



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2016/2017

Convocatoria Junio

Modalidad: Otros trabajos

Título: Arbitraje y emociones en una muestra de árbitros ilicitanos.

Autor: Cristian López Hurtado

Tutora: Eva María León Zarceño

Elche a 27 de Junio de 2017

Índice

1. Resumen	5
2. Introducción.....	7
3. Método	9
3.1. Participantes.....	9
3.2. Material.....	10
3.3. Procedimiento	12
3.4. Análisis de datos.....	12
4. Resultados	12
6. Bibliografía	17

Tabla 1	12
Tabla 2	13
Tabla 3	13
Tabla 4	14

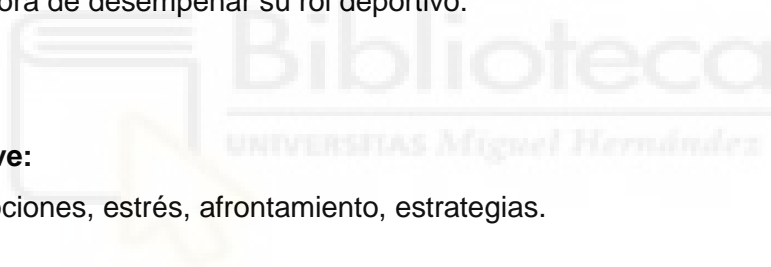
Figura 1	9
Figura 2	10

1. Resumen

En la actualidad, el deporte no se concibe sin la figura del árbitro, ya que sin este, el deporte mismo carecería de ser deportivo y pasaría a convertirse en una práctica física. Dentro de este contexto, el objetivo del estudio es describir y analizar las características psicológicas en una muestra de árbitros de fútbol ilicitanos. La muestra está compuesta por 58 participantes, los cuales respondieron a una batería de cuestionarios. Los resultados muestran puntuaciones situadas en rangos adecuados en Percepción emocional, Comprensión de sentimientos y Regulación emocional, aunque resultaría interesante aumentar las puntuaciones debido a la carga emocional que soportan los árbitros. Además, se encontraron relaciones entre formas de afrontar el estrés y estilos de decisiones en el deporte, que evidencian, con el respaldo de otros estudios, la importancia de emplear un procedimiento adecuado a la hora de enfrentar el estrés en el contexto deportivo. En conclusión, es necesario ampliar la muestra y profundizar más en los aspectos psicológicos que infieren a los árbitros a la hora de desempeñar su rol deportivo.

Palabras clave:

Arbitraje, emociones, estrés, afrontamiento, estrategias.



2. Introducción

El árbitro¹ constituye un elemento clave en el desarrollo de actividades deportivas, dotándolas de juicio e imparcialidad (Alonso-Arbiol, Arratibel y Gómez, 2008). Es el encargado de controlar y poner en práctica el reglamento como elemento inherente a esa práctica, proporcionando a la actividad la característica de ser deportiva. De lo contrario, se podría hablar de actividad física o ejercicio físico (Guillen, 2003).

A pesar de la importancia que tiene la labor desempeñada por el colegiado en el deporte, las investigaciones realizadas sobre arbitraje y los factores condicionantes que se dan en un encuentro, desde el ámbito de la Psicología del Deporte han sido escasas (Guillen, 2003).

La práctica deportiva implica la aparición de emociones, la cual interfiere en la ejecución de acciones para alcanzar los objetivos propuestos por el deportista. Por lo que las emociones, se encuentran ligadas a las capacidades cognoscitivas que pueden determinar el grado de éxito de la acción en la práctica deportiva (Moreno, 2013). En el estudio desarrollado por Canton y Checa (2012) encontraron relaciones entre la realización de una competición negativamente, entendida esta como la obtención de malos resultados, con la experimentación de emociones negativas, lo que clarifica aún más la importancia de las emociones.

Mostrada la importancia de las emociones, numerosos estudios señalan que una correcta regulación emocional puede decantar la obtención de resultados positivos o negativos, entendiendo la regulación emocional como: "*cualquier intento que realizan las personas para modificar un estado emocional*" (Márquez, De Trocóniz, Cerrato y Baltar, 2008).

Para explicar la regulación emocional, se han ido presentando una gran variedad de modelos a lo largo del tiempo (Bonanno, 2001; Fargas y Ciarocchi, 2002; Gross y Thompson, 2007, entre otros).

