

Cita: García-Naveira, A. (2018). Autoeficacia y rendimiento en jugadores de fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(18), 66-78

Autoeficacia y rendimiento en jugadores de fútbol

Self-efficacy and performance in soccer players

Auto-eficácia e desempenho em jogadores de futebol

García-Naveira Vaamonde, A¹.

Coordinador Área I+D+i MAD Lions E.C.

RESUMEN

El objetivo del presente trabajo es analizar la relación entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo. La muestra está constituida por 172 jugadores de fútbol de rendimiento con una edad comprendida entre los 14 y 20 años. Para medir la autoeficacia se creó dos ítems con un formato de respuesta tipo *likert* (autoeficacia en ataque y defensa), mientras que el rendimiento deportivo fue medido de forma objetiva (registro observacional de acciones del juego en ataque y defensa) y subjetiva (valoración del jugador sobre su rendimiento en ataque y defensa). Los resultados indican ($p < .05$) una relación positiva entre autoeficacia en defensa y rendimiento en defensa (tanto objetiva como subjetiva), y autoeficacia en ataque y rendimiento en ataque (tanto objetiva como subjetiva). Además, se obtienen tres perfiles de jugadores en función de su autoeficacia, el rendimiento deportivo y la demarcación: jugadores de corte defensivo (alta autoeficacia y rendimiento en defensa), compuesto por porteros y defensas; jugadores de corte ofensivo (alta autoeficacia y rendimiento en ataque), constituido por centrocampistas y delanteros; y jugadores de corte defensivo-ofensivo (alta autoeficacia y rendimiento en ataque y defensa), integrado por delanteros, centrocampista, defensas y porteros. Se concluye que una alta autoeficacia favorece niveles más altos de rendimiento deportivo, y que la tendencia atacante o defensiva del jugador es multifactorial (física, técnica, táctica y psicológica) y producto de su desarrollo histórico-deportivo (influencia del entrenador, filosofía de juego y demarcación).

Palabras clave: jugador de fútbol, autoeficacia, rendimiento deportivo y demarcación.

¹ Correspondence to:: Alejo García-Naveira Vaamonde. Avenida Julio Fuentes, 11, bloque 4, 1º A. Boadilla del Monte (28660). Madrid. Email: alejo@madlions.com

ABSTRACT

The objective of this study is to analyze the relationship between self-efficacy and sports performance. The sample consists of 172 performance soccer players aged between 14 and 20 years. To measure self-efficacy, two items were created with a likert type response format (self-efficacy in attack and defense) were created, while sport performance was measured objectively (observational record of game actions in attack and defense) and subjective (player rating on attack performance and defense). The results indicate ($p < .05$) a positive relationship between self-efficacy in defense and defense performance (both objective and subjective), and self-efficacy in attack and attack performance (both objective and subjective). In addition, three profiles of players are obtained based on their self-efficacy, sports performance and demarcation: defensive players (high self-efficacy and defense performance), composed of goalkeepers and defenders; players of offensive court (high self-efficacy and performance in attack), constituted by midfielders and forwards; and defensive-offensive players (high self-efficacy and attack and defense performance), consisting of forwards, midfielders, defenders and goalkeepers. It is concluded that a high self-efficacy favors higher levels of athletic performance, and that the player's attacking or defensive tendency is multifactorial (physical, technical, tactical and psychological) and product of his historical-sport development (coach influence, game philosophy and demarcation).

Keywords: football player, self-efficacy, sports performance and demarcation

RESUMO

O objetivo deste estudo é analisar a relação entre auto-eficácia e desempenho esportivo. A amostra é constituída por 172 jogadores de futebol com idade entre 14 e 20 anos. Para medir a auto-eficácia, dois itens foram criados com um formato de resposta do tipo likert (auto-eficácia em ataque e defesa), enquanto o desempenho esportivo foi mensurado objetivamente (registro observacional de ações do jogo em ataque e defesa) e subjetivo (classificação do jogador em seu desempenho de ataque e defesa). Os resultados indicam ($p < .05$) uma relação positiva entre auto-eficácia no desempenho de defesa e defesa (tanto objetiva quanto subjetiva) e auto-eficácia no ataque e desempenho de ataque (tanto objetiva quanto subjetiva). Além disso, três perfis de jogadores são obtidos com base em sua auto-eficácia, desempenho esportivo e demarcação: jogadores defensivos (alta auto-eficácia e desempenho de defesa), compostos por goleiros e defensores; jogadores de corte ofensivo (alta auto-eficácia e desempenho em ataque), constituídos por meio-campistas e atacantes; e jogadores defensivos-ofensivos (alta auto-eficácia e desempenho de ataque e defesa), consistindo em forwards, meio-campistas, defensores e goleiros. Conclui-se que uma alta auto-eficácia favorece níveis mais altos de desempenho atlético e que a tendência de ataque ou defensiva do jogador é multifatorial (física, técnica, tática e psicológica) e produto de seu desenvolvimento histórico-esporte (influência do treinador, filosofia do jogo e demarcação).

Palavras chave: jogador de futebol, auto-eficácia, desempenho esportivo e demarcação.

INTRODUCCIÓN

El concepto de expectativa de autoeficacia (a partir de ahora autoeficacia) hace referencia a la creencia sobre las capacidades propias para manejar adecuadamente ciertos estresores de la vida, el cual influye en cómo la gente siente, piensa y actúa (Bandura, 1997, 2001; Halper y Vancouver, 2016; Mouloud y El-Kadder, 2016). Tal percepción da cuenta de la construcción de una interpretación subjetiva de la propia competencia en aspectos claramente diferenciables, es decir, el sujeto evalúa sus propias capacidades y las dimensiona en relación con la tarea, basándose en la información que tiene de sus anteriores ejecuciones, de la experiencia de otros y de la persuasión social, entre otras fuentes de autoeficacia. Además, como señala Bandura (1997, 2001), la autoeficacia se diferenciaría de la expectativa de resultado, en que esta última hace referencia a la percepción de las posibles consecuencias de una acción (éxito/ fracaso).

