



# Revista Latinoamericana de Psicología

www.elsevier.es/rlp



## ORIGINAL

# Optimismo y competitividad en jóvenes atletas de rendimiento

Alejo García-Naveira<sup>a</sup>, Roberto Ruiz-Barquín<sup>b</sup> y Francisco J. Ortín<sup>c</sup>



<sup>a</sup>Centro de Estudios e Investigación (CEI), Club Atlético de Madrid, España

<sup>b</sup>Universidad Autónoma de Madrid, España

<sup>c</sup>Universidad de Murcia, España

Recibido el 19 de noviembre de 2013; aceptado el 11 de agosto de 2014

### PALABRAS CLAVE

Características  
psicológicas;  
Máximo rendimiento;  
Categoría por edad

### Resumen

El optimismo y la competitividad se presentan como dos variables importantes a estudiar para comprender las características psicológicas asociadas al máximo rendimiento. La presente investigación se propone analizar las diferencias en optimismo y competitividad en función de: practicar deporte o no; el nivel competitivo; la categoría por edad, y el sexo. Para ello, se aplicaron los cuestionarios LOT-R en su versión en español (Otero, Luengo, Romero, Gómez & Castro, 1998) y Competitividad-10 (Remor, 2007) a una muestra de participantes constituida por 148 atletas (75 hombres y 73 mujeres) y 58 no deportistas (22 hombres y 36 mujeres), con edades comprendidas entre los 14 y los 17 años. En cuanto al rasgo optimismo, los resultados indican que los deportistas son más optimistas que los no deportistas, no se obtienen diferencias en función del nivel competitivo, los deportistas de alto rendimiento de mayor edad son más optimistas que los de menos edad y los hombres son más optimistas que las mujeres. En cuanto a la competitividad, los deportistas de alto rendimiento son más competitivos que los deportistas amateur. No se obtienen diferencias en función de la categoría por edad y los hombres son más competitivos que las mujeres. Se concluye que el optimismo se presenta como una variable asociada principalmente con la práctica deportiva, mientras que la competitividad discrimina el nivel competitivo de los deportistas.

© 2015, Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la Licencia Creative Commons CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

### KEYWORDS

Psychological  
characteristics;  
Highest performance;  
Category by age

### Optimism and competitiveness on the performance of young athletes

### Abstract

Optimism and competitiveness are presented as two important variables to study in order to understand the psychological characteristics associated with the highest performance. This study attempts to analyze the differences in optimism and competitiveness in

\*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: [alejogarcianaveira@gmail.com](mailto:alejogarcianaveira@gmail.com) (A. García-Naveira).

relation to: whether or not to sport practice, competitive level, age category, and sex. To do this, the Spanish version of LOT-R (Otero, Luengo, Romero, Gómez and Castro, 1998) and Competitivity-10 (Remor, 2007) questionnaires were applied to a sample of 148 athletes (75 men and 73 women) and 58 non-athletes (22 men and 36 women) with ages ranging from 14 to 17 years. As far as the optimism trait is concerned, the results indicate that athletes are more optimistic than non-athletes. There were no differences in relation to the competition level. The older high performance athletes were, the more optimistic they were compared to their younger counterparts, with males being more optimistic than females. With regard to competitiveness, high performance athletes are more competitive than amateur athletes. There were no differences in relation to age category, with males being more competitive than women. It is concluded that optimism is a construct mainly associated with the sport practice, while competitiveness discriminates athlete competitive level.

© 2015, Konrad Lorenz University Foundation. Published by Elsevier España, S.L.U. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons CC BY-NC ND Licence (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Dentro del ámbito de la Psicología del Deporte, existe la opinión compartida de que algunos factores de personalidad están relacionados con la actividad física y el deporte (Allen, Greenless & Jones, 2013; De Francisco, Garcés de los Fayos & Arce, 2014; García-Naveira & Ruiz, 2013a; García-Naveira & Ruiz, 2013b; Ruiz & García-Naveira, 2013). Desde esta perspectiva, el optimismo y la competitividad se presentan como dos variables importantes a estudiar para comprender las características psicológicas asociadas a los deportistas de rendimiento (García-Naveira & Díaz, 2010; García-Naveira & Remor, 2011; Gould, Dieffenbach, & Moffatt, 2002).

Por un lado, actualmente los conceptos de pensamiento positivo u optimismo y pensamiento negativo o pesimismo son objeto de investigación rigurosa en el ámbito deportivo (De la Vega, Ruiz, Batista, Ortín & Giesenow, 2012; García-Naveira & Díaz, 2010; Ortín, De la Vega & Gosálvez, 2013; Ortín, Ortega, López & Olmedilla, 2012; Regourd-Laizeau, Martin-Krumm & Tarquinio, 2012). Desde la teoría de rasgos propuesta por Scheier y Carver (1985), los optimistas son personas que tienen expectativas y percepciones positivas sobre su vida, mientras que los individuos pesimistas tienden a representar su vida de manera negativa, y el futuro es algo indeseable. Tales expectativas se consideran, además, como disposiciones estables de la personalidad (rasgos).

Algunos autores señalan que los deportistas son más optimistas y menos pesimistas que los no deportistas (Alderman, 1983; García-Naveira, 2008, 2010a). Es probable que los deportistas a lo largo de su trayectoria deportiva hayan recibido más refuerzos positivos que castigos, debido a que el contexto deportivo es un ámbito en el que la persona puede tener una mayor probabilidad de consecución de metas (principalmente de naturaleza intrínseca) que en otros contextos no deportivos, por lo que el deportista desarrolla expectativas positivas de futuro.

Además, el optimismo y el pensamiento positivo podrían resultar beneficiosos para obtener un mayor rendimiento deportivo. García-Naveira y Díaz (2010) indican que el optimismo se relaciona positivamente con el rendimiento en jugadores de fútbol de 14 a 24 años, concluyendo que, ante

las acciones a realizar o dificultades, las creencias y expectativas positivas del futuro facilitan la autorregulación de la conducta del deportista y así se incrementan los esfuerzos para alcanzar los objetivos. Ortín, Gosálvez, Garcés de los Fayos, Ortega y Olmedilla (2011) señalan que, tras realizar una primera prueba de natación (nadar 50 metros) y recibir un *feedback* negativo (tiempo superior al real), los nadadores adolescentes optimistas obtienen un mayor rendimiento en una segunda prueba, mientras que los pesimistas tienen peor rendimiento, posiblemente debido a que las personas con tendencia más optimista tienen cierto control de las situaciones estresantes. Ortín et al. (2013) obtienen que los jugadores adolescentes de balonmano con perfil optimista, sienten menos ansiedad-estado, tanto cognitiva como fisiológica, y mayor autoconfianza. Estas variables (optimismo, confianza y baja ansiedad) puede que se relacionen con un mayor rendimiento deportivo.