Entre los modelos citados, se destaca el de Gross y Thompson (2007) que pone interés en dos estrategias cognitivas: supresión emocional y reevaluación cognitiva. Por un lado, la supresión emocional implica la inhibición de la respuesta emocional, y la reevaluación cognitiva está basada en una modificación a nivel cognitivo para reducir el impacto emocional.

¹En este estudio, debido a la profusión de ciertos términos, cuando se hace referencia al árbitro, colegiado o colectivo arbitral, se hace alusión tanto a hombres como a mujeres que desempeñan el papel arbitral.

Los mismos autores han analizado las consecuencias de las dos estrategias, concluyendo que los deportistas que utilizan la supresión emocional obtienen un estado de ánimo negativo, sin embargo los que utilizan la reevaluación cognitiva obtienen emociones positivas, aumentando la satisfacción y mejorando las relaciones sociales (Oriol, Gomila y Filella, 2014).

Las emociones producidas al arbitrar median con la cognición a la hora de ejecutar acciones. En este contexto, aparece el término de Inteligencia Emocional (IE), constructo psicológico que hace referencia a la interacción entre emoción y cognición (Salovey y Grewal, 2005), permitiendo al deportista un correcto funcionamiento adaptado al medio. En este enfoque, nos centraremos en tres aspectos de Inteligencia Emocional: percepción emocional, comprensión de sentimientos y regulación emocional.

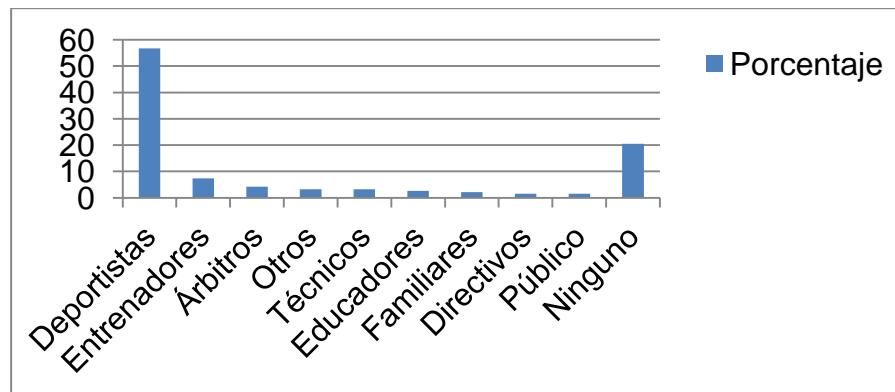
Por otro lado, es importante señalar que durante el arbitraje de un partido, se pueden desencadenar numerosas situaciones que propicien niveles altos de estrés como; protestas, insultos, amenazas o los propios errores arbitrales que puedan llegar a condicionar un partido involuntariamente (Guillen, 2003). En este aspecto, cuando mencionamos estrés, hacemos referencia al estímulo o factor causante, a la reacción y a los procesos intervinientes (Heyward, 2002).

El estrés se produce cuando el deportista percibe un desequilibrio entre las demandas y sus capacidades (Dosil, 2004), diferenciando dos categorías (Selye, 1983): el positivo, que se produce cuando el factor estresante sirve al deportista como estímulo y motivación para responder de forma correcta a la situación; y el negativo, que se produce cuando el deportista actúa de manera negativa a la situación.

De la misma manera que las emociones resultan interesantes estudiarlas en el contexto del arbitraje, numerosos estudios centran la atención en los procesos perceptivo-cognitivos encargados de la toma de decisiones (Ruiz y Sanz, 2005). Es importante conocer cómo piensan, perciben o como valoran el colectivo arbitral sus propias decisiones en el terreno, y qué les influye a la hora de tomar sus decisiones.

El presente estudio analizará los aspectos, que en un primer momento, resultan interesantes en el mundo del arbitraje, aumentando las investigaciones dirigidas hacia este colectivo, ya que desde la psicología del deporte se han encontrado pocos estudios. La muestra de ello, se puede encontrar en el libro "Psicología del arbitraje y el juicio deportivo" de Guillen (2003) en el que se observa la siguiente figura 1, donde los estudios realizados a árbitros abarcan el 4,2%.

