

Ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador. Estudio comparativo antes y durante el curso de competencias deportivas

Álvaro Jaramillo-Tapia¹, Edgar Mesquita², Teresa Silva Dias³

¹ Faculdade de Desporto, Universidade do Porto;

² Departamento de Matemática, Universidade de Minho;

³ Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, CIIE, Universidade do Porto.

Palabras-Chave

Ansiedad competitiva, autoeficacia, atletas de elite, tenis, alto rendimiento.

RESUMEM

El objetivo de la presente investigación es identificar diferencias existentes entre la Ansiedad Competitiva (AC) y la Autoeficacia (AE) en tenistas de alto rendimiento del Ecuador antes y durante el curso de una competencia deportiva. Se realizó una investigación de tipo descriptivo e inferencial. La investigación contó con 60 tenistas de alta rendimiento del país, perteneciendo a las categorías superiores del ranking nacional de la Federación Ecuatoriana de Tenis (FET). Se han utilizado cuatro baterías psicológicas: Cuestionario de Autoevaluación de Illinois 2 (CSAI-2), Escala de Autoeficacia General (EAG), Escala de Autoeficacia Motriz (EAM) e Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED). Se realizó un análisis estadístico de los datos obtenidos, siendo analizado a través de la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov y prueba t para muestras emparejadas durante dos momentos específicos de la competición. Los resultados alcanzados revelan diferencias significativas entre ansiedad competitiva y autoeficacia antes y durante las competencias tenísticas, donde se encontraron niveles significativos de ansiedad somática, ansiedad cognitiva y autoconfianza, los cuales pueden afectar positiva y negativamente en el rendimiento deportivo. Finalmente, a través del estudio realizado se espera desarrollar programas psicológicos que ayuden a controlar de mejor manera la ansiedad competitiva y la autoeficacia en los atletas.

Keywords

Competitive anxiety, self-efficacy, elite athletes, tennis, top performance.

Competitive anxiety and self-efficacy on elite tennis players of Equator. Comparative study before and during sports competitions.

ABSTRACT:

The main aim of this study is to identify the differences between competitive anxiety (CA) and self-efficacy (SE) in elite tennis players of Ecuador before and during sports competitions. A descriptive and inferential study was carried out. The study featured 60 elite tennis players from the country, belonging to the FET's senior national ranking. Four psychological batteries were used including the Illinois Competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI-2), the General Self-Efficacy Scale (GSS), the Self-Efficacy Motor Scale (SMS) and the Psychological Inventory of Sports Performance (PISP). Statistical analysis of the data obtained was performed, being analyzed through the Kolmogorov-Smirnov normality test and t-test for related samples during two specific moments in competition. The results obtained where significant differences between competitive anxiety and self-efficacy before and after tennis competitions, where significant levels of somatic anxiety, cognitive anxiety and self-confidence were found, which can positively and negatively affect sports performance. Finally, through the study carried out, it is expected to develop psychological programs that help to better control better the competitive anxiety and self-efficacy in athletes.

Ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador. Estudio comparativo antes y durante el curso de competencias deportivas

En la sociedad deportiva en general la palabra competencia se entiende cómo medir y comparar el rendimiento tanto individual como grupal frente a otras personas, como también en participar en eventos deportivos que premien y califiquen su desempeño. Sin embargo, estas premisas no siempre son ciertas, puesto que atletas que compiten lo hacen para buscar superarse a sí mismo y mejorar cada día. Siendo, percibida de distinta manera por las atletas, debido a su creencia individual y sus capacidades (Delgado-Giralt et al., 2018).

Ahora bien, durante los distintos momentos de las competencias los atletas viven situaciones agradables (placenteros) y displacenteras (estresantes), los cuales en ocasiones dificultan el rendimiento físico y mental del atleta (Hagan Jr. et al., 2017). Así, al experimentar situaciones estresantes, los deportistas desarrollan niveles elevados de ansiedad, alterando su bienestar físico y mental (Knight et al., 2017).

Según Olefir et al. (2018) la ansiedad competitiva es un estado emocional de amenaza, desafío y tensión, que altera el funcionamiento fisiológico y cognitivo del individuo, provocando disminución en el rendimiento y limitando su óptimo desempeño. Adicionalmente Filho et al. (2019), conceptualizan a la ansiedad competitiva como una respuesta emocional que tiene el individuo durante una situación estresante, que provoca fatiga muscular, bloqueo cognitivo y un aumento considerable en la activación del organismo.

