

Analysis and Assessment of the Relationships between Mood and Anxiety with Respect to Outcome in Young Footballers

Rubén Arroyo del Bosque*
University of Burgos, Spain
Pontifical University of Salamanca, Spain

Director: Dr Aurora Fernández del Valle¹
Dr Óscar González Rodríguez¹
¹University of the Basque Country, Spain

Abstract

Football increasingly demands high performance from its practitioners. The rise of this sport has been reflected in the increase in federation player registrations. The purpose of this paper is to identify, assess and analyse the mood and anxiety of amateur football players in U16 and U19 men and regional women categories before and after competition. The sample consisted of 153 young people whose average age was 16.06 years. The instruments used were the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) and Profile of Mood States (POMS) in its abbreviated form A, 15 items. The results show that: 1) there are statistically significant differences in all dimensions of mood and cognitive anxiety in men after competition; 2) women present significant differences in the dimensions of hostility, depression, vigour and self-confidence after competition; 3) somatic anxiety does not vary according to the outcome obtained in competition; 4) mood prior to competing is different in men and women as there are significant differences in tension, and 5) men show a less anxiogenic thinking style, a lower somatic response to anxiety and a higher level of self-confidence at the time prior to competing than women. This paper seeks to encourage future professionals to introduce a commitment to emotional and psychological training alongside physical, technical and strategic instruction in youth age groups in the process of personality development.

Keywords: emotion, mood, anxiety, young people, football

Date read: November 5, 2015.

Análisis y valoración de las relaciones entre el estado de ánimo y la ansiedad en relación al resultado en jóvenes futbolistas

Rubén Arroyo del Bosque*
Universidad de Burgos, España
Universidad Pontificia de Salamanca, España

Dirección: Dra. Aurora Fernández del Valle¹
Dr. Óscar González Rodríguez¹
¹Universidad del País Vasco, España

Resumen

El fútbol demanda, cada vez más, exigencias de alto rendimiento a sus deportistas. El auge de este deporte se ha visto reflejado en el aumento de fichas federativas. El presente trabajo tiene por objetivo identificar, valorar-evaluar y analizar el estado de ánimo y la ansiedad de jugadores de fútbol, amateur, en sus categorías cadete y juvenil masculina; y regional femenina, antes y después de la competición. La muestra estuvo formada por 153 jóvenes, cuya media de edad fue 16.06 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad Competitiva en el Deporte (CSAI-2) y Perfil de Estados de Ánimo (POMS), en su forma abreviada A, 15 ítems. Los resultados obtenidos muestran que: 1) Existen diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones del estado ánimo y en la ansiedad cognitiva en los varones, después de competir; 2) Las mujeres presentan diferencias significativas en las dimensiones de hostilidad, depresión, vigor y autoconfianza tras la competición; 3) La ansiedad, somática, no varía en función del resultado obtenido en la competición; 4) El estado de ánimo, previo a competir, es diferente en varones y mujeres, al existir diferencias significativas en la tensión, y 5) Los varones comparados con las mujeres evidencian un estilo de pensamiento menos ansiógeno, una menor respuesta somática ante la ansiedad y un nivel superior de autoconfianza en el momento previo a competir. La aportación de este trabajo pretende motivar a los futuros profesionales para introducir dedicación al entrenamiento emocional y psicológico, además del físico, técnico y estratégico en edades juveniles, en pleno proceso de formación de la personalidad.

Palabras clave: emoción, estado de ánimo, ansiedad, jóvenes, fútbol.

Fecha de lectura: 5 de noviembre de 2015.

* Correspondence:
Rubén Arroyo del Bosque (radel@ubu.es / rrayode@upsa.es).

* Correspondencia:
Rubén Arroyo del Bosque (radel@ubu.es / rrayode@upsa.es).