Figura 1. Estudios realizados en los diferentes ámbitos del deporte. Tomada de Guillen (2003).



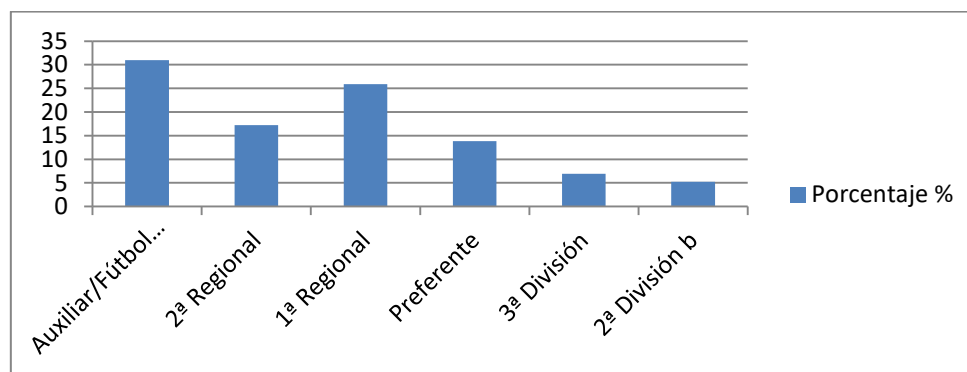
Debido a los escasos estudios acerca del arbitraje, se percibe la necesidad de estudiar y ampliar los conocimientos psicológicos relativos al mundo arbitral, desde un enfoque ofrecido por la psicología deportiva. Además, el hecho de que existan pocos estudios, despierta un gran interés a la hora de profundizar y ampliar la bibliografía respectiva al arbitraje. Así, el objetivo del presente estudio, consiste en describir y analizar las características psicológicas en una muestra de árbitros de fútbol ilicitanos.

3. Método

3.1. Participantes

La muestra que se ha recabado para la obtención de los resultados, se compone por 58 árbitros pertenecientes al Comité Técnico de Árbitros de Elche, con una edad media de 23.29 años y una desviación típica de 6.54. El 96.6% de los participantes son varones, mientras que el 3.4% son mujeres. El estado civil mayoritario de los encuestados es soltero con 91.4%, correspondiendo el porcentaje restante a casados con 8.6%. La media de años arbitrando es de 8.6 años, siendo la especialidad con mayor participantes el fútbol con 98.3%. Por otro lado, se encuentra el fútbol sala con 1.7%. Por último, se encuentra la máxima categoría alcanzada por los árbitros, que se muestra a continuación en la figura.

Figura 2. Porcentaje de la máxima categoría alcanzada por la muestra de árbitros.



3.2. Material

La batería de preguntas utilizada para recabar la información consta de 124 ítems. El registro sociodemográfico incluye 8 preguntas más, las cuales obtienen la edad, sexo, años pitando, máxima categoría alcanzada, máxima categoría que regenta actualmente, número de lesiones, estado civil y especialidad de los participantes. Los 124 ítems pertenecen a los cuestionarios; Cuestionario de Estilo de Decisión en el Deporte (CEDT), el COPE, el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) y el Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24).

En primer lugar, el Cuestionario de Estilo de Decisión en el Deporte (CEDT) Ruiz y Sanz (2005), está compuesto por 30 ítems, dividido en tres subescalas por 10 ítems cada una, obteniendo valores de alpha de Cronbach superiores a $\alpha = 0.76$. Los tres factores que analiza este cuestionario son: 1) Competencia Decisiva Percibida; 2) Ansiedad y Agobio al Decidir y 3) Compromiso en el Aprendizaje Decisivo.

Los ítems del CEDT se presentan en una escala tipo Likert de 4 opciones de respuesta, yendo desde muy en desacuerdo (1) hasta muy de acuerdo (4). De las tres subescalas, dos de ellas, son de carácter positivo, indicándonos que la obtención de valores altos, se correlacionarían con que las percepciones personales y el compromiso del deportista es elevado. Por otro lado, la subescala de Ansiedad y Agobio al Decidir es de carácter negativo, indicando que puntuaciones altas mostrarían un perfil de desajuste emocional ante este tipo de situaciones (Ruiz y Sanz, 2005).