Pues bien, al definir a la ansiedad e identificar sus principales características es necesario clasificar a la ansiedad, debido a sus componentes cognitivos y fisiológicos, clasificándose en ansiedad cognitiva y ansiedad somática. Según Otten et al. (2017), la ansiedad cognitiva se caracteriza por tener evaluaciones, preocupaciones, creencias negativas sobre sus habilidades y sus resultados, que generan inseguridad y poca expectativa de alcanzar buenos resultados. Mientras, Mendoza et al. (2018) describen a la ansiedad somática como el aumento de actividad del sistema nervioso autónomo y alteración en el funcionamiento fisiológico causando incremento de sudoración, aceleración cardiaca, malestar corporal, entre otros síntomas somáticos.

Ahora bien, esta emoción al tener cargas elevadas de tensión y presión, causa cambios emocionales, comportamentales y físicos (Olefir et al., 2018), que dependiendo de la situación, el estado de ánimo y grado de motivación que se encuentre el atleta puede afectar en su rendimiento (Lavallee & Pummell, 2019).

De esta manera, la ansiedad al generar tensión muscular y bloqueo en el pensamiento, modifica el rendimiento y en ocasiones altera la autoeficacia del

atleta. De acuerdo Sivrikaya (2019), la autoeficacia son juicios o percepciones que tiene el atleta acerca de sus habilidades al ejecutar determinadas tareas, esperando que los resultados sean positivos. Además, Alfermann et al. (2019), definen a la autoeficacia como la creencia y estrategia que posee cada individuo al realizar una tarea, que a través de sus capacidades va alcanzar un resultado exitoso.

Así, la autoeficacia al caracterizarse por ser percepciones propias sobre las capacidades de realizar exitosamente la acción, Anstiss et al. (2018), argumentan que cada sujeto afronta de distinta manera la tarea presentada (Knight et al., 2017), que a través de sus experiencias, estado de ánimo y confianza en sus capacidades durante la ejecución (Hagan Jr. et al., 2017), se espera obtener un óptimo resultado. Además, Hernández-Mendo et al. (2020), mencionan que personas que creen en sus habilidades de ejecución frente a cualquier tarea (Beckmann et al., 2019), colocan mayores niveles de esfuerzos y desafíos (Delgado-Giralt et al., 2018), confiando que van a lograr un resultado exitoso.

Por ello, al sentirse capaz de realizar la tarea, el atleta se esfuerza y se exige por lograr alcanzar el objetivo (Knight et al., 2017), sintiendo cambios emocionales y físicos (Olefir, 2018), que en ocasiones ayudan y mejoran el rendimiento (Beckmann et al., 2019). No obstante, al colocarse niveles elevados de exigencia por alcanzar la meta anhelada, aumenta la presión y ansiedad (Osório & Rocha, 2018), afectando el dialogo interior, la autoconfianza, y movimientos motores, siendo más tenso (Anstiss et al., 2018).

Finalmente, el objetivo del presente estudio es identificar las diferencias existentes de la ansiedad competitiva y la autoeficacia en tenistas de alto rendimiento del Ecuador antes y durante el curso de competencias deportivas. Además, se hipotetiza que los tenistas antes y durante las competencias experimentan diferentes niveles de ansiedad competitiva y autoeficacia, los cuales actúan de distinta manera en el desempeño deportivo. Por ello, los psicólogos deportivos cumplen un papel fundamental en la percepción de este fenómeno, donde preparan y ayudan emocionalmente al atleta que, a través de un adecuado entrenamiento en las habilidades y competencias psicológicas, se espera que el deportista controle de la mejor forma estas emociones durante eventos competitivos.

Método

El estudio de la presente investigación es de tipo cuasi-cuantitativo (Martínez-Carazo, 2006), ya que recolecta, almacena y analiza información cuantificable sobre variables definidas anteriormente. Por otra parte, el estudio tiene un alcance descriptivo (Zapata-Ros, 2011), teniendo el objetivo de identificar, describir y analizar fenómenos que son parte del estudio. Adicionalmente, es de desarrollo histórico (Maya, 2014), siendo aplicando en dos

momentos específicos de las competencias tenísticas los cuales zona antes y durante. Por último, la investigación consta de un diseño no experimental (Gómez & Roquet, 2012), donde las variables independientes no son controladas.

Participantes

En el estudio realizado participaron 60 tenistas ecuatorianos de ambos sexos (45 hombres y 15 mujeres), con un rango de edad que oscilaba entre los 16 y 26 años de edad, obteniendo una media de ($M:18.08\pm3.24$ años), entre los participantes. Según Morales (2012) este número es el ideal para este tipo de investigaciones. Así, siendo la muestra aceptable, se consideró a las categorías más avanzadas y más maduras en lo que representa al ranking nacional de la FET, siendo jóvenes jugadores masculinos (Sub-16 y Sub-18), jóvenes jugadoras femeninas (Sub-16 y Sub-18), adultos masculinos y adultas femeninas, las cuales fueron parte del proceso. Según lo obtenido los participantes mostraron una media de 8.5 años compitiendo en torneos nacionales e internacionales ($s=4.51$), comenzando desde edades tempranas su participación y un promedio de 5.75 horas que dedican todos los días para entrenar ($s=1.83$).

