

# TRABAJO FINAL DE MÁSTER



**UNIVERSITAS**  
*Miguel Hernández*

Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte  
Universidad Miguel Hernández de Elche

## **EJERCICIO FÍSICO Y APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA: EJERCICIO FÍSICO Y ESTADO EMOCIONAL EN DEPORTE**

**Alumna:** Juan Vicente Romero Ramírez  
**Tutor académico:** Eduardo Manuel Cervelló Gimeno  
**Curso académico:** 2023 – 2024

## ÍNDICE

<b>RESUMEN.....</b>	<b>3</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>3</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>MÉTODO.....</b>	<b>6</b>
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>8</b>
<b>DISCUSIÓN.....</b>	<b>11</b>
<b>LIMITACIONES DEL ESTUDIO.....</b>	<b>13</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>13</b>



**Resumen:**

Se realiza un estudio correlacional entre las variables: Criticismo del entrenador, percepción de justicia, relación entrenador-deportista, resiliencia del equipo, ansiedad pre-competitiva y el rendimiento en jugadores de fútbol. Para ello se procede a pasar cuestionarios a diferentes equipos en diferentes momentos, en periodos sin competición y en periodo pre y post competición. Los resultados esbozan correlaciones significativas entre las diferentes variables. Sin embargo, no se encuentran resultados significativos en la regresión, la cual pretendía predecir a través de las diferentes variables estudiadas el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol.

**Palabras clave:** Rendimiento deportivo, percepción de justicia, relación entrenador y deportista, resiliencia del equipo, ansiedad pre-competitiva, criticismo del entrenador.

**Abstract:**

A correlational study is conducted between the variables: coach criticism, perception of justice, coach-athlete relationship, team resilience, pre-competitive anxiety, and performance in football players. To this end, questionnaires are administered to different teams at different times, during non-competitive periods and pre and post-competition periods. The results outline significant correlations between the different variables. However, no significant results are found in the regression analysis, which aimed to predict football players' sports performance through the different variables studied.

**Keywords:** Sports performance, perception of justice, coach-athlete relationship, team resilience, pre-competitive anxiety, coach criticism.

## INTRODUCCIÓN

El criticismo del entrenador se refiere a la capacidad de un entrenador para reflexionar de manera crítica sobre su propio desempeño, prácticas y decisiones en el contexto de su labor como entrenador. Implica cuestionar y evaluar de manera profunda y objetiva sus acciones, creencias y enfoques, con el fin de identificar áreas de mejora, aprender de las experiencias pasadas y desarrollar un enfoque más efectivo y ético en su trabajo como entrenador. La reflexión crítica del entrenador es fundamental para el crecimiento profesional, la toma de decisiones informadas y la mejora continua en la práctica del entrenamiento deportivo. (Vangrunderbeek et al., 2023)

Dentro del deporte, la "crítica del entrenador" se refiere a cómo un entrenador puede analizar y evaluar el rendimiento de sus atletas para brindar retroalimentación favorable con miras a mejorar tanto el desempeño individual como el colectivo. Analizar aspectos técnicos, tácticos y físicos del juego, junto con consideraciones psicológicas y de trabajo en equipo es lo que implica este tipo de crítica.

Un entrenador crítico es aquel que no solo señala errores, sino que también resalta los aspectos positivos y las sugerencias específicas para el desarrollo y la mejora. Que la crítica del entrenador sea constructiva y se ajuste a las necesidades individuales de cada deportista es importante, ya que esto ayuda a crear un ambiente positivo y motivador para el equipo.

El criticismo se relaciona con numerosas variables como la relación que tiene el deportista con el entrenador, la resiliencia, la percepción de justicia, la ansiedad precompetitiva y el rendimiento deportivo.

