

# ADAPTACIÓN ESPAÑOLA DE LOS CUESTIONARIOS DE ANTECEDENTES, MANIFESTACIONES Y CONSECUENCIAS DE LA ANSIEDAD ANTE LA COMPETICIÓN DEPORTIVA. I. ESTRUCTURA FACTORIAL

Sara Márquez\*

PALABRAS CLAVE: Ansiedad competitiva, causas, manifestaciones, estrategias de afrontamiento.

RESUMEN: A partir del modelo teórico de ansiedad de Rost y Schermer se han desarrollado recientemente en la Universidad de Leuven tres cuestionarios para la evaluación de las causas, manifestaciones y estrategias de afrontamiento de la ansiedad ante la competición deportiva. Hemos realizado una adaptación española de dichos cuestionarios que se han administrado a una población de 331 sujetos (varones 55%, mujeres 45%), practicantes activos de deportes individuales o colectivos en diferentes niveles de competición. El análisis factorial indicaba la existencia de cuatro determinantes de la ansiedad ante la competición: ansiedad cognitiva, falta de control de determinantes externos, ansiedad social y sensación de inadecuación. También se obtuvieron cuatro factores a partir del análisis de las manifestaciones de la ansiedad: manifestaciones fisiológicas, manifestaciones emocionales, distorsiones mentales/ pérdida de concentración y preocupación. Por último, el análisis indicaba la existencia de dos diferentes estrategias de afrontamiento: afrontamiento activo y afrontamiento pasivo. En base al análisis de componentes principales, realizado para determinar dimensiones de segundo orden, se propone la existencia de cuatro componentes que corresponderían respectivamente a las causas, manifestaciones, estrategias de afrontamiento activo y estrategias de afrontamiento pasivo. Los resultados del análisis factorial confirman la existencia de aspectos secuenciales y separados de la ansiedad ante la competición y constituyen una primera aproximación al estudio de la validez de constructo de los cuestionarios.

\* Instituto Nacional de Educación Física de Castilla y León.

Dirección: INEF de Castilla y León, Campus de Vegazana s/n, 24071 León. Tel. 987 223915 ext. 35.

**KEY WORDS:** Competitive anxiety, determinants, manifestations, coping strategies.

**ABSTRACT:** Based on the theoretical model of anxiety of Rost and Schermer, three questionnaires to evaluate sources, manifestations and coping strategies in sport competition anxiety have been recently developed in the University of Leuven. We have performed a Spanish adaptation of the questionnaires, that were administered to 331 athletes of different disciplines (55% males, 45% females). Factor analysis yielded four basic determinants of competition anxiety: cognitive anxiety, lack of control of external determinants, social anxiety and sensation of inadequacy. Four factors also resulted from the analysis of the anxiety manifestations: physiological manifestations, emotional manifestations, mental distortions/lack of concentration and worry. As to the coping strategy questionnaire, factor analysis yielded two strategies: active coping and passive coping. Principal components analysis, performed to determine second order dimensions, gave four components: sources, manifestations, active coping and passive coping strategies. Results of the factor analysis confirm the existence of separate and sequential aspects of competition anxiety and constitute an initial step in the establishment of the construct validity of the questionnaires.

## Introducción

El interés acerca del papel de la ansiedad en la competición deportiva ha estimulado una cantidad considerable de investigaciones entre los psicólogos del deporte en los últimos veinte años (Spielberger, 1989). Un problema fundamental en relación con el estudio de la ansiedad, y esto resulta igualmente válido en el ámbito específico del deporte, es que, dada la complejidad del fenómeno y su carácter multidimensional, los instrumentos de evaluación utilizados dentro del modelo psicométrico clásico son, en general, parciales y no permiten hacer inferencias de clara utilidad práctica, a diferencia de las técnicas tradicionales utilizadas en evaluación conductual (Márquez, 1992).

En los últimos años, sin embargo, se están empezando a desarrollar, dentro del campo de los estudios de la personalidad, posturas eclécticas que aceptan la utilización de distintos procedimientos valorativos y la posibilidad de integración de los métodos de evaluación tanto procedentes de la tradición clínica como de una metodología conductista (García Mérita, 1989). La metodología actual se orientaría más a encontrar reglas generales sobre el funcionamiento de los individuos que leyes universales, retomando la afirmación de Allport (1966) de que los métodos sólo pueden ser definidos de manera que sean útiles para propósitos determinados.

El objetivo de nuestro estudio ha sido llegar a un diagnóstico diferencial de la ansiedad en el

deporte de competición haciendo uso de los planteamientos de Rost y Schermer (1989a), quienes proponen un modelo integrativo en base a la fusión de los métodos de evaluación de la ansiedad basados en los cuestionarios clásicos y de las entrevistas características de las técnicas de evaluación conductual. Estos autores consideran la ansiedad como un fenómeno secuencial (es decir la sucesión de antecedentes, formas de aparición, refuerzo y estrategias de afrontamiento de la ansiedad) y multidimensional (subrayando las diferencias entre componentes fisiológicos, cognitivos y motores). Dentro del campo de las causas de ansiedad diferencian entre sensación de inadecuación, ansiedad cognitiva y ansiedad social y, como formas de aparición, distinguen entre manifestaciones fisiológicas, emocionales y cognitivas. En cuanto a las estrategias de afrontamiento diferencian cuatro componentes: control del peligro, represión de la ansiedad, control de la ansiedad y control de la situación. Por último, distinguen entre autorrefuerzo y refuerzo por terceros (Rost y Schermer, 1989a, 1989b).

Aunque el objeto de este modelo era llegar a un diagnóstico multifactorial de la ansiedad en actividades académicas, puede ser perfectamente aplicable a situaciones de ansiedad ante la competición. Eso es lo que se ha hecho en el Instituto de Educación Física de la Universidad de Lovaina, en donde se ha elaborado, basándose en el modelo teórico de Rost y Schermer, una batería de tres cuestionarios de Antecedentes, Manifestaciones

y Consecuencias de la ansiedad en la competición deportiva (Du Bois, 1989; Vanden Auweele 1990; Verwilt, 1989).