Cabe señalar del CEDT que con la finalidad de que las preguntas se entendiesen correctamente, algunos ítems sufrieron pequeñas modificaciones

ajustándolos al entorno arbitral. Los ítems modificados fueron; 1-4, 6, 8, 9, 12-14, 16 y 20 (Ruiz y Sanz, 2005).

A continuación del CEDT, se encuentra el cuestionario COPE Manzanares, Olaya, García y Carrillo(2011), formado por 60 ítems, los cuales evalúan estrategias de afrontamiento ante el estrés. Este cuestionario presenta una consistencia interna de: $\alpha = 0.45$ y 0.86 . Los ítems del COPE se miden a través de una escala tipo Likert con cuatro opciones de respuesta; en absoluto (1), un poco (2), bastante (3) y mucho (4).

Los 60 ítems constituyen 15 subescalas, las cuales se citan a continuación; 1) Búsqueda de apoyo social, 2) Religión, 3) Humor, 4) Consumo de alcohol o drogas, 5) Planificación y afrontamiento activo, 6) Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, 7) Centrarse en las emociones y desahogarse, 8) Aceptación, 9) Negación, 10) Refrenar el afrontamiento, 11) Concentrar esfuerzos para solucionar la situación, 12) Crecimiento personal, 13) Reinterpretación positiva, 14) Actividades distractoras de la situación y 15) Evadirse (Manzanares et al., 2011).

Seguidamente se encuentra el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) Gross y John (2003), formado por 10 ítems con una escala tipo Likert de 7 alternativas de respuesta que varía desde "Totalmente en desacuerdo" a "Totalmente de acuerdo". La escala mide dos factores: supresión emocional ($\alpha = 0.86$) y reevaluación cognitiva ($\alpha = 0.79$). El primer factor hace referencia a la forma de modular la respuesta emocional, incluyendo la inhibición de la expresión de las conductas emocionales. Por otro lado, la reevaluación cognitiva indica la construcción de una nueva situación, mediante un cambio cognitivo que reduzca el impacto emocional de la nueva situación. Esta escala evalúa la regulación emocional general, y particularmente cada factor incluye un ítem en el que recoge información acerca de la regulación de emociones positivas y negativas.

Por último, el TMMS-24 Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) está formado por 24 ítems con 5 alternativas de respuesta tipo Likert, que van desde; Nada de acuerdo (1), Algo de acuerdo (2), Bastante de acuerdo (3), Muy de acuerdo (4) y Totalmente de acuerdo (5). La escala se compone por tres dimensiones de la inteligencia emocional, constituida por 8 ítems cada una: Percepción emocional (i.e., "soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada"), Comprensión de sentimientos (i.e., "comprendo bien mis estados emocionales") y Regulación emocional (i.e., soy capaz de regular los estados emocionales correctamente"). La

fiabilidad de cada dimensión es: Percepción emocional ($\alpha = 0.90$), Comprensión de sentimientos ($\alpha = 0.90$) y Regulación emocional ($\alpha = 0.86$) (Bozal, 2004).

Con la finalidad de facilitar la comprensión, se muestra una tabla donde se recogen las principales características de los cuestionarios empleados:

Tabla 1. Resumen de cuestionarios empleados para la elaboración de la batería de preguntas.

Cuestionario	Ítems	Factores analizados	Tipo de escala	Fiabilidad (α)
CEDT	30	3	Likert	0.76
COPE	60	15	Likert	0.45 y 0.86
ERQ	10	2	Likert	0.86 y 0.79
TMMS-24	24	3	Likert	0.9, 0.9 y 0.86
TOTAL	124			

3.3. Procedimiento

Para la obtención de la información, en primer lugar se acudió al Comité Técnico de Árbitros de Elche para obtener la aprobación y consentimiento del pase de la prueba por parte del Delegado del colegio arbitral. Tras su aprobación, se acordó mutuamente, acudir el Lunes 12 de Diciembre de 2016 al comité, para que en función de la llegada de los árbitros durante todo el día, se les fuese pasando la prueba.

La prueba se realizó en una sala de conferencias facilitada por el Delegado, administrando los cuestionarios de manera individual a cada participante, tras la firma y aprobación de estos del consentimiento informado.