### Relación entre el entrenador y el deportista

Según el artículo de Freire (2022) la calidad de la relación entre el atleta y el entrenador influye significativamente en la cohesión grupal. Aquello que puede desencadenar una relación negativa entre ambos es la crítica del entrenador hacia el deportista, como se puede apreciar en el estudio sobre las relaciones entre el entrenador y el atleta de Alkharouf & Salman (2022). Sin embargo, la crítica efectiva del entrenador puede fortalecer esa relación al proporcionar comentarios constructivos, con la finalidad de mejorar la confianza y los resultados de rendimiento. (Shanmuganathan-Felton et al., 2022.)

### Resiliencia del equipo

La resiliencia es entendida como la superación de cualquier adversidad que se presente, lo cual permite al deportista o equipo deportivo enfrentar un impedimento de la mejor forma posible (Schiera, 2005.).

Como podemos ver en el estudio de Shikha & Sanjeev (2016) las críticas del entrenador pueden afectar negativamente a la resiliencia del equipo, ya que pueden crear un entorno hostil y desmoralizador para los miembros del equipo. Además de reducir la motivación y la confianza de los miembros del equipo, lo que puede dificultar su capacidad para recuperarse de los reveses y adaptarse a los desafíos.

Los miembros del equipo pueden volverse más susceptibles al estrés y al agotamiento cuando se enfrentan a críticas constantes, lo que puede erosionar aún más su resiliencia.

Las críticas del entrenador también pueden socavar la confianza y la colaboración dentro del equipo, lo que dificulta que los miembros del equipo se apoyen mutuamente y trabajen juntos de manera eficaz.

Sin embargo, también podemos encontrar una parte positiva si la crítica del entrenador es adecuada. Esta crítica desafía las creencias y los valores, por tanto, fomentará la adquisición de nuevos recursos en la resolución de problemas y la gestión emocional. (Fonseca Monteiro, 2016).

### Percepción de Justicia

Las críticas del entrenador están estrechamente relacionadas con la percepción de la justicia en el entorno del entrenamiento deportivo (Vadja, 2019). Estudios como el de Bishop et al. (2023) han demostrado hasta la fecha que las actitudes de los entrenadores hacia la justicia social pueden afectar al desarrollo del deportista. Los entrenadores que proceden en equidad con sus deportistas mejoran el apego emocional y la lealtad, algo que se considera crucial para el compromiso a largo plazo. (Lee et al., 2018)

Además, la percepción de justicia en la dinámica entre el entrenador y el atleta desempeña un papel crucial a la hora de determinar la satisfacción y la motivación intrínseca de los atletas en los deportes de equipo. Por lo tanto, abordar las cuestiones de justicia en los contextos de entrenamiento es esencial para fomentar las experiencias y el desarrollo positivos de los atletas. (Maarten et al., 2008)

### Ansiedad Pre-Competitiva

Los deportistas que perciben que sus entrenadores tienen altas expectativas de obtener un rendimiento perfecto por parte de ellos sufren con más probabilidad agotamiento. El estudio de Alipour Ataabadi et al. (2022) relaciona negativamente la autocrítica del deportista con la crítica del entrenador, es decir, la crítica pone el foco de atención en aquello que ha sido corregido o criticado, en caso de ser una crítica constructiva ayuda a llevar mejor esa autocrítica.

Marwat et al. (2021) relacionan la autocrítica con la ansiedad en su estudio. Esa crítica que un deportista se hace así mismo tiene influencia en las expectativas, por tanto, se puede transformar en un posible miedo por tener un pobre rendimiento en el deporte en cuestión. O, por el contrario, en una manera más adecuada de soportar esa ansiedad.

### Rendimiento Deportivo

El artículo de Bebetsos et al. (2017) expone que el comportamiento del entrenador puede afectar significativamente el rendimiento de los atletas. Este se ve influenciado por conductas de entrenamiento tanto positivas como negativas. Las conductas positivas de entrenamiento, como proporcionar comentarios y apoyo constructivos, pueden mejorar el rendimiento de los atletas. Las conductas negativas de entrenamiento, como las críticas y los comentarios agresivos, pueden tener efectos perjudiciales en el rendimiento de los atletas.