Instrumentos

Cuestionario de Autoevaluación de Illinois (CSAI-2)

La ansiedad competitiva en los atletas fue medida a través del CSAI-2 (Arribas et al., 2012). Pertenece a la versión española de la batería psicológica original Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) creado por Burton et al. (1990) validado por Cox et al. (2003). Esta evaluación busca identificar el nivel de ansiedad que tiene el deportista durante competencias, teniendo 27 preguntas, las cuales se califican bajo una escala Likert de 4 puntos, siendo 1.- Muy en desacuerdo; 2.- En desacuerdo; 3.- Indiferente y 4.- En acuerdo.

El instrumento está dividido por tres subescalas que son: Ansiedad Cognitiva (conformada por los ítems 1,4,7,10,13,16,19,22 y 25; ej., “Me preocupa no rendir en esta competición tan bien como podría hacerlo”), Ansiedad Somática (conformada por los ítems 2,5,8,11,14,17,20,23,26; ej., “Siento tensión en mi estómago”) y por último Autoconfianza (conformada por los ítems 3,6,9,12,15,18,21,24,27; ej., “Estoy seguro de mí mismo”). Así, esta batería se califica sumando los ítems que pertenecen a cada subescala y se divide para el número de ítems en cada dimensión. El análisis factorial del instrumento, indica que la fiabilidad medida a través del alfa de Cronbach oscila entre 0,79 y 0,90, lo que ubica a la fiabilidad entre aceptable y excelente.

Escala de Autoeficacia General (EAG)

Por otro lado, se aplicó la EAG (Barriga et al., 2010), creada por Sherer et al. (1982), validada al español por Sanjuán et al. (2000). Este reactivo psicológico tiene 10 preguntas (ej., “Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente”) y se califican bajo una escala Likert de 4 puntos, siendo 1.- Desacuerdo; 2.- Ni de acuerdo ni desacuerdo; 3.- De acuerdo y 4.- Totalmente de acuerdo. El instrumento se califica sumando todos los puntos de los 10 ítems, siendo 10 bajo y 40 alto. Las mediciones del alfa de Cronbach, muestran una fiabilidad de 0,84 considerado bueno.

Escala de Autoeficacia Motriz (EAM)

Adicionalmente, se utilizó la EAM (Hernández Álvarez et al., 2011) desarrollada y adaptada al deporte por Baessler y Schwarzer (1996) y validada a la lengua española por Hernández Álvarez et al. (2011), teniendo el mismo objetivo y calificación que la escala original, nombrada anteriormente (ej., “Durante un juego deportivo puedo conseguir resolver un problema, aunque alguien se me oponga”). El instrumento se califica sumando todos los puntos de los 10 ítems, siendo 10 bajo y 40 alto. En esta batería psicológica el análisis factorial del test demuestra una fiabilidad de 0,82 equivalente a bueno.

Inventario Psicológico De Ejecución Deportiva (IPED)

Finalmente, se empleó el IPED (Hernández-Mendo et al., 2014) fue creado por Hernández-Mendo en 2006, teniendo como objetivo identificar las fortalezas y debilidades de los atletas. Este test psicológico consta de 42 preguntas, en donde se califican a través de una escala Likert de 5 puntos, siendo 1.- Casi siempre; 2.- Muchas veces; 3.- A veces sí, a veces no; 4.- Pocas veces y 5.- Casi nunca. El reactivo se califica por medio de siete subescalas las cuáles son: Autoconfianza (conformada por los ítems 1, 8,15,22,29 y 36; ej., “Creo en mí mismo/a como deportista”), Control de Afrontamiento Negativo (conformada por los ítems 2,9,16,23,30,37; ej., “Me enoja o me frustró durante las competencias o partidos”), Control Atencional (conformada por los ítems 3,10,17,24,31,38; ej., “Tengo momentos de desconcentración durante las competencias o partidos”).

