

## **Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores**

### **Analysis of the relationships between motivational variables and anxiety in competing judokas**

Silvia Pulido Pedrero; Juan Pedro Fuentes García; Ruth Jiménez Castuera  
Facultad de Ciencias del Deporte. Cáceres. Universidad de Extremadura.

Contacto: [silvyapulido@gmail.com](mailto:silvyapulido@gmail.com)

**Cronograma editorial:** *Artículo recibido: 24/11/2016 Aceptado: 26/03/2017 Publicado: 01/09/2017*  
DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

#### **Agradecimientos**

Este estudio se ha realizado gracias a la aportación de la Consejería de Economía e Infraestructuras de la Junta de Extremadura a través del Fondo Europeo de Desarrollo Regional.



Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

<http://revistas.udc.es/>

## Resumen

El judo de alto rendimiento se encuentra en continua evolución, explorándose nuevas formas de enseñanza y entrenamiento, que faciliten conducir al judoca hacia el éxito.

El objetivo del presente trabajo fue analizar las relaciones que se establecen entre los diferentes tipos de motivación autodeterminada, necesidades psicológicas básicas, ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza en judocas competidores.

Se analizó una muestra de 124 judocas competidores, 36 mujeres y 88 hombres pertenecientes a 16 clubes de toda España, cuyas categorías iban desde infantil hasta senior, con edades comprendidas entre los 12 y los 37 años.

Para llevar a cabo dicho estudio, se pasaron los cuestionarios de Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, para medir el nivel de motivación autodeterminada; el Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale, para medir la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el Revised Competitive State Anxiety Inventory, para medir el estado de ansiedad.

Los resultados mostraron que la motivación intrínseca, correlacionó de forma positiva y significativa con la necesidad psicológica básica de competencia además de la autoconfianza en su dimensión intensidad. Por otro lado, la desmotivación, la regulación externa y la ansiedad somática en su dimensión intensidad, correlacionaron negativa y significativamente con la motivación intrínseca.

Por consiguiente, los entrenadores tendrían que satisfacer las necesidades psicológicas básicas de los judocas, con el fin de provocar un aumento de las formas de motivación más autodeterminadas, pudiendo originar ello una mejora de la autoconfianza y una reducción de los niveles del estado de ansiedad.

## Palabras clave

Motivación; necesidades psicológicas básicas; ansiedad estado, judo.

## Abstract

High-performance judo is going through continuous evolution, exploring new forms of teaching and training, to facilitate conducting the judoka toward success.

The objective of this study was to analyze the relationships been established between different types of self-determined motivation, basic psychological needs, cognitive anxiety, somatic anxiety and self-confidence in competing judokas.

A sample of 124 competing judokas, 36 women and 88 men belonging to 16 clubs from all over Spain, ranging from children to seniors, ages ranging from 12 to 37, were analyzed.

To carry out this study, the questionnaires for Behavioral Regulation in Sport Questionnaire were used, to measure the level of self-determined motivation; The Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale was used, to measure the satisfaction of basic psychological needs and the Revised Competitive State Anxiety Inventory, to measure the anxiety state.

The results showed that intrinsic motivation correlated in a positive and significant way with the basic psychological need for competence as well as the intensity amount for self-

confidence. On the other hand, demotivation, external regulation and the intensity amount for somatic anxiety correlated negatively and significantly with intrinsic motivation. Therefore, trainers would have to satisfy the basic psychological needs of the judokas, in order to trigger an increase in more self-determined forms of motivation, which could lead to an improvement of self-confidence and a reduction of anxiety state levels.

### Key Words

Motivation; Basic psychological needs; Anxiety State; judo.

### Introducción

El judo de alto rendimiento se encuentra en continua evolución, persiguiendo deportistas y cuerpo técnico conocer y controlar el mayor número de aquellos factores que puedan incidir en la consecución del éxito deportivo (Montero, Moreno-Murcia, González, Pulido y Cervelló 2012). Específicamente, el análisis de las variables psicológicas está acaparando un gran interés en los últimos años (García-Calvo, Sánchez, Leo, Sánchez y Amado, 2011; García-Mas et al. 2015; Valdivia-Moral et al. 2016; Zarauz-Sancho y Ruiz-Juan, 2015).

Así, a ciertos niveles de competición, las diferencias entre los deportistas se pueden explicar a través del componente psicológico (Zurita, et al., 2017), llegando en algún momento incluso a la existencia de un perfil psicológico común (Grushko et al., 2016).