3.4. Análisis de datos

Los análisis realizados con la información recabada de la batería de preguntas, consiste en registro sociodemográfico. De la misma manera, se han realizado correlaciones entre los factores de competencia, ansiedad y compromiso con las escalas aportadas por el cuestionario de afrontamiento (COPE). Todos los análisis se han llevado a cabo utilizando el paquete estadístico de datos SPSS en su versión 23.0.

4. Resultados

Los resultados de este estudio se dividen en las puntuaciones obtenidas por los estadísticos descriptivos recogidos por el cuestionario TMMS-24 y las correlaciones de Pearson significativas entre los factores del Cuestionario de Estilos de Decisiones en el Deporte (CEDT) y las subescalas del Cuestionario de Afrontamiento (COPE).

En primer lugar, se muestra en la tabla 2 los estadísticos descriptivos obtenidos por el cuestionario TMMS-24 y en la tabla 3 los rangos de puntuaciones existentes.

Tabla 2. Resultados de los estadísticos descriptivos de los factores del TMMS-24.

Factor	N	Rango	Mínimo	Máximo	Media	Desviación típica
Percepción emocional	58	26	11	37	22.66	5.655
Comprensión emocional	58	23	16	39	27.34	4.613
Regulación emocional	58	21	16	37	28.05	5.443

Como se puede observar en la tabla 2, en el factor de percepción emocional, la media de los participantes se encuentra en 22.66 comprendida en el rango de adecuada percepción (22-32). Seguidamente, la comprensión emocional obtiene una media de 27.34 situado en el rango de una adecuada comprensión (26-35). Por último, la regulación emocional obtiene una media de 28.05 comprendida en el rango de una adecuada regulación (24-35) (ver tabla 3).

Tabla 3. Rango de puntuaciones del TMMS-24. (Femández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004).

	Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
Percepción	Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 21	Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 24
	Adecuada percepción 22 a 32	Adecuada percepción 25 a 35
	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 36
Comprensión	Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
	Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
	Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35
Regulación	Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
	Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
	Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35

Por otra parte se analizaron las relaciones existentes entre la toma de decisiones y los estilos de afrontamiento mostrados por los árbitros. La tabla 4 indica las correlaciones de Pearson significativas existentes entre los factores del Cuestionario de Estilos de Decisiones en el Deporte (CEDT); Competencia Decisional Percibida, Ansiedad y Agobio al Decidir y Compromiso en el Aprendizaje Decisional, con las subescalas del Cuestionario de Afrontamiento (COPE).

Tabla 4. Correlaciones de Pearson significativas entre las escalas del CEDT y COPE

	Competencia	Ansiedad y Agobio	Compromiso
Reinterpretación Positiva			
Correlación de Pearson	.320*	-.075	.297*
Sig. (bilateral)	.014	.577	.024
Afrontamiento Activo			
Correlación de Pearson	.094	-.075	.297*
Sig. (bilateral)	.484	.577	.024
Planificación			
Correlación de Pearson	.324*	-.162	.350**
Sig. (bilateral)	.013	.223	.000
Búsqueda de apoyo social			
Correlación de Pearson	.046	-.157	.228
Sig. (bilateral)	.733	.240	.086
Búsqueda de apoyo instrumental			
Correlación de Pearson	.264*	-.030	.234
Sig. (bilateral)	.045	.824	.077
Supresión de actividades competitivas			
Correlación de Pearson	.326*	-.030	.258
Sig. (bilateral)	.013	.825	.051
Religión			
Correlación de Pearson	.033	.010	.094
Sig. (bilateral)	.806	.939	.483
Aceptación			
Correlación de Pearson	.107	-.026	-.116
Sig. (bilateral)	.424	.846	.388
Distraimiento mental			
Correlación de Pearson	.230	-.243	.156
Sig. (bilateral)	.082	.066	.243
Ventilación de emociones			
Correlación de Pearson	.080	.171	.108
Sig. (bilateral)	.552	.200	.419
Distraimiento conductual			
Correlación de Pearson	.141	.180	-.111
Sig. (bilateral)	.292	.176	.409
Negación			
Correlación de Pearson	.024	.312*	-.194
Sig. (bilateral)	.858	.017	.145
Afrontamiento meditado			
Correlación de Pearson	-.001	.650	.158
Sig. (bilateral)	.991	.627	.237
Uso de alcohol o drogas			
Correlación de Pearson	-.036	-.110	.037
Sig. (bilateral)	.789	.411	.784
Humor			
Correlación de Pearson	.400**	-.065	.041
Sig. (bilateral)	.002	.630	.759

