

CLIMA MOTIVACIONAL, ANSIEDAD Y AUTOCONCEPTO FÍSICO Y EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN FEDERADOS Y NO FEDERADOS. UN MODELO DE ECUACIONES ESTRUCTURALES

Eduardo Melguizo Ibáñez

Facultad de Ciencias de la Educación
Universidad de Granada. Campus de Cartuja
edumeliba@correo.ugr.es

Marina Valverde Janer

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte de Melilla
Campus de Melilla

Manuel Ortega Caballero

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte de Melilla
Campus de Melilla

José Luis Uhago Jiménez

Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada
Campus de Cartuja

Pilar Puertas Molero

Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada
Campus de Cartuja

Gabriel González Valero

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte de Melilla
Campus de Melilla

Recepción Artículo: 14 abril 2022

Admisión Evaluación: 14 abril 2022

Informe Evaluador 1: 17 abril 2022

Informe Evaluador 2: 18 abril 2022

Aprobación Publicación: 20 abril 2022

RESUMEN

Uno de los factores más estudiados en la psicología del deporte es la motivación deportiva en deportistas amateurs y de alto rendimiento. El presente estudio tiene los objetivos de establecer la relación entre clima motivacional hacia el deporte, ansiedad y autoconcepto emocional y físico en deportistas amateurs y de alto rendimiento e identificar y clarificar las relaciones existentes entre el clima motivacional, ansiedad, autoconcepto emocional y físico. Para ello han participado un total de 1434 participantes cuyas edades comprendían entre los 18 y 31 años, utilizándose una hoja de auto registro destinada a la recogida de variables sociodemográficas y los cuestionarios de clima motivacional pmcsq-2, inventario de ansiedad de beck y el autoconcepto forma 5. Los resultados arrojan que el ser deportista amateur o de alto rendimiento influye en la orientación de la motivación deportiva, influyendo esta a su vez en el desarrollo del autoconcepto físico y emocional, así como en el aumento o disminución de los niveles de ansiedad.

Palabras clave: clima motivacional; autoconcepto físico; ansiedad

ABSTRACT

Motivational climate, anxiety, and physical and emotional self-concept in federated and non-federated education students. A structural equation model. One of the most studied factors in sport psychology is sport motivation in amateur and high performance athletes. The present study aims to establish the relationship between motivational climate towards sport, anxiety and emotional and physical self-concept in amateur and high performance athletes and to identify and clarify the relationships between motivational climate, anxiety, emotional and physical self-concept. A total of 1434 participants between the ages of 18 and 31 years participated in the study, using a self-recording sheet for the collection of sociodemographic variables and the questionnaires of Motivational Climate PMCSQ-2, Beck Anxiety Inventory and the Self-Concept Form 5. The results show that being an amateur or high performance athlete influences the orientation of sport motivation, which in turn influences the development of physical and emotional self-concept, as well as the increase or decrease of anxiety levels.

Keywords: motivationa climate; physical self-concept; anxiety

INTRODUCCIÓN

Actualmente, la práctica de actividad física se concibe como un elemento clave para la mejora de la salud, ya que aporta una serie de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales (Zurita-Ortega et al., 2020; Melguizo-Ibáñez et al., 2020). A pesar de los distintos beneficios que la práctica de ejercicio físico regular aporta, Cano-Noguera et al. (2021) sostiene que el deporte de rendimiento es objeto de análisis, ya que, en dicha modalidad deportiva, lo más relevante es adquirir el mayor rendimiento posible, obviando los elementos beneficiadores del deporte.

El estudio de la motivación deportiva se ha basado en la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985) y en la teoría de las metas de logro (Nicholls, 1989), donde en ambas, se presta especial atención a factores sociales que inciden en la práctica de actividad física, partiendo de la premisa de que el deportista cuando se enfrenta a situaciones de competición, focaliza su motivación hacia la consecución del éxito (Gómez-López et al. 2021). La interpretación del éxito es algo personal, propio de cada individuo (Castro-Sánchez et al., 2016) dependiendo de si la persona orienta la práctica deportiva hacia el ego (demostrar superioridad ante los demás) o hacia la tarea (superación personal), no obstante, cuando la práctica deportiva se orienta continuamente hacia el clima ego, se incrementan los niveles de ansiedad, debido a la exigencia de demostrar la superioridad frente al resto.