Con relación a lo anterior, la motivación, es una variable fundamental en la práctica deportiva. Definida por Littman (1958) como aquella que mueve al individuo hacia la realización, mantenimiento y/o abandono de las actividades físico-deportivas, refiriéndose también, al proceso o condición, que puede ser fisiológico o psicológico, innato o adquirido, interno o externo al organismo, que determina el porqué de esta conducta.

La Teoría de la Auto determinación, expuesta por Ryan y Deci (2002; 2007), explica el funcionamiento de la motivación en los seres humanos en contextos sociales y en qué medida las personas realizan sus acciones por propia elección, de forma voluntaria (Deci y Ryan, 2008). Dicha teoría socio-cognitiva será el marco teórico que dará soporte al presente estudio.

De este modo, Deci y Ryan (2000) distinguen, dentro de las formas de motivación más o menos autodeterminadas, tres grandes grupos. En el primero de ellos se encuentra la

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

motivación intrínseca, caracterizada por la satisfacción y el placer que provoca en la persona realizar o participar en algo. En un segundo grupo se encuentra la motivación extrínseca, subdividida a su vez en diferentes tipos de regulaciones: regulación integrada, definida por la introversión de la actividad en el día a día de la persona, considerándose como una parte más de su cotidianidad; regulación identificada, caracterizada porque la persona realizará una actividad en función de los beneficios que obtenga a nivel social y personal; regulación introyectada, que conlleva sentimientos de culpabilidad que aparecen en el sujeto cuando no llega a realizar la actividad prevista; y finalmente, regulación externa, por la cual el sujeto realizará actividades a cambio de algún reconocimiento o premio. Finalmente, un tercer grupo lo compone la desmotivación, caracterizada por la total ausencia de regulaciones intrínsecas y extrínsecas que conlleven motivación para la realización de cualquier actividad, no encontrado sentido a seguir haciéndola (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2002).

Dicha Teoría de la Autodeterminación estudia el contexto social y su efecto sobre tres necesidades psicológicas básicas (NPB): autonomía, relación y competencia Deci y Ryan, 2000. El concepto de necesidades hace referencia a los elementos que deben identificarse como necesarios para facilitar el crecimiento y desarrollo del potencial humano (Ryan, 1993). La necesidad de autonomía se refiere a la capacidad de tener la iniciativa en la regulación de las propias acciones (Ryan y Deci, 2002). La necesidad de competencia representa la tendencia del individuo por sentirse competente en el entorno en el que se encuentra. Finalmente, la necesidad de relación social refleja el deseo de sentirse unido y aceptado por otras personas (Deci y Ryan, 2000).

Con el fin de aclarar e interrelacionar los diferentes conceptos que componen la Teoría de la Autodeterminación, Vallerand (1997) establece un Modelo Jerárquico que considera que la motivación se produce en diferentes niveles, originándose relaciones entre los mismos, influyendo unos sobre otros: nivel situacional, contextual y global, contextualizando nuestro trabajo en el nivel contextual y situacional.

Contemplando dicho modelo, se entiende que los factores sociales influyen en las tres NPB, que se constituyen como mediadores para determinar el tipo de motivación del

individuo y que a su vez tendrá consecuencias cognitivas, afectivas y conductuales, ya que según perciba el sujeto que estas necesidades, si son satisfechas o no, así será el grado y tipo de motivación que posea en un contexto determinado (Vallerand, 1997). Esto se produce en los tres niveles jerárquicos, entre los cuales se establecen relaciones bi-direccionales, es decir, que las influencias del nivel situacional influyen en el contextual, pero las del nivel contextual también pueden afectar al nivel situacional; exactamente igual pasa entre los niveles contextual y global (Vallerand, 1997).

Otra de las variables psicológicas determinantes en el rendimiento de deportistas es la ansiedad, siendo ésta una de las más analizadas en diferentes deportes (Han, Kim y Zaichkowsky, 2013; Molina, Sandín y Chorot, 2014; Morillo, Reigal y Hernández-Mendo, 2016). Los tipos de ansiedad que se han medido en el presente estudio han sido: la ansiedad cognitiva y la ansiedad somática. La primera de ellas, hace referencia a la falta de habilidad para concentrarse, mientras que la segunda, constituye el grado de activación física percibida (Jones, 1991).