En función de algunas características del deportista influye más o menos dichas conductas:

- Las atletas femeninas pueden verse más afectadas por las conductas negativas de entrenamiento en comparación con los atletas masculinos.

- Los atletas que practican con más frecuencia pueden estar más influenciados por las conductas de entrenamiento en comparación con los que practican menos.
- Comprender los aspectos psicológicos de la conducta del entrenador puede ayudar a los atletas, entrenadores y profesionales del deporte a mejorar su rendimiento.

Finalmente, las hipótesis planteadas en este estudio son:

En la primera hipótesis se entiende que si el criticismo del entrenador tiene resultados altos en la escala el rendimiento del jugador no será bueno, por lo que la valoración de rendimiento subjetiva del jugador será baja. Por ende, la correlación entre el rendimiento y el criticismo se espera negativa.

En la segunda hipótesis se busca comprobar que a mayor nivel de criticismo del entrenador va a haber mayores niveles de ansiedad precompetitiva, lo que dará como resultado una menor performance a nivel de rendimiento.

En la tercera hipótesis se expone que existe una relación positiva entre la relación entrenador-deportista, la percepción de justicia, la resiliencia y el rendimiento, por tanto, negativa con el criticismo, lo cual nos llevará a un buen rendimiento por parte del jugador.

La cuarta hipótesis consideraba que el rendimiento deportivo se predeciría positivamente por bajos niveles de criticismo del entrenador, una relación positiva entre el entrenador y el deportista, resiliencia de equipo positiva, que los jugadores perciban que el entrenador es justo y una baja ansiedad pre-competitiva. Si los resultados fueran al contrario predeciría el rendimiento negativo de los deportistas.

## **MÉTODO**

### **Diseño**

Se siguió un diseño trasversal y una metodología correlacional. La medición de las variables relacionadas con el criticismo del entrenador se realizó en el último tercio de la temporada, con la finalidad de que los jugadores ya hubieran estabilizado la percepción de los comportamientos y formas de actuar tanto del entrenador como propias.

### **Participantes**

El estudio se llevó a cabo con una muestra total de 262 jugadores/as de los cuales 159 pertenecían al género masculino ( $M = 17.06$ ;  $DT = 4.40$ ) y 103 pertenecían al género femenino ( $M = 15.61$ ;  $DT = 2.25$ ). El rango de edad estaba comprendido entre los 12 a 41 años ( $M = 16.49$ ;  $DT = 3.77$ ). El deporte en el que se realizó el estudio fue en fútbol, concretamente en la modalidad de fútbol 11. Para seleccionar a los deportistas y clubes participantes se siguió un muestreo intencional, considerando la disponibilidad y proximidad de los equipos, las posibilidades de los investigadores de acceder y explicar a los clubes, entrenadores y deportistas el procedimiento, y por último la voluntariedad de estos a realizar el estudio.

### **Procedimiento**

Antes del proceso de recogida de datos, se contactó con los respectivos/as responsables de cada club, informando de la naturaleza de la investigación, objetivo y procedimiento a seguir. Una vez aceptado por parte de los diferentes clubes se procedió al contacto con cada entrenador/a, obteniendo su permiso para la distribución de los cuestionarios a sus deportistas. Así mismo, todos los jugadores/as fueron informados del proceder de la investigación, donde en primer lugar, se pasó un consentimiento informado, el cual se debía firmar y entregar a los investigadores en caso de no querer participar en la investigación. Se informó a los deportistas de la confidencialidad de las respuestas.

Los cuestionarios fueron enviados a los deportistas a través de WhatsApp® mediante un Formulario de Google. Estos constaban de tres partes:

Parte “Sin Competición”: cuestionario de unos 10-12 minutos, en la que se evaluaba al deportista y al equipo en el criticismo de su entrenador, la relación entre el deportista y el entrenador, la resiliencia de equipo y la percepción de justicia.