La ansiedad originada hacia la competición es muy relevante, debido al impacto que esta origina en el rendimiento de los deportistas (Pineda-Espejel et al., 2021). El componente físico derivado de la ansiedad resulta del incremento de la activación del sistema nervioso autónomo y se cuantifica psicológicamente (Panza et al., 2020), manifestándose a través de miedo, pánico, inquietud, desconcentración o pensamientos catastróficos (Petito et al., 2021) constituyendo la ansiedad cognitiva. Esta última presenta dos componentes, siendo la primera la desconcentración y la segunda la preocupación o inquietud derivada de un mal rendimiento, incidiendo esta última negativamente sobre el autoconcepto emocional y físico del deportista (González-Valero et al., 2020).

La práctica deportiva a nivel competitivo precisa de un alto grado de competencia emocional para sobreponerse a emociones negativas, las cuales inciden de una forma perjudicial sobre el rendimiento y la imagen corporal de los deportistas (Ramírez-Granizo et al., 2020). Para ello, el autoconcepto emocional juega un papel clave, ya que Conde-Pipó et al. (2021) sostiene que la competencia emocional del propio individuo proporciona beneficios sobre la imagen que la persona tiene de sí mismo, aumentando el rendimiento hacia las distintas tareas (González-Valero et al., 2020).

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

El presente estudio tiene los objetivos generales de establecer la relación entre clima motivacional hacia el deporte, ansiedad y autoconcepto emocional y físico en deportistas de alto rendimiento y amateurs e identificar y clarificar las relaciones existentes entre el clima motivacional, ansiedad, autoconcepto emocional y físico, des-

glosándose este objetivo en (a) desarrollar un modelo explicativo del clima motivacional hacia el deporte y la ansiedad sobre el autoconcepto emocional y físico y (b) contrastar el modelo estructural mediante un análisis multigrupo.

MUESTRA Y/O PARTICIPANTES

Se ha realizado un estudio descriptivo, no experimental (ex post facto) y de corte transversal sobre una muestra de jóvenes deportistas. Los participantes participaron de forma voluntaria tras recibir una explicación detallada de los objetivos y la naturaleza del estudio, dando su consentimiento informado por escrito. Atendiendo al sexo, 974 pertenecen al femenino y 460 al masculino, quedando la muestra conformada por un total de 1434 participantes, estando las edades comprendidas entre los 18 y 31 años ($M=25,09\pm 6,22$).

METODOLOGÍA Y/O INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Cuestionario *ad hoc*: Destinado a la recogida de variables sociodemográficas como son edad, sexo (masculino o femenino) y el nivel en el que llevan a cabo la práctica deportiva (Alto rendimiento o Amateur) (Castro-Sánchez et al., 2018)

Cuestionario Autoconcepto Forma 5: Desarrollado por García y Musitu (1999). El instrumento está formado por un total de 30 ítems que se evalúan mediante una escala tipo Likert con puntuaciones que van de 1 (Nunca) a 5 (Siempre). Cada dimensión evaluada por este cuestionario está compuesta por los siguientes ítems: Autoconcepto Académico (1,6,11,16,21 y 26), Autoconcepto Social (2,7,12,17,22 y 27), Autoconcepto Emocional (3,8,13,18,23 y 28), Autoconcepto familiar (4,9,14,19,24 y 29) y Autoconcepto físico (5,10,15,20,25 y 30). En la presente investigación, el Alfa de Cronbach obtuvo una puntuación de 0.856.