Nosotros hemos desarrollado una versión española de dichos cuestionarios, que ha sido aplicada a sujetos de ambos sexos, practicantes activos de algún deporte, a distintos niveles, y con un amplio rango de edades. En el presente estudio se analiza la estructura factorial de los cuestionarios, como un primer paso para el establecimiento de la validez de constructo de los mismos.

## Metodología

### *Muestra*

Participaron en la investigación 331 sujetos, distribuidos de la manera siguiente:

Sexo: varones (55%), mujeres (45%).

Edad: menores de 18 años (25%), de 18 a 21 años (48%), más de 21 años (27%)

Deporte practicado: individuales (49%), colectivos (51%).

Nivel de competición alcanzado: provincial (20%), regional (22%), nacional (44%), internacional (14%).

### *Técnica de obtención de datos*

Se realizó una adaptación española de los cuestionarios originales en lengua holandesa que nos fueron amablemente cedidos por el Dr. Yves Vanden Auweele. La traducción fué realizada por una empresa especializada de servicios lingüísticos. Esta versión preliminar fué posteriormente presentada a seis especialistas en el campo de la actividad física y deportiva, al objeto de confirmar que los juicios serían perfectamente interpretables por los sujetos que fuesen a responder los cuestionarios, llevando a cabo las pequeñas modificaciones de expresión sugeridas por los mismos.

Los cuestionarios en su forma completa se incluyen en el apéndice 1. El cuestionario parcial sobre las causas de la ansiedad contiene 27 ítems: 5 ítems sobre la sensación de

inadecuación, 5 ítems sobre la ansiedad cognitiva, 7 ítems sobre la ansiedad social, 4 ítems sobre el autorrefuerzo y 6 ítems sobre el refuerzo por terceros. El cuestionario parcial sobre las manifestaciones de la ansiedad contiene 24 ítems: 6 ítems sobre manifestaciones fisiológicas, 6 ítems sobre manifestaciones cognitivas, 6 ítems sobre manifestaciones emocionales y 6 ítems sobre autorrefuerzo. Por último, el cuestionario parcial sobre las estrategias de afrontamiento de la ansiedad contiene 29 ítems: 7 ítems sobre control del peligro, 9 ítems sobre represión de la ansiedad, 6 ítems sobre control de la ansiedad y 7 ítems sobre control de la situación. Todos los ítems se contestaban con una cifra de 0 a 4 (nunca = 0; raras veces = 1; a veces = 2; a menudo = 3; siempre = 4).

### *Analisis de los datos*

En nuestro estudio se llevó a cabo un análisis factorial de la intercorrelación entre los ítems relativos a las causas de la ansiedad, entre los correspondientes a las manifestaciones y finalmente a las estrategias de afrontamiento. Se realizó un análisis factorial común y rotación ortogonal Varimax (Cattell, 1965; Wainer y Braun, 1988).

En principio cabría esperar que las escalas formadas en base a los factores obtenidos midiesen una dimensión en las causas, manifestaciones o estrategias de afrontamiento de la ansiedad. Aún así, es posible suponer que existan intercorrelaciones entre las escalas. Para buscar las dimensiones de segundo orden se estudiaron las intercorrelaciones entre las puntuaciones de las diferentes escalas, que fueron sometidas a un nuevo análisis factorial. En este caso se utilizó un análisis de componentes principales. Dichos componentes son funciones matemáticas de las variables observadas. Mediante este método se intenta explicar la varianza total de las variables manifiestas y no solo la común, como en el caso del análisis factorial común (Kim y Mueller, 1978).

Un punto importante es el del tamaño de muestra adecuado para poder desarrollar adecuadamente este tipo de análisis. Las propuestas más recientes apuntan a la necesidad de disponer de al menos un número de sujetos cinco veces superior al de los ítems que constituyan el cuestionario a validar (Smith, 1989; Tabachnick y Fidell, 1989). En nuestro

caso ese número se superaba claramente, dado que los cuestionarios están constituidos, como indicamos anteriormente, por veinticuatro, veintisiete y veintinueve ítems, respectivamente.

Todos los análisis se llevaron a cabo mediante el paquete integrado SYSTAT 5.0 (Systat, Inc., Evanston, IL).

*Tabla 1. Análisis factorial de los ítems correspondientes a los cuestionarios de causas, manifestaciones y estrategias de afrontamiento de la ansiedad ante la competición deportiva.*

CAUSAS DE LA ANSIEDAD p.v. total 43,8%	
Factor 1. Ansiedad cognitiva p.v. 13,6	
2(0,703) 5(0,613) 8(0,608) 11(0,609) 15 (0,545) 19 (0,507) 24(0,509) 25(0,430)	
Factor 2. Falta de control de determinantes externos p.v. 11,1	
18(0,478) 20(0,603) 21(0,732) 22(0,597) 23 (0,441) 26(0,506) 27(0,601)	
Factor 3. Ansiedad social p.v. 10,9	
1(0,544) 4(0,654) 7(0,414) 10 (0,689) 13 (0,692) 14(0,597) 16 (0,351)	
Factor 4. Sensación de inadecuación p.v. 8,2	
3(0,407) 6(0,507) 9(0,681) 12(0,592) 17(0,617)	
MANIFESTACIONES DE LA ANSIEDAD p.v. total 48,8%	
Factor 1. Manifestaciones fisiológicas p.v. 13,1	
29(0,624) 34(0,447) 36(0,652) 39(0,686) 43(0,482) 44(0,459)	
Factor 2. Manifestaciones emocionales p.v. 13,5	
33(0,518) 37(0,464) 38(0,692) 40(0,701) 46(0,743)	
Factor 3. Distorsiones mentales y pérdida de concentración p.v. 12,3	
35(0,428) 42(0,403) 45(0,533) 48(0,763) 49(0,799) 50(0,705)	
Factor 4. Preocupación p.v. 9,9	
28(0,662) 30(0,517) 31(0,425) 41(0,615) 47(0,657) 51(0,447)	
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO p.v. total 24,6%	
Factor 1. Afrontamiento activo p.v. 14,2	
56(0,386) 58 (0,496) 59(0,463) 60(0,335) 61(0,622) 62(0,470) 63(0,470)	
65(0,644) 67(0,368) 70(0,544) 72(0,542) 74(0,597) 75(0,469) 76(0,468) 79(0,464)	
Factor 2. Afrontamiento pasivo p.v. 10,4	
52(0,619) 53(0,310) 55(0,341) 64(0,450) 68(0,536) 71(0,471) 77(0,607) 80(0,578)	