La ansiedad también puede medirse según sea rasgo o estado dependiendo del momento de análisis de su aparición. Así, Martens (1977) conceptualiza la ansiedad referente a las competiciones deportivas y sostiene que hay individuos con tendencia a percibir este tipo de situaciones como amenazantes, denominándola ansiedad rasgo competitiva. El estado emocional inmediato caracterizado por sentimientos de aprensión y tensión asociados a la activación del organismo que se produce en situaciones de competición sería lo que el autor llama ansiedad estado competitiva. Así, siguiendo el modelo de la direccionalidad de Jones (1991), el estado de ansiedad variará según sea su intensidad y su duración en el tiempo.

Por último, analizaremos en el presente trabajo la variable autoconfianza, que hace referencia a la creencia que tiene una persona de poder materializar aquello que quiere hacer; es uno de los factores importantes con relación al rendimiento (Feltz, 1994), ya que juega un papel fundamental para reducir o controlar los niveles de ansiedad minutos antes de la competición, estando este aspecto asociado a un mayor rendimiento deportivo (Cantón y Checa, 2012; Montero, Moreno-Murcia, González-Cutre y Cervelló, 2013).

A continuación, procedemos a presentar la revisión bibliográfica realizada en relación a los tópicos de investigación presentados. Así, en el contexto de la actividad física y el deporte, diversos estudios han analizado la relación de las NPB con la motivación intrínseca, extrínseca y la desmotivación (Edmunds, Ntoumanis y Duda, 2006; Gené y Latinjak, 2014; Navarro-Patón, Rodríguez y Eirín, 2016), produciéndose una relación positiva entre la satisfacción de las NPB y la motivación intrínseca que lleva a los sujetos a la práctica de la actividad física por propio interés. Del mismo modo también se reflejan valores más bajos de desmotivación. En la línea de las investigaciones citadas en este mismo párrafo, se encuentra la de Montero, Moreno-Murcia, González-Cutre, y Cervelló (2013) sobre una muestra de 128 judocas de clubes españoles de diferentes edades, concluyéndose que la percepción de competencia, autonomía y relaciones sociales actuaban como mediadores de la motivación intrínseca, siendo la percepción de competencia la más importante.

Autores como Cecchini, González, Carmona y Contreras (2004), han estudiado la relación entre la ansiedad y diferentes variables como motivación intrínseca, motivación extrínseca o desmotivación, encontrando que los dos estados de la ansiedad (cognitiva y somática) se relacionaban de forma positiva con la motivación extrínseca, lo que provocaba que los deportistas con intereses externos a ellos obtuvieran niveles de ansiedad elevados. Los resultados del estudio realizado por García-Mas et al. (2015) se encuentran en esta misma línea, ya que la motivación intrínseca no tuvo ninguna influencia sobre la probabilidad de presentación de ansiedad antes de la competición en los deportistas.

Estudios recientes que siguen la línea de nuestra investigación, como el de Leyton, Da Silva, Cejas, Lobato, y Jiménez (2015), con una muestra de 45 jugadores de balonmano, afirman que la ansiedad somática y cognitiva antes de la competición en su dimensión dirección correlacionaron de forma negativa y significativa con la desmotivación y la necesidad psicológica básica competencia.

Para finalizar la revisión del estadio de la investigación, resaltar referente a la variable autoconfianza, el trabajo de Montero et al. (2012), llevada a cabo con 128 judocas españoles de diferentes edades y niveles deportivos, en el que se concluyó que había relaciones positivas y significativas entre la autoconfianza y la motivación intrínseca y NPB de competencia.

Por consiguiente, se integran en los diferentes trabajos de investigación expuestos variables que pueden determinar el rendimiento de judocas competidores, estableciendo como objetivo en el presente trabajo: analizar las relaciones que se establecen en judocas competidores en los diferentes niveles de motivación autodeterminada (motivación intrínseca general, motivación intrínseca hacia el conocimiento, motivación intrínseca hacia la ejecución, motivación intrínseca hacia la estimulación, regulación integrada, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y desmotivación), NPB de autonomía, competencia y relaciones sociales y ansiedad cognitiva (intensidad y dirección), ansiedad somática (intensidad y dirección) y autoconfianza (intensidad y dirección).

## **Método**

### ***Diseño***

Se trata de un estudio cuyo diseño es: ex post facto, retrospectivo y de grupo simple (Montero y León 2007), descriptivo de corte transversal, en el cual no se interviene o manipulan las variables descritas anteriormente, sólo se observa lo que ocurre con ellas en condiciones naturales (Cubo, Martín, y García, 2011).