Inventario de Ansiedad de Beck: Elaborado por Beck et al. (1988), pero se ha empleado la versión adaptada al castellano por Sanz y Navarro (2003). Dicho instrumento está constituido por un total de 21 ítems, siendo estos medidos a través de una escala de tipo Likert de cuatro puntos que va desde 0 (En absoluto) hasta 3 (Severamente), variando la puntuación final del test entre 0 y 63. En este caso, se obtuvo una fiabilidad del cuestionario de $=0.965$.

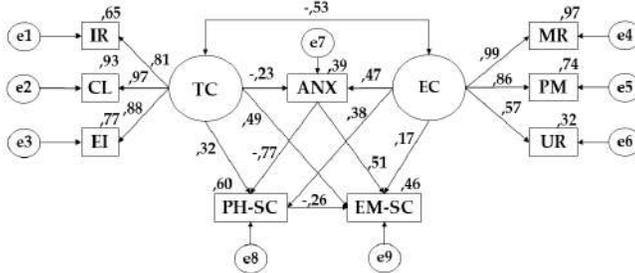
Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte (PMCSQ-2): Desarrollado por Newton et al (2000), pero en la presente investigación se ha utilizado la versión española adaptada por González-Cutre et al. (2008). Se compone de 33 ítems valorados en una escala Likert de cinco niveles (1 = totalmente en desacuerdo y 5 = totalmente de acuerdo), y se evalúa la motivación dentro de dos dimensiones: el clima tarea (que comprende tres subdimensiones: esfuerzo/mejora, papel importante y aprendizaje cooperativo), y el clima orientado al ego (que se compone de tres subniveles: reconocimiento desigual, castigo por errores y rivalidad intragrupo) Mientras que la fiabilidad interna del clima tarea fue de 0.954 y la del clima orientado ego fue de 0.924

RESULTADOS ALCANZADOS

Prosiguiendo con los modelos de ecuaciones estructurales, el modelo desarrollado para los deportistas de alto rendimiento, mostró buenas puntuaciones para cada uno de los distintos índices. El análisis del Chi-Cuadrado mostró un valor p no significativo (154.859 ; $df=20$; $pl=0.015$) pero atendiendo a la influencia de la susceptibilidad y al tamaño de la muestra, estos datos no se pueden interpretar de una forma independiente (Tenenbaum y Eklund, 2007), por lo que se han utilizados otros índices de ajuste normalizados. En este caso, el análisis del índice de ajuste comparativo (CFI) obtuvo un valor de 0.934, el análisis del índice de ajuste normalizado (NFI) obtuvo un valor de 0.905, el índice de ajuste incremental (IFI) fue de 0.906 y el índice de Tucker-Lewis (TLI) obtuvo un valor de 0.929. Finalmente, el error cuadrático medio del análisis de aproximación (RMSEA) también obtuvo un valor de 0.059.

CLIMA MOTIVACIONAL, ANSIEDAD Y AUTOCONCEPTO FÍSICO Y EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE EDUCACION FEDERADOS Y NO FEDERADOS. UN MODELO DE ECUACIONES ESTRUCTURALES

Figura 2 Modelo teórico desarrollado para federados



Nota: Clima Tarea (TC); Papel Importante (IR); Aprendizaje Cooperativo (CL); Esfuerzo/Mejora (EI); Clima Ego (EC); Rivalidad Miembros del Grupo (MR); Castigo por Errores (PM); Reconocimiento desigual (UR); Autoconcepto Físico (PH-SC); Autoconcepto Emocional (EC-SC); Ansiedad (ANX).

Tabla 2 Modelo estructural para federados

Associations between variables	R.W.			P	S.R.W.
	Stimations	S.E.	C.R.		Stimations
ANX ← TC	-0.266	0.080	-3.333	***	-0.226
ANX ← EC	0.410	0.060	6.847	***	0.470
PH-SC ← TC	0.413	0.074	5.585	***	0.318
PH-SC ← EC	0.362	0.060	6.011	***	0.377
PH-SC ← ANX	-0.851	0.063	-13.552	***	-0.772
IR ← TC	1.000				0.877
EI ← TC	1.187	0.057	20.885	***	0.966
CL ← TC	0.986	0.064	15.479	***	0.809
PM ← EC	1.000				0.986
UR ← EC	0.996	0.053	18.843	***	0.862
MR ← EC	0.565	0.060	9.405	***	0.567
EM-SC ← TC	0.656	0.098	6.682	***	0.486
EM-SC ← EC	0.168	0.078	2.157	***	0.168
EM-SC ← PH-SC	-0.275	0.085	-3.216	0.031	-0.264
EM-SC ← ANX	0.590	0.105	5.628	0.001	0.514
EC ← → TC	-0.264	0.041	-6.394	***	-0.530