Distintas investigaciones destacan la relación positiva entre el optimismo y la edad de los deportistas. Venne, Laguna, Walk y Ravizza (2006) señalan que los deportistas de último año de universidad son más optimistas que los de primer año, pero no se encontraron diferencias significativas entre el primer año de los deportistas y los no deportistas. García-Naveira y Díaz (2010) indican que los jugadores de fútbol de más edad son más optimistas que los de menos edad. Se han identificado como facilitadores del desarrollo del optimismo la experiencia de logro y la consecución de metas (García-Naveira y Díaz, 2010; Venne et al., 2006), la disminución de la ansiedad, el estrés y la depresión (Gustafsson & Skoog, 2012; Venne et al., 2006), el dominio y el aprendizaje de destrezas deportivas (García-Naveira & Díaz, 2010; Venne et al., 2006), el aprendizaje de habilidades de afrontamiento (Cantón, Checa & Budzynska, 2013; Nicholls, Polmar, Levy & Backhouse, 2008; Sheard & Golby, 2006) y la satisfacción con la vida (Cantón et al., 2013).

También se debe señalar que en la presente revisión no se encontraron trabajos que analicen diferencias en optimismo en función del sexo.

Por otro lado, la competitividad se constituye como una conducta de logro (como esforzarse por satisfacer un estándar

dar de excelencia, validar la superioridad de uno sobre la inferioridad de otros, reflejar el éxito personal y la satisfacción con este éxito, etc.) en un contexto competitivo, donde la evaluación social es un componente importante (García-Naveira & Remor, 2011; Remor, 2007).

Diferentes trabajos concluyen que los deportistas de mayor nivel deportivo son más competitivos que los de menor nivel, y las personas más competitivas obtienen mayor rendimiento deportivo que las menos competitivas. Así, García-Naveira y Remor (2008) indican que los jugadores de fútbol de alto rendimiento con edades entre los 20 y los 24 años obtienen mayores puntuaciones en la dimensión motivación de éxito y el rasgo de competitividad y menores puntuaciones en la dimensión motivación para evitar el fracaso que los deportistas amateurs. García-Naveira y Remor (2011) concluyen que el rasgo competitividad y la dimensión motivación de éxito en jugadores de fútbol de rendimiento de 14-24 años se relacionan positivamente con el rendimiento deportivo, mientras que este lo hace de forma negativa con la dimensión motivación para evitar el fracaso. Estos autores concluyen que los deportistas de alto nivel se han ido desarrollando en un medio selectivo como la competición, donde los deportistas más competentes y competitivos suelen ir progresando y consiguiendo metas deportivas (éxitos). En este sentido, la conducta de logro necesaria para superar a los rivales y conseguir el éxito en presencia de una alta evaluación social (jueces, público, familiares, cuerpo técnico y demás jugadores) se traduce en el rasgo de competitividad.

Aunque fuera de la investigación en el ámbito deportivo hay alguna evidencia de una relación entre competitividad y edad (Cashdan, 1998), son pocos los estudios que analizan la relación entre ambas variables en el contexto deportivo. Según Martin y Ecklund (1994), es posible que el rasgo competitividad varíe de forma curvilínea en función de la edad de los deportistas, con un aumento a lo largo de la niñez, la juventud y el inicio de la vida adulta y un descenso en el final de la vida adulta y la vejez.

No obstante, los estudios empíricos revisados no apuntan una relación clara entre nivel de competitividad y edad de los deportistas. Beaudoin (2006) no obtiene relación entre la competitividad y la edad en jugadoras de fútbol de rendimiento entre los 18 y 45 años. Remor (2007) indica que no hay relación entre la dimensión motivación para evitar el fracaso y el rasgo de competitividad y la edad en deportistas universitarios de 19-32 años, aunque la dimensión motivación de éxito ha presentado una baja asociación positiva. García-Naveira y Remor (2011) no encuentran diferencias estadísticamente significativas en la motivación al éxito en función de la categoría por edad en jugadores de fútbol de 14-24 años, mientras sí se observan diferencias en los juveniles de último año (18 años) que son más competitivos y están menos motivados a evitar el fracaso que los juveniles de primer año (16 años).

Estudios previos han descrito que los factores biológicos, psicológicos y socioculturales influyen en la motivación de logro y se ha demostrado que, expresada en la competitividad, varía en función del sexo. Los resultados tienden a indicar que los hombres puntúan más que las mujeres en la característica de competitividad y que estas diferencias son independientes del país o la cultura a que pertenezcan los

individuos evaluados (Cashdan, 1998; Frick, 2011; Hinsz & Jundt, 2005; Houston, Harris, Moore, Brummett & Kmetani, 2005). Por ejemplo, en el estudio de Remor (2007) con deportistas universitarios, los hombres son más competitivos y están más motivados al éxito que las mujeres, no se observan diferencias estadísticamente significativas en la motivación a evitar el fracaso entre ambos grupos. A pesar de ello, Frick (2011) señala que las distancias en competitividad son cada vez menores, ya que las niñas y los niños de hoy son socializados de manera similar en muchas partes del mundo, debido a la tendencia creciente hacia el éxito de unos y otros.

Partiendo de esta revisión, se observa que la cantidad de investigación generada ha sido relativamente escasa y en algún caso no concluyente, por lo que el objetivo del presente trabajo es estudiar la relación entre el optimismo, la competitividad, practicar deporte o no, el rendimiento, la edad y el sexo; aspectos que se concretan en las siguientes hipótesis.

### Predicciones e hipótesis

Las hipótesis del trabajo de investigación son las siguientes:

1. Los deportistas son más optimistas que los no deportistas.
2. Los deportistas de alto rendimiento son más optimistas que los de menor nivel.
3. Los deportistas de mayor categoría por edad son más optimistas que los de menor categoría por edad.
4. Los deportistas de alto nivel son más competitivos que los de menor nivel.
5. No existen diferencias en competitividad en función de la categoría por edad de los deportistas.
6. Los hombres son más competitivos que las mujeres.

### Metodología

#### Participantes

Se realizó un muestreo por conveniencia, en el que se accedió a una concentración de tecnificación de la Real Federación Española de Atletismo (atletas de alto rendimiento), un club deportivo (atletas amateur) y un colegio (no deportistas) para la evaluación de los participantes. La muestra de deportistas estaba constituida 148 atletas (75 hombres y 73 mujeres) que realizan las modalidades de lanzamiento, velocidad, fondo, medio fondo, pruebas combinadas y salto, todos en la franja de edad de 14-17 años (media,  $15.7 \pm 1.3$ ).

A su vez, la muestra se agrupaba en función del nivel de competición de los deportistas: alto rendimiento y amateur. En cuanto a los deportistas de alto rendimiento ( $n = 101$ ; entrenan 4 días a la semana en sesiones de 1:30 h y compiten a nivel regional, nacional e internacional), se dividen en 50 atletas de la categoría por edad cadete (14-15 años) y 51 atletas de la categoría por edad juvenil (16-17 años). Respecto a los deportistas amateur ( $n = 47$ ; entrenan 2 días de la semana en sesiones de 1 h y compiten a nivel regional), se dividen en 18 deportistas de la categoría por edad cadete (14-15 años) y 29 atletas de la categoría por edad juvenil (16-17 años).