Las variables de nuestro estudio fueron los diferentes niveles de motivación autodeterminada, las NPB (autonomía, competencia y relaciones sociales) y el estado de ansiedad la ansiedad estado de los judocas.

### ***Participantes***

Se utilizó un muestreo intencional por conglomerados (Azorín y Sánchez-Crespo, 1986), asegurando que se representaban las características de la población. La muestra de



estudio estuvo constituida por un total de 124 judocas competidores, 36 mujeres y 88 hombres pertenecientes a 16 clubes de toda España, cuyas categorías iban desde infantil hasta senior, con edades comprendidas entre los 12 y 37 años ( $M=17.23$ ;  $DT=5.15$ ).

### ***Instrumentos***

Para poder medir la primera variable, niveles de motivación autodeterminada, se empleó un instrumento de medida a nivel contextual, el *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire* (BRSQ), de Lonsdale, Hodge, y Rose (2008) validado al español por Moreno-Murcia, Marzo, Martínez, y Conte (2011). Este instrumento permitió observar qué motivación hacia la práctica imperaba en el sujeto. Está compuesto por 36 ítems que miden 9 factores: motivación intrínseca general, motivación intrínseca hacia el conocimiento, motivación intrínseca hacia la ejecución, motivación intrínseca hacia la estimulación, regulación integrada, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y desmotivación.

Un segundo instrumento permitió medir la satisfacción de las NPB a nivel contextual en el ámbito deportivo, el *Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale* (PNSE), de Wilson, Rogers, Rodgers, y Wild (2006), validado al español por Moreno-Murcia, Marzo, Martínez, y Conte (2011). Éste cuenta con 18 ítems, los cuales miden 3 factores: NPB de autonomía, de competencia y de relaciones sociales.

Para la tercera y última variable, ansiedad estado, la ansiedad estado, se empleó el *Revised Competitive State Anxiety Inventory* (CSAI-2R), de Cox, Martens, y Rusell (2003), validado y traducido al español por Andrade, Lois, y Arce (2007). El instrumento consta de 17 ítems y también mide 3 factores, ansiedad somática, ansiedad cognitiva y autoconfianza, medidos a través de una escala de intensidad y direccionalidad.



### ***Procedimiento***

En primer lugar, todos los participantes fueron informados de los riesgos y beneficios del estudio y aportaron un documento con el consentimiento expreso de los padres o tutores, siguiendo la declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial. Posteriormente se administró una batería de cuestionarios a los judocas, indicándoles que el cuestionario de ansiedad (CSAI-2R) solo podían rellenarlo momentos previos a la competición, 10 minutos antes de entrar al tatami.

Una vez recogidos los cuestionarios, registramos la muestra y realizamos los análisis que a continuación se detallan.

### ***Análisis de datos***

Se realizó una prueba de normalidad de Kolgomorov- Smirnov y homogeneidad de varianzas mediante el test de Levane, mostrando los resultados obtenidos una distribución normal de los datos.

Así mismo, se llevó a cabo un análisis factorial y de fiabilidad para comprobar la validez de los ítems y la consistencia interna de todos los instrumentos, así como se realizó un análisis descriptivo. Además, desarrollamos un análisis de correlación de Pearson para observar cómo correlacionaban las variables entre sí.

Por último, indicar que, para el registro de la muestra y el análisis de los datos, se utilizó el programa estadístico informático, IBM SPSS Statistics versión 21.

## **Resultados**

### ***Análisis descriptivo, fiabilidad y de correlaciones***

En primer lugar, se presentan los estadísticos descriptivos de los instrumentos de medida empleados para llevar a cabo el estudio, donde se recogen la media y la desviación típica (tabla 1).

Tabla 1. Estadísticas descriptivas y fiabilidad.