Parte “Pre-Competición”: cuestionario de unos 5 minutos en los que se evalúa la ansiedad pre-competitiva del deportista unos 20-30 minutos antes de comenzar el partido.

Parte “Post-Competición”: esta parte pertenece a ambos entrenador y deportista, en primer lugar, el deportista se evaluaba a sí mismo su rendimiento en el partido. En segundo lugar, el entrenador evaluaba el rendimiento en partido de cada jugador.

## **Instrumentos de medida**

### Criticismo del entrenador

Se utilizó la versión española de la APoCCAS (Escala de Actitudes Críticas de los Atletas hacia los Entrenadores) para medir las actitudes críticas de los entrenadores hacia los futbolistas (Oliveira et al., 2022). El cuestionario incluye 10 ítems. Las respuestas a las preguntas se basaron en una escala Likert de 1 (muy en desacuerdo) a 5 (muy de acuerdo). Consta de un factor denominado *Criticismo* que es la media de todos los ítems del cuestionario.

### Relación entre deportista y entrenador

Se utilizó la versión española del CART-Q que consta de 11 ítems para medir la relación que existe entre el entrenador y el futbolista, cuyos autores son Sofía Jowett y David Yangüez. Las respuestas a los ítems seguían una escala tipo Likert que iba de 1 (totalmente en desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). Consta de tres factores denominados: *cercanía*, *compromiso* y *complementariedad*.

### Resiliencia de equipo

Se utilizó la versión adaptada al español de la Escala de Características de Resiliencia en Equipos Deportivos (ECRED) cuyos autores son los españoles David Guillén Araya, Isabel Castillo Rodríguez y Carmen Balaguer Solá. Este cuestionario está compuesto por 20 ítems, los cuales se valoran en un escala tipo Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 9 (totalmente de acuerdo). Consta de dos factores, *características de resiliencia* y *vulnerabilidad bajo presión*.

### Percepción de justicia

Colquitt en 2001 desarrolló una escala para medir la percepción de justicia del entrenador hacia el deportista. Esta escala se adaptó al castellano en el trabajo de José Martínez Martínez & Cervelló-Gimeno (2011) y es la que se ha utilizado en este estudio. El cuestionario está compuesto por un total de 16 ítems valorados en escala tipo Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Consta de cuatro factores que son: *justicia distributiva, procedimental, interpersonal e informacional*.

#### Ansiedad pre-competitiva

Para medir la ansiedad competitiva se utilizó la versión española del CSAI-2-R cuyos autores son Ron E. Smith, Frank L. Smoill y Sean P. Cumming. Este cuestionario consta de 17 ítems divididos en tres factores: *ansiedad somática, ansiedad cognitiva y autoconfianza*. En la escala de respuesta, los participantes calificaron la intensidad de cada síntoma en una escala de 1 (nada) a 4 (mucho).

#### Rendimiento deportivo

Para medir *el rendimiento deportivo* del jugador se realizó una escala subjetiva compuesta por un ítem: “Respecto a tu nivel de rendimiento habitual en tu deporte, en esta competición tu nivel ha sido” (Cervelló et al., 2007). La cual rellenó el deportista tras la disputa del partido. Esa escala iba del 1 al 10 considerando el 5 como el rendimiento normal del jugador, siendo el 1 haber jugador muy por debajo del rendimiento habitual y el 10 haber jugador muy por encima del rendimiento habitual.

## RESULTADOS

Se analizaron los estadísticos descriptivos y las pruebas de fiabilidad para todos los factores del estudio. Los resultados mostraron niveles de fiabilidad aceptables en todos los casos, aunque hubo que eliminar algunos ítems para mejorar la fiabilidad.