También participaron en el estudio 58 no deportistas (22 hombres y 36 mujeres) en la franja de edad de 14-17 años

**Tabla 1** Distribución de la muestra de deportistas de alto rendimiento, deportistas amateur y no deportistas

	Total	Hombres	Mujeres	14-15 años	16-17 años
Alto rendimiento	101	48	53	50	51
Amateur	47	27	20	18	29
Total deportistas	148	75	73	68	80
No deportistas	58	22	36	23	35

(15.8 ± 1.2), agrupados así: 23 individuos de 14-15 años y 35 de 16-17 años. La distribución de la muestra se presenta en la tabla 1.

## Variables e instrumentos

### Edad y categoría deportiva

Estas características fueron tomadas directamente de la ficha personal de cada deportista.

### Rasgo de Optimismo

En este trabajo se utilizó el Test de Orientación Vital revisado (LOT-R) (Scheier, Carver & Bridges, 1994) en su versión en español (Otero et al., 1998) para medir el optimismo disposicional o predisposición generalizada hacia las expectativas de resultados positivos. El LOT-R tiene unas buenas propiedades psicométricas con fiabilidad alfa de Cronbach de .70 y .69 para optimismo y pesimismo respectivamente (Chico & Ferrando, 2008; Ferrando, Chico & Tous, 2002).

El LOT-R consta de 10 ítems (cuatro de ellos de control) y pide a los sujetos que indiquen el grado de acuerdo o desacuerdo en las diferentes afirmaciones usando una escala de 5 puntos, desde 0 (muy en desacuerdo) hasta 4 (muy de acuerdo). De los seis ítems, tres están redactados en sentido positivo (dirección optimismo) y tres en sentido negativo (dirección pesimismo). Por un lado, es posible mantener cada disposición por separado (optimismo frente a pesimismo) sumando los ítems de cada subescala, y por otro, los ítems redactados en sentido negativo se revierten y se obtiene una puntuación total orientada hacia el polo de optimismo (optimismo total). Otros autores (Ortín et al., 2011), además de las subescalas de optimismo y pesimismo, han definido una dimensión optimismo total calculando la diferencia entre las dos subescalas (optimismo total = optimismo - pesimismo). En el presente trabajo se ha tenido en cuenta esta tercera opción, por lo que se han analizado las subescalas optimismo y pesimismo y el rasgo optimismo total.

Para el análisis de la consistencia interna de las subescalas de pesimismo y optimismo del cuestionario LOT-R, se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach, y se obtuvo  $\alpha = .72$  para optimismo y  $\alpha = .71$  para pesimismo. Valores similares se obtuvieron con deportistas en el trabajo de Ortín et al. (2011):  $\alpha = .71$  para optimismo y  $\alpha = .70$  para pesimismo.

### Rasgo de competitividad

Estas variables fueron evaluadas con el cuestionario Competitividad-10 (Remor, 2007). Se trata de un cuestionario breve de autoinforme con 10 preguntas sobre las motivaciones asociadas a la competitividad deportiva. El formato de respuesta es tipo Likert (1 = casi nunca; 2 = algunas veces;

3 = a menudo). Se obtiene una puntuación independiente para la dimensión motivación de éxito (*Me*) y la dimensión motivación para evitar el fracaso (*Mef*) mediante la suma de los ítems y el cálculo de la media ponderada correspondiente a cada subescala. El indicador global del grado del rasgo de competitividad (*C*) se calcula mediante la diferencia entre *Me* y *Mef* ( $C = Me - Mef$ ). Cuando la diferencia entre las dos dimensiones es positiva, por lo tanto superior para la *Me*, la persona presenta tendencia a tener alta motivación para competir.

Las propiedades psicométricas del cuestionario están descritas en Remor (2007), en el que se obtiene  $\alpha = .66$  para la motivación al éxito y  $\alpha = .66$  para la motivación a evitar el fracaso, la fiabilidad de ambas es aceptable. En el presente estudio se ha conseguido  $\alpha = .72$  para la motivación al éxito y  $\alpha = .70$  para la motivación a evitar el fracaso.

## Procedimiento

La evaluación de los deportistas se realizó en grupo, 1 h antes del horario de inicio de los entrenamientos, en una sala de las instalaciones deportivas. Antes de realizar la evaluación, se explicó a los atletas que iban a participar en una investigación sobre comportamiento y deporte, y que se podía comentar dichos resultados, individualmente si lo deseaban, al terminar la temporada. De igual modo, se evaluó en grupo a los no deportistas, 15 min antes del inicio de una clase, en las instalaciones del propio colegio.

La participación fue voluntaria y, dada la minoría de edad de los participantes en la investigación, para la cumplimentación de los cuestionarios y el acceso a la ficha personal se solicitó la autorización paterna.

## Análisis de datos

Según los objetivos ya detallados, se utilizaron las siguientes técnicas de análisis de datos:

- Métodos de análisis exploratorio, descriptivos básicos de tendencia central (media) y dispersión (desviación típica) para conocer detalladamente los datos de la muestra y las distribuciones de frecuencias.
- Tablas de contingencia y análisis de frecuencias.
- Pruebas de normalidad (Kolgomorov-Smirnov).
- Análisis de diferencias de medias para dos muestras independientes mediante la prueba de la U de Mann-Whitney.
- Análisis de diferencias de medias para varias muestras independientes mediante la prueba de Kruskal-Wallis.
- Análisis del tamaño del efecto de las diferencias encontradas.

Para la analizar los datos se utilizó el programa estadístico SPSS v. 17.0.

## Resultados

A continuación, se abordan los resultados de la presente investigación. En primer lugar, se estudian las hipótesis establecidas tanto para el optimismo como para la competitividad. En segundo lugar, como análisis exploratorio, se estudia la relación entre el optimismo y la competitividad.

Antes de los análisis descriptivos y los análisis de comparación entre grupos, aplicamos la prueba de normalidad de Kolgomrov-Smirnov para el LOT-R y el test Competitividad-10. Respecto al LOT-R, las variables optimismo ( $z = 1.83$ ;  $p = .002$ ), pesimismo, ( $z = 1.60$ ;  $p = .012$ ) y optimismo total ( $z = 1.56$ ;  $p = .015$ ) no se distribuyen normalmente. Considerando el rasgo competitividad, la dimensión motivación de éxito ( $z = 1.71$ ;  $p = .005$ ) y la dimensión motivación para evitar el fracaso ( $z = 1.89$ ;  $p = .002$ ) tampoco se distribuyen normalmente. Dados los resultados obtenidos, se aplicarán pruebas no paramétricas para los análisis.

### Rasgo de optimismo

#### Diferencias en el rasgo de optimismo en función de practicar deporte o no y el nivel competitivo

En la tabla 2 los resultados muestran diferencias significativas en la subescala pesimismo ( $p < .001$ ) y el rasgo optimismo total ( $p < .05$ ).