<i>Variables</i>	<i>Rango</i>	<i>Media</i>	<i>DT</i>	<i>Alpha de Cronbach</i>
1. MI. General	1-7	6.75	.40	.63
2. MI. Conocimiento	1-7	6.35	.83	.83
3. MI. Estimulación	1-7	6.30	.79	.74
4. MI. Ejecución	1-7	6.41	.59	.75
5. R. Integrada	1-7	6.04	1.07	.80
6. R. Identificada	1-7	6.11	.85	.68
7. R. Introyectada	1-7	3.33	1.83	.81
8. R. Externa	1-7	1.74	1.04	.63
9. Desmotivación	1-7	1.45	.79	.70
10. NPB. Competencia	1-6	5.37	.79	.92
11. NPB. Autonomía	1-6	3.65	1.14	.83
12. NPB. Relaciones sociales	1-6	5.50	.57	.65
13. I. A. Cognitiva	1-4	2.54	.82	.78
14. I. A. Somática	1-4	2.33	.74	.86
15. I. Autoconfianza	1-4	3.18	.58	.74
16. D. A. Cognitiva	-3-+3	-.24	1.29	.81
17. D. A. Somática	-3-+3	-.28	1.43	.86
18. D. Autoconfianza	-3-+3	1.35	1.26	.83

*Nota:* MI: Motivación intrínseca; R: Regulación; NPB: Necesidad Psicológica Básica; A: Ansiedad; I: Intensidad; D: Dirección

Para comprobar cómo se relacionaban entre sí las distintas variables de estudio, se realizó un análisis de correlación entre los tipos de motivación intrínseca (motivación intrínseca general, motivación intrínseca hacia el conocimiento, motivación intrínseca hacia la ejecución, motivación intrínseca hacia la estimulación), la regulación integrada, la regulación identificada, la regulación introyectada, la regulación externa, la desmotivación, las NPB (autonomía, competencia y relaciones sociales) y la ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza (tabla 2).

Tabla 2. Análisis de correlaciones.

VARIABLES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1. MI. General	-																		
2. MI. Conocimiento	.36**	-																	
3. MI. Estimulación	.33**	.41**	-																
4. MI. Ejecución	.28**	.40**	.48**	-															
5. R. Integradada	.28**	.31**	.35**	.64**	-														
6. R. Identificada	.13	.38**	.39**	.53**	.47**	-													
7. R. Introyectada	-.08	.04	.06	.14	.21*	.19*	-												
8. R. Externa	-.24**	-.09	.01	-.08	-.06	.01	.30**	-											
9. Desmotivación	-.29**	-.07	-.10	-.17	-.11	-.04	.10	.38**	-										
10. NPB. Competencia	.19*	.34**	.51**	.22*	.08	.12	-.05	-.06	-.04	-									
11. NPB. Autonomía	-.04	.05	.31**	.07	.00	.27**	-.06	.13	.04	.20*	-								
12. NPB. Relaciones sociales	.17	.44**	.57**	.44**	.33**	.50**	.04	-.07	-.12	.48**	.23**	-							
13. I. A. Cognitiva	-.15	.01	.01	.04	.08	-.01	.33**	.20*	.15	-.11	.03	.01	-						
14. I. A. Somática	-.30**	.00	-.01	.01	-.05	-.03	-.05	.07	.21*	-.11	.06	.02	.37**	-					
15. I. Autoconfianza	.27**	.28**	.22*	.32**	.28**	.21*	.09	-.01	-.26**	.33**	.12	.27**	-.17	-.27**	-				
16. D. A. Cognitiva	.15	.02	.14	.02	.09	.10	-.16	-.06	-.04	.10	.10	.01	-.60**	-.20*	.23**	-			
17. D. A. Somática	.21*	.02	.16	.07	.13	.00	.10	-.02	-.18*	.02	.02	-.02	-.18*	-.51**	-.25**	.45**	-		
18. D. Autoconfianza	.15	.01	.07	.15	.12	.01	.08	-.04	-.16	.32**	.05	.07	-.32**	-.34**	.66**	.23**	.19*	-	

Nota: MI: Motivación intrínseca; R: Regulación; NPB: Necesidad Psicológica Básica; A: Ansiedad; I: Intensidad; D: Dirección

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

Artículo Original. Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores  
Vol. III, n.º. 3; p. 436-453, septiembre 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Los resultados que se muestran en la tabla 1, nos informan en primer lugar de la media y la desviación típica, también aparecen los datos obtenidos tras el análisis de fiabilidad, llevado a cabo para observar la consistencia interna de los cuestionarios utilizados; cabe destacar algunas variables cuyo Alpha de Cronbach es inferior a .70 (.63 para la motivación intrínseca general, .68 para la regulación identificada, .63 para la regulación externa y .65 para la NPB de relaciones sociales) pero dado el pequeño número de ítems que componen los factores, la consistencia interna observada puede ser marginalmente aceptada (Hair, Anderson, Tatham, y Black, 1998).