En los últimos 20 años, la autoeficacia ha sido una de las variables psicológicas más importantes de estudio en relación al rendimiento deportivo. Realizando una revisión sobre la temática, se observa una relación positiva entre la autoeficacia y el rendimiento deportivo (Abalde y Pino, 2016; Balaguer, Escartí y Villamarín, 1995; Barker y Jones, 2013; Beattie, Fakehy y Woodman, 2014; Doody, 1999; Eccles y Wigfield, 2002; Estevan, Álvarez y Castillo, 2016; Estevan, Álvarez, Falcó y Castillo, 2014; Feltz y Mack, 2000; Garza y Feltz, 1998; González-Campos, Valdivia-Moral, Zagalaz y Romero, 2015; Guillén-Rojas, 2007; Halper y Vancouver, 2016; Hernández, Velázquez, Martínez, Garoz y Tejero, 2011; Kitsantas y Zimmerman, 1998; Lázaro y Villamarín, 1993; Lewis, Williams, Frayeh y Marcus, 2016; Lowther, Lane y Lane, 2002; Moritz, Feltz, Fährbach y Mack, 2000; Mouloud y El-Kadder, 2016; Reigal, Videra y Gil, 2014; Wright, O'Halloran, y Stukas, 2016). Estos autores sugieren que la percepción baja de la propia capacidad se asocia a mayores dificultades para mantener el sentimiento de competencia en la actividad y a la presentación de conductas como ausentismo, falta de esfuerzo, abandono de la actividad y deterioro de la ejecución, mientras que cuando la percepción de capacidad es alta, se presentan patrones de conducta adaptativas vistos en el esfuerzo, la motivación por la actividad y una mejora de la ejecución.

Al respecto, cabe destacar algunas cuestiones. Por un lado, la autoeficacia es un determinante importante de la conducta sólo cuando existen ciertas expectativas de resultado, y además, están presentes los incentivos apropiados y las destrezas necesarias para llevarla a cabo (Bandura, 1997, 2001). Por otro, la autoeficacia se relaciona positivamente con el rendimiento deportivo, principalmente, cuando la persona tiene cierta experiencia, y sobre todo, si es experta (Bandura, 2001; Feltz y Mack, 2000; Lowther et al., 2002; Schinke y Costa, 2001), tiene comprensión clara de la tarea a realizar, existe una repetición prolongada en el tiempo de la misma (Beattie et al., 2014; Feltz y Mack, 2000; Reigal et al., 2014) y comprende cierto grado de complejidad (Beattie et al., 2014; Feltz y Mack, 2000).

Respecto a la valoración de la autoeficacia, se han utilizado medidas generales y específicas para el deporte concreto. La autoeficacia general, se entiende como un constructo global que hace referencia a la creencia estable que tiene un individuo sobre su capacidad para manejar adecuadamente una amplia gama de estresores de la vida cotidiana en diferentes contextos (Estevan et al., 2014; Martínez-Romero, Molina y Oriol-Granado, 2016; Sanjuán, Pérez-García y Bermúdez, 2000), como por ejemplo, jugar al fútbol y hacer frente a las diferentes situaciones deportivas. Por el contrario, la autoeficacia específica se define como la capacidad percibida de ejecución de las sub-habilidades que componen el rendimiento individual, valorando si la persona se siente capaz de llevarla a cabo (Bandura, 1997, 2001), como por ejemplo, la habilidad de un jugador de fútbol de recuperar balones, regatear, tirar a puerta, etc.

Por último, en relación a estas cuestiones, cabe destacar que existen instrumentos ya creados y validados por parte de autores reconocidos en el campo (Bässler y Schwarzer, 1996; Hernández et al., 2011; Short, Sullivan, y Feltz, 2009). Además, otros investigadores han centrado sus esfuerzos en evaluar la eficacia colectiva, entendida como las creencias compartidas del grupo en el conjunto de sus capacidades para organizar y ejecutar las acciones requeridas para producir los objetivos establecidos (Heuzé, Sarrazin, Masiero, Raimbault y Thomas, 2007; Leo, García-Calvo, Parejo, Sánchez-Miguel y Sánchez-Oliva, 2010). Aunque ambas cuestiones son relevantes y podrían ser objeto de estudio, en el

presente trabajo se ha decidido estudiar la autoeficacia y el rendimiento deportivo a partir de la elaboración de instrumentos creados a medida, como se comentará posteriormente, tal y como sugiere Bandura (1997, 2001). Esto es debido a que se evidencian relaciones más fuertes con el rendimiento deportivo cuando las medidas de autoeficacia evaluadas determinan los propios comportamientos requeridos en la acción real (p. ej., medir la autoeficacia en defensa y el rendimiento en defensa del jugador), por lo que se sugiere que las investigaciones intenten desarrollar medidas de autoeficacia y rendimiento específicas al deporte de estudio (Estevan et al., 2016; Hernández et al., 2011; Feltz y Mack, 2000; Leo et al., 2010; Lowther et al., 2002; Moritz et al., 2000).

Partiendo de la revisión realizada, el objetivo del presente trabajo es el de analizar la relación entre la autoeficacia específica (competencia percibida en defensa y ataque) y el rendimiento individual deportivo (medidas objetivas y subjetivas sobre la ejecución en ataque y defensa) en una muestra de jugadores de fútbol de rendimiento. Además, como análisis exploratorio se estudia los posibles perfiles de los individuos en función de la autoeficacia, el rendimiento deportivo y la demarcación dentro del terreno de juego (portero, defensa, centrocampista y delantero), debido a que como indica García-Naveira (2010), pueden existir diferencias en personalidad y el rendimiento deportivo en función del puesto de juego.