Con el objetivo de determinar entre qué grupos específicamente hay diferencias, aplicamos la prueba de la U de Mann-Whitney por pares. En la tabla 3 los resultados indican que los deportistas de alto rendimiento y amateur obtienen mayores puntuaciones en el rasgo optimismo total (respectivamente,  $p < .01$  y  $p < .10$ ) que los no deportistas, mientras que estos tienen mayores puntuaciones en la subescala pesimismo que los deportistas de alto rendimiento ( $p < .001$ ) y amateur ( $p < .01$ ). Por otra parte, no se obtienen diferencias en el rasgo optimismo total y la subescala pesimismo entre deportistas de alto rendimiento y amateur.

Además, partiendo de los criterios propuestos por Cohen (1988), en la subescala pesimismo, se obtiene un tamaño

**Tabla 2** Descriptivos y análisis de diferencias entre los grupos de alto rendimiento ( $n = 101$ ), amateur ( $n = 47$ ) y no deportistas ( $n = 58$ ) considerando el cuestionario LOT-R

	Grupos	M	DE	Kruskall-Wallis	
				$\chi^2$	$p$
Optimismo	AR	8.27	2.19	.29	.864
	A	8.15	1.69		
	ND	8.21	2.27		
Pesimismo	AR	4.28	2.34	19.55	.000 <sup>a</sup>
	A	4.55	1.93		
	ND	6.40	2.98		
Optimismo total	AR	3.99	3.85	8.45	.015 <sup>b</sup>
	A	3.59	2.83		
	ND	1.81	4.42		

A: amateur; AR: alto rendimiento; ND: no deportistas.

<sup>a</sup> $p < .001$ .

<sup>b</sup> $p < .05$ .

del efecto grande al comparar a los deportistas de alto rendimiento y los amateur con los no deportistas (respectivamente,  $d = .80$  y  $d = .75$ ). En el rasgo optimismo total, se alcanza un tamaño de efecto medio al comparar a los deportistas de alto rendimiento y los amateur con los no deportistas (respectivamente,  $d = .52$  y  $d = .47$ ).

#### Diferencias en el rasgo de optimismo en función de la categoría por edad

Al establecer diferencias en función del nivel deportivo, se muestran claras diferencias de personalidad entre los atletas en función de la categoría por edad deportiva (tabla 4). En relación con los atletas de alto rendimiento, se muestran diferencias en las dos subescalas (optimismo,  $p < .05$ ; pesimismo,  $p < .001$ ) y el rasgo optimismo total ( $p < .001$ ), donde los deportistas de mayor edad son más optimistas y menos pesimistas. En cuanto a los deportistas amateur, se obtienen resultados contrarios al anterior, y los sujetos de 14-15 años obtienen mayores puntuaciones en la subesca-

**Tabla 3** Aplicación de la prueba de la U de Mann-Whitney por pares, para los factores pesimismo y total optimismo considerando el nivel de rendimiento

	Grupo	Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p	d
Pesimismo	AR-A	2175.50	7326.50	-.82	.410	—
	AR-ND	1749.50	6900.50	-4.25	.000 <sup>a</sup>	.80
	A-ND	876.00	2004.00	-3.16	.002 <sup>b</sup>	.75
Optimismo total	AR-A	2194.00	2194.00	-.74	.458	—
	AR-ND	2138.00	3849.00	-2.84	.005 <sup>b</sup>	.52
	A-ND	1071.00	2782.00	-1.89	.059 <sup>c</sup>	.47

A: amateur; AR: alto rendimiento; ND: no deportistas.

<sup>a</sup> $p < .001$ .

<sup>b</sup> $p < .01$ .

<sup>c</sup> $p < .10$ .



**Tabla 4** Descriptivos y análisis de diferencias entre deportistas de alto rendimiento de 14-15 años ( $n = 50$ ) y 16-17 años ( $n = 51$ ), deportistas amateur de 14-15 años ( $n = 18$ ) y 16-17 años ( $n = 29$ ) y no deportistas de 14-15 años ( $n = 23$ ) y 16-17 años ( $n = 35$ )

	Grupos	M	DE	U de Mann-Whitney				
				Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p	d
AR								
Optimismo	14-15	7.74	2.48	882.00	2593.00	-2.53	.011 <sup>a</sup>	.67
	16-17	8.97	1.45					
Pesimismo	14-15	4.89	2.27	782.50	1728.50	-3.22	.001 <sup>b</sup>	.65
	16-17	3.44	2.18					
Optimismo total	14-15	2.84	4.02	728.00	2439.00	-3.57	.000 <sup>b</sup>	.80
	16-17	5.53	3.01					
A								
Optimismo	14-15	8.43	1.67	92.00	147.00	-2.48	.014 <sup>a</sup>	.87
	16-17	7.10	1.37					
Pesimismo	14-15	4.89	1.83	104.00	159.00	-2.13	.035 <sup>a</sup>	.87
	16-17	3.30	1.82					
Optimismo total	14-15	3.54	2.89	183.00	886.00	-.05	.969	—
	16-17	3.80	2.74					
ND								
Optimismo	14-15	8.88	2.42	156.00	1381.00	-1.40	.161	—
	16-17	8.08	2.25					
Pesimismo	14-15	6.11	2.75	203.00	248.00	-.37	.706	—
	16-17	6.44	3.04					
Optimismo total	14-15	2.77	4.17	190.00	1415.00	-.65	.511	—
	16-17							

A: amateur; AR: alto rendimiento; ND: no deportistas.

<sup>a</sup> $p < .05$ .

<sup>b</sup> $p < .001$ .

las optimismo ( $p < .05$ ) y pesimismo ( $p < .05$ ), pero no se muestran diferencias estadísticamente significativas en el rasgo optimismo total. No se observan diferencias significativas en las diferentes escalas de la muestra de no deportistas.

Además, al comparar las diferencias en función de la categoría por edad en el grupo de atletas de alto rendimiento, en las subescalas optimismo y pesimismo se obtiene un tamaño del efecto medio (respectivamente,  $d = .67$  y  $d = .65$ ), mientras que en el rasgo optimismo total es grande ( $d = .80$ ). En cuanto a los deportistas amateur, las subescalas optimismo y pesimismo tienen un tamaño del efecto grande ( $d = .87$ ).

#### Diferencias en el rasgo optimismo en función del sexo

La diferencia de análisis entre deportistas y no deportistas muestra la ausencia de diferencias entre sexos en la muestra de no deportistas y claras diferencias en la muestra de deportistas (tabla 5). Las mujeres deportistas presentan mayores niveles en la subescala pesimismo ( $p < .001$ ), mientras los hombres presentan mayores puntuaciones en el rasgo optimismo total ( $p < .001$ ).

Además, al comparar las diferencias en función del sexo, en el grupo de deportistas, en la subescala pesimismo y el rasgo optimismo total se obtiene un tamaño del efecto bajo (respectivamente,  $d = .21$  y  $d = .30$ ).