Posteriormente, en la tabla 2 encontramos los datos obtenidos a cerca de la correlación entre las variables citadas anteriormente. En este caso, la motivación intrínseca general (motivación intrínseca hacia el conocimiento, motivación intrínseca hacia la estimulación y motivación intrínseca hacia la ejecución) se relaciona de manera positiva y significativa con la regulación integrada, regulación identificada, necesidades psicológicas básicas de competencia y relaciones sociales, ansiedad somática (dirección) y autoconfianza (intensidad). Por último, existe una relación negativa y significativa de la motivación intrínseca general con la regulación externa, la desmotivación y la ansiedad somática (intensidad).

Respecto a la necesidad psicológica básica de competencia también encontramos una relación positiva y significativa con la autoconfianza en su dimensión de dirección.

## Discusión

A través del presente trabajo se pretendía hallar las relaciones que se establecen entre los distintos tipos de motivación autodeterminada, necesidades psicológicas básicas y estado de ansiedad estado, en judocas competidores.

Los resultados confirmaron que la motivación intrínseca general se relaciona positivamente con las variables de motivación intrínseca (hacia el conocimiento, hacia la estimulación y hacia la ejecución), con la regulación integrada, la regulación identificada, las NPB de competencia y relaciones sociales, ansiedad cognitiva y somática (dirección) y autoconfianza (intensidad y dirección); no se hallaron relaciones positivas entre la motivación intrínseca general y la variable de: NPB de autonomía.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

Por consiguiente, siguiendo el Modelo Jerárquico de Vallerand (1997) podemos deducir que cuando aumenta la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, aumentan los niveles de motivación más autodeterminados, lo cual derivaría en un incremento de la autoconfianza.

Además, la motivación intrínseca general tuvo una correlación negativa con las variables de regulación externa, desmotivación y ansiedad cognitiva y somática (intensidad), pudiendo este aspecto deberse a que niveles de motivación más bajos provocan un aumento de la ansiedad estado cuando los judocas van a competir; no hallándose relaciones negativas entre la motivación intrínseca general y las variables de: ansiedad cognitiva y somática (dirección).

Así, los resultados anteriormente expuestos se encuentran en concordancia con los de otros estudios como los de Edmunds, Ntoumanis y Duda (2006), Gené y Latinjak, (2014) o Moreno-Murcia, González, Pulido, y Cervelló, (2012). En este último estudio se concluyó que la percepción de competencia, autonomía y relaciones sociales provocaban un aumento de la motivación intrínseca.

Algunas investigaciones muestran datos contrarios a lo que se expone en la Teoría de la Autodeterminación y a los resultados, de la presente investigación, caso de Guzmán y Carratalá (2006), quienes realizaron un análisis de la motivación situacional pre-competitiva en 181 judocas de edades comprendidas entre los 14 y los 16 años, en función de las NPB. En esta ocasión los datos mostraron la relación entre las NPB y la motivación extrínseca de regulación externa, observándose una relación positiva y significativa entre estas variables.

En cuanto a las relaciones que se establecen entre la motivación intrínseca general y la ansiedad estado, los resultados del estudio que presentamos son acordes con los hallados por Montero et al. (2012), donde la motivación de los judocas estaba relacionada con su estado de ansiedad estado, siendo, la autoconfianza pre-competitiva (intensidad) la que mostró relaciones positivas con la motivación intrínseca general. Del mismo modo García-Mas et al. (2015), muestran que, hay una escasa probabilidad de que aparezca la ansiedad competitiva si están presentes las formas de motivación más autodeterminadas.

Coincidiendo con el estudio citado en el párrafo anterior, encontramos la investigación de Ruiz-Juan, Zarauz y Flores-Allende (2015), llevada a cabo con corredores de fondo, en la

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

Artículo Original. Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores  
Vol. III, n.º. 3; p. 436-453, septiembre 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

qual se obtienen niveles de autoconfianza elevados y correlacionan de forma negativa con los niveles de ansiedad cognitiva y somática. Dato a tener en cuenta también en nuestro estudio, ya que si aumentamos los niveles de autoconfianza en los judocas controlaremos la ansiedad somática y cognitiva reduciendo así sus niveles de ansiedad pre-competitiva.