Como predicción e hipótesis de trabajo se establece que la autoeficacia en defensa se relaciona positivamente con el rendimiento en defensa, mientras que la autoeficacia en ataque se relaciona positivamente con el rendimiento en ataque de los deportistas

MATERIAL Y MÉTODOS

Participantes

La constitución de la muestra ha sido de carácter incidental en la que se accedió a 11 equipos de fútbol de la Comunidad de Madrid, respetando lo establecido en el Apartado IV (arts. 33 a 38) del Código Deontológico de la Psicología, que incluye la solicitud de autorización a la familia en los jugadores menores de edad. La muestra está constituida por 172 jugadores de fútbol (hombres) con edades comprendidas entre los 14 y 20 años ($M = 16.1$; $D.T$

$= 3.2$), de los cuales 65 pertenecen a la categoría por edad cadete (14-15 años; $n = 30$ de la categoría deportiva de División de Honor y $n = 35$ de Autonómica), 72 de juvenil (16-18 años; $n = 31$ de la categoría deportiva de División de Honor y $n = 41$ de Liga Nacional) y 35 de senior (19-20 años; $n = 14$ a la categoría deportiva de Tercera división y $n = 31$ de Segunda división "b"). Los deportistas entrenan 4 días a la semana en sesiones de 1.5 horas y compiten en partidos federados los fines de semana, por lo que practican su deporte unas 8 horas semanales. Además, los jugadores tienen una amplia experiencia en el fútbol (M años experiencia = 10.2; $D.T$ años de experiencia = 5.4).

Por último, señalar que los jugadores fueron agrupados según su demarcación en el terreno de juego: 17 porteros, 58 defensas, 66 centrocampistas y 31 delanteros.

Instrumentos

Edad, sexo y nivel deportivo

Esta información fue extraída directamente de la ficha personal de cada deportista facilitado por cada equipo.

Autoeficacia en defensa y ataque

Para medir la autoeficacia específica, se les aplicó dos ítems diseñados para el presente estudio (ver Anexo 1), ya que principalmente existen dos situaciones deportivas en el fútbol en la que los jugadores tienen que dar respuesta, como son el ataque (cuando el equipo tiene el balón) y la defensa -cuando el equipo rival tiene el balón- (García-Naveira, 2010; Leo et al., 2010; Losada y Leiva, 2016). El formato de respuesta fue de tipo *likert*, en la que los sujetos debían puntuar desde 1 (nada eficaz) a 10 (totalmente eficaz) cada uno de los ítems. Los dos ítems se han diseñado siguiendo las principales consideraciones de Bandura (2001) para evaluar la autoeficacia.

Para medir la consistencia interna de los ítems (ataque y defensa) se utilizó el Coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo un alfa de .71.

Rendimiento deportivo

Como indican Feltz y Mack (2000) y García-Naveira (2010), la mejor forma de evaluar el rendimiento deportivo es a través de medidas objetivas (registro observacional de acciones del juego) y medidas subjetivas (registro de auto-valoración del rendimiento de los jugadores y/o valoración del entrenador sobre sus jugadores), para de esta forma

tener una visión analítica y global del mismo. Ambos aspectos se han evaluado en el presente trabajo.

Por un lado, se ha utilizado la metodología observacional para el registro del rendimiento deportivo durante la competición, mediante la grabación en una video-cámara digital (modelo Sony DCR-SR32) y el análisis posterior en una televisión (modelo Samsung de 32 pulgadas), que en la actualidad, y debido al rápido avance de los recursos tecnológicos, es un medio habitual de acceso a la información (Anguera y Hernández-Mendo, 2014, 2016). Los indicadores de rendimiento han sido conceptualizados como la selección de conductas que definen algún aspecto del rendimiento y ayudan a su valoración (Vales, Blanco, Areces y Arce, 2015). Como dimensiones a registrar, se han seleccionado conductas deportivas que reflejan acciones relevantes del fútbol, divididas en dos categorías: defensa y ataque (García-Naveira, 2010; Leo et al., 2010; Losada y Leiva, 2016). Así, dentro de las diferentes opciones de registro de acciones del juego en el fútbol (García-Naveira, 2010; Reina-Gómez y Hernández-Mendo, 2012), en defensa se registró la frecuencia de las acciones “balones recuperados” y “despejes”, mientras que en ataque se registraron acciones como “pases cortos” y “pases largos”. Una vez seleccionadas las categorías y acciones de juego a registrar, 5 expertos (entrenadores con titulación de nivel 3 en fútbol, con al menos 5 años de experiencia) definieron y acordaron los criterios de cada una de ellas (ver Tabla 1). Estas categorías y acciones se integraron en un instrumento elaborado *ad hoc* para el registro de frecuencias del rendimiento de los jugadores de fútbol

Tabla 1. Categorías, acciones deportivas registradas y su definición.