Adicionalmente, se encuentra la subescala Control Viso-imaginativo (conformada por los ítems 4,11,18,25,32,39; ej., “Durante las competencias utilizo imágenes que me ayudan a rendir mejor”), Nivel Motivacional (conformada por los ítems 5,12, 19,26,33,40; ej., “Trabajo y entreno duro gracias a los objetivos que yo me he fijado como deportista”), Control de Afrontamiento Positivo (conformada por los ítems 6,13,20,27,34,41; ej., “Puedo mantener emociones positivas durante las competencias”) y por último Control Actitudinal (conformada por los ítems 7,14,21,28,35 y 42; ej., “Yo puedo convertir una

crisis en una oportunidad”). De esta forma, este cuestionario se califica sumando los ítems que pertenecen a cada dimensión y se divide para el número de ítems en cada subescala. La fiabilidad del instrumento psicológico revela un alfa de Cronbach de 0.90 correspondiente a excelente.

Procedimiento

Ahora bien, la población fue comprendida por tenistas de alta competencia que se encontraban en las categorías superiores del ranking nacional de la FET, es decir con atletas que se encontraban en competencias constantemente y su rendimiento deportivo era significativo. Así, este estudio al ser aprobado por el comité de ética de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato y de la Federación Ecuatoriana de Tenis, se procedió a la recolección de datos. Siendo, realizado durante dos momentos específicos los cuales fueron dos días antes a la competencia y durante la una competencia deportiva, teniendo datos importantes y confidenciales, cuyo fin fue netamente científico. Los tenistas colaboraron con la aplicación de manera libre y opcional, pudiendo desistir en cualquier momento donde se sientan invadidos e incómodos, contestando rápidamente lo que se les presento.

Primeramente, se les pidió que completen la carta de consentimiento informado, para identificar que su participación es voluntaria y que los resultados encontrados tienen fines investigativos. Seguido, completaron la ficha sociodemográfica, buscando obtener datos importantes sobre la carrera tenística de los atletas, que servirá como apoyo en el análisis de los datos. Luego, se les presento los reactivos psicológicos seleccionados y nombrados anteriormente, para ser analizados. Por último, los

datos conseguidos en las aplicaciones se introdujeron, tabularon y analizaron estadísticamente, que fueron socializados con los participantes lo obtenido.

Análisis de los datos

Los datos conseguidos en las aplicaciones se introdujeron, tabularon y analizaron por medio del programa de análisis estadístico SPSS versión 21, siendo aplicado el test de normalidad Kolmogorov-Smirnov y analizado a través de la prueba estadística T- Student para muestras emparejadas con un nivel significancia de $p < 0.05$. Pues bien, con el análisis estadístico se pudo identificar los distintos aspectos que influyen la ansiedad competitiva y la autoeficacia en los tenistas. Por último, se utilizó el análisis de coeficiente de Pearson (ρ) para medir el grado de correlación y la dirección de las dos variables estudiadas.

Resultados

Descriptivos y comparativos para muestras relacionadas

El nivel de ansiedad que tiene cada atleta a través del CSAI-2 se especifica por los puntajes obtenidos en cada subescala, siendo ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza, donde puntajes más altos indican un mayor nivel de ansiedad. Así, en la Tabla 1 se puede evidenciar un incremento de ansiedad cognitiva y ansiedad somática durante las competencias, no obstante, se observa un aumento considerable de autoconfianza en la segunda aplicación, siendo favorable para el deportista. Los resultados obtenidos en las tres variables muestran diferencias estadísticamente significativas.

Tabla. 1

Análisis comparativo de ansiedad competitiva antes y durante competencias deportivas

<i>Subescalas</i>	<i>Antes</i>	<i>Durante</i>	<i>K-S</i>	<i>Wilconxon</i>	
	<i>M±s</i>	<i>M±s</i>	<i>Sig.</i>	<i>Z</i>	<i>Sig.</i>
Ansiedad Cognitiva	23.85±5.47	26.30±4.71	.092	-6.71	<.001
Ansiedad Somática	19.68±4.58	24.20±3.59	.033	-6.22	<.001
Autoconfianza	30.00±4.27	30.85±3.74	.005	-3.85	<.001

*N=60; Test de normalidad Kolgomorov-Smirnov; T - Student para muestras emparejadas (Wilconxon); *p<0.05*

En la Tabla 2 se muestra que los resultados alcanzados por los tenistas en la escala de autoeficacia general y escala de autoeficacia motriz son estadísticamente significativos entre la primera y la segunda aplicación, donde se consiguió puntajes más altos en la segunda aplicación que en la primera, no obstante, los puntajes de la primera aplicación son sobresalientes, indicando un alto nivel de autoeficacia en ambos momentos.