Del mismo modo, Sancho y Ruiz-Juan (2015) obtienen una alta motivación intrínseca y altos niveles de autoconfianza al mismo tiempo que una moderada motivación extrínseca, ansiedad cognitiva y somática y casi nula desmotivación en su estudio con atletas veteranos.

La principal limitación encontrada a la hora de llevar a cabo el presente estudio fue la diferencia numérica en la muestra entre las categorías inferiores y superiores, a favor de las primeras, ya que el número de judocas competidores es considerablemente mayor respecto a las segundas. Otra limitación del estudio es el no establecimiento de relaciones casusa-efecto, al llevar a cabo exclusivamente análisis de correlación.

Sería de gran interés realizar este mismo estudio basándose en las diferencias que se pueden establecer con respecto a las distintas categorías de peso de los judocas o incluso a su diferencia de género. Asimismo, podría aplicarse algún otro tipo de análisis, como un análisis de regresión o ampliar la muestra y desarrollar un modelo de ecuaciones estructurales. Además, también se podría desarrollar un programa de intervención motivacional, con objeto de favorecer consecuencias adaptativas positivas para el rendimiento en judocas.

## Conclusiones

Una vez llevado a cabo el estudio y analizados los resultados se obtienen las siguientes conclusiones: La motivación intrínseca correlaciona de forma positiva y significativa con la NPB de competencia, además de la autoconfianza. La desmotivación, la regulación externa y la ansiedad somática (intensidad), correlacionan de forma negativa y significativa con la motivación intrínseca.

Para concluir, considerar de gran importancia los resultados obtenidos sobre las variables motivacionales, ya que juegan un papel fundamental en la formación psicológica de los deportistas, dado que a mayor satisfacción de las NPB podría aumentar los niveles de motivación autodeterminada en los judocas. La motivación autodeterminada podría generar un incremento de la autoconfianza en los deportistas. Al mismo tiempo, niveles elevados de autoconfianza ayudarían a los judocas al control de la ansiedad somática y cognitiva

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

producidos momentos antes de una competición. Por lo anterior podría ser de gran utilidad para entrenadores y deportistas tratar de aumentar la autoconfianza con el fin de reducir los niveles del estado de ansiedad competitiva.

## Referencias bibliográficas

1. Andrade, E. M., Lois, G. y Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, 19(1), 150-155.
2. Azorín, F. y Sánchez-Crespo, J. L. (1986). *Métodos y aplicaciones del muestreo*. Alianza Universidad Textos. Madrid.
3. Cantón, E. 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.
4. Cecchini, J. A., González, C., Carmona, A. M. y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la auto-confianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16(1), 104-109.
5. 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, 519-533.
6. Cubo, S., Martín, B. y García, J. L. (Coord) (2011): *Métodos de investigación y análisis de datos en ciencias sociales y de la salud*. Madrid: Ediciones Pirámide Grupo Anaya, S.A.
7. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
8. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185. <http://dx.doi.org/10.1037/a0012801>
9. Edmunds, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2006). A test of self-determination theory in the exercise domain. *Journal of Applied Social Psychology*, 36, 2240-2265.



Artículo Original. Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores  
Vol. III, nº. 3; p. 436-453, septiembre 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

10. Feltz, D. L. (1994). Collective efficacy in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 16 (Suppl.)*, 516.
11. García-Calvo, T., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D. y Amado, D. (2011). Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 25*, 266-276.
12. García-Mas, A., Fuster-Parra, P., Ponseti, F. X., Palou, P., Olmedilla, A. y Cruz, J. (2015). Análisis bayesiano de la motivación, el clima motivacional y la ansiedad en jóvenes jugadores de equipo. *Anales de psicología, 31(1)*, 355-366. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.167531>
13. Gené, P., & Latinjak, A. (2014). Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 14(3)*, 49-56.
14. Grushko, A., Bochaver, K., Shishkina, A., Kabanov, D., Konstantinova, M., Vavaev, A., & Kasatkin, V. (2016). Psychological and psychophysiological profile in combat sports. *Revista de Artes Marciales Asiáticas, 11(2s)*, 70-71. <http://dx.doi.org/10.18002/rama.v11i2s.4176>
15. Guzman, J. F. y Carratalá, V. (2006). Mediadores psicológicos y motivación deportiva en judocas españoles. *International Journal of Sport Science, 5(2)*, 1-11.
16. Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1998). *Multivariate Data Analysis*, (5th Edition). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
17. Han, D. H., Kim, S. M., & Zaichkowsky, L. (2013). Insecure attachment and anxiety in student athletes. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 53*, 274-282.
18. Jones, G. (1991). Recent developments and current issues in competitive state anxiety research. *The Sport Psychologist, 4*, 152-155.
19. Leyton, M., Da Silva, M., Cejas, J., Lobato, M. y Jiménez, R. (2015). Relación entre variables motivacionales y ansiedad en jugadores de balonmano. *e-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte, 11 (Supl.)*, 107-108.
20. Littman, R. A. (1958). Motives: History and causes. En M.R. Jones (Ed.), *Nebraska Symposium of Motivation* (Vol. 6). Lincoln: Nebraska University Press.
21. Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 30*, 323-355.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J, 3 (3)*, 436-453. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