#### Rasgo de competitividad

##### Diferencias en el rasgo de competitividad en función del nivel competitivo

En los resultados mostrados en la tabla 6, se observan diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones y el rasgo de competitividad. Las mayores diferencias se hallan en la dimensión motivación de éxito ( $p < .001$ ) y el rasgo de competitividad ( $p < .001$ ), seguidas de las diferencias halladas en la dimensión motivación para evitar el fracaso ( $p < .05$ ).

Además, al comparar las diferencias en función del nivel competitivo, en la dimensión motivación de éxito y en el rasgo competitividad se obtiene un tamaño del efecto grande (respectivamente,  $d = .74$  y  $d = .80$ ), mientras que para la dimensión motivación para evitar el fracaso es media ( $d = .44$ ).

##### Diferencias en el rasgo de competitividad en función de la categoría por edad

Los resultados muestran la ausencia de diferencias estadísticamente significativas entre los grupos (tabla 7).

##### Diferencias en el rasgo de competitividad en función del sexo

Los resultados muestran diferencias estadísticamente significativas en el rasgo competitividad ( $p < .01$ ) y en la dimen-

**Tabla 5** Descriptivos y análisis de diferencias entre la muestra total de hombres ( $n = 75$ ) y mujeres ( $n = 73$ ) y no deportistas hombres ( $n = 22$ ) y mujeres ( $n = 36$ )

Grupos		M	DE	U de Mann-Whitney				
				Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p	d
<b>D</b>								
Optimismo	H	8.53	1.83	2172.50	6732.50	-1.39	.162	—
	M	7.91	2.20					
Pesimismo	H	4.13	2.38	1526.00	2957.00	-4.00	.000*	.21
	M	4.60	2.01					
Optimismo total	H	4.40	3.63	1659.50	6219.50	-3.44	.001*	.30
	M	3.31	3.40					
<b>ND</b>								
Optimismo	H	8.00	2.44	156.00	1381.00	-1.40	.161	—
	M	8.33	2.19					
Pesimismo	H	6.59	3.00	203.00	248.00	-.37	.706	—
	M	6.27	3.01					
Optimismo total	H	1.40	4.42	190.00	1415.00	-.65	.511	—
	M	2.05	4.47					

D: deportistas; H: hombres; M: mujeres; ND: no deportistas.

\* $p < .001$ .**Tabla 6** Descriptivos y análisis de diferencias entre los deportistas de alto rendimiento ( $n = 101$ ) y los deportistas amateur ( $n = 47$ )

Grupos		M	DE	U de Mann-Whitney				
				Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p	d
Me	AR	2.54	.25	1461.00	2589.00	-3.81	.000 <sup>a</sup>	.74
	A	2.33	.31					
Mef	AR	1.62	.40	1800.50	6951.50	-2.40	.016 <sup>b</sup>	.44
	A	1.82	.50					
Competitividad	AR	.92	.51	1313.50	2441.50	-4.37	.000 <sup>a</sup>	.80
	A	.50	.53					

A: amateur; AR: alto rendimiento; Me: motivación de éxito; Mef: motivación para evitar el fracaso.

<sup>a</sup> $p < .001$ .<sup>b</sup> $p < .05$ .

sión motivación al éxito ( $p < .05$ ), obteniendo en ambos casos mayores puntuaciones los hombres (tabla 8).

Además, al comparar las diferencias en función del sexo, en la dimensión motivación de éxito y el rasgo competitividad obtienen un tamaño del efecto medio (respectivamente,  $d = .42$  y  $d = .41$ ).

Para finalizar, como análisis exploratorio, se establecen las correlaciones entre los factores del cuestionario LOT-R y las del cuestionario de Competitividad-10.

### Relación entre los rasgos optimismo y competitividad

Los análisis correlacionales muestran relaciones medias y bajas entre los cuestionarios LOT-R y Competitividad-10 (tabla 9). Se puede observar como la correlación más elevada es entre los rasgos competitividad y optimismo total

( $p = .37$ ;  $p < .001$ ). Además, se observan correlaciones positivas entre la escala optimismo y la dimensión motivación de éxito, y entre la escala optimismo y el rasgo competitividad. Asimismo, se observan correlaciones inversas entre la escala optimismo y la dimensión motivación para evitar el fracaso ( $p = -.23$ ;  $p < .01$ ).

Respecto a la escala pesimismo, las correlaciones halladas son inversas a la halladas en la escala optimismo y los factores del test de Competitividad-10, si bien en este caso la magnitud de las correlaciones son sensiblemente inferiores a las halladas en la variable optimismo. Se observan correlaciones positivas entre la escala pesimismo y la dimensión motivación para evitar el fracaso ( $p = .28$ ;  $p < .001$ ), y negativas con el rasgo competitividad ( $p = -.28$ ;  $p < .001$ ). Entre la escala pesimismo y la dimensión motivación de éxito, solo se muestran resultados con tendencia a la significación ( $p = -.14$ ;  $p < .10$ ).

**Tabla 7** Descriptivos y análisis de diferencias en deportistas de alto rendimiento de 14-15 años ( $n = 50$ ) y 16-17 años ( $n = 51$ ) y deportistas amateur de 14-15 años ( $n = 18$ ) y 16-17 años ( $n = 29$ )

	Grupos	M	DE	U de Mann-Whitney			
				Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p
AR							
Me	14-15	2.55	.24	1232.50	2178.50	-.10	.919
	16-17	2.53	.26				
Mef	14-15	1.63	.42	1173.50	2119.50	-.51	.606
	16-17	1.59	.39				
Competitividad	14-15	.91	.50	1172.50	2883.50	-.51	.608
	16-17	.93	.52				
A							
Me	14-15	2.33	.30	181.50	236.50	-.09	.929
	16-17	2.33	.38				
Mef	14-15	1.83	.52	180.50	235.50	-.11	.908
	16-17	1.80	.40				
Competitividad	14-15	.49	.59	183.50	886.50	-.03	.969
	16-17	.53	.28				

A: amateur; AR: alto rendimiento; Me: motivación al éxito; Mef: motivación para evitar el fracaso.

**Tabla 8** Descriptivos y análisis de diferencias entre hombres ( $n = 75$ ) y mujeres ( $n = 73$ )

	Grupos	M	DE	U de Mann-Whitney				
				Mann-Whitney	Wilcoxon W	Z	p	d
Me	Hombre	2.53	.24	2168.00	4869.00	-2.21	.027 <sup>a</sup>	.42
	Mujer	2.41	.32					
Mef	Hombre	1.63	.44	2338.50	5188.50	-1.55	.120	—
	Mujer	1.73	.44					
Competitividad	Hombre	.89	.50	2011.50	4712.50	-2.78	.005 <sup>b</sup>	.41
	Mujer	.67	.57					

Me: motivación al éxito; Mef: motivación a evitar el fracaso.

<sup>b</sup> $p < .01$ .

<sup>a</sup> $p < .05$ .

