

Influencia del apoyo familiar en los niveles de ira en deportistas

Higinio González-García¹ y Antonia Pelegrín²

¹Universidad Europea de Madrid (España);

²Universidad Miguel Hernández de Elche (España)

El objetivo principal fue conocer las diferencias en los niveles de ira en deportistas y practicantes de actividad física en función del apoyo familiar. La muestra se compuso de 496 deportistas y practicantes de actividad física españoles. Se utilizó un cuestionario sociodemográfico *ad hoc*, el Inventario de Expresión de Ira Estado-Rasgo (STAXI-II) y la Escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta (INF-OV). Los resultados mostraron menores niveles de temperamento en los deportistas y practicantes de actividad física que percibieron que su familia los apoyaba “sin duda”. Por otro lado, no se encontró covariación del tipo de práctica físico-deportiva, los éxitos deportivos (locales, nacionales, regionales, internacionales) sobre el apoyo familiar y los niveles de ira en deportistas. Por otra parte, cuando se examinó el nivel de competición (local, regional e internacional) tampoco se encontró covariación. Sin embargo, sí que se encontró covariación con la competición a nivel nacional, encontrándose diferencias en el control interno de ira, a favor de los que percibieron apoyo “sin duda” por parte de su familia. Se concluyó que el apoyo familiar se muestra como una variable protectora de la obtención de altos niveles de ira en deportistas y practicantes de actividad física, la cual se ve influida por aquellos deportistas que compiten a nivel nacional.

Palabras clave: Percepción, familia, deportistas, emoción.

Influence of family support in anger levels in athletes. The main objective was to know the differences in anger levels in athletes and physical activity practitioners in function of family support. The sample consisted of 496 Spanish athletes and physical activity practitioners. To measure the different variables an *ad hoc* sociodemographic questionnaire, the Trait-State Anger Expression Inventory (STAXI-II) and the Oviedo Scale of Infrequency of Response (INF-OV), were used. The results showed lower levels of temperament in athletes and physical activity practitioners who perceived that their family supported them “without doubt”. On the other hand, there was no covariation of the type of physical-sporting practice, the sport success (local, national, regional, international) on family support and anger levels in athletes. On the other hand, when the level of competition (local, regional and international) was examined, no covariation was found neither. However, it was found covariation with the competition at the national level, finding differences in internal anger control, in favour of those who perceived support “without doubt” from their family. It was concluded that family support is shown as a protective variable of obtaining higher levels of anger in athletes and physical activity practitioners, which is influenced by those athletes who compete at the national level.

Keywords: Perception, family, athletes, emotion.

El apoyo familiar se ha mostrado como una variable fundamental para la consecución del éxito deportivo (González-García, 2017; Rachele, Cuddihy, Washington, y McPhail, 2016). En este sentido, si el apoyo se percibe de manera positiva y en la cantidad suficiente, la persona siente que su entorno presenta una actitud favorable hacia el deporte y actividad física (Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt, y Schaaf, 2007). Por otro lado, fuera del ámbito físico-deportivo, la ausencia de apoyo en el entorno familiar se ha relacionado con problemas de adicciones, bajo rendimiento académico, conductas agresivas, etc. (Fernández-Zabala, Goñi, Camino, y Zulaika, 2016; Lastre, López, y Alcázar, 2017; Molero-Jurado, Pérez-Fuentes, Gázquez-Linares, y Barragán-Martín, 2017). De este modo, la mayoría de estudios que examinan la influencia del apoyo familiar en el deporte y actividad física, se centran en: los padres, grupo de iguales y en menor medida los hermanos (Hohepa et al., 2007; Kubayi, Jooste, Toriola, y Paul, 2014; Sallis, Prochaska, y Taylor, 2000). En el caso de los padres de deportistas, es necesario que presenten un apoyo positivo hacia la práctica deportiva de sus hijos, tanto en el inicio de la carrera como al final de la misma (Holt y Hoar, 2006; Pugliese y Tinsley, 2007; Wilson y Spink, 2010). De esta manera, hay estudios que han mostrado que los deportistas más exitosos recibieron mayor apoyo por parte de sus padres (Simón, 2009; Visscher, Elferink-Gemser, y Lemmink, 2009). Los trabajos anteriores han mostrado que, para aumentar los niveles de actividad física, es necesario que: los padres no adopten un estilo educativo autoritario, que los padres sean activos físicamente, el apoyo positivo hacia la práctica físico-deportiva y las valoraciones positivas de los padres hacia la actividad física (González-García, 2017; Jago et al., 2011; Sanz-Arazuri, Ponce-de-León, y Valdemoros-San-Emeterio, 2012).