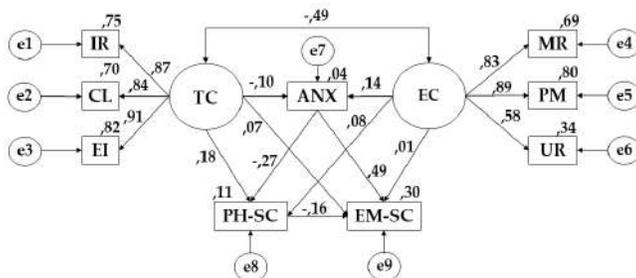
Nota 1: Ponderación de la Regresión (R.W); Ponderación de la Regresión Estandarizada (S.R.W); Error de la estimación (S.E); Coeficiente Crítico (C.R). Nota 2: Clima Tarea (TC); Papel Importante (IR); Aprendizaje Cooperativo (CL); Esfuerzo/Mejora (EI); Clima Ego (EC); Rivalidad Miembros del Grupo (MR); Castigo por Errores (PM); Reconocimiento desigual (UR); Autoconcepto Físico (PH-SC); Autoconcepto Emocional (EC-SC); Ansiedad (ANX). Nota 3: *** $p < 0.001$

La figura 2 y la tabla 2 muestran los pesos de regresión del modelo teórico, con relaciones estadísticamente significativas en $p < 0.001$. Atendiendo al clima tarea, muestra relaciones positivas con el autoconcepto físico ($p < 0.001$; $r = 0.318$), papel importante ($r = 0.877$), esfuerzo/mejora ($p < 0.001$; $r = 0.966$), aprendizaje cooperativo ($p < 0.001$; $r = 0.809$), autoconcepto emocional ($p < 0.001$; $r = 0.486$), sin embargo, se manifiestan relaciones negativas con la ansiedad ($p < 0.001$; $r = -0.226$) y el clima ego ($p < 0.001$; $r = -0.530$). Prosiguiendo con el clima ego, se obtienen relaciones positivas con la ansiedad ($p < 0.001$; $r = 0.470$), autoconcepto físico ($p < 0.001$; $r = 0.377$), castigo por errores ($r = 0.986$), reconocimiento desigual ($p < 0.001$; $r = 0.862$), rivalidad entre miembros del grupo ($p < 0.001$; $r = 0.567$) y autoconcepto emocional ($p < 0.001$; $r = 0.168$). Atendiendo al autoconcepto emocional, se

muestra una relación positiva con la ansiedad ($r=0.514$) y una correlación negativa con el autoconcepto físico ($r=-0.264$). Finalmente, el autoconcepto físico obtiene una relación negativa con la ansiedad ($p<0.001$; $r=-0.772$)

Continuando con el modelo desarrollado para los deportistas amateurs, este mostró buenos resultados para cada uno de los distintos índices. El análisis del Chi-Cuadrado mostró un valor p no significativo, (67.028 ; $df=20$; $p=0.026$), donde el análisis del índice de ajuste comparativo (CFI) obtuvo un valor de 0.976 , el análisis del índice de ajuste normalizado (NFI) obtuvo un valor de 0.966 , el índice de ajuste incremental (IFI) fue de 0.976 y el índice de Tucker-Lewis (TLI) obtuvo un valor de 0.956 . Finalmente, el error cuadrático medio del análisis de aproximación (RMSEA) también obtuvo un valor de 0.038 .