**Tabla 9** Correlación de Spearman entre el cuestionario LOT-R y el test de Competitividad-10 para la muestra de deportistas ( $n = 148$ )

	Optimismo	Pesimismo	Optimismo Total	Me	Mef	Competitividad
Optimismo	1					
Pesimismo	-.36 <sup>a</sup>	1				
Optimismo total	.80 <sup>a</sup>	-.83 <sup>a</sup>	1			
Me	.28 <sup>a</sup>	-.14 <sup>b</sup>	.26 <sup>(a)</sup>	1		
Mef	-.23 <sup>c</sup>	.28 <sup>a</sup>	-.30 <sup>a</sup>	-.04	1	
Competitividad	.33 <sup>a</sup>	-.28 <sup>a</sup>	.37 <sup>a</sup>	.56 <sup>a</sup>	-.82 <sup>a</sup>	1

Me: motivación al éxito; Mef: motivación para evitar el fracaso.

<sup>a</sup> $p < .001$ .

<sup>b</sup> $p < .10$ .

<sup>c</sup> $p < .01$ .



También, destaca que las mayores correlaciones se observan entre el rasgo optimismo total y los factores del test de Competitividad-10 y se observan correlaciones positivas con la dimensión motivación de éxito ( $p = .26$ ;  $p < .001$ ) y el rasgo competitividad ( $p = .37$ ;  $p < .001$ ), y negativas con la dimensión motivación para evitar el fracaso ( $p = -.30$ ;  $p < .001$ ).

Por último, no se obtiene relación entre la motivación para evitar el fracaso y la motivación de éxito ( $p = -.04$ ;  $p = .84$ ), mientras que sí una correlación negativa entre el optimismo y el pesimismo ( $p = -.36$ ;  $p < .001$ ).

## Discusión

Respecto al estudio del optimismo, los datos obtenidos confirman la hipótesis 1 (“Los deportistas son más optimistas que los no deportistas”). Los deportistas son más optimistas (escala optimismo total) y menos pesimistas (escala pesimismo) que los no deportistas; aunque las mayores diferencias se encuentran entre los deportistas de alto rendimiento y los no deportistas. Alderman (1983) y García-Naveira (2008, 2010a) encontraron conclusiones similares.

Una posible hipótesis se centra en que el contexto deportivo es un ámbito que facilitaría el desarrollo del optimismo en las personas (Cantón et al., 2013; García-Naveira, 2010a; García-Naveira & Díaz, 2010; Gustafsson & Skoog, 2012; Nicholls et al., 2008; Ortín et al., 2011; Ortín et al., 2013; Sheard & Golby, 2006; Venne et al., 2006). El deporte es una actividad que ofrece desafíos, aprendizajes y experiencias, en el que se requiere ser resistente, tener autonomía, plantearse y cumplir objetivos, adaptarse a los distintos ambientes y cambios, superar situaciones adversas, dominar el entorno, etc., en el que la persona encontraría un refuerzo positivo en dicha actividad. Todos estos aspectos se verían reforzados especialmente en los deportistas de alto rendimiento.

Los datos obtenidos rechazan la hipótesis 2 (“Los deportistas de alto rendimiento son más optimistas que los de menor nivel”). No se observan diferencias en optimismo entre los atletas de alto rendimiento frente a los deportistas amateur. Estos datos *a priori* no apoyan a los trabajos de García-Naveira (2010a), García-Naveira y Díaz (2010) y Ortín et al. (2011). Como posibles interpretaciones al respecto cabe señalar que: desde una perspectiva escéptica de la personalidad (Cox, 2009; García-Naveira, Ruiz & Pujals, 2011; Weinberg & Gould, 2010), no existen características de personalidad que definan a los deportistas de alto rendimiento frente a otros niveles de competición; la diferencia entre los grupos es pequeña a nivel deportivo (alto frente a amateur) para atletas adolescentes, por lo que sería interesante comparar a deportistas adolescentes con una mayor diferencia a nivel deportivo (por ejemplo, alto rendimiento frente a práctica regular no competitiva); puede que dentro de la constitución de la muestra haya falsos optimistas (personas que dicen que tienen una perspectiva optimista pero que realmente no lo perciben como tal), por lo que este aspecto habría que filtrarlo antes del análisis de datos (e.g., a través de entrevistas); aunque no aparezcan diferencias estadísticamente significativas, puede que haya personas optimistas en ambos grupos (alto rendimiento/

amateur), en los que los sujetos optimistas obtendrían un mayor rendimiento en el nivel deportivo en el que compiten. Por tanto, además de analizar las diferencias en función del nivel competitivo, habría que registrar conductas y resultados deportivos que sean indicadores del rendimiento en el contexto en el que se desenvuelven. Y por último, a raíz de los datos obtenidos, señalar que el optimismo puede que se asocie a la práctica deportiva y no tanto al nivel de competición, aspecto que indicaría que el deporte favorece al desarrollo del optimismo, mientras que al estudiarla respecto al rendimiento deportivo intervendrían otras variables psicológicas como las motivacionales.

Los resultados confirman la hipótesis 3 (“Los deportistas de mayor categoría por edad son más optimistas que los de menor categoría por edad”). Los atletas juveniles de alto rendimiento (16-17 años) son más optimistas (rasgo optimismo total) que los cadetes (14-15 años), mientras que estos son más pesimistas (escala pesimismo) que los juveniles. Estos datos apoyan a los trabajos de García-Naveira y Díaz (2010), Seligman et al. (1990) y Venne et al. (2006) en que el contexto deportivo influye sobre la herencia (gen) del deportista (Allen et al., 2013; García-Naveira & Ruiz, 2013; Ruiz & García-Naveira, 2013) como son las experiencias de logro, la consecución de metas, el aprendizaje y dominio de destrezas deportivas, las habilidades de afrontamiento, etc., que contribuyen al desarrollo del optimismo.

También se observan resultados aparentemente contradictorios respecto a los deportistas amateur, en los que los cadetes (14-15 años) obtienen mayores puntuaciones en las escalas optimismo y pesimismo que los juveniles (16-17 años). Este aspecto puede deberse a que sea una característica propia de la muestra, la percepción de mayor dificultad ante la vida de los juveniles frente a los cadetes o la falta de progreso de los juveniles desde una perspectiva deportiva. En futuros estudios se podría profundizar en los factores que contribuyen al desarrollo del optimismo en jóvenes deportistas.

Además de las hipótesis planteadas, se estudiaron las diferencias en función del sexo, y los hombres son más optimistas (rasgo optimismo total) que las mujeres, mientras que estas son más pesimistas (escala pesimismo) que los hombres. En cuanto a la explicación de estos resultados, es posible que estas diferencias se deban a la influencia de factores sociales y culturales en el desarrollo de expectativas de futuro (oportunidades deportivas, modelos sociales, etc.). Al respecto, se requiere continuar investigando estas posibles diferencias de sexo, y en el caso que se confirmen los resultados, tener presentes las diferencias individuales en el desarrollo de programas de promoción de la actividad física y del deporte para el desarrollo del optimismo e intervenciones del psicólogo del deporte.