En lo que respecta a los hermanos, existen pocos trabajos que examinan su influencia en los niveles de actividad física (Edwards et al., 2015). De este modo, en un trabajo de Reigal y Videra (2010) se mostró que la presencia de hermanos en casa tan sólo influía positivamente cuando se trataba de hermanos varones. En otro trabajo de Edwards et al. (2015), se mostró que los padres perciben mayor influencia para la realización de actividad física en sus hijos, por parte de los amigos, que por parte de ellos mismos. En otro trabajo de Bagley, Salmon, y Crawford (2006) se mostró que los niños/as que no tienen hermanos, pasan más tiempo al día viendo la televisión que aquellos que tienen hermanos. Por otra parte, en otro trabajo de Hardy et al. (2006) se mostró que las chicas con hermanos/as pasan menos tiempo viendo la televisión que aquellas que no tienen hermanos/as. Por lo tanto, pese a ser una variable menos estudiada, el número de hermanos presenta una importante influencia en los niveles de actividad física y conducta sedentaria en el entorno familiar.

En lo que respecta a otros factores familiares, como puede ser la influencia del apoyo de la pareja y de los abuelos, estas variables han mostrado una relación positiva con la realización de actividad física (Xie, Caldwell, Loy, y Robledo, 2017). De esta forma,

en un trabajo de Berli, Bolger, ShROUT, Stadler, y Scholz (2017) se mostró que los días que un miembro de la pareja daba más apoyo hacia la actividad física, aumentaba la práctica de actividad física en 25 minutos en el otro miembro. Por otro lado, Xie et al. (2017) mostraron que los abuelos influían tanto de manera directa en los niveles de actividad física, llevando a los niños a practicar actividad física y, de manera indirecta, valorando la actividad física por parte de sus nietos como positiva.

Por otro lado, la ira es una emoción que ha mostrado una gran influencia en la práctica deportiva, ya que puede influir en el nivel de rendimiento deportivo, elección deportiva, concentración, tipo de deporte, estrategias de afrontamiento, atribución causal, metaemoción, en la práctica de actividad física, etc. (Davis, 2011; Davis, Woodman, y Callow, 2010; Wittmann, Arce, y Santiseban, 2008). Además, el entorno familiar ha mostrado una importante influencia en el aprendizaje de la expresión de la ira (Avci y Songul, 2010). De esta manera, el tono de voz, los gestos, la percepción acerca de los sentimientos de ira y expresión del desacuerdo, son elementos aprendidos que se contagian de un miembro a otro de la familia (Halberstadt, Beale, Meade, Craig, y Parker, 2015). Siguiendo a Spielberg, Jacobs, Rusell, y Crane (1983), la ira puede entenderse como “un estado emocional caracterizado por sentimientos de enojo o de enfado y que tienen una intensidad variable”. Es una emoción que activa al organismo, preparándolo para el ataque, aunque no necesariamente provoca agresión (Berkowitz, 1996). Además, la ira puede ser un “rasgo” o “estado”, rasgo si la persona vivencia los sentimientos de ira de manera continua en el tiempo, y estado, cuando se experimenta ira de manera puntual por una circunstancia estresante (Spielberger, Miguel-Tobal, Casado, y Cano-Vindel, 2001; Spielberg, 1985). Como todas las emociones básicas, la ira se caracteriza por una expresión facial característica: cejas bajas, contraídas y en disposición oblicua; párpado inferior tensionado; labios tensos o en posición de gritar; y mirada prominente (Chóliz, 1995). Las variables que mejor pueden predecir el comportamiento irascible son: la inestabilidad emocional, la intolerancia, falta de habilidades sociales, hostilidad, inseguridad y falta de confianza (Pelegrín, Serpa, y Rosado, 2013).

En el ámbito de rendimiento deportivo, la ira puede aumentar o disminuir el rendimiento dependiendo de la tipología deportiva (Parrott, 2001; Tamir, Mitchell, y Gross, 2008; Woodman et al., 2009). En los deportes más técnicos la ira puede disminuir el rendimiento, y en aquellos deportes como los de contacto, tareas de fuerza y el rugby, la ira puede actuar como factor facilitador del rendimiento (Robazza y Bortoli, 2007). Por otro lado, la ira también puede interferir en el rendimiento modificando la atención, procesamiento de la información, toma de decisiones y ejecución (Jones, 2003; Wittmann et al., 2008). Además, la ira también influye en las estrategias de afrontamiento, ya que en un trabajo de Bolgar, Janelle, y Giacobbi (2008), se encontró que los deportistas con mejores estrategias de afrontamiento presentaron mejores niveles de control de la ira.

Otra variable que se muestra como influyente en la ira, es la atribución causal; ya que en un trabajo de Allen, Jones, y Sheffield (2011), se mostró que los altos niveles de ira se relacionan con una atribución causal interna. Por otro lado, la ira también influye en la elección deportiva, de manera que se ha encontrado mayores niveles de ira en los deportes colectivos (Baron y Richardson, 1994; Eagly y Steffen, 1986; Pelegrín et al., 2013) y las personas con mayores niveles de ira, son más tendentes a elegir el rugby, que los deportes de contacto e individuales (Maxwell, Visek, y Moores, 2009). Por otro lado, en el ámbito de actividad física y salud se ha demostrado que la actividad física ayuda a reducir los niveles de ira, mostrándose como una importante arma para reducir las emociones negativas y aumentar las positivas (Dubnov y Berry