Figura 3 Modelo teórico desarrollado para no federados



Nota: Clima Tarea (TC); Papel Importante (IR); Aprendizaje Cooperativo (CL); Esfuerzo/Mejora (EI); Clima Ego (EC); Rivalidad Miembros del Grupo (MR); Castigo por Errores (PM); Reconocimiento desigual (UR); Autoconcepto Físico (PH-SC); Autoconcepto Emocional (EC-SC); Ansiedad (ANX).

Tabla 3 Modelo estructural para no federados

Associations between variables	R.W.				S.R.W.
	Stimulations	S.E.	C.R.	P	Stimulations
ANX ← TC	-0.080	0.044	-1.810	0.070	-0.098
ANX ← EC	0.132	0.053	2.499	0.012	0.139
PH-SC ← TC	0.187	0.054	3.473	***	0.183
PH-SC ← EC	0.097	0.065	1.507	0.132	0.081
PH-SC ← ANX	-0.345	0.054	-6.342	***	-0.274
IR ← TC	1.000				0.907
EI ← TC	0.769	0.031	24.592	***	0.837
CL ← TC	0.985	0.038	25.911	***	0.867
PM ← EC	1.000				0.831
UR ← EC	1.393	0.078	17.921	***	0.892
MR ← EC	0.802	0.062	13.032	***	0.579
EM-SC ← TC	0.068	0.049	1.400	0.162	0.066
EM-SC ← EC	0.006	0.058	0.105	0.916	0.005
EM-SC ← ANX	0.621	0.051	12.254	***	0.487
EM-SC ← PH-SC	-0.162	0.040	-4.048	***	-0.160
EC ← TC	-0.249	0.030	-8.422	***	-0.488

Nota 1: Ponderación de la Regresión (R.W); Ponderación de la Regresión Estandarizada (S.R.W); Error de la estimación (S.E); Coeficiente Crítico (C.R). Nota 2: Clima Tarea (TC); Papel Importante (IR); Aprendizaje Cooperativo (CL); Esfuerzo/Mejora (EI); Clima Ego (EC); Rivalidad Miembros del Grupo (MR); Castigo por Errores (PM); Reconocimiento desigual (UR); Autoconcepto Físico (PH-SC); Autoconcepto Emocional (EC-SC); Ansiedad (ANX). Nota 3: *** $p < 0.001$

La figura 3 y la tabla 3 muestran los pesos de regresión del modelo teórico, con relaciones estadísticamente significativas en $p < 0.001$. Atendiendo al clima tarea, se evidencia una relación positiva con el autoconcepto físico ($p < 0.001$; $r = 0.183$), papel importante ($r = 0.907$), esfuerzo/mejora ($p < 0.001$; $r = 0.837$), aprendizaje cooperativo ($p < 0.001$; $r = 0.867$), autoconcepto emocional ($r = 0.066$), no obstante, se obtienen relaciones negativas con la ansiedad ($r = -0.098$) y el clima ego ($p < 0.001$; $r = -0.488$). Prosiguiendo con el clima ego, se muestran relaciones positivas con la ansiedad ($r = 0.139$), autoconcepto físico ($r = 0.081$), castigo por errores ($r = 0.831$), reconocimiento desigual ($p < 0.001$; $r = 0.892$), rivalidad entre miembros del grupo ($p < 0.001$; $r = 0.579$) y autoconcepto emocional ($r = 0.005$). Continuando con el autoconcepto físico, se obtienen relaciones negativas con la ansiedad ($p < 0.001$; $r = -0.274$) y el autoconcepto emocional ($p < 0.001$; $r = -0.160$). Finalmente, el autoconcepto emocional guarda una relación positiva con la ansiedad ($p < 0.001$; $r = 0.487$).

DISCUSIÓN

Prosiguiendo con el clima tarea, se observa cómo los deportistas de alto rendimiento obtienen mayores puntuaciones en todas las variables que conforman dicho clima, ocurriendo exactamente igual con las variables que conforman el clima ego, a excepción del reconocimiento desigual. Resultados muy diferentes fueron obtenidos por Jakobsen (2021), donde Ong (2019) concluye que la modalidad deportiva supone ser un factor determinante, ya que los deportes de índole grupal precisan de la colaboración de los integrantes del equipo entre sí. Al mismo tiempo Jakobsen (2021) sostiene que la figura del entrenador también guarda un papel clave a la hora de orientar la motivación deportiva.