Tabla. 2

Análisis comparativo de autoeficacia antes y durante competencias deportivas

<i>Escalas</i>	<i>Antes</i>	<i>Durante</i>	<i>K-S</i>	<i>Wilconxon</i>	
	<i>M±s</i>	<i>M±s</i>	<i>Sig.</i>	<i>Z</i>	<i>Sig.</i>
Escala de Autoeficacia General	33.48±4.44	34.45±3.72	.200	-3.54	<.001
Escala de Autoeficacia Motriz	32.55±4.92	33.40±4.07	.174	-3.46	<.001

*N=60; Test de normalidad Kolgomorov-Smirnov; T - Student para muestras emparejadas (Wilconxon); *p<0.05*

Por otro lado, en la Tabla 3 se revela que la mayoría de las subescalas obtuvieron puntajes más altos en la primera aplicación que en la segunda aplicación, teniendo diferencias estadísticamente significativas, sin embargo, en la subescala de autoconfianza no existen diferencias estadísticamente significativas entre las dos aplicaciones. Debido a que las personas mantienen la confianza sobre sí mismo durante los dos momentos, lo cual se desarrolla y se presenta de diferente manera en cada atleta.

Tabla 3

Análisis comparativo de ejecución deportiva antes y durante competencias deportivas

<i>Subescalas</i>	<i>Antes</i>	<i>Durante</i>	<i>K-S</i>	<i>Wilconxon</i>	
	<i>M±s</i>	<i>M±s</i>	<i>Sig.</i>	<i>Z</i>	<i>Sig.</i>
Autoconfianza	16.63±3.63	16.63±2.83	.018	-1.28	.197
Control de Afrontamiento Negativo	19.26±3.55	17.48±2.98	.200	-5.16	<.001
Control Atencional	18.33±3.44	17.73±3.12	.200	-2.40	.008
Control Viso-imaginativo	14.93±5.51	14.60±5.28	.014	-2.02	.043
Nivel Motivacional	14.50±3.84	13.91±3.04	<.001	-3.27	.001
Control de Afrontamiento Positivo	14.25±4.23	13.06±3.54	<.001	-4.01	<.001
Control Actitudinal	13.91±4.67	13.31±4.01	.020	-2.01	.037

*N=60; Test de normalidad Kolgomorov-Smirnov; T - Student para muestras emparejadas (Wilconxon); *p<0.05*

Finalmente, en la Tabla 4 se demuestra que en el CSAI-2 la subescala de ansiedad cognitiva se correlacionó positivamente con la subescala de ansiedad somática. Por otro lado, en la escala de autoeficacia general se observa que se relacionó positivamente con la escala de autoeficacia motriz.

Tabla. 4

Análisis correlacional entre Ansiedad competitiva y Autoeficacia antes y durante competiciones

	1	2	3	4	5
Ansiedad Cognitiva	1	.712**	.055	-.220	-.141
Ansiedad Somática		1	.065	-.034	.135
Autoconfianza			1	.171	-.158
Autoeficacia General				1	.399**
Autoeficacia Motriz					1

*N= 60; Correlacion de Perason (ρ); $p < 0.05$; ** $p < 0.01$*

Discusion

El objetivo principal de la investigación fue reconocer si existen diferentes niveles de ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de elite, en diferentes momentos de certámenes deportivos. Así, a través de los resultados conseguidos se justificó a la hipótesis establecida inicialmente, indicando que las variables mencionadas anteriormente varían en los atletas antes y durante los campeonatos, produciendo distintas manifestaciones que fortalecen o limitan su rendimiento físico y mental. Adicionalmente, a través de otros estudios realizados se puede observar que al experimentar distintos niveles de ansiedad en la competición (Delgado-Giralt et al., 2018), provoca distintas sensaciones sobre la creencia y el juicio que tiene atleta sobre su forma de ejecutar la acción, la cual puede beneficiar o condicionar en su rendimiento (Otten et al., 2017).

Ahora bien, los resultados obtenidos en el Cuestionario de autoevaluación de Illinois (CSAI-2; Arribas et al., 2012) mostró que las subescalas de ansiedad cognitiva y ansiedad somática aumentaron en los atletas durante los campeonatos, esto quiere decir que al encontrarse en un ambiente de competición (evaluación) los movimientos corporales se tensan y el estrés psicológico se eleva, dificultando un adecuado funcionamiento (Olefir, 2018). Por otra parte, al aumentar el estrés en la competición el cuerpo se torna mucha más rígido y el miedo de fallar incrementa, disminuyendo la confianza sobre sus habilidades como se evidencia en estudios ejecutados anteriormente (Filho et al., 2019). Mientras que la autoconfianza se mantuvo estable en los dos momentos, siendo un indicador positivo en los evaluados ya que, al tener momentos de mucha presión y tensión, los deportistas confían en sus habilidades físicas y mentales, sabiendo que pueden superar cualquier situación y conseguir alcanzar los resultados esperados. Además, Hagan Jr. et al. (2017), por medio de una investigación realizada argumentan que atletas con niveles elevados de autoconfianza, presentan actitudes más positivas (Osório & Rocha, 2018) y creyentes que pueden superar cualquier prueba, utilizando como herramienta experiencias previas que les ayudaron a ganar (Knight et al., 2017).