Artículo Original. Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores  
Vol. III, nº. 3; p. 436-453, septiembre 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

22. Martens, R. (1977). *Competitive State Anxiety Test*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
23. Molina, J., Sandín, B. y Chorot, P. (2014). Sensibilidad la ansiedad y presión psicológica: Efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 45-54.
24. Montero, I. y León, O. G. (2007). Guía para nombrar los estudios de investigación en psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862.
25. Montero, C., Moreno-Murcia, J. A., González, I., Pulido J. J. y Cervelló, M. (2012). Ansiedad estado precompetitiva en judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 7(1), 26-43.
26. Montero, C., Moreno-Murcia, J. A., González-Cutre, D. y Cervelló, E. M. (2013). Motivación, dirección de la autoconfianza y flow en judokas de alto nivel. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 31, 1-16.
27. Moreno-Murcia, J. A., Marzo, J. C., Martínez, C. y Conte, L. (2011). Validación de la Escala de “Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas” y del Cuestionario de la “Regulación Conductual en el Deporte” al contexto español. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 26(7), 355-369.
28. Morillo, J. P., Reigal, R. y Hernández-Mendo, A. (2016). Relaciones entre el perfil psicológico deportivo y la ansiedad competitiva en jugadores de balonmano playa. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 121-128.
29. Navarro-Patón, R., Rodríguez, J. E. y Eirín, R. (2016). Análisis de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación y disfrute en Educación Física en Primaria. *Sportis Scientific Technical Journal*, 2(3), 439-455.  
<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2016.2.3.1758>
30. Ruiz-Juan, F., Zarauz, A. y Flores-Allende (2015). Variables predictoras de la ansiedad precompetitiva: aspectos diferenciales en corredores de fondo en ruta. *Universitas Psychologica*, 14(3), 1047-1058.
31. Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy and the self in psychological development. In R. Dientsbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (vol. 40, pp. 1-56). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Pulido, S.; Fuentes, J.P.; Jiménez, R. (2017). Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores. *Sportis Sci J*, 3 (3), 436-453. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1896>

Artículo Original. Análisis de las relaciones entre variables motivacionales y ansiedad en judocas competidores  
Vol. III, n.º. 3; p. 436-453, septiembre 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

32. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2002). *An overview of self-determination theory*. In E. L. Deci, y R. M. Ryan (Eds), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). Rochester, NY: university of Rochester Press.
33. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2007). Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger, y N. L. D. Chatzisarantis (Eds), *Self-determination theory in exercise and sport* (pp. 1-19). Champaign, IL: Human kinetics.
34. Sancho, A. Z. y Ruiz-Juan, F. (2015). Factores determinantes de la motivación en atletas veteranos españoles. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 34-42.
35. Valdivia-Moral, P., Zafra, E., Zurita, F., Castro-Sánchez, M., Muros, J. J. y Cofre-Bolados, C. (2016). Niveles de Ansiedad en Judocas Chilenos. *Journal of Sport and Health Research*, 8(2), 129-138.
36. Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. 271-360). New York: Academic Press.
37. Wilson, P. M., Rogers, W. T., Rodgers, W. M., & Wild, T. C. (2006). The Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 231-251.
38. Zarauz-Sancho, A. y Ruiz-Juan, F. (2015). Factores determinantes de la motivación en atletas veteranos españoles. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 34-42.
39. Zurita, F., Zafra, E. O., Valdivia, P., Rodríguez, S., Castro, M. y Muros, J. J. (2017). Análisis de la resiliencia, autoconcepto y motivación en judo según el género. *Revista de Psicología del Deporte* 26, (1), 71-82.