Focalizando la atención en el autoconcepto, concretamente con el área física, se observa cómo los deportistas de alto rendimiento obtienen mayores puntuaciones que los amateurs. Resultados similares fueron obtenidos por Chacón-Cuberos et al. (2020), confirmando Ramírez-Granizo et al. (2020) que cuando el deporte se comienza a realizar de manera profesional, se precisa de un mejor estado de forma para obtener un mayor rendimiento ante las distintas competiciones. No obstante, en el área emocional, obtienen mayores puntuaciones los amateurs, siendo estos resultados muy parecidos a los concluidos por Arribas-Galarraga et al. (2020), afirmando Peláez-Barrios y Vernetta-Santana (2020) que la competición profesional incide negativamente sobre el control emocional, ya que el sometimiento al estrés y presión incide negativamente sobre los estados de ánimo y la imagen mental que el deportista tiene de sí mismo.

Respecto al análisis relacional, se observa una relación negativa entre el clima tarea y la ansiedad, siendo estos resultados muy similares a los obtenidos por Kerstajn et al. (2018) afirmando que cuando la práctica de actividad física se orienta hacia motivaciones de carácter intrínseco se consigue utilizar el ejercicio físico como un fin para canalizar estados disruptivos, siendo esto debido a la segregación de neurotransmisores (Ubago-Jiménez et al., 2020). Por el contrario, la relación existente entre el clima ego y la ansiedad es positiva, donde Lee et al. (2021) que cuando la práctica deportiva se orienta hacia motivaciones de carácter extrínseco se fomentan los niveles de ansiedad, pudiendo perjudicar el rendimiento hacia la tarea (Kerstajn et al., 2018).

En referencia al autoconcepto físico, se observan relaciones positivas con el clima tarea y el clima ego manifestando Diel et al. (2021) que la práctica deportiva incide positivamente en la imagen corporal que los sujetos tienen de sí mismos, no obstante, se observan una mayor conexión hacia el clima ego concluyendo que la competición deportiva precisa de una mejor condición física (Núñez et al., 2021). Atendiendo a la relación existente entre el autoconcepto físico y la ansiedad se observa una relación positiva, asegurando Valero-Valenzuela et al. (2021) que dicho estado disruptivo perjudica la imagen física mental generando una mayor inseguridad.

Atendiendo al autoconcepto emocional, se observan relaciones positivas con el clima ego y clima tarea. Ante tales resultados Melguizo-Ibáñez et al. (2021) afirman que la práctica deportiva ayuda a canalizar estados disruptivos y a mejorar la comprensión de los distintos estados emocionales que se vivencian durante su práctica. Asimismo, también se observa una relación positiva entre el autoconcepto emocional y la ansiedad, siendo estos resultados muy diferentes a los concluidos por Conde-Pipó et al. (2021) enunciando que una adecuada competencia emocional ayuda a canalizar estados perjudiciales para el bienestar. Finalmente, se observa una relación

negativa entre el autoconcepto emocional y física, siendo estos resultados muy distintos a los obtenidos por Espejo-Garcés et al. (2021), donde Ubago-Jiménez et al. (2020) sostienen que la práctica de actividad física repercute positivamente en la imagen corporal de las personas y del bienestar emocional debido a la segregación de neurotransmisores como son la serotonina y dopamina