* La correlación es significativa en el nivel 0.05 (2 colas)

** La correlación es significativa en el nivel 0.01 (2 colas)

Como se puede apreciar en la tabla 4 existen correlaciones entre los factores de ambas escalas. La escala de reinterpretación positiva correlaciona directamente con competencia (0.320) y compromiso (0.297). De la misma manera, afrontamiento activo correlaciona con compromiso con una puntuación de 0.297. La escala de planificación también destaca correlacionando con competencia con una puntuación de 0.234 y con compromiso con 0.350. Las escalas de búsqueda de apoyo instrumental y supresión de actividades competitivas correlacionan de la misma manera con competencia, obteniendo puntuaciones de 0.264 y 0.326 respectivamente. Por otro lado, la escala de negación correlaciona con una puntuación de 0.312 con ansiedad y agobio. Por último, la escala de humor correlaciona con competencia obteniendo una puntuación de 0.400.

5. Discusión

El objetivo del presente estudio consiste en describir y analizar las características psicológicas en una muestra de árbitros de fútbol ilicitanos, examinando por un lado las dimensiones de la inteligencia emocional: Percepción emocional, Comprensión de sentimientos y Regulación emocional. Y por otro lado, buscando relaciones entre estilos de afrontamiento del estrés con Competencia Decisional Percibida, Ansiedad y Agobio al Decidir y Compromiso en el Aprendizaje Decisional.

La figura del árbitro observada desde un enfoque psicológico, indica una gran riqueza emocional debida al amplio repertorio de procesos y funciones que transcurren a lo largo del encuentro (Guillen, 2003). Estos componentes que afectan emocionalmente al resultado del juicio deportivo, son mediados por la percepción, comprensión y regulación emocional, siendo un indicativo de la obtención de mejores resultados (entendiendo como resultados, la capacidad de no verse influido por el entorno, a la hora de tomar decisiones) por árbitros que dominan estas destrezas de otros que no.

En cuanto a la muestra obtenida, haciendo referencia a las destrezas nombradas anteriormente, analizadas por el TMMS-24, los participantes obtienen puntuaciones que se encuentran en rangos adecuados (Percepción 22.66; Comprensión 27.34 y Regulación 28.05). Pero cabe señalar, que debido a la gran carga emocional que conlleva desempeñar el papel de árbitro en un partido, sería conveniente realizar algún plan de intervención enfocado a aumentar la comprensión y la regulación emocional.

Por otro lado, en los resultados obtenidos por el Cuestionario de Estilos de Decisiones en el Deporte (CEDT) y el Cuestionario de Afrontamiento (COPE),

encontramos aún más evidencias de la importancia de dominar las destrezas emocionales por parte de los árbitros, mostrándose diversas correlaciones significativas. Unas estrategias que destacan a la hora de afrontar el estrés son: la reinterpretación positiva, el afrontamiento activo y la planificación. Relacionándose positivamente con las características de competencia y compromiso, que según el estudio realizado por Castillo Balaguer Duda y García-Merita (2004) ayuda a mantener la motivación en el deporte, alargando la participación, así como el compromiso, haciendo de esta manera más probable la consecución de éxitos, el cual se ve reducido si el deportista abandona antes.

En la misma línea que las estrategias nombradas anteriormente, se encuentra la variable humor, correlacionando de manera directa con competencia. Esto se puede deber, ya que según el estudio realizado sobre el sentido del humor por Baquero (2006), este se relaciona negativamente con variables como: cansancio emocional y despersonalización. Estos aspectos negativos son indicativos de la aparición del síndrome del burnout, produciendo agotamiento y abandono del deporte (Garcés y Cantón, 2007). Es por ello, que el humor afecta positivamente a los deportistas reduciendo la aparición de los aspectos negativos nombrados, aumentando como consecuencia la competencia.

Seguidamente, la negación destaca por ser una estrategia utilizada en mayor proporción por deportistas que perciben niveles más altos de ansiedad. Además, a estos deportistas, en comparación con otros que puntúan valores más bajos de ansiedad, les resulta más complicado la obtención de logros (Dias, Cruz, y Fonseca, 2011). Como se observa en la tabla 4 de resultados, existen correlaciones entre ansiedad y agobio, y negación. Esto evidencia las peculiaridades negativas de esta estrategia como afrontamiento del estrés, correlacionando con características que disminuyen el éxito.