#### **Estadísticos descriptivos y pruebas de fiabilidad**

	<b><math>\alpha</math></b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
Compromiso	.66	6.06	0.92
Cercanía	.64	6.47	0.71
Complementariedad	.74	5.95	0.95
Criticismo	.83	2.02	6.80
Características Resiliencia	.94	6.79	1.54
Vulnerabilidad Bajo Presión	.89	3.45	1.77
Distributiva	.92	4.08	0.93
Procedimental	.72	4.10	0.83
Interpersonal	.66	4.35	0.74
Informacional	.83	4.35	0.70
Ansiedad Cognitiva	.73	2.44	0.63



Ansiedad Somática	.84	1.65	0.55
Autoconfianza	.74	3.18	0.60
Rendimiento		5.57	1.51

### Correlaciones

Se realizaron correlaciones bivariadas para testar las hipótesis. Encontramos que el criticismo del entrenador correlaciona de forma negativa y significativamente alta ( $<.001$ ) con todos los factores medidos de la relación entre el deportista y el entrenador, y con todos los factores de percepción de justicia. Con un factor de resiliencia de equipo, las características de resiliencia. Sin embargo, con el factor de vulnerabilidad bajo presión correlaciona positivamente de forma muy significativa ( $<.001$ ). La ansiedad cognitiva es el único factor de la ansiedad pre-competitiva medido que correlaciona significativamente ( $<.05$ ) y lo hace de manera positiva. El criticismo del entrenador y rendimiento del jugador correlacionan de forma positiva, aunque no significativa.

La relación entre deportista y entrenador correlaciona en todos sus factores positivamente con las características de resiliencia y de forma negativa con la vulnerabilidad bajo presión. Con los factores de percepción de justicia correlaciona positivamente con todos ellos. Cabe destacar que las correlaciones son significativamente altas ( $<.001$ ).

Por último, se ha de indicar que la correlación entre los factores de percepción de justicia y los de resiliencia son:

La justicia procedimental, distributiva, interpersonal y transformacional correlaciona positivamente con las características de resiliencia y negativamente con la vulnerabilidad bajo presión y todo ello de manera altamente significativa ( $<.001$ ).

Tabla 2. Correlaciones, entre la calidad de la relación entrenador deportista, el criticismo, resiliencia de equipo, justicia percibida, ansiedad pre-competitiva y rendimiento.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Compromiso	1												
2. Cercanía	,741**	1											
3. Complementariedad	,823**	,746**	1										
4. Características Resiliencia	,323**	,389*	,370**	1									
5. Vulnerabilidad Bajo Presión	-,193**	-,242**	-,243**	-,763**	1								
6. Procedimental	,566**	,550**	,550**	-,355**	-,292**	1							
7. Distributiva	,526**	,571**	,574**	-,305**	-,224**	,611**	1						
8. Interpersonal	,518**	,556**	,540**	,349**	-,334**	,629	,638**	1					
9. Informativa	,567**	,557**	,633**	,472**	-,404**	,586**	,552**	,544**	1				
10. Criticismo	-,362**	-,364**	-,312**	-,239**	,330**	-,381**	-,379**	-,452**	-,424	1			
11. Ansiedad Cognitiva	-,080	-,062	-,056	,045	,000	-,106	-,208*	-,050	,043	,174*	1		
12. Ansiedad Somática	,016	-,017	,030	-,013	-,019	-,019	-,189*	,009	,061	-,038	,546**	1	
13. Autoconfianza	,076	,073	-,022	,204*	-,106	,047	,054	,140	-,001	,017	-,361**	-,282**	1
14. Rendimiento	-,015	-,031	-,090	-,135	,124	-,161*	-,139	-,107	-,182*	,092	-,045	-,172*	,119

## Análisis de regresión

Se realiza una regresión con la finalidad de ver si los diferentes factores estudiados predicen la variable dependiente, el rendimiento deportivo.

Tabla. 3. Predicción del rendimiento a partir de la calidad de la relación entrenador-deportista, la resiliencia de equipo, la percepción de justicia, el criticismo el entrenador y la ansiedad precompetitiva.