CONCLUSIONES

Se observa como la motivación deportiva, cuando se orienta hacia motivaciones intrínsecas repercute de una forma positiva en el autoconcepto físico y emocional, así como en la reducción de la ansiedad, dándose una mayor intensidad en los deportistas de alto rendimiento. Finalmente, cuando la motivación se orienta hacia motivaciones extrínsecas, se observan relaciones positivas con el autoconcepto emocional y físico, así como el aumento de los niveles de ansiedad, dándose una mayor intensidad en los deportistas de alto rendimiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arribas-Galarraga, S., Cecchini, J.A., Luis-De-Cos, I., Saies, E. y Luis-De-Cos, G. (2020). Influence of emotional intelligence on sport performance in elite canoeist. *Journal of Human Sport and Exercise*, 15(4), 772-782. <https://doi.org/10.14198/jhse.2020.154.05>
- Beck, A.T., Epstein, N., Brown, G. y Steer, R.A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893>
- Cano-Noguera, F., Ibáñez-Pérez, R.J., Cavas-García, F. y Martínez-Moreno, A. (2021). Influence of Psychological Factors in Federated Futsal and Lifeguard Athletes, Differences by Gender and Category. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.680419>
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F. y Chacón-Cuberos, R. (2018). Clima motivaciones en deportistas en función de la modalidad deportiva. *Sport-TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 8(1), 31-38.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R. y Espejo-Garcés, T. (2016). Motivational climate of adolescents and their relationship to gender, physical activity, sport, federated sport and physical activity family. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12, 262-277. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2016.04504>
- Chacón-Cuberos, R., Zurita-Ortega, F., García-Mármol, E. y Castro-Sánchez, M. (2020). Multidimensional self-concept depending on sport practice in university students of Physical Education from Andalucía. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física Deporte y Recreación*, (37), 174-180. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71861>
- Conde-Pipó, J., Melguizo-Ibáñez, E., Mariscal-Arcas, M., Zurita-Ortega, F., Ubago Jiménez, J.L., Ramírez-Granizo, I., & González-Valero, G. (2021). Physical Self-Concept Changes in Adults and Older Adults: Influence of Emotional Intelligence, Intrinsic Motivation and Sports Habits. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041711>
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum
- Diel, K., Broeker, L., Raab, M. y Hofmann, W. (2021). Motivational and emotional effects of social comparison in sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 57, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102048>
- Espejo-Garcés, T., Cachón-Zagalaz, J., Zurita-Ortega, F., González-Valero, G. y Ubago-Jiménez, J.L. (2021). Study of Psychosocial and Academic Indicators in Young Adults from Andalucía, Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020363>
- García, F. y Musitu, G. (1999). *AF-5: Autoconcepto Forma 5*. TEA Ediciones.
- Gómez-López, M., Borrego, C.C., da Silva, C.M., Granero-Gallegos, A. y González-Hernández, J. (2020). Effects of Motivational Climate on Fear of Failure and Anxiety in Teen Handball Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020592>