Seguido, fue analizada la escala de autoeficacia general (EAG; Barriga et al., 2010), donde se

alcanzaron resultados estadísticamente significativos entre las dos aplicaciones, siendo en la segunda aplicación donde se consiguió puntajes más altos. No obstante, los resultados conseguidos en la primera aplicación también muestran niveles altos de autoeficacia en los tenistas, lo que indica que los atletas a pesar del momento en el que se encuentran, mantienen una creencia positiva sobre sus habilidades de ejecución y saben que por medio de sus capacidades lograran un resultado exitoso. Igualmente, Sivrikaya (2019), mencionan que atletas no solo confían y tienen juicios positivos sobre sí mismo (Mendoza et al., 2018), sino también que saben que las estrategias utilizadas son las adecuadas y las que les ayudaran a optimizar su actuación (Lavallee, & Pummell, 2019). Pero esta capacidad puede verse limitada y disminuida por la presencia de factores negativos, en este caso la ansiedad cognitiva que mostró resultados elevados.

Del mismo modo que la escala examinada anteriormente, la escala de autoeficacia motriz (EAM; Hernández Álvarez et al., 2011), mostró diferencias estadísticamente significativas entre las dos aplicaciones, revelando niveles elevados de autoeficacia motriz en los evaluado.

Así, los tenistas antes y durante eventos deportivos mantienen creencias y percepciones positivas sobre su ejecución atlética. Las cuales van a ayudar y equilibrar la actuación del deportista frente a cualquier situación que se les presente, siendo consolidadas a través de entrenamientos persistentes y específicos en la fuerza mental (Hernández-Mendo et al., 2020). Del mismo modo, Sivrikaya (2019), comenta que atletas que valoran positivamente sus habilidades de realización (Anstiss et al., 2018), practican y se esfuerzan más por alcanzar el resultado esperado dedicando y entregando más tiempo para superarse (Filho et al., 2019).

De esta forma, se puede observar que los atletas antes y durante los eventos deportivos, permanecen con la misma percepción positiva sobre sus capacidades y confían que su forma de participar es la adecuada para conseguir las metas establecidas (Beckmann et al., 2019). Siendo, estas creencias consolidadas y relacionadas con la personalidad de cada sujeto, ya que depende de cómo asimile y actúe cada individuo, la meta será alcanzada o no (Alfermann et al., 2019). No obstante, los deportistas al experimentar situaciones estresantes y al aumentar la ansiedad

durante las competiciones como observó en los resultados, pueden generar desconfianza y comenzar a tener una percepción negativa sobre sí mismo. Por ello, el inventario psicológico de ejecución deportiva (IPED, Hernández-Mendo et al., 2014), que fue utilizado en el estudio tiene como objetivo identificar las principales características de los atletas durante las competiciones. Así pues, los resultados obtenidos en las dos aplicaciones demostraron diferencias estadísticamente significativas, excepto en la subescala de autoconfianza donde los puntajes conseguidos se mantuvieron iguales, mostrando que los atletas con mayor experiencia en el deporte presentan niveles más elevados de autoconfianza (Otten et al., 2017). Puesto que confían en sus capacidades como atleta, teniendo un mejor control y afrontamiento de las distintas circunstancias que viven en los torneos (Delgado-Giralt et al., 2018).

Adicionalmente, Hernández-Mendo et al. (2020), argumentan que deportistas sin importar la situación confían completamente en sus habilidades y se sienten capaces de alcanzar cualquier meta que se les establezca. Por otra parte, se evidencia que, en las subescalas de control de afrontamiento positivo, control de afrontamiento negativo y control visio-imaginativo tuvieron puntajes más altos en la primera evaluación que en la segunda, mostrando diferencias significativas. De esta manera, los atletas antes y durante los campeonatos al experimentar diferentes situaciones (favorables o desfavorables) y emociones (placenteras o displacenteras), el rendimiento atlético aumentará o disminuirá dependiendo de la forma que afronte y perciban la circunstancia, el resultado será positivo o negativo. Además, el estilo de afrontamiento que tenga el deportista (Limone & Toto, 2018), dependerá del nivel de autocontrol y resiliencia que posea sobre los distintos agradables o desagradables durante competiciones (Mendoza et al., 2018).

