultado en atletas y nadadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 137-150.
- Romero, C. (2010). La motivación y la ansiedad en la práctica deportiva en jóvenes. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 28, 1-10. Recuperado el 5 de noviembre de 2010, de [http://www.csi-csif.es/andalucia/mod\\_ense-csifrevistad\\_28.html](http://www.csi-csif.es/andalucia/mod_ense-csifrevistad_28.html).
- Ruiz, M. C., y Hanin, Y. L. (2003). Athletes self perceptions of optimal states in karate: An application of the izof model. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 229-244.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepes, D., Rubio, N., y Sheldon, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 335-354.
- Sabiston, C. M., Sedgwick, W., Farrell, R., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., y Stevens, D. (2003). Body-related anxiety and coping strategies used by Canadian female adolescents. En R. Stelter (Ed.) *New Approaches to Exercise and Sport Psychology: Theories, methods and applications*. Copenhagen, Denmark: University of Copenhagen.
- Salguero, A., González-Boto, R., Tuero, C., y Márquez, S. (2003).

- Development of a Spanish version of the participation motivation inventory for young competitive swimmers. *Perceptual and Motor Skills*, 96, 637-646.
- Salguero, A., González-Boto, Tuero, C., y Márquez, S. (2004). Relationship between perceived physical ability and sport participation motives in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 44, 294-299.
- Salselas, V., González-Boto, Tuero, C., y Márquez, S. (2007). The relationship between sources of motivation and level of practice in young Portuguese swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47, 228-233.
- Smith, R. E. (1989). Athletic stress and burnout: conceptual models and intervention strategies. En D. Hackfort y C.D. Spielberger (Eds.), *Anxiety in sports: An international perspective* (pp. 183-201). Nueva York, NY: Hemisphere.
- Stefanek, K. A. (2004). *An exploration of participation motives among collegiate taekwondo participants*. Eugene, OR: Kinesiology Publications, University of Oregon.
- Swain, A., y Jones, G. (1993). Intensity and frequency dimensions of competitive state anxiety. *Journal of Sport Sciences*, 11, 533-542.
- Thill, E. (1989). *Motivation et stratégies de motivation en milieu sportif*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Wiggins, M. S. (1998). Anxiety intensity and direction: preperformance temporal patterns and expectations in athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10, 201-211.
- Willow, J. P. (2007). The exercise/self-esteem relationship: An Investigation of the role of physical activity motives. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 213-215.
- Zaggelidis, G., Martinidis, K., y Zaggelidis, S. (2004 May). Comparative study of factors - motives in beginning practicing judo and karate. *Physical Training: Fitness for Combatives*. Recuperado Septiembre 20, 2010, desde [http://ejmas.com/pt/2004pt/ptart\\_zaggelidis\\_0504.html](http://ejmas.com/pt/2004pt/ptart_zaggelidis_0504.html)

Manuscrito recibido: 15/09/2010

Manuscrito aceptado: 09/12/2010