Variables	t	Sig.
Compromiso	,717	,475
Cercanía	,339	,735
Complementariedad	-,011	,991
Características de Resiliencia	-,097	,923
Vulnerabilidad Bajo Presión	-,794	,429
Procedimental	-1,440	,152
Distributiva	-,322	,748
Interpersonal	,856	,394
Transformacional	-1,600	,112
Criticismo del Entrenador	,139	,890
Ansiedad Cognitiva	,737	,463
Ansiedad Somática	-1,885	,062
Autoconfianza	,647	,519

Los resultados no mostraron ninguna variable predictiva significativa en el rendimiento, en contra de las hipótesis del trabajo.

## DISCUSIÓN

Lo que se pretende analizar con la primera hipótesis, y la principal de este estudio, es que el criticismo del entrenador correlacione negativamente con el rendimiento del deportista y prediga el rendimiento deportivo. Como se expone en el artículo de Bebetsos et al. (2017) la conducta del entrenador afecta al deportista en cuestión. Entonces si entendemos el criticismo del entrenador como la conducta crítica del entrenador hacia los jugadores, la cual puede ser positiva o negativa. En los resultados desarrollados en el apartado anterior se obtiene esta correlación en forma positiva. Cabe destacar que la correlación no es significativa, por tanto, esta correlación puede deberse al azar, ya que no hay

suficiente evidencia estadística para afirmar que existe una relación real entre las dos variables estudiadas.

En los resultados se aprecia que la ansiedad somática y la cognitiva tienen una relación negativa con el criticismo. A mayor criticismo del entrenador menor ansiedad, algo que contradice la literatura hasta la fecha. La ansiedad cognitiva además obtiene como resultado que es significativamente estadística, que la correlación negativa entre estas dos variables no es al azar.

Se ha estudiado que la autocrítica se relaciona con la ansiedad (Marwat et al, 2021). Además, también se ha visto anteriormente en Alipour Ataabadi et al. (2022) que esta autocrítica tiene una relación negativa con la crítica del entrenador, esto quiere decir que, si el jugador por sí solo hace la crítica hacia los errores cometidos la crítica del entrenador, entendido como la crítica negativa, disminuye, lo que lleva al entrenador a una crítica constructiva, buscando la corrección de ese error, dando lugar a un criticismo del entrenador hacia el jugador positivo. Conforme se ha formulado la definición de criticismo del entrenador y según estos dos estudios se puede sacar la conclusión de que si la crítica del entrenador corresponde con unos menores niveles de autocrítica del propio jugador y estos menores niveles nos llevan a una menor ansiedad y como ya se ha visto en Khan (2017) que esta menor ansiedad afecta positivamente al rendimiento se pueden entender los resultados obtenidos. Al fin y al cabo, si ya se critica el propio, lo cual lleva a una mayor ansiedad, por ende, a un menor rendimiento, y el entrenador al no realizar esa crítica que ya se hace el jugador, y empezar con la crítica constructiva, la variable de criticismo del entrenador es positiva ante una mayor fuente de ansiedad del propio jugador que nace de su autocrítica.

Los resultados confirman la tercera hipótesis planteada en el estudio, la cual dice que el criticismo del entrenador tiene una relación negativa, y por tanto indirecta con la relación entre el entrenador y el deportista, encontrando una significación alta en todos sus factores. Como bien se da a entender en el artículos de Alkharouf & Salman (2022). Donde se encuentra que una actitud crítica del entrenador es un punto conflictivo entre entrenador y deportista influyendo claramente en su rendimiento deportivo, siempre y cuando no sea una crítica constructiva, como ya se ha hablado en otras ocasiones a lo largo del estudio dejando ver que esta mejora el resultado de rendimiento, porque da lugar a una mayor confianza entre el entrenador y el deportista (Shanmuganathan-Felton et al., 2022), lo que ayuda a mejorar la variable en cuestión.