Por último, según investigaciones previas (Chico & Ferrando, 2008), optimismo y pesimismo quedan correlacionados solo moderadamente. Estos resultados podrían indicar que estas dos variables no son dos polos opuestos de una misma dimensión, sino dos dimensiones relativamente independientes.

Dentro del estudio de la competitividad, los resultados confirman la hipótesis 4 (“Los deportistas de alto nivel son más competitivos que los de menor nivel”). Los atletas de

alto rendimiento obtienen mayores puntuaciones en la dimensión motivación de éxito y el rasgo competitividad que los atletas amateur, mientras que estos obtienen mayores puntuaciones en la dimensión motivación para evitar el fracaso que los atletas de alto rendimiento. García-Naveira y Remor (2008) y García-Naveira y Remor (2011) obtuvieron resultados similares. Partiendo de las conclusiones de estos autores, la conducta de logro es necesaria para superar a los rivales y conseguir sus metas, el cual tiene un alto incentivo asociado al éxito en presencia de una alta evaluación social (jueces, público, familiares, cuerpo técnico y demás jugadores).

Los resultados confirman la hipótesis 5 ("No existen diferencias en competitividad en función de la categoría por edad de los deportistas"). Los atletas juveniles (16-17 años) no obtienen mayores puntuaciones en los factores del cuestionario Competitividad-10 que los cadetes (14-15 años), tanto en la muestra de deportistas de alto rendimiento como amateur. Estos datos apoyan los trabajos de Beaudoin (2006) y Remor (2007). Por el contrario, en el estudio de García-Naveira y Remor (2011), los jugadores de fútbol de 18 años (juvenil de último año) son más competitivos y están menos motivados a evitar el fracaso que los de 16 años (juvenil de primer año), aspecto que no se puede valorar en el presente estudio ya que la muestra es hasta los 17 años. Estos autores proponen que los 18 años puede ser una edad de cambios (progreso o no deportivo, psicofisiológicos, etc.) para los jugadores de fútbol.

Esta variedad de trabajos y la falta de resultados concluyentes indican la necesidad de seguir estudiando la competitividad en función de la edad de los deportistas, principalmente en la categoría juvenil. En el presente trabajo, al igual que en el de García-Naveira y Remor (2008, 2011), los deportistas tienen edades a partir de los 14 años, por lo que sería interesante estudiar a deportistas menores de 14 años para explorar si en edades anteriores también se dan estos aspectos o cuándo se originan los cambios en competitividad.

Los resultados confirman la hipótesis 6 ("Los hombres son más competitivos que las mujeres"). Los hombres obtienen mayores puntuaciones en la dimensión motivación de éxito y el rasgo competitividad que las mujeres. Estos datos confirman estudios previos (Cashdan, 1998; Frick, 2011; Hinz & Jundt, 2005; Houston et al., 2005; Remor, 2007), que señalan que estas diferencias se deben a factores biológicos, psicológicos y socioculturales que influyen en la motivación de logro (roles, estatus, poder, expectativas y oportunidades deportivas). Contrariamente a lo que propone Frick (2011), sigue existiendo una brecha en competitividad en función del sexo. Por lo tanto, el desarrollo de la competitividad puede ser un aspecto a considerar en las mujeres para la mejora del rendimiento deportivo.

En relación con los datos obtenidos en el cuestionario Competitividad-10, cabe destacar que la motivación de éxito y la motivación para evitar el fracaso son dos dimensiones independientes de la competitividad de acuerdo con el marco teórico de base del instrumento (Remor, 2007), en cuyo proceso de desarrollo se seleccionaron factores independientes para componer la estructura del cuestionario (Remor, 2007, p. 173). Los resultados aquí presentados confirman la ausencia de asociación entre las di-

mensiones, por lo que la idea de multidimensionalidad del constructo evaluado por el cuestionario es corroborado por el presente estudio. Otros autores han respaldado la perspectiva de la independencia entre las dimensiones (Escartí & Cervelló, 1994) y han señalado que una persona puede tener gran necesidad de evitar el fracaso, pero no de conseguir el éxito.

Como análisis complementario, se estudió la relación entre las variables de optimismo y competitividad. La escala optimismo y el rasgo optimismo total se relacionan positivamente con la dimensión motivación de éxito y el rasgo competitividad, y negativamente con la dimensión motivación para evitar el fracaso. Además, la escala pesimismo se relaciona positivamente con la dimensión motivación para evitar el fracaso y negativamente con el rasgo competitividad. Por lo tanto, los deportistas más optimistas son más competitivos y están más motivados hacia el éxito y en menor medida a evitar el fracaso, mientras que los atletas más pesimistas son menos competitivos y en mayor medida están motivados a evitar el fracaso.

Estos resultados podrían indicar que las personas optimistas que además son competitivas obtendrían mayor rendimiento deportivo. El optimismo representa una expectativa positiva sobre el futuro de la persona, mientras que la competitividad se constituye como una conducta de logro en un contexto competitivo. En las variables situacionales de la competitividad, intervienen la expectativa de éxito y el incentivo por el logro. Desde esta perspectiva de expectativas positivas de futuro/éxito y el valor de este, el deportista impulsa su conducta de logro.

Como futuras líneas de investigaciones, se propone replicar el presente estudio y complementarlo con el registro de la autoeficacia de los deportistas; realizar estudios transculturales (Cantón et al., 2013); analizar la influencia interpersonal en los grupos de entrenamiento en deportes individuales (Evans, Eys & Wolf, 2013) y registrar los resultados deportivos de las temporadas anteriores (Saá et al., 2012) para una comprensión más profunda del tema.

Y por último, se destaca que, desde una perspectiva profesional del psicólogo del deporte y de los retos futuros de la Psicología del Deporte (García-Naveira, 2010b), el optimismo y la competitividad podrían integrar los programas de entrenamiento psicológico del deportista dentro de un contexto de mejora del bienestar, el rendimiento y el logro de objetivos. Además, la existencia de deportistas optimistas y competitivos puede pronosticar en cierta medida sus éxitos y fracasos, de modo que puede resultar interesante incorporar instrumentos que midan estos constructos en las evaluaciones habituales o selección de los deportistas, no como evaluación decisiva, sino como información relevante para el entrenador como complemento de las capacidades físicas o técnicas.