## Resultados

En una primera fase se obtuvieron las tres matrices de correlación correspondientes a los ítems relativos a las causas, manifestaciones y estrategias de afrontamiento de la ansiedad. Las matrices se factorizaron hasta conseguir una serie de factores no rotados. Los ítems se agruparon en 2, 3, 4, 5 y 6 grupos o factores, que se rotaron a la solución ortogonal. Los grupos se retuvieron en base al "scree-test" o método "ladera de montaña" de Cattell (1965), interpretando los factores mediante los ítems con mayor peso en los mismos.

Para la discusión se eligieron las soluciones de cuatro factores en el caso de los cuestionarios de causas y manifestaciones de la ansiedad, y la de dos factores en el caso de las estrategias de afrontamiento. Esta elección se basó en dos criterios: en primer lugar, hacia falta un reparto lo más proporcional posible de los ítems entre los diferentes factores. En segundo lugar, se buscó una solución factorial lo más parecida posible al modelo de Rost y Schermer. En la tabla 1 se recogen (entre paréntesis) los pesos de los ítems por factores en cada uno de los tres cuestionarios y el porcentaje de la varianza (p.v.) explicado por dichos factores.

Por lo que se refiere al cuestionario de causas de la ansiedad, los ítems en el factor 1 corresponden a un desencadenamiento de la ansiedad cuando se piensa que los objetivos son poco realistas en relación con las posibilidades reales de ejecución. Se le podría denominar "ansiedad cognitiva". El factor 2 indica inseguridad frente a una serie de cuestiones relativas a la competición, pero ajenas a uno mismo. Se le puede denominar "falta de control de determinantes externos de la actuación". Los ítems en el factor 3 indican miedo a una reacción del público, de los adversarios o de la gente en general. Según la denominación de la versión original del cuestionario se podría hablar de "ansiedad social" o "miedo a la pérdida de reconocimiento o estima". El factor 4 indica la

percepción de una desproporción entre los requisitos de la actuación y las propias posibilidades. Correspondría a la "sensación de inadecuación".

En el cuestionario de manifestaciones de la ansiedad el factor 1 se refiere a sensaciones corporales. Se denomina "manifestaciones fisiológicas de la ansiedad". El factor 2 corresponde a "manifestaciones emocionales". El factor 3 indica una cierta preocupación por las propias posibilidades, con alteraciones mentales y dificultades de concentración. Se le denomina "distorsiones mentales y pérdida de concentración". Finalmente, el factor 4 incluye ítems que indican el que el sujeto es incapaz de dejar de pensar en la competición. Se habla de "preocupación".

Por último, por lo que se refiere al cuestionario de estrategias de afrontamiento, el factor 1 incluye ítems correspondientes a estrategias productivas y flexibles y al control de la ansiedad. Correspondría al "afrontamiento activo". El factor 2 se denomina "afrontamiento pasivo" e incluye ítems correspondientes fundamentalmente a estrategias de evitación.

Para buscar las dimensiones de segundo orden se estudiaron las intercorrelaciones entre las puntuaciones de las diferentes escalas (factores), que fueron sometidas a un nuevo análisis factorial. En este caso se utilizó un análisis de componentes principales. Los resultados de la solución de cuatro factores, que explica un 73,7% de la varianza total, se recogen en la Tabla 2.

Las escalas con mayor peso en el primer componente son las escalas de manifestaciones de la ansiedad. Las escalas de causas de la ansiedad presentan un mayor peso en el tercer componente. En cuanto a las escalas de estrategias de afrontamiento, la correspondiente al "afrontamiento activo" presenta un peso máximo en el segundo componente, mientras que la de "afrontamiento pasivo" lo hace en el cuarto.

Tabla 2. *Análisis factorial de las intercorrelaciones entre las diferentes escalas.*

	I	II	III	IV
Factor 1. Ansiedad cognitiva			0,566	
Factor 2. Falta de control de determinantes externos			0,634	
Factor 3. Ansiedad social			0,859	
Factor 4. Sensación de inadecuación			0,501	
Factor 5. Manifestaciones fisiológicas	0,826			
Factor 6. Manifestaciones emocionales	0,753			
Factor 7. Distorsiones mentales y pérdida de concentración	0,737			
Factor 8. Preocupación	0,583			
Factor 9. Afrontamiento activo		0,899		
Factor 10. Afrontamiento pasivo			0,838	

## Discusión

Al construir los cuestionarios nos hemos basado en la teoría de Rost y Schermer (1989a, 1989b). Las categorías de estos autores en relación con las causas de la ansiedad eran: sensación de inadecuación (ítems 3, 6, 9, 12 y 15), ansiedad cognitiva (ítems 2, 5, 8, 11 y 17) y ansiedad social (ítems 1, 4, 7, 10, 13, 14 y 16). Por lo que se refiere a las manifestaciones de la ansiedad, las categorías de Rost y Schermer eran: manifestaciones fisiológicas (ítems 29, 32, 34, 36, 39, 43 y 44), manifestaciones cognitivas (ítems 28, 30, 33, 35, 41 y 45) y manifestaciones emocionales (ítems 31, 37, 38, 40, 42 y 46). En cuanto a los ítems relativos al refuerzo de la ansiedad, estos eran los correspondientes al autorrefuerzo (18, 19, 24, 25, 47, 48, 49, 50 y 51) y refuerzo por terceros (20, 21, 22, 23, 26 y 27) (ver Anexo 1).