Acción defensiva	“Cuando el rival posee el balón”
Balones recuperados	“El jugador corta la acción de juego de ataque del equipo rival y la posesión pasa a su equipo”
Despejes	“El jugador intercepta la acción de juego de ataque del equipo rival y el balón es despejado fuera de esa zona sin importar el receptor posterior”
Acciones de ataque	“Cuando el equipo posee el balón”
Pases cortos	“Pases correctos a un compañero de equipo a una distancia inferior a 10

	metros”
Pases largos	“Pases correctos a un compañero de equipo a una distancia superior a 10 metros”

Por otro lado, respecto a las medidas subjetivas del rendimiento, en la línea establecida por otros autores (García-Naveira y Día-Morales, 2010; García-Naveira y Remor, 2011; Lowther et al., 2002) se solicitó que los jugadores valorasen su propio rendimiento después del partido. A diferencia de estos estudios que obtenían una puntuación global de rendimiento, siguiendo con lo establecido con anterioridad, los deportistas valoraron su rendimiento en ataque y en defensa. El formato de respuesta fue de tipo *likert*, en la que los sujetos debían puntuar desde 1 (malo) a 10 (muy bueno) cada uno de los ítems (ver Anexo 2).

Procedimiento

La evaluación de la autoeficacia se realizó de forma grupal una hora antes del inicio del partido, la cual tuvo una duración de 2 minutos aproximado en una sala de las instalaciones deportivas que reunía las condiciones necesarias para su uso (temperatura, iluminación, ruidos, materiales para su adecuada cumplimentación e instrucciones adecuadas). A los jugadores se les explicó que iban a participar en una investigación sobre personalidad y deporte, y que dichos resultados podían ser comentados, individualmente, al terminar la temporada. Todos los jugadores participaron de modo voluntario en la investigación y no recibieron incentivos materiales para ello. La evaluación de cada partido fue realizada por un psicólogo con formación en Psicología del Deporte. Participaron un total de 5 psicólogos, con una experiencia profesional entre 2 a 4 años y edades comprendidas entre 26 y 28 años.

La observación se realizó sobre partidos de fútbol grabados en vídeo-cámara digital visualizados a velocidad normal de reproducción. La video-cámara ha sido colocada con un trípode en la zona central del campo, sobre la grada del mismo. La imagen registra la evolución espacial del juego siguiendo en todo momento al jugador portador del balón y su actuación.

La observación y el correspondiente registro han sido realizados por el segundo entrenador (con titulación de nivel 2 o 3 en fútbol) y preparador físico de cada equipo, ambos con una experiencia profesional entre 4 y 8 años y edades comprendidas

entre los 28 y 38 años, entrenados específicamente para este estudio (explicación de las conductas a registrar, presentación de ejemplos con imágenes de las conductas a registrar en un video de 5 minutos de duración y práctica de registro de las conductas deportivas en un partido de entrenamiento de su equipo con una duración de 30 minutos). Desde una perspectiva cuantitativa, se ha valorado la correlación de Pearson para hallar la fiabilidad de los registros ($r = .95$). Este índice se ha determinado a través de la frecuencia de todas las acciones objeto de estudio para dos observadores diferentes. Cada jugador fue evaluado en un único partido de local, el cual se seleccionó por criterios de accesibilidad o viabilidad, en el que los jugadores tenían como requisito haber jugado la totalidad del partido

El registro de la medida subjetiva del rendimiento fue realizado por el psicólogo evaluador de la autoeficacia, la cual tuvo una duración de 2 minutos aproximado después del partido. Treinta minutos aproximadamente después del partido, a los jugadores se les administró unos ítems para que valorasen su rendimiento en ataque y en defensa en relación al tiempo total del partido. Por tanto, la medida objetiva y subjetiva del rendimiento fueron tomados en el mismo partido.

Análisis estadístico

Para el estudio se utilizó la correlación de Pearson para calcular las relaciones entre los dos sub-tipos de autoeficacia (ataque / defensa) y el rendimiento (objetivo o subjetivo en ataque y defensa), se aplicó la técnica de análisis de Cluster exploratorio para clasificar a los jugadores en diferentes grupos según su autoeficacia (ataque / defensa), rendimiento (ataque/defensa) y una tabla de contingencia para relacionar los diferentes grupos obtenidos con la demarcación que ocupan los jugadores en el terreno de juego. Todo esto se ha llevado a cabo a través del paquete estadístico SPSS (versión 19.0).

RESULTADOS

Los análisis de normalidad de las escalas de ataque y defensa para la muestra global muestran como en todos los casos se cumplen los supuestos de normalidad ($p > .05$). A continuación, se presentan los resultados en cuanto a la relación entre autoeficacia y rendimiento deportivo, y

posteriormente, como análisis exploratorio, los perfiles de los individuos en función de estas variables, así como la composición según su demarcación dentro del terreno de juego.

Autoeficacia y rendimiento deportivo

Los resultados indican que existe una relación moderada entre las variables estudiadas (autoeficacia y rendimiento). Tras realizar un análisis de correlación de Pearson, la autoeficacia en ataque correlaciona positivamente con pases cortos ($r = .38$; $p < .05$), pases largos ($r = .35$; $p < .05$) y rendimiento en ataque ($r = .52$; $p < .05$). Por su parte, la autoeficacia en defensa se asocia positivamente con los balones recuperados ($r = .42$; $p < .05$), despejes ($r = .38$; $p < .05$) y rendimiento en defensa ($r = .57$; $p < .05$). Los resultados se presentan en la Tabla 2.

Por último, se observa una correlación significativa y negativa entre la autoeficacia en ataque y la autoeficacia en defensa ($r = .36$; $p < .05$).

Tabla 2. Correlación de Pearson entre las medidas de autoeficacia e indicadores de rendimiento ($n = 172$).

	PC	PL	BR	D	RA	RD
AA	.38*	.35*	.10	.16	.52*	.08
AD	.15	.04	.42*	.38*	.14	.57*

AA = Autoeficacia Ataque; AD = Autoeficacia Defensa; PC = Pases Cortos; PL = Pases Largos; BR = Balones Recuperados; D = Despejes; RA = Rendimiento Ataque; RD = Rendimiento Defensa.

* $p < .05$

Perfiles de los jugadores según su autoeficacia y el rendimiento deportivo.