- González-Cutre, D., Sicilia, A. y Moreno, J. (2008). Modelo cognitivo-social de la motivación de logro en educación física. *Psicothema*, 20(4), 642-651.
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Lindell-Postigo, D., Conde-Pipó, J., Grosz, W.R. y Badicu, G. (2020). Analysis of Self-Concept in Adolescents before and during COVID-19 Lockdown: Differences by Gender and Sports Activity. *Sustainability*, 12(18), 1-16. <https://doi.org/10.3390/su12187792>
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J.L. y Puertas-Molero, P. (2020). Motivation, Self-Concept and Discipline in Young Adolescents Who Practice Rhythmic Gymnastics. An Intervention. *Children*, 7(9), 1-13. <https://doi.org/10.3390/children7090135>
- Jakobsen, A.M. (2021). The relationship between Motivation, Perceived Motivational Climate, Task and Ego Orientation, and Perceived Coach Autonomy in young ice hockey players. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 13(2), 79-91. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.13.2.08>
- Kerstajn, R., Lupo, C., Capranica, L. y Topic, M.D. (2018). Motivation towards sports and academics careers in elite winter sport Slovenian and Italian athletes: The role of internal and external factors. *Ido Movement for Culture-Journal of Martial Arts Anthropology*, 18(2), 29-37. <https://doi.org/10.14589/ido.18.2.4>
- Lee, S.J., Kwon, S., Kim, Y.S. y Lee, D.H. (2021). The effect of adolescent athletes' achievement goal orientation and perception of error on their sport-confidence. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 16(3), 646-657. <https://doi.org/10.1177/1747954120976248>
- Melguizo-Ibáñez, E., Viciano-Garófano, V., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J.L. y González-Valero, G. (2021). Physical Activity Level, Mediterranean Diet Adherence, and Emotional Intelligence as a Function of Family Functioning in Elementary School Students. *Children*, 8(6), 1-14. <https://doi.org/10.3390/children8010006>
- Melguizo-Ibáñez, E., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. y González-Valero, G. (2020). Niveles de adherencia a la dieta mediterránea e inteligencia emocional en estudiantes del tercer ciclo de educación primaria de la provincia de Granada. *Retos, Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, (40), 264-271. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.82997>
- Newton, M., Duda, J.L. y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sport Sciences*, 18, 275-290.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Núñez, J.L., León, J., Valero-Valenzuela, A., Conte, L., Moreno-Murcia, J.A. y Huéscar, E. (2021). Influence of Physical Self-Concept and Motivational Processes on Moderate-to-Vigorous Physical Activity of Adolescents. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685612>
- Ong, N.C.H. (2019). Assessing objective achievement motivation in elite athletes: A comparison according to gender, sport type, and competitive level. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(4), 397-409. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1349822>
- Panza, M.J., Graupensperger, S., Agans, J.P., Dore, I., Vella, S.A. y Evans, M.B. (2020). Adolescent Sport Participation and Symptoms of Anxiety and Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 42(3), 201-218. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0235>
- Peláez-Barríos, E. y Vernetta-Santana, M. (2020). Effects of sports practice on body image in male adolescents. *ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity*, 4(3), 362-372. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4118376>
- Petito, A., D'Andrea, G., Sessa, F., Fortunato, F., Iannelli, G., Bellomo, A., Margaglione, M., Altamura, M. e Iuso, S. (2021). Harm Avoidance as a possible mediator in the relationship between the 5-HTTLPR and Cognitive Anxiety in High Level Athletes. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 9(1), 1-18. <https://doi.org/10.6092/2282-1619/mjcp-2757>
- Pineda-Espejel, H.A., Alarcón, E., Morquecho-Sánchez, R., Morales-Sánchez, V. y Gadea-Cavazos, E. (2021). Adaptive Social Factors and Precompetitive Anxiety in Elite Sport. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.651169>

- Ramírez-Granizo, I.A., Sánchez-Zafra, M., Zurita-Ortega, F., Puertas-Molero, P., González-Valero, G. y Ubago-Jiménez, J.L. (2020). Multidimensional Self-Concept Depending on Levels of Resilience and the Motivational Climate Directed towards Sport in Schoolchildren. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020534>
- Sanz, J. y Navarro, M.E. (2003). Propiedades psicométricas de una versión española del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) en estudiantes universitarios. *Ansiedad y Estrés*, 9, 59-84.
- Tenenbaum, G. y Eklund, R. C. (2007). *Handbook of sport psychology*. John Wiley & Sons.
- Ubago-Jiménez, J.L., Zurita-Ortega, F., San Román-Mata, S., Puertas-Molero, P. y González-Valero, G. (2020). Impact of Physical Activity Practice and Adherence to the Mediterranean Diet in Relation to Multiple Intelligences among University Students. *Nutrients*, 12(9), 1-12. <https://doi.org/10.3390/nu12092630>
- Valero-Valenzuela, A., Huéscar, E., Núñez, J.L., Conte, L., León, J. y Moreno-Murcia, J.A. (2021). Prediction of Adolescent Physical Self-Concept through Autonomous Motivation and Basic Psychological Needs in Spanish Physical Education Students. *Sustainability*, 13(21), 1-12. <https://doi.org/10.3390/su132111759>
- Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J.L., Puertas-Molero, P., Ramírez-Granizo, I.A., Muros, J.J. y González-Valero, G. (2020). Effects of an Alternative Sports Program Using Kin-Ball in Individuals with Intellectual Disabilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155296>