Nuestros resultados sugieren la existencia de cuatro factores en lugar de tres respecto a las causas de la ansiedad. Los ítems pertenecientes a la categoría de ansiedad social de Rost y Schermer se encuentran todos englobados bajo el factor del mismo nombre. La categoría de sensación de inadecuación coincide, a excepción de un ítem, con el factor de igual denominación. El factor "ansiedad cognitiva" incluye tanto ítems de la categoría de igual denominación como ítems correspondientes al autorrefuerzo.

Por último, en el factor denominado "falta de control de determinantes externos" se encuentran fundamentalmente ítems correspondientes al refuerzo por terceros. Por lo que se refiere a las manifestaciones de la ansiedad, también encontramos cuatro factores frente a las tres categorías de Rost y Schermer. El primero corresponde a las "manifestaciones fisiológicas", a excepción del ítem 32, que fué eliminado por su bajo peso. El segundo corresponde a las "manifestaciones emocionales", incluyendo cuatro de los seis ítems procedentes de la categoría de igual denominación. Por último, los ítems correspondientes tanto a las categorías de ansiedad cognitiva como de refuerzo por terceros se distribuyen entre los factores denominados respectivamente "distorsiones mentales y pérdida de concentración" y "preocupación". En cuanto a las estrategias de afrontamiento de la ansiedad, en el modelo de Rost y Schermer se distinguían cuatro categorías: control del peligro (ítems 53, 57, 61, 65, 67, 76 y 79), represión de la ansiedad (ítems 52, 56, 60, 64, 66, 70, 73, 75 y 78), control de la ansiedad (ítems 55, 59, 63, 69, 72 y 74) y control de la situación (ítems 54, 58, 62, 68, 71, 77 y 80). Los resultados de nuestro trabajo son de compleja interpretación, y después del estudio de las posibles soluciones factoriales se optó por la de dos factores, que corresponderían a las categorías que hemos

denominado de “afrontamiento activo” y “afrontamiento pasivo”. El factor “afrontamiento pasivo” se corresponde en gran medida con la categoría original de control de la situación, mientras que el factor de “afrontamiento activo” incluye ítems procedentes fundamentalmente de las otras tres categorías.

En relación con los resultados de la versión original de los cuestionarios de Vanden Auweele (Du Bois, 1989; Vanden Auweele, 1990), es importante destacar una serie de hechos. En primer lugar, por lo que se refiere a las escalas correspondientes a las causas de la ansiedad, también en aquella se encuentran cuatro. No obstante, la coincidencia con las categorías originales del modelo de Rost y Schermer es menor que la puesta de manifiesto en nuestro estudio. Así, la escala de “ansiedad social” (que se denomina también de “miedo a la pérdida de estima”) sólo incluye cinco de los ítems originales, junto con otros procedentes de las categorías de ansiedad cognitiva y refuerzo por terceros. Se pierde la escala “sensación de inadecuación”, cuyos ítems se distribuyen entre las denominadas “miedo a la pérdida de afiliación” y limitaciones de competencia”. La escala “falta de control de determinantes externos” sólo incluye tres ítems correspondientes al refuerzo por terceros. Por último, los ítems correspondientes a la categoría de ansiedad cognitiva de Rost y Schermer (denominada también de “limitaciones de competencia”) si se sitúan, al igual que en nuestro estudio, en la misma escala que los correspondientes al autorrefuerzo, aunque en la versión neerlandesa también se incluyen en esta escala, como ya se ha mencionado, dos ítems procedentes de la categoría sensación de inadecuación. Algo similar se puede decir en cuanto al cuestionario de manifestaciones de la ansiedad. En la versión original neerlandesa, se consideran cuatro escalas. La de “manifestaciones fisiológicas” coincide con la nuestra y con la categoría original de Rost y Schermer. La escala de “manifestaciones

emocionales” (que se denomina de “manifestaciones emocionales dirigidas al exterior”) sólo incluye tres de los ítems de la categoría original. Por último, se elaboran dos escalas denominadas respectivamente de “distorsiones mentales y pérdida de concentración” y “preocupación” (denominación que nosotros hemos respetado). Sin embargo, la distribución de ítems no es tan clara como en nuestro estudio, ya que en ambas se incluyen diversos ítems procedentes de la categoría de manifestaciones emocionales. En cuanto a las estrategias de afrontamiento de la ansiedad, en la versión original de los cuestionarios de Vanden Auweele se distinguen tres escalas. En la primera, “control de la situación”, se incluyen no sólo ítems procedentes de la categoría de igual denominación, sino también de las de represión de la ansiedad y control de la ansiedad. La segunda se denomina de control del peligro y coincide en gran medida con la categoría de igual nombre. Por último, se construye una escala de “control de la ansiedad interna” en la que se engloban ítems provenientes de las categorías de represión de la ansiedad y control de la ansiedad. Nosotros consideramos esta interpretación excesivamente compleja y quizás, como se discutirá más tarde, sea más fácil una explicación en términos de conductas de afrontamiento activo o pasivo. Las discrepancias existentes entre nuestro trabajo y el estudio de la validez factorial de la versión original de los cuestionarios creemos que puede atribuirse en gran parte a las características de la muestra de sujetos utilizada en ambos casos. El número de sujetos era muy similar, 351 en la versión neerlandesa y 331 en nuestro estudio. Sin embargo, en aquel caso no se consiguió una muestra tan equilibrada como la nuestra. Por citar sólo dos ejemplos, un 22% de los sujetos eran practicantes de deportes individuales (en nuestro caso lo eran el 49%) y un 69% competían en categorías inferiores a la nacional (en nuestro caso sólo un 42%).