De la misma forma, de lo analizado previamente, las subescalas de control atencional, nivel motivacional y control actitudinal, revelaron diferencias significativas antes y durante eventos deportivos, alcanzando mejores resultados en la primera aplicación que en la segunda aplicación. Por ello, se observa que atletas más motivados, enfocados en el progreso personal y que mantienen conductas positivas en los entrenamientos, son quienes alcanzan rendimientos más estables y sobresalientes en los torneos tenísticos (Guerrero & Munroe-Chandler, 2017). Sin embargo, deportistas que no logran mantener su foco atencional y controlar su conducta frente momentos adversos del juego (Sivrikaya, 2019), se desmotivan y sienten insatisfacción personal por lo desarrollado (Knight et al., 2017).

Finalmente, de acuerdo con lo analizado se demuestra que existe una correlación positiva entre la ansiedad cognitiva y la ansiedad somática, lo que significa que los atletas durante situaciones desafiantes generan mayor estrés y tensión en el organismo (Sivrikaya,

2019). Así, los deportistas al experimentar situaciones adversas producen percepciones de amenaza y de miedo, las cuales provocan alteraciones en el funcionamiento somático (ej., sudoración) y cognitivo (e.j., frustración) (Osório & Rocha, 2018). De igual forma, se observa que hay una correlación positiva entre la autoeficacia general y autoeficacia motriz, indicando que los atletas a pesar de las adversidades se mantienen motivados y estables (Lavallee, & Pummell, 2019), debido a que confían en sus competencias y saben que por medio de ellas irán ultrapasar cualquier situación (Anstiss et al., 2018).

Conclusiones

En conclusión, a través de la investigación realizada se demuestra que los tenistas durante el transcurso de eventos deportivos experimentan diferentes niveles de ansiedad competitiva y autoeficacia, provocando distintas manifestaciones, emociones y sentimientos en los individuos, las cuales se desarrollan y actúan diversa manera en su rendimiento. De esta forma, a través de este estudio que se presenta como innovador y necesario en la realidad del tenis en Ecuador, podemos concluir que los tenistas ecuatorianos durante de la competición experimentan mayor nivel de ansiedad que momentos antes de la prueba, debido a las expectativas, emociones y desarrollo del partido. No obstante, esta variable psicológica en gran parte de las situaciones es afrontada eficazmente, puesto que los atletas se muestran seguros y preparados para enfrentar las adversidades/desafíos que se les son colocadas en los partidos.

Por otro lado, podemos concluir que los deportistas que participaron en este estudio durante la competición mantienen niveles elevados de autoconfianza y autoeficacia, que a pesar del estrés durante los partidos permanecen estables y capaces de superar cualquier obstáculo. Así, es importante destacar que los tenistas en este estudio sin importar los desafíos y dificultades expuestas, se mantienen motivados y creen en sí mismo, pues saben que a través de sus competencias individuales irán pasar las adversidades y conseguirán tener resultados esperados.

Finalmente, este estudio ayuda a destacar el papel y la necesidad del trabajo psicológico se puede mejorar las habilidades mentales, y entregar herramientas prácticas que preparen y regulen al deportista frente cualquier contexto.

Limitaciones

Esta investigación tiene limitaciones con lo que respecta a la muestra, ya que en la actualidad el número de tenistas femeninas, y profesionales en Ecuador es reducido en comparación de los tenistas masculinos, debido a que en categorías más avanzadas requiere mayor dedicación, sacrificio y un fuerte aporte financiero que en ocasiones deportistas

no poseen. No obstante, el número de los participantes alcanzados fue el ideal para este tipo de estudio y se pudo cumplir con la hipótesis establecida inicialmente. Por otro lado, al ser un estudio cuantitativo, no se pudo describir como sienten y opinan los tenistas sobre el rol e intervención del psicólogo en el deporte, siendo importante conocer como evalúan y califican este tipo de intervención en su vida deportiva.