La tercera hipótesis también da una relación negativa con la justicia percibida por parte de los jugadores, los resultados dan lugar a afirmar que dicha correlación negativa es estadísticamente significativa. Se entiende que si la percepción de justicia es alta el criticismo del entrenador es bajo, dando lugar una continuidad en la literatura citada en este estudio (Vadja, 2019). En el artículo de Lee et al, (2018) además relaciona de forma positiva la percepción de justicia con la relación entre el entrenador y el deportista, resultados que también se han obtenido en el presente estudio y que confirman la tercera hipótesis.

La resiliencia del equipo tiene una relación inversa con el criticismo. Esta actitud crítica negativa del entrenador genera un entorno hostil para el deportista (Shikha & Sanjeev, 2016), entorno que no es agradable, entorno que no fomenta esta relación entre ambos, y como se aprecia en los resultados la correlación entre las variables relación entre entrenador-deportista y resiliencia de equipo es positiva.

Por último, el análisis de regresión realizado para ver qué variables estudiadas predicen el rendimiento deportivo de los jugadores de fútbol. Da como resultado que la única variable que está muy cerca de hacerlo es la ansiedad somática según los datos estudiados. La conducta del entrenador puede afectar al rendimiento de los jugadores de forma significativa (Bebetsos et al, 2017). Como ya se ha dicho antes la correlación entre las diferentes variables: relación entrenador-deportista, percepción de justicia, resiliencia de equipo y ansiedad pre-competitiva es positiva y significativa, por lo que si sucede esto quiere decir que hay una asociación entre ellas, pero no necesariamente una relación causal o predictiva fuerte. Por lo que la conclusión que obtenemos de estos resultados es que hay relación entre las variables. Sin embargo, esta relación entre las variables medidas y la variable dependiente, el rendimiento, no es suficiente para predecirlo.

## **LIMITACIONES DEL ESTUDIO**

La primera limitación es la falta de adherencia al estudio. Al enviarse los cuestionarios por WhatsApp® mediante un Formulario de Google, estos no fueron realizados por todos aquellos deportistas a los que les llego disminuyendo la muestra, provocando que resultados no salgan de forma significativa debido a falta de datos.

Otra limitación encontrada es la falta de entendimiento en algunos ítems de cuestionarios. El presente estudio se ha realizado con jugadores comprendidos entre los 12 y 41 años, considerando que esta mínima edad de la muestra debería haberse subido con el fin de dar mayor fiabilidad al estudio, ya que se ha obtenido el feedback de los entrenadores de que no han sido comprendidas numerosas cuestiones por parte de estos jugadores, y, por tanto, aunque hayan sido explicadas, no se puede llegar a saber si se ha respondido conforme a lo que de verdad se pensaba o creía de la situación. Al igual que ha pasado con la variable rendimiento, donde la escala no ha sido entendida por la mayoría de los jugadores y entrenadores, desvirtuando esos datos.

Al ser deportistas amateur los representantes de la muestra y realizar sondeos con ellos acerca de la variable ansiedad precompetitiva se ha descubierto que es difícil que la mayoría de la muestra responda de forma significativa para el estudio. Al no tomarse la competición seriamente, es inviable que aparezca este tipo de ansiedad, por tanto, baja la estadística de ansiedad por la falta de compromiso con la tarea. Sería idóneo realizar este estudio con una muestra amplia de jugadores profesionales o por lo menos jugadores que vivan del fútbol.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Alipour Ataabadi, Y., Cormier, D. L., Kowalski, K. C., Oates, A. R., Ferguson, L. J., & Lanovaz, J. L. (2022). The Associations Among Self-Compassion, Self-Esteem, Self-

Criticism, and Concern Over Mistakes in Response to Biomechanical Feedback in Athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.868576>