Para profundizar algo más en la existencia de las dimensiones detectadas mediante el modelo de Rost y Schermer, se puede recurrir a la utilización de las teorías de Liebert y Morris (1967) y de Depreeuw (1988). Liebert y Morris (1967) fueron los primeros en introducir los conceptos de preocupación y emocionalidad en la literatura sobre ansiedad y, más en concreto, en relación con el miedo ante las pruebas. El concepto de preocupación se refiere a los elementos cognitivos de las vivencias o manifestaciones de la ansiedad, expectativas negativas, miedo por uno mismo, por las posibles consecuencias, etc. El concepto de emocionalidad se refiere a la percepción de los elementos fisiológico-afectivos de la ansiedad, tales como nerviosismo y tensión y de síntomas asociados con activación autonómica tales como taquicardia, sudoración, etc. (Deffenbacher, 1980; Liebert y Morris, 1967). Depreeuw (1988) habla en sus investigaciones sobre el estudio y la capacidad de enfrentarse a los exámenes de diversos factores. El primero es un factor complejo de miedo al fracaso y estrés. En este confluyen tres canales emocionales: el somático-fisiológico, el cognitivo y el conductual. El segundo se denomina cálculo objetivo y está relacionado con conceptos tales como la seguridad en sí mismo, confianza o autoestima. Se trata de un comportamiento de ponderación o cálculo en el que la persona sopesa sus limitaciones y sus posibilidades frente a los requisitos impuestos por la actuación. El tercer factor corresponde a la valoración en el contexto social de la persona.

Por lo que se refiere a las escalas de causas de la ansiedad, en nuestro estudio, los items del factor "ansiedad social" corresponden por completo a la categoría de "ansiedad social" del modelo de Rost y Schermer. Se trata de la ansiedad que surge cuando hay que actuar ante otras personas y se teme que, en caso de fracasar, el público provoque reacciones que amenazan la autoestima. Partiendo de la teoría de Depreeuw (1988), la interpretación sería similar;

la ansiedad surge a consecuencia de la necesidad de hacerse valer ante los otros y el miedo a decepcionar. Los items del factor "ansiedad cognitiva" se incluyen en varias de las categorías de Rost y Schermer. La mayoría pertenecen a la de igual denominación y los restantes al autorrefuerzo y uno a la categoría de sensación de inadecuación. Utilizando la teoría de Depreeuw dichos items corresponderían a la categoría de "cálculo objetivo". El sujeto calcula subjetivamente las expectativas de la actuación y valora sus propias posibilidades y limitaciones. Los items del factor "falta de control de determinantes externos" coinciden prácticamente en su totalidad con la categoría "refuerzo por terceros". Se trataría de un cálculo del sujeto acerca de sus posibilidades y limitaciones en relación a los requisitos impuestos por la actuación. Los individuos pueden dudar a raíz de determinantes externos de la actuación y sentirse ansiosos por ello. Los items del factor "sensación de inadecuación" coinciden, a excepción de uno, con la categoría de igual denominación de Rost y Schermer. La tarea a la que se enfrenta uno es importante en función del sentimiento de autoestima o sensación de estima por parte de los demás. Partiendo de estas comprobaciones, se puede decir, que aunque a primera vista no se afirman en su totalidad las categorías que inicialmente se habían propuesto, sí se aprecian, sin embargo, grandes coincidencias. La categorías "ansiedad social" y "sensación de inadecuación" de Rost y Schermer se mantienen prácticamente intactas y las restantes se limitan a incluir los items correspondientes al autorrefuerzo y refuerzo por terceros, confirmando así que estos últimos no pueden considerarse como categorías independientes.

Los items pertenecientes a las manifestaciones de la ansiedad también se agrupan en varios factores. El factor "manifestaciones fisiológicas" incluye items que en su mayor parte se corresponden con la categoría equivalente del modelo de Rost y

Schermer. Según Liebert y Morris (1967) la emocionalidad es una percepción subjetiva de reacciones fisiológicas autónomas y, en ese sentido, este factor también podría denominarse de emocionalidad. Asimismo, se podría establecer una coincidencia con la ansiedad somática definida por Davidson y Schwartz (1976) y evaluada mediante una de las escalas del CSAI-2 de Martens y cols (1990), o con la categoría de manifestaciones fisiológicas del modelo de Borkovec y cols (1977). Los items del factor "distorsiones mentales y pérdida de concentración" están repartidos fundamentalmente por las categorías de manifestaciones cognitivas y autorrefuerzo. Volviendo a la teoría de Depreeuw (1988), podemos colocar estos items en la categoría del cálculo yo-mí actuación, lo que conlleva distorsiones mentales, es decir, duda de factores internos, y pérdida de concentración. Los items del factor "preocupación" pertenecen en gran medida a las categorías de manifestaciones cognitivas y de autorrefuerzo. Para Liebert y Morris (1967) el término preocupación haría referencia a elementos cognitivos de las vivencias de la ansiedad, como son los pensamientos negativos, el estar preocupado por uno mismo, las posibles consecuencias, etc. Podríamos hablar de pensamientos coactivos. Se trataría de un término restrictivo que sólo hace alusión a parte de las manifestaciones cognitivas de la ansiedad. A diferencia de lo establecido en modelos como el de Davidson y Schwartz (1976) o el de Borkovec y cols (1977), se establecen, por tanto, dos categorías en las que se incluyen lo que clásicamente se han considerado manifestaciones cognitivas de la ansiedad y se consideran aspectos relacionados con la estabilización de la misma. El último factor de las manifestaciones de la ansiedad, coincide en parte con la categoría de manifestaciones emocionales de Rost y Schermer o la de manifestaciones conductuales de Borkovec y cols (1977), aunque también incluye items de autorrefuerzo y manifestaciones cognitivas. Se podría interpretar en términos de