Por último, resaltar como limitación, la muestra obtenida gracias a la participación de árbitros del comité de Elche. Para futuras investigaciones sería necesario ampliar los participantes, para obtener resultados más consistentes. Además, señalar la importancia de ampliar el conocimiento y los estudios acerca del arbitraje en los numerosos deportes existentes en la actualidad, ya que ofrecen un escenario de inmensa riqueza en el apartado psicológico, el cual, en la actualidad ha sido muy poco explorado. Por lo que este estudio, puede servir como punto de partida para futuras investigaciones, ayudando a visualizar el amplio campo de trabajo existente.

6. Bibliografía

- Alonso-Arbiol, I., Arratibel, N., y Gómez, E. (2008). La motivación del colectivo arbitral en fútbol: un estudio cualitativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2).
- Baquero, B. C. (2006). *Estudio del sentido del humor: validación de un instrumento para medir el sentido del humor, análisis del cuestionario y su relación con el estrés* (Doctoral dissertation, Universidad de Alcalá).
- Bonanno, (2001); Fargas y Ciarocchi, (2002); Gross y Thompson, (2007) en Oriol Granado, X., Gomila Andreu, M., y Filella Guiu, G. (2014). Regulación emocional de los resultados adversos en competición: estrategias funcionales en deportes colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 63-72.
- Bozal, R. G. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. *Revista latinoamericana de psicología*, 36(2), 209-228.
- Canton, E. C., y Checa, I. (2012). Los estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 171-176.
- Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J. L., y García-Merita, M. L. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia. *Revista latinoamericana de psicología*, 36(3), 505-515.
- Crespo, M., y Cruzado, J. A. (1997). La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de conducta*, 23(92), 797-830.
- Dias, C. S., Cruz, J. F. A., y Fonseca, A. M. (2011). Ansiedad, percepción de amenaza y estrategias de afrontamiento en el deporte: diferencias individuales en el rasgo de ansiedad. *Ansiedad y estrés*, 17(1), 1-13.
- Extremera Pacheco, N., y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 6(2), 1-17.

- Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, (2004) TMMS-24. En Bozal, R. G. (2004). Medidas de evaluación de la INTELIGENCIA Emocional. *Revista latinoamericana de psicología*, 36(2), 209-228.
- Garcés, E., y Cantón, E. (2007). El cese de la motivación: el síndrome del burnout en deportistas. *Revista de Psicología del deporte*, 4(2).
- Gross y John, (2003) ERQ. En Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., & Extremera, N. (2006). Ansiedad y Estrés.
- Guillen, F. (2003). *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo*. Barcelona: Inde.
- Hernández, A. (2005). *Psicología del deporte. Fundamentos* (1) pp. (29-333). Wanceulen.
- Heyward, (2002) en Márquez, S. (2004). *Ansiedad, estrés y deporte*. (pp. 9-140)
- Manzanares, S. P. V., Olaya, G. P. H., García, L. R., y Carrillo, G. J. S. (2011). Confiabilidad del cuestionario Brief COPE Inventory en versión en español para evaluar estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer de seno. *Investigación en enfermería: Imagen y Desarrollo*, 12(1), 7-24.
- Márquez, G. M., De Trocóniz, M. I. F., Cerrato, I. M., y Baltar, A. L. (2008). Experiencia y regulación emocional a lo largo de la etapa adulta del ciclo vital: análisis comparativo en tres grupos de edad. *Psicothema*, 20(4), 616-622.
- Moreno, A. (2013). La psicología en el deporte. *Revista deficiencias aplicadas al deporte*, 5, 12.
- Ruiz, L. M., y Sanz, J. L. G. (2005). Dimensión subjetiva de la toma de decisiones en el deporte: desarrollo y validación del cuestionario CETD de estilo de decisión en el deporte. *European Journal of Human Movement*, (14), 95-107.
- Salovey y Grewal, 2005 en Morales, M. I. J., y López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de psicología*, 41(1), 69-79.
- Selye, (2003) en Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. (pp. 127-259) McGraw-Hill, Interamericana.