Para realizar el análisis de Cluster exploratorio, se ha utilizado las medidas de autoeficacia (defensa/ataque) y las del rendimiento subjetivo (defensa/ataque) debido a que ambas son medidas nominales. Se observan diferencias significativas en las variables autoeficacia en defensa ($F_{2,169} = 136.9$, $p < .001$), autoeficacia en ataque ($F_{2,169} = 144.5$, $p < .001$), rendimiento en ataque ($F_{2,169} = 138.2$, $p < .001$) y rendimiento en defensa ($F_{2,169} = 142.5$, $p < .001$).

Los datos indican la formación de 3 grupos de jugadores bien diferenciados. El grupo 1 tiene una puntuación media en autoeficacia en defensa de 5.02,

una autoeficacia en ataque de 8.25, un rendimiento en defensa de 5.88 y un rendimiento en ataque de 8.15. El grupo 2 tiene una puntuación media en

Demarcación	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Total
Delanteros	18	2	11	31
Centrocampistas	35	6	25	66
Defensas	2	35	21	58
Porteros	1	10	6	17
Total grupos	56	53	63	172

autoeficacia en defensa de 7.55, una autoeficacia en ataque de 5.13, un rendimiento en ataque de 5.72 y

	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	F (2, 169)
Autoeficacia defensa	5.02	7.55	7.70	136.9***
Autoeficacia ataque	8.25	5.13	7.95	144.5***
Rendimiento ataque	8.15	5.76	7.30	138.2***
Rendimiento defensa	5.88	7.86	7.55	142.5***
Número de sujetos	56	53	63	

un rendimiento en defensa de 7.86. El grupo 3 tiene una puntuación media de una autoeficacia en defensa de 7.70, una autoeficacia en ataque de 7.95, un rendimiento en ataque de 7.30 y un rendimiento en defensa de 7.55. Los resultados se presentan en la Tabla 3.

Tabla 3. Centros de los conglomerados para las variables autoeficacia y rendimiento deportivo subjetivo ($n = 172$).

*** $p < .001$

Estudio de los perfiles en función de la posición del jugador en el terreno de juego.

Se observan diferencias significativas entre la composición de los diferentes grupos en función de la demarcación de los jugadores [$\chi^2(6) = 70.37$; $p < .01$; $C = .539$]. El grupo 1 está integrado por 18 delanteros (58% del total de delanteros), 35 centrocampistas (53% del total de centrocampistas), 2 defensas (4% del total de defensas) y 1 portero (6% del total de porteros). El grupo 2 está compuesto por 2 delanteros (6% del total de delanteros), 6 centrocampistas (9% del total de centrocampistas), 35 defensas (60% del

total de defensas) y 10 porteros (59% del total de porteros) En el grupo 3 está combinado por 11 delanteros (36% del total de delanteros), 25 centrocampistas (38% del total de centrocampistas), 21 defensas (36% del total de defensas) y 6 porteros (35% del total de porteros). Los resultados se presentan en la Tabla 4.

Tabla 4. Tabla de contingencia. Relación entre el grupo (autoeficacia y rendimiento) y la posición que ocupa el jugador en el terreno de juego ($n = 172$).

DISCUSIÓN

Partiendo de la revisión realizada, los objetivos establecidos y resultados del presente estudio, en primer lugar se discute la hipótesis planteada en relación a la autoeficacia y el rendimiento deportivo, y posteriormente, los perfiles de los individuos en función de estas variables, así como su composición según la demarcación dentro del terreno de juego.

Autoeficacia y rendimiento en fútbol

Los resultados confirman la hipótesis planteada, en el que la autoeficacia en defensa se relaciona positivamente con el rendimiento en defensa (subjetivo y objetivo), mientras que la autoeficacia en ataque se relaciona positivamente con el rendimiento en ataque (subjetivo y objetivo) de los deportistas. Estos datos apoyan a los trabajos que indican que los deportistas que tienen una mayor autoeficacia obtienen un mayor rendimiento deportivo (Abalde y Pino, 2016; Balaguer et al., 1995; Barker y Jones, 2013; Beattie et al., 2014; Doody, 1999; Eccles y Wigfield, 2002; Estevan et al., 2016; Estevan et al., 2014; Feltz y Mack, 2000; Garza y Feltz, 1998; González-Campos et al., 2015; Guillén-Rojas, 2007; Halper y Vancouver, 2016; Hernández et al., 2011; Kitsantas y Zimmerman, 1998; Lázaro y Villamarín, 1993; Lewis et al., 2016; Lowther et al., 2002; Moritz et al., 2000; Mouloud y El-Kadder, 2016; Reigal et al., 2014; Wright et al., 2016).

Como indican Bandura (2001) y Feltz y Mack, (2000), destacar que en el presente estudio ha existido una concordancia entre la medida de la autoeficacia y la medida de rendimiento (ataque/defensa), aspecto que ha favorecido dicha relación. A pesar de ello, hay que tener presente que, en el actual trabajo, la relación obtenida es moderada entre los factores estudiados, pudiendo influir otras variables como las psicológicas (p. ej., motivacionales), físicas (p. ej., estado de forma), técnicas (p. ej., habilidad

para dar un pase) y tácticas (p. ej., posicionamiento en el terreno de juego), entre otras (p. ej., dificultad del rival). Por ello, la autoeficacia se puede considerar como una variable cognitiva que posibilita en cierta medida la explicación y predicción del rendimiento del deportista, aunque por sí sola no puede dar cuenta de todos los cambios conductuales y esta relación no puede ser considerada causal.