una expresión estimulada de sentimientos desencadenada por la ansiedad.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, parece que el planteamiento original de Rost y Schermer (1989b) es excesivamente complejo y podría no corresponderse con categorías que puedan realmente distinguirse en situaciones reales. Basicamente, ante una situación de estrés una persona tiene dos opciones, aproximarse o alejarse. Practicamente todos los autores que trabajan en temas relacionados con el afrontamiento aceptan esta visión y existen diversos enfoques que intentan integrar este conocimiento en el área del estudio de las características de afrontamiento. Horowitz (1979) presenta un modelo que considera dos dimensiones cognitivas básicas: negación e intrusión, que concuerdan en algunos puntos básicos con el enfoque de Lazarus y Folkman (1984a, 1984b). Sin embargo no se incluyen características de conducta externa, lo que resulta problemático ya que las formulaciones iniciales de la dimensión acercamiento-evitación se fundaron por completo en la conducta externa. Kobasa (1979) plantea, en esta misma línea, dos dimensiones básicas que serían dureza e indefensión. Este autor está más dispuesto a admitir variables externas en su enfoque, aunque nunca constituyendo factores esenciales del mismo. En ningún caso se definen completamente las variables mencionadas, quedando a un nivel intuitivo y siendo los trabajos experimentales escasos. Roth y Cohen (1986), tras una revisión teórica completa del tema, plantean un modelo algo más definido y sugieren la conveniencia de considerar una sola dimensión acercamiento-evitación que aparecería en respuesta al estrés y se definiría como cognitivo-emocional. La idea básica de estos autores es que todos los sujetos podrán emplear un tipo u otro de estrategias dependiendo de la situación. Aunque opinan que existiría algún tipo de predominio de una sobre otra en función de las preferencias del sujeto, no piensan que se puedan considerar como rasgos o estilos. Un estudio muy reciente

ha venido a confirmar que en el ámbito específico del baloncesto de competición, pueden darse estrategias diferentes en función de la situación, pero en general, los individuos con niveles elevados de ansiedad tienden a recurrir con mucha mayor frecuencia a estrategias centradas en el problema, manifestando conductas impulsivas y agresivas, aumento del empeño y focalización del problema (Madden y cols, 1990).

En base a todo lo indicado anteriormente, y a pesar de la complejidad de los factores a considerar en relación con las estrategias utilizadas por los deportistas para enfrentarse a la ansiedad competitiva, consideramos que puede llevarse a cabo una interpretación de nuestros resultados en términos de conductas de acercamiento/evitación. No obstante existen algunas limitaciones a dicha interpretación si consideramos que el análisis factorial hace enfasis en que cada ítem debe pertenecer a un sólo factor o escala. Una determinada estrategia puede cumplir distintas funciones dependiendo de la situación en que se emplee, y en tal caso no sería correcto el situarla en una sola escala (Moix, 1990).

Una vez construidas las escalas y para interpretar las agrupaciones en términos de dimensiones subyacentes de segundo orden, se volvió a realizar un análisis factorial de la intercorrelación entre las mismas. Se puede asumir que las diez escalas formadas a partir de los ítems medirán dimensiones distintas en las causas, manifestaciones o estrategias de afrontamiento de la ansiedad y por tanto, cabría esperar que presentasen la mayor independencia posible. Aún así, podrían existir intercorrelaciones entre las mismas y, de hecho, pudimos comprobar que al estudiar la matriz de intercorrelación de las escalas aparecían treinta y nueve correlaciones significativas ( $>0,30$ ) y de ellas, veintiseis superiores a 0,40. Estas correlaciones se sometieron a un análisis factorial para buscar los componentes principales o dimensiones de segundo orden

que pudiesen explicar las intercorrelaciones detectadas. Se podría construir una hipótesis de partida en los términos siguientes: todas las escalas relativas a las causas de la ansiedad deberían presentar una saturación elevada en el mismo factor, ya que todas ellas se refieren en última instancia a determinantes del nerviosismo y estrés ante la competición. También cabría esperar que las escalas relativas a las manifestaciones de la ansiedad presentaran un peso alto en un mismo factor. Las correspondientes a las estrategias de afrontamiento deberían situarse en factores distintos a los dos anteriores. Nuestra hipótesis se cumple prácticamente en su totalidad, puesto que existe un primer componente en el que se sitúan las escalas de manifestaciones de la ansiedad y un tercero en el que se sitúan tres de las escalas de las causas de la ansiedad: "ansiedad cognitiva", "ansiedad social" y "sensación de inadecuación". Por otra parte, las escalas de "afrontamiento activo" y "afrontamiento pasivo" saturan en el segundo y cuarto componente respectivamente.

En resumen, creemos que nuestro análisis apoyaría la existencia de tres aspectos secuenciales de la ansiedad competitiva y que corresponderían respectivamente a las causas o condiciones de iniciación, reacciones o manifestaciones y estrategias de afrontamiento. Asimismo, se indica la existencia de subdivisiones en categorías tanto en las causas como manifestaciones de la ansiedad y la presencia de diferentes estrategias de afrontamiento de la misma. Aunque no existe una coincidencia total con el modelo de Rost y Schermer, sí resulta evidente el carácter multidimensional de la ansiedad competitiva. Consideramos que con este estudio se da un primer paso en el establecimiento de la validez de constructo de los cuestionarios, y que los mismos pueden llegar a convertirse en un instrumento de utilidad para el diagnóstico diferencial de la ansiedad en la competición deportiva.