## Referencias

- Alderman, R.B. (1983). Las dimensiones fundamentales de la personalidad. En Alderman, R.B. (Ed.), *Manual de Psychologie du Sport* (pp.151-245). Paris, Francia: Editions Vigot.
- Allen, M.S., Greenless, I., & Jones, M. (2013). Personality in sport: A comprehensive review. *International Review of Sport and*

- Exercise Psychology*, 6, 184-208. doi:10.1080/1750984x.2013.769614
- Beaudoin, C.M. (2006). Competitive orientations and sport motivation of professional women football players: An Internet survey. *Journal of Sport Behavior*, 29, 201-212.
- Cantón, E., Checa, I., & Budzyska, N. (2013). Estrategias de afrontamiento, optimismo y satisfacción con la vida en futbolistas españoles y polacos: un estudio preliminar. *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 337-343.
- Cashdan, E. (1998). Are men more competitive than women? *British Journal of Social Psychology*, 37, 213-229. doi: 10.1111/j.2044-8309.1998.tb01166.x
- Chico, E. & Ferrando P. (2008). Variables cognitivas y afectivas como predictoras de satisfacción en la vida. *Psicothema*, 20, 408-412.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cox, R.H. (2009). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones*. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana.
- De Francisco, C., Garcés de los Fayos, E.J., & Arce, C. (2014). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14, 29-38.
- De la Vega, R., Ruiz, R., Batista, F., Ortín, F.J., & Giesenow, C. (2012). Effects of feedback on self-efficacy expectations based on the Athlete's Optimistic Profile. *Psychology*, 3, 1208-1214. doi: 10.4236/psych.2012.312A179
- Escartí, A., & Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. En Balaguer, I. (Ed.), *Entrenamiento psicológico en el deporte: Principios y aplicaciones* (pp. 61-90). Valencia, España: Albatros.
- Evans, B., Eys, M., & Wolf, S. (2013). Exploring the nature of interpersonal influence in elite individual sport team. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25, 448-462. doi:10.1080/10413200.2012.752769
- Ferrando, P.J., Chico, E., & Tous, J.M. (2002). Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicothema*, 14, 673-680.
- Frick, B. (2011). Gender differences in competitiveness: empirical evidence from professional distance running. *Labour Economics*, 18, 389-398.
- García-Naveira, A. (2008). El estilo de personalidad en jugadores de fútbol de competición y diferencias en función de la demarcación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8, 19-38.
- García-Naveira, A. (2010a). *Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y rendimiento en deportistas* (Tesis Doctoral). Madrid: Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de <http://eprints.ucm.es/9859/1/T31529.pdf>
- García-Naveira, A. (2010b). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Revista Papeles del Psicólogo*, 31, 143-154.
- García-Naveira, A., & Díaz, F. (2010). Relación entre optimismo/pesimismo disposicional, rendimiento y edad en jugadores de fútbol de competición. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5, 45-60.
- García-Naveira, A., & Remor, E. (2008, Marzo). *Diferencias en competitividad en función del nivel competitivo en jugadores de fútbol adultos*. XI Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, XI Congreso Andaluz y III Iberoamericano. Sevilla, España.
- García-Naveira, A., & Remor, E. (2011). Motivación de logro, indicadores de competitividad y rendimiento en un equipo de jugadores de fútbol de competición varones entre 14 y 24 años. *Universitas Psychologica*, 10, 477-487.
- García-Naveira, A., & Ruiz Barquín, R. (2013a). La personalidad del deportista: una revisión teórica desde la perspectiva de rasgos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13, 627-645.
- García-Naveira, A., & Ruiz, R. (2013b). Diferencias de personalidad en entrenadores desde el modelo de Costa y McCrae. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13, 53-62.
- García-Naveira, A., Ruiz, R., & Pujals, C. (2011). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva, nivel de competición y categoría por edad en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 29-44.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 172-204. doi:10.1080/10413200290103482
- Gustafsson, H., & Skoog, T. (2012). The mediational role of perceived stress in the relation between optimism and burnout in competitive athletes. *Anxiety, Stress and Coping*, 25, 183-199. doi:10.1080/10615806.2011.594045
- Hinsz, V.B., & Jundt, D.K. (2005) Exploring individual differences in a goal-setting situation using the Motivational Trait Questionnaire. *Journal of Applied Social Psychology*, 35, 551-571. doi: 10.1111/j.1559-1816.2005.tb02135.x
- Houston, J., Harris, P., Moore, R., Brummett, R., & Kmetani, H. (2005). Competitiveness among Japanese, Chinese, and American undergraduate students. *Psychological Reports*, 97, 205-212. doi: 10.2466/pr0.97.1.205-212
- Martin, J., & Ecklund, R. (1994). The relationships among competitiveness, age and ability in distance runners. *Journal of Sport Behavior*, 17, 258-266.
- Nicholls, A., Polman, R., Levy, A., & Backhouse, S. (2008). Mental toughness, optimism, pessimism, and coping among athletes. *Personality and Individual Differences*, 44, 1182-1192.
- Ortín, F.J., Garcés de los Fayos, E.J., Gosálvez, J., Ortega, E., & Olmedilla, A. (2011). Optimismo y ejecución en el deporte en situaciones adversas. Replicando a Seligman 1990. *Revista de Psicología del Deporte*. 20, 491-501.
- Ortín, F., Ortega, E., López, E., & Olmedilla, A. (2012). Estilos explicativos de los entrenadores de fútbol profesional en el análisis de la competición deportiva. *Anales de Psicología*, 28, 233-239.
- Ortín, F.J., De la Vega, R., & Gosálvez, J. (2013). Optimismo, ansiedad-estado y autoconfianza en jóvenes jugadores de balonmano. *Anales de Psicología*, 29. doi: 10.6018/analesps.29.3.175751
- Otero, J.M., Luengo, A., Romero, F., Gómez, J.A., & Castro, C. (1998). *Psicología de la personalidad. Manual de prácticas*. Barcelona, España: Ariel Practicum.
- Regourd-Laizeau, M., Martin-Krumm, C., & Tarquinio, C. (2012). Interventions in the field of sport: Protocol of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18, 189-204. doi: 10.1016/j.prps.2012.02.001
- Remor, E. (2007). Propuesta de un cuestionario breve para la evaluación de la competitividad en el ámbito deportivo: Competitividad-10. *Revista de Psicología del Deporte*, 16, 167-183.
- Ruiz-Barquín, R., & García-Naveira, A. (2013). Personalidad, edad y rendimiento deportivo en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Anales de psicología*, 29, 642-655. doi: 10.6018/analesps.29.3.175771
- Saá, Y., Martín, J.M., Sarmiento, S., Rodríguez, D., García-Rodríguez, A., & García-Manso, J.M. (2012). A model for competitiveness level analysis in sports competitions: application to basketball. *Physica A: Statistical Mechanics and its Applications*, 39, 2997-3004. doi: 10.1016/j.physa.2012.01.014
- Scheier, M., & Carver, C.S. (1985). Optimism. Coping. and Health: Assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Scheier, M.F., Carver, C.S., & Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self mastery and self esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.

- Seligman, M., Nolen-Hoeksema, S., Thornton, N., & Thornton, K.M. (1990). Explanatory style as a mechanism of disappointing athletic performance. *Psychological Science*, 1, 143-146.
- Sheard, M., & Golby, J. (2006). Effect of a psychological skills training program on swimming performance and positive psychological development. *International Journal of Sport Psychology*, 4, 149-169. doi:10.1080/1612197x.2006.9671790
- Venne, S.A., Laguna, P., Walk, S., & Ravizza, K. (2006). Optimism levels among collegiate athletes and non-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4, 182-195. doi:10.1080/1612197x.2006.9671792
- Weinberg, R.S., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico* (4.ª Ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.