También cabe señalar que, la correlación entre la autoeficacia y las medidas subjetivas de rendimiento son mayores que la relaciones con las medidas objetivas. Conclusiones similares fueron obtenidas por otros autores (Bandura, 2001; Feltz y Mack, 2000). Las creencias de los deportistas en sus capacidades para atacar o defender predicen mejor el rendimiento cuando se valoran o miden diferentes acciones y no solo un aspecto relevante del juego. Este aspecto puede ser debido a que cuando un jugador piensa en su eficacia (defensa/ataque) tras este concepto o pregunta, se esconden diferentes acciones o comportamientos. En este caso, se ha medido objetivamente algunas de estas acciones (pase corto, pase largo, balones recuperados y despejes), pero hay otras que también intervienen en la valoración de la eficacia del jugador (repliegue, tiros, regates, etc.).

Otra cuestión a considerar son las altas puntuaciones en autoeficacia y rendimiento de los deportistas. Esto puede ser debido al perfil de la muestra y la tarea a desarrollar. Por un lado, los jugadores pueden ser considerados como expertos (Bandura, 2001; Feltz y Mack, 2000; Lowther et al., 2002; Schinke y Costa, 2001) debido a sus años de experiencia, nivel competitivo, días y horas de entrenamiento semanal, etc. Además, partiendo de Bandura (2001), se entiende que poseen las destrezas y motivaciones necesaria para realizar las acciones (ataque/ defensa) al ser deportistas de rendimiento. Por otro lado, realizan tareas que repiten habitualmente (Beattie et al., 2014; Feltz y Mack, 2000; Reigal et al., 2014) y tiene cierto grado de complejidad (Beattie et al., 2014; Feltz y Mack, 2000), como puede ser las acciones propias del juego (ataque/ defensa) y la oposición del rival, tanto en los entrenamientos como en la propia competición.

Perfiles de los jugadores: autoeficacia, rendimiento deportivo y demarcación.

Según el análisis realizado, se pueden clasificar tres grupos en función de la autoeficacia, el rendimiento de los jugadores de fútbol y la demarcación. El

primero de ellos, posee una alta autoeficacia en ataque, una media autoeficacia en defensa, un rendimiento medio en defensa y un alto rendimiento en ataque. Son jugadores que se sienten muy capaces de atacar y obtienen un alto rendimiento en ataque. A este grupo se le ha llamado “jugadores de corte ofensivo”, constituido principalmente por delanteros y centrocampistas. En el segundo grupo, los jugadores tienen una alta autoeficacia en defensa, una media autoeficacia en ataque, un rendimiento medio en ataque y un rendimiento alto en defensa. Integra a jugadores que se sienten muy capaces de defender y tienen un alto rendimiento al defender. A este grupo se le ha llamado “jugadores de corte defensivo”, integrado principalmente por defensas y porteros. En el tercer grupo, se observan jugadores con una alta autoeficacia tanto en ataque como en defensa, y un alto rendimiento al atacar y defender. Son jugadores que se valoran con una alta capacidad a la hora de atacar y defender y obtienen un alto rendimiento en ataque y defensa. A este grupo se le ha llamado “jugadores de corte ofensivo-defensivo”, repartidos equilibradamente por delanteros, centrocampistas, defensas y porteros.

Una posible explicación a los diferentes perfiles de jugadores encontrados, es que, no es extraño hallar deportistas que por sus características físicas (p. ej., velocidad), técnicas (p. ej., regate), tácticas (p. ej., lectura del juego) y psicológicas (p. ej., intensidad y agresividad) estén más capacitados para desarrollar una u otras funciones dentro del terreno de juego. A esto habría que sumarle el aprendizaje histórico-deportivo que ha tenido el jugador en los diferentes equipos con los que ha jugado, en los que se le habrá inculcado (influencia del entrenador, la filosofía de juego y demarcación) una o ambas tendencias (ataque / defensa).

En cuanto a los ítems de autoeficacia, tienen un buen índice de fiabilidad, es de fácil aplicación y tiene una buena capacidad predictiva del rendimiento (ataque/ defensa) de los jugadores de fútbol. Además, ambos ítems correlacionan de forma negativa y moderada, por lo que son dos polos relativamente independientes, aunque la tendencia es que el deportista cuanto más ataca menos defiende.

CONCLUSIONES

Se concluye que una alta autoeficacia favorece niveles más altos de rendimiento deportivo, y que la tendencia atacante o defensiva del jugador es

multifactorial (física, técnica, táctica y psicológica) y producto de su desarrollo histórico-deportivo.

APLICACIONES PRÁCTICAS

En cuanto a la aplicabilidad del presente trabajo, el psicólogo del deporte puede trabajar de forma indirecta con el entrenador o directa con el deportista para mejorar psicológicamente al deportista (Cantón, 2016). El psicólogo del deporte puede colaborar con el entrenador ofreciendo asesoramiento, orientación e información sobre la autoeficacia del jugador (cumpliendo con la ley de protección de datos y confidencialidad) y cómo mejorarla, para que sea el mismo entrenador el que intervenga con el deportista. Es importante la labor del entrenador para potenciar la autoeficacia de los deportistas ofreciendo información de la tarea a realizar, *feedback* específico sobre la propia ejecución (estado actual de rendimiento), ofreciendo modelos cercanos de la conducta a realizar, creando entrenamientos atractivos que generen disfrute, facilitando experiencias de éxito, entre otras fuentes de autoeficacia (Halper y Vancouver, 2016; Lewis et al., 2016; Mouloud y El-Kadder, 2016; Reigal et al., 2014; Wright et al., 2016).

Por otro lado, el psicólogo del deporte utiliza una variedad de habilidades psicológicas y técnicas para el entrenamiento de los niveles de autoeficacia de los deportistas, como son la visualización, autoinstrucciones, parada de pensamientos, establecimiento de objetivos, reestructuración cognitiva, etc. (Barker y Jones, 2013; Estevan et al., 2016; Lowther et al., 2002).