## Referencias

- Allport, G. W. (1966). Traits revisited. *American Psychologist* 21, 1-10.
- Borkovec, T. D., Weerts, T. C., Bernstein, D. A. (1977). Assessment of anxiety. En A. R. Ciminero, K. S. Calhoun y H. E. Adams (eds.). *Handbook of behavioral assessment*. Nueva York: Wiley.
- Cattell, R. B. (1965). Factor analysis: an introduction to essentials. I. The purpose and underlying models. *Biometrics* 21, 190-215.
- Davidson, R. J., Schwartz, G. E. (1976). The psychobiology of relaxation and related states: a multiprocess theory. En D. I. Mostofsky (ed). *Behavioral control and modification of physiological activity*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Deffenbacher, J. L. (1980). Worry and emotionality, and test generated interference in test anxiety: an empirical test of attentional theory. *Journal of Educational Psychology* 70, 248-254.
- Depreeuw, E. (1988). Sociale angst en falangaast: een gemeenschappelijk procesmodel met implicaties voor een behandeling. *Gedragstherapie* 21, 125-137.
- Du Bois, G. (1989). *Oorzaken, verschijnselvormen en versterking van falangaast in de competitiosport: constructie van een meetinstrument*. Leuven: Instituut voor Lichamelijke Opleiding.
- García Mérita, M. L. (1989). El qué y el cómo de la evaluación de la personalidad. En J. Mayory J. L. Pinillos (eds.). *Tratado de Psicología. Volumen 9. Personalidad*. (pp 1-14). Madrid: Alhambra.
- Hackfort, D., Schwenkmezger, P. (1989). Measuring anxiety in sports: perspectives and problems. En D. Hackfort y C. D. Spielberger (eds.). *Anxiety in sports: an international perspective*. (pp. 55-75). Nueva York: Hemisphere.
- Horowitz, M. (1976). *Stress response syndromes*. Nueva York: Aronson.
- Kim, J., Mueller, C. W. (1978). *Factor analysis. Statistical methods and practical issues*. Londres: SAGE Publications.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality and health. An inquiry into hardiness. *Journal of Behavioral Medicine* 4, 1-39.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984a). Coping and adaptation. En W. D. Gentry (ed). *The handbook of behavioral medicine*. (pp 282-325). Nueva York: Guilford.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984b). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer.
- Liebert, R. M., Morris, L. W. (1967). Cognitive and emotional components of test anxiety: a distinction and some initial data. *Psychological Reports* 20, 975-978.
- Madden, C. C., Summers, J. J., Brown, D. F. (1990). The influence of perceived stress on coping with competitive basketball. *International Journal of Sport Psychology* 21, 21-35.
- Márquez, S (1992). Instrumentos de evaluación de la ansiedad: aplicación al ámbito de la competición deportiva. *Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte* 9, 13-17.
- Martens, R., Burton, D., Vealey, R. S., Bump, L. A., Smith, D. E. (1990). The development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. En R. Martens, R. S. Vealey y D. Burton, D. (eds.) *Competitive anxiety in sport..* (pp 117-190). Champaign: Human Kinetics.
- Moix, J. (1990). Modelo de Lazarus: limitaciones teóricas y prácticas. En *Psicología teórica: investigación en procesos básicos*. Valencia: II Congreso del Colegio Oficial de Psicólogos.
- Rost, D. H., Schermer, F. J. (1989). The various facets of test anxiety: a subcomponent model of test anxiety measurement. En R. Schwarzer, H. M. Vander Ploeg y C. D. Spielberger (eds). *Advances in test anxiety research. Vol. 6.* (pp 37-52). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

- Rost, D. H., Schermer, F. J. (1989b). The assessment of coping with test anxiety. En R. Schwarzer, H. M. Vander Ploeg y C. D. Spielberger (eds). *Advances in test anxiety research. Vol. 6.* (pp 179-191). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Roth, S., Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance and coping with stress. *American Psychologist 6*, 813-819.
- Smith, R. E. (1989). Conceptual and statistical issues in research involving multidimensional anxiety scales. *Journal of Sport and Exercise Psychology 11*, 452-457.
- Spielberger, C. D. (1989). Stress and anxiety in sport. En D. Hackfort y C. D. Spielberger (eds.). *Anxiety in sports: an international perspective.* (pp 3-18). Nueva York: Hemisphere.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. (1989). *Using multivariate statistics.* Nueva York: Harper & Row.
- Vanden Auweele, Y. (1990). *Anxiété competitive chez des athlètes belges (determinants strategies pour surmonter l'anxiété).* Montpellier: VII Congrès International de Psychologie du Sport.
- Verwilt, M. (1989). *Faalangast in de competitiesport: verwerkingsstrategien. Constructie van een meetinstrument.* Leuven: Instituut voor Lichamelijke Opleiding.
- Wainer, H., Braun, H. I. (1988). *Test validity.* Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

## Anexo I. CUESTIONARIOS DE CAUSAS, MANIFESTACIONES Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO ANTE LA COMPETICIÓN DEPORTIVA.