- Alkharouf, A., & Salman, R. (2022). The influence of the relationship between the coach and the athlete on the level of motivation of the athlete's achievements. *Current Issues of Sports Psychology and Pedagogy*, 2(1), 73–84. <https://doi.org/10.15826/spp.2022.1.23>
- Bebetsos, E., Filippou, F., & Bebetsos, G. (2017). Athletes' criticism of coaching behavior: Differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin*, 48(1), 66–71. <https://doi.org/10.1515/ppb-2017-0008>
- Bishop, E., Kramers, S., & Camiré, M. (2023). Missed Opportunities for Critical Consciousness in Canadian High School Coaching: An Exploratory Case Study. *Journal for Advancing Sport Psychology in Research*, 3(1), 4–19. <https://doi.org/10.55743/000017>
- Cervelló, E., Santos Rosa, FJ, Calvo, TG, Jiménez, R., & Iglesias, D. (2007). Participación y desempeño en tareas competitivas de los jóvenes tenistas: el papel de las orientaciones de objetivos, el clima motivacional contextual y el clima motivacional iniciado por el entrenador. *Revista de Psicología del Deporte Aplicada*, 19 (3), 304–321. <https://doi.org/10.1080/10413200701329134>
- Fonseca Monteiro, C. (n.d.). *Estabelecendo conexões entre modelos de aprendizagem: psicopedagogia e coaching em resiliência establishing connections between learning models: psicopedagogia and coaching in resilience.*
- Freire, G. L. M., Santos, M. M. Dos, de Moraes, J. F. V. N., Granja, C. T. L., de Almeida Anacleto, F. N., de Oliveira, D. V., & Junior, J. R. A. D. N. (2022). The role of the relationship with the coach in the group environment of school sports. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(2), 171–180. <https://doi.org/10.14718/ACP.2022.25.2.11>
- José Martínez Martínez, E., & Cervelló-Gimeno, E. M. (n.d.). *Percepción de justicia, relación entrenador-deportista y compromiso deportivo.*
- Lee, O. C., Yusof, A., Geok, S. K., & Omar, Z. (2018). Examining Coaches' Perceptions of how Organisational Justice Affects Organisational Support. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(14). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v7-i14/3669>
- Maarten, De, Backer., Tanja, Ceux., Fien, Callens., Filip, Boen., Gert, Vande, Broek. (2008). The influence of athletes' perceived justice of the coach on the intrinsic motivation and satisfaction of top handball and volleyball players.
- Marwat, N. M., Islam, S. Z. ul, Luqman, M. S., Manzoor, M., & Irfanullah. (2021). Effect of competition anxiety on athletes sports performance: implication for coach. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 9(3), 1460–1464. <https://doi.org/10.18510/hssr.2021.93146>
- Oliveira, S., Trindade, I. A., Rosado, A., Cunha, M., & Ferreira, C. (2022). Development and initial validation of athletes' perceptions of coach-related critical attitudes scale. *Current Psychology*, 41(11), 7512–7521. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01325-8>

Schiera, A. (n.d.). *Uso y abuso del concepto de resiliencia a modo de introducción.*

Shanmuganathan-Felton, V., Felton, L., & Jowett, S. (n.d.). *IT TAKES TWO: THE IMPORTANCE OF THE COACH-ATHLETE RELATIONSHIP.*

Shikha, Sharma., Sanjeev, K., Sharma. (2016). Team Resilience: Scale Development and Validation: *Vision: The Journal of Business Perspective*, doi: 10.1177/0972262916628952

*STUDIES AND ARTICLES VEZETÉSTUDOMÁNY / BUDAPEST MANAGEMENT REVIEW*  
*STUDIES AND ARTICLES PERCEIVED JUSTICE AS A CRUCIAL FACTOR OF PERFORMANCE MANAGEMENT SYSTEMS VAJDA, ÉVA.* (n.d.).

Vangrunderbeek, H., De Backer, M., McCarthy, L., Buelens, E., & Ponnet, H. (2023). Developing Critical Reflection Skills in a Formal Coach Education Program. *International Sport Coaching Journal*, 10(1), 54–69. <https://doi.org/10.1123/iscj.2021-0068>