En ambos casos (intervención directa o indirecta), se requiere de un seguimiento de la autoeficacia (evaluación) como indicador para poder desarrollarla y/o intervenir con suficiente antelación (p. ej., entre 3-5 días anteriores a un partido) para que el jugador ofrezca niveles más elevados desde los entrenamientos a la competición.

Dentro de las limitaciones del estudio, destacar que solo se ha evaluado un partido de fútbol por cada deportista (autoeficacia y rendimiento), todos eran hombres, jugadores de fútbol, expertos, no se tuvo en cuenta la posible relación o influencia de la edad de los mismos y no se evaluó la eficacia colectiva. Tampoco se evaluó las expectativas de resultado, habilidades (técnica, física, táctica y psicológica) y motivaciones de los individuos.

En cuanto al rendimiento, la evaluación subjetiva solo la ha realizado el jugador, pudiéndose complementar con la valoración del entrenador y el resto de jugadores del equipo como indican Feltz y Mack (2000) y García-Naveira (2010), mientras que el registro objetivo de acciones de juego estaban limitadas a unas concretas, pudiéndose ampliar a otras como las que presenta el trabajo de Reina-Gómez y Hernández-Mendo (2012). Además, teniendo en cuenta el doble análisis que se hace respecto del rendimiento (objetivo y subjetivo) parece haber una discordancia entre las acciones de juego y demarcaciones de los participantes y la especificación del instrumento de recogida de información que únicamente diferencia “ataque” y “defensa”, hecho que tal vez se podría solventar usando un instrumento derivado del sistema de evaluación de la eficacia colectiva (Heuzé et al., 2007; Leo et al., 2010), adaptado a la táctica específica al deporte estudiado (fútbol).

Por último, respecto a la medida de la autoeficacia, solo tenía dos ítems, recomendándose un mínimo de tres a nivel metodológico (Gosling, Rentfrow y Swann, 2003). A pesar de ello, otros instrumentos de medida de la personalidad (p.ej. TIPI) integran dos ítems entre sus factores, reportando una correcta fiabilidad (Renau, Oberst, Gosling, Rusiñol y Chamarro, 2013). Esta cuestión se debe de atender en futuros trabajos al desarrollar la medida de autoeficacia.

Por ello, como perspectiva futura, se propone profundizar en los resultados obtenidos y realizar un estudio más amplio desde una perspectiva multifactorial. Se sugiere efectuar una investigación longitudinal de las variables estudiadas, analizar las diferencias en función del sexo, tipo de deporte, edad, años de experiencia y nivel de competición. Medir también la eficacia colectiva, expectativas de resultado, habilidades y motivación de los deportistas. Respecto al rendimiento, registrar conjuntamente la valoración subjetiva del jugador, compañeros y la del entrenador, así como ampliar el registro objetivo de las conductas estudiadas. Y por último, realizar intervenciones para la mejora de la autoeficacia desde una perspectiva directa e indirecta del trabajo profesional del psicólogo del deporte.

REFERENCIAS

1. Abalde, N. y Pino, R. (2016). Evaluación de la autoeficacia y de la autoestima en el rendimiento deportivo en judo. *Retos*, 29, 109-113.

2. Anguera, M. T. y Hernández-Mendo, A. (2014). Metodología observacional y psicología del deporte: Estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 103-109.
3. Anguera, M. T. y Hernández-Mendo, A. (2016). Avances en estudios observacionales de ciencias del deporte desde los *mixed methods*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 17-30.
4. Balaguer, I., Escartí, A. y Villamarín, F. (1995). Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: Estado actual de la investigación. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48(1), 139-159.
5. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
6. Bandura, A. (2001). *Guide for constructing self-efficacy scales*. Stanford, CA: Stanford University.
7. Barker, J. B. y Jones, M. V. (2013). Using hypnosis to enhance self-efficacy in sport performers. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 7(3), 228-247. DOI: 10.1123/jcsp.7.3.228
8. Bäessler, J. y Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de autoeficacia general. *Ansiedad y Estrés*, 2(1), 1-8.
9. Beattie, S., Fakehy, M. y Woodman, T. (2014). Examining the moderating effects of time on task and task complexity on the within person self-efficacy and performance relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(6), 605-610.
10. Cantón, E. (2016). La especialidad profesional en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1(e2), 1-12. DOI: 10.5093/rpadef2016a2
11. Doody, S. M. (1999). The relationship between self-efficacy and female collegiate tennis performance. Dissertation Abstracts International: Section B. *The Sciences and Engineering*, 60(3B): 1298.
12. Eccles, J. S. y Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53, 109-132.
13. Estevan, I., Álvarez, O. y Castillo, I. (2016). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51-64
14. Estevan, I., Álvarez, O., Falcó, C. y Castillo, I. (2014). Self-efficacy and performance of the roundhouse kick in taekwondo. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 9(2), 97-105.
15. Feltz, D. y Mack, D. (2000). The relation of self-efficacy measures to sport performance: a meta-analytic review. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(3), 280-294. DOI: 10.1080/02701367.2000.10608908
16. García-Naveira, A. (2010). *Diferencias individuales en Estilos de Personalidad y rendimiento en deportistas*. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado el 5 de agosto de 2017, de: <http://eprints.ucm.es/9859/1/T31529.pdf>
17. García-Naveira, A. y 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(1), 45-60.
18. García-Naveira, A. y 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(2), 477-487.
19. Garza, D. L. y Feltz, D. L. (1998). Effects of selected mental practice on performance, self-efficacy, and competition confidence of figure skaters. *Sport Psychologist*, 12(1), 1-15.
20. González-Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, M. L., y Romero, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: Revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(1), 95-101.
21. Gosling, S. D., Rentfrow, P. J. y Swann, W. B. (2003). A very brief measure of the big five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528. DOI: 10.1016/S0092-6566(03)00046-1
22. Guillén-Rojas, N. (2007). Implicaciones de la autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 9(3), 21-32.
23. Halper, L. y Vancouver, J. (2016). Self-efficacy's influence on persistence on a physical task: Moderating effect of performance feedback ambiguity. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 170-187.
24. Hernández, J. L., Velázquez, R., Martínez, M. E., Garoz, I., y Tejero, C. (2011). Escala de autoeficacia motriz: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 13-28.
25. Heuzé, J. P., Sarrazin, P., Masiero, M., Raimbault, N. y Thomas, J. P. (2007) The relationships of perceived motivational climate to cohesion and collective efficacy in elite female teams. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18(3), 201-218. DOI: 10.1080/10413200600830273
26. Kitsantas, A. y Zimmerman, B. J. (1998). Self-regulation of motoric learnig: A strategic cycle view. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(2), 220-239.
27. Lázaro, I. y Villamarín, F. (1993). Capacidad predictiva de la autoeficacia individual y colectiva sobre el rendimiento en jugadores de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 27-38.
28. Leo, F. M., García-Calvo, T., Parejo, I., Sánchez-Miguel, P. y Sánchez-Oliva, D. (2010). Interacción de la cohesión en la eficacia percibida, las expectativas