### A. CAUSAS DE SU NERVIOSISMO

<i>Tengo miedo y/o estoy nervioso y/o estoy preocupado .....</i>	NUNCA	RARAS VECES	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE
	0	1	2	3	4
1. de o por parecer tonto y torpe.	0	1	2	3	4
2. porque pienso que no puedo conseguir mis objetivos.	0	1	2	3	4
3. porque durante la competición va a ocurrir algo para lo que no estoy preparado.	0	1	2	3	4
4. por la reacción de mis amigos.	0	1	2	3	4
5. cuando muchas cosas dependen de lo que ocurra en la competición.	0	1	2	3	4
6. porque creo que voy a lesionarme.	0	1	2	3	4
7. porque daré un gran disgusto a mis padres si mi actuación no es buena.	0	1	2	3	4
8. porque los objetivos parecen difíciles de alcanzar y mis expectativas no son demasiado buenas.	0	1	2	3	4
9. porque no tengo posibilidades de prepararme a conciencia.	0	1	2	3	4
10. porque puedo perder prestigio entre mis amigos y mis compañeros de club.	0	1	2	3	4
11. porque dudo que pueda cumplir con las expectativas.	0	1	2	3	4
12. porque me doy cuenta de que tengo que entrenarme más.	0	1	2	3	4
13. de parecer ridículo ante mis adversarios.	0	1	2	3	4
14. de decepcionar a mis padres, a mi entrenador y a mis amigos.	0	1	2	3	4
15. porque dudo de mi capacidad técnica y/o táctica.	0	1	2	3	4
16. por competir delante de mucho público.	0	1	2	3	4
17. cuando no me encuentro en plena forma.	0	1	2	3	4
18. porque tengo miedo de perder.	0	1	2	3	4
19. porque después de una mala competición me culpo a mí mismo.	0	1	2	3	4
20. porque todo el mundo está pendiente de mi actuación.	0	1	2	3	4
21. porque todo el mundo quiere animarme.	0	1	2	3	4
22. porque el entrenador se preocupa más de mí cuando ve que tengo miedo.	0	1	2	3	4
23. cuando me prometen algo si mi rendimiento es bueno.	0	1	2	3	4
24. porque tengo miedo de cometer errores.	0	1	2	3	4
25. cuando me preocupo de que puedan surgir posibles contratiempos.	0	1	2	3	4
26. cuando me hacen meditar acerca de las consecuencias de un posible fracaso.	0	1	2	3	4
27. cuando el entrenador me dice "Demuéstrame"	0	1	2	3	4

lo que vales" inmediatamente antes  
de la competición.

0      1      2      3      4

#### B. LO QUE USTED PIENSA, SIENTE Y HACE CUANDO ESTA NERVIOSO

<i>Antes y/o durante y/o después de la competición .....</i>	RARAS	A	A	SIEMPRE	
	NUNCA	VECES	VECES		
	0	1	2	3	4
28. reflexiono sobre las consecuencias de un posible fracaso.	0	1	2	3	4
29. me pongo a sudar o tengo frío.	0	1	2	3	4
30. me pasan muchas ideas por la cabeza.	0	1	2	3	4
31. me siento excitado.	0	1	2	3	4
32. como más o menos como siempre	0	1	2	3	4
33. me preocupo de cosas que no tienen nada que ver con la competición.	0	1	2	3	4
34. me resulta más difícil dormir.	0	1	2	3	4
35. no puedo pensar con claridad.	0	1	2	3	4
36. mi respiración es irregular.	0	1	2	3	4
37. me siento confundido.	0	1	2	3	4
38. pierdo la calma y me enfado fácilmente.	0	1	2	3	4
39. siento que mi corazón late más deprisa de lo habitual.	0	1	2	3	4
40. estoy seco con la gente que me rodea.	0	1	2	3	4
41. sólo pienso en la competición.	0	1	2	3	4
42. no me siento a gusto.	0	1	2	3	4
43. siento molestias (naúseas, dolor de cabeza...).	0	1	2	3	4
44. tengo que ir al cuarto de baño con más frecuencia.	0	1	2	3	4
45. tengo dificultades para concentrarme.	0	1	2	3	4
46. estoy poco amable.	0	1	2	3	4
47. pienso durante muchos días como quedé en la competición.	0	1	2	3	4
48. dudo de mí mismo.	0	1	2	3	4
49. pienso que no estoy a la altura de las circunstancias.	0	1	2	3	4
50. me preocupo porque no voy a rendir lo suficiente.	0	1	2	3	4
51. me preocupa el hecho de que en la siguiente competición todo el mundo vaya a estar pendiente de mí.	0	1	2	3	4

#### C. LO QUE USTED HACE PARA VENCER SU NERVIOSISMO

<i>Para poder vencer mi miedo.....</i>	RARAS	A	A	SIEMPRE	
	NUNCA	VECES	VECES		
	0	1	2	3	4
52. me doy cuenta de que de antemano puedo encontrar una excusa que justifique mi posible fracaso.	0	1	2	3	4
53. pido un entrenamiento en solitario.	0	1	2	3	4
54. admito que recurro a prácticas no demasiado honradas.	0	1	2	3	4
55. me aislo.	0	1	2	3	4

56. pienso que, igual que la otra vez, ahora tambien se pasará.	0	1	2	3	4
57. me dejo hacer un test de antemano.	0	1	2	3	4
58. me doy valor diciéndome que no es tan difícil.	0	1	2	3	4
59. imagino de antemano soluciones para posibles problemas.	0	1	2	3	4
60. me doy cuenta de que fracasar no es lo peor que puede pasarme.	0	1	2	3	4
61. procuro prestar más atención a mi preparación.	0	1	2	3	4
62. miro cómo lo hacen los otros.	0	1	2	3	4
63. imagino el transcurso de competiciones anteriores.	0	1	2	3	4
64. me fijo objetivos menos altos.	0	1	2	3	4
65. procuro entrenar más y mejor.	0	1	2	3	4
66. me digo a mí mismo que he entrenado lo suficiente.	0	1	2	3	4
67. pido entrenamientos específicos de aquella parte en la que me siento inseguro.	0	1	2	3	4
68. tiendo a darme por vencido.	0	1	2	3	4
69. tomo tranquilizantes.	0	1	2	3	4
70. me animo a mi mismo.	0	1	2	3	4
71. me reservo durante el entrenamiento.	0	1	2	3	4
72. intento relajarme.	0	1	2	3	4
73. me digo a mi mismo "tranquilo".	0	1	2	3	4
74. trato de hacer algo con mi actitud crispada.	0	1	2	3	4
75. pienso en mi responsabilidad.	0	1	2	3	4
76. entreno con alguien que lo hace mejor que yo.	0	1	2	3	4
77. se que voy a exagerar pequeñas molestias.	0	1	2	3	4
78. trato de pensar en otras cosas.	0	1	2	3	4
79. permito que me corrijan mis errores.	0	1	2	3	4
80. se que busco escapatorias fáciles.	0	1	2	3	4