Referências

- Alfermann, D., Nikoleizig, L., & Walter, N. (2019). Effects of self-talk training on competitive anxiety, self-efficacy, volitional skills, and performance: An intervention study with junior sub-elite athletes. *Sports*, 7(6), 148.
- Anstiss, P., Marcora, S., & Meijen, C. (2018). The sources of self-efficacy in experienced and competitive endurance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-17.
- Arribas, S., Arruza, J. A., Cecchini, J. A. González, O., & Palacios, M. (2012). Validación del competitivo state anxiety inventory 2 reducido (csai-2 re) mediante una aplicación web [Validation of the competitive state anxiety inventory 2 (csai-2 re) through a web application]. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 12(47).
- Baessler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General [Measuring optimistic self-beliefs: A Spanish adaptation of the General Self-Efficacy Scale]. *Ansiedad y Estrés*, 2(1), 1-8.
- Barriga, O., Cid, P., & Orellana, A. (2010). Validación de la escala de autoeficacia general en Chile [General self-efficacy scale validation in Chile]. *Revista Médica de Chile*, 138(5), 551-557.
- Beckmann, J., Mallett, C. J., Mesagno, C., Wergin, V. V., & Zimanyi, Z. (2019). When you watch your team fall apart—coaches' and sport psychologists' perceptions on causes of collective sport team collapse. *Frontiers in psychology*, 10, 1331.
- Burton, D., Martens, R., & Vealey, R. S. (1990). Development and validation of the competitive state anxiety inventory-2. *Competitive anxiety in sport*, 117-190.
- Cox, R. H., Martens, M. P., & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised competitive state anxiety inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 519-533.
- Delgado-Giralt, J., Hernández-Mendo, A., López-Cazorla, R., & Reigal-Garrido, R. (2018). Psychological sport profile and competitive state anxiety in triathletes. *Revista de Psicología del Deporte*, 27(2), 125-132.
- Filho, M. G., Lourenço, L., & Nogueira, F. (2019). Application of izof model for anxiety and self-efficacy in volleyball athletes: A case study. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 25(4), 338-343.
- Guerrero, M. D., & Munroe-Chandler, K. J. (2017). Psychological imagery in sport and performance. In *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*.
- Hagan Jr, J. E., Pollmann, D., & Schack, T. (2017). Elite athletes' in-event competitive anxiety responses and psychological skills usage under differing conditions. *Frontiers in Psychology*, 8, 2280.
- Hernández Álvarez, J. L., Garoz Puerta, I., Martínez Gorroño, M., Tejero-González, C., & Velázquez Buendía, R. (2011). Escala de Autoeficacia Motriz: Propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española [Self-efficacy motor scale: Psychometric properties and the results of its application to the Spanish school population]. *Revista de Psicología del deporte*, 20(1), 0013-028.
- Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: Estudio complementario entre TCT y TRI [A questionnaire for the psychological assessment of sports performance: A complementary study between the tct and irt]. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 71-93.
- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., Morillo-Baro, J. P., Reigal, R. E., & Vázquez-Diz, J. A. (2020). Psychological profile, competitive anxiety, moods and self-efficacy in beach handball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 241.
- Hernández-Mendo, A., Morales-Sánchez, V., & Peñalver, I. (2014). Replicación de las propiedades psicométricas del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva [A replication of the psychometric properties of the sports performance psychological inventory]. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 311-324.
- Knight, C., Harwood, C., & Gould, D. (2017). The role of sport psychology for young athletes. In *Sport psychology for young athletes* (pp. 9-20). Routledge.
- Lavallee, D., & Pummell, E. K. (2019). Preparing UK tennis academy players for the junior-to-senior transition: Development, implementation, and evaluation of an intervention program. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 156-164.

- Limone, P., & Toto, A. (2018). The psychological constructs and dimensions applied to sports performance: A change of theoretical paradigms. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 2034.
- Mendoza, M. C., Molina, V. M., & Oriol, X. (2018). Emotional regulation and physical recovery in young athletes of individual and collective sport modalities. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. <https://doi.org/10.5232/ricyde>
- Morales, P. (2012). Tamaño necesario de la muestra: ¿Cuántos sujetos necesitamos? [Required sample size: How many participants do we need?] *Estadística aplicada a las ciencias sociales*, 24(1), 22-39.
- Olefir, V. (2018). Personality resources as a mediator of the relationship between antecedents of stress and pre-competitive anxiety. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(6), 2230-2234.
- Osório, F., & Rocha, V. (2018). Associations between competitive anxiety, athlete characteristics and sport context: evidence from a systematic review and meta-analysis. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 45(3), 67-74.
- Otten, M., Machida, M., Magyar, T. M., Vealey, R. S., & Ward, R. M. (2017). Examining multidimensional sport-confidence in athletes and non-athlete sport performers. *Journal of Sports Sciences*, 35(5), 410-418.
- Sanjuán, P., Pérez, A., & Bermúdez, J. (2000). Escala de autoeficacia general: datos psicométricos de la adaptación para población española [General self-efficacy scale: Psychometric data of adaptation for the Spanish population. *Psicothema*, 12(Suplemento), 509-513.
- Sivrikaya, M. (2019). The role of self-efficacy on performance of sports skills of football players. *Journal of Education and Training Studies*, 6(12a), 75-79.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs., & Rogers, R. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.