- de éxito y el rendimiento en equipos de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 1-14.
29. Lewis, B., Williams, D., Frayeh, A. y Marcus, B. (2016). Self-efficacy versus perceived enjoyment as predictors of physical activity behavior. *Psychology & Health*, 31(4), 456-469. DOI: 10.1080/08870446.2015.1111372
30. Losada, J. y Leiva, D. (2016). Estudio sobre la calidad de un instrumento de observación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 43-50.
31. Lowther, J., Lane, A. y Lane, H. (2002). Self-efficacy and psychological skills during The Amputee Soccer World Cup. *Athletic Insight (On-Line)*, 4. Recuperado el 10 de junio de 2017, de: <http://www.athleticinsight.com/Vol4Iss2/SoccerSelfEfficacy.htm>.
32. Martínez-Romero, M., Molina, V.M. y Oriol-Granado, X. (2016). Desarrollo y validación del cuestionario de autoconfianza en competición CACD para deportes individuales y colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 13-20.
33. Moritz, S. E., Feltz, D. L., Fahrbach, K. R. y Mack, D. E. (2000). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(3), 280-294. DOI: 10.1080/02701367.2000.10608908
34. Mouloud, K. y El-Kadder, B. (2016). Self-efficacy, achievement motivation and anxiety of elite athletes. *Journal of Sports and Physical Education*, 3(4), 45-48.
35. Reigal, R., Videra, A. y Gil, J. (2014). Práctica física, autoeficacia general y satisfacción vital en la adolescencia. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(55), 561-576.
36. Reina-Gómez, A. y Hernández-Mendo, A. (2012). Revisión de indicadores de rendimiento en fútbol. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 1(1), 1-14.
37. Renau, V., Oberst, U., Gosling, S. D., Rusiñol, J. y Chamarro, A. (2013). Translation and validation of the Ten-Item Personality Inventory into Spanish and Catalan. *Aloma. Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 31, 85-97.
38. Sanjuán, P., Pérez, A. M., y Bermúdez, J. (2000). Escala de autoeficacia general: datos psicométricos de la adaptación para población española. *Psicothema*, 12(2), 509-513.
39. Schinke, R. J. y Costa, J. L. (2001). A plausible relationship between support infrastructure and major game performance. *Athletic Insight (On-Line)*, 3. Recuperado el 08 de junio de 2017, de: <http://www.athleticinsight.com/Vol3Iss2/SupportInfrastructure.htm>.
40. Short, S., Sullivan, P., y Feltz, D. (2009). Development and preliminary validation of the collective efficacy questionnaire for sports. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9(3), 181-202. DOI: 10.1207/s15327841mpee0903_3
41. Vales, A., Blanco, H., Areces, A. y Arce, C. (2015). Perfiles de rendimiento de selecciones ganadoras y perdedoras en el Mundial de Fútbol Sudáfrica 2010. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 111-118.
42. Wright, B., O'Halloran, P. y Stukas, A. (2016). Enhancing self-efficacy and performance: An experimental comparison of psychological techniques. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(1), 36-46. DOI: 10.1080/02701367.2015.1093072

ANEXO I

Items de autoeficacia individual en defensa y ataque:

A continuación se describen una serie de tareas específicas del deporte que practicas. Nos interesa conocer el grado de eficacia que tienes a la hora de realizar cada una de esas tareas en el momento presente. Para ello, has de responder a una serie de cuestiones que tienes que valorar en una escala de 1 a 10, donde “1 significa nada eficaz” y “10 totalmente eficaz”.

1. En general, mi eficacia a la hora de **defender** es:

Nada eficaz 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
Totalmente eficaz

2. En general, mi eficacia a la hora de **atacar** es:

Nada eficaz 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
Totalmente eficaz

ANEXO II

Valoración subjetiva del rendimiento individual en defensa y ataque:

A continuación, te pedimos que valores tu rendimiento personal en el partido que acabas de jugar. Para ello, has de responder a una serie de cuestiones que tienes que valorar en una escala de 1 a 10, donde “1 significa malo” y “10 muy bueno”.

1. En general, mi rendimiento en defensa ha sido:

Malo 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
Muy bueno

2. En general, mi rendimiento en ataque ha sido:

Malo 1—2—3—4—5—6—7—8—9—10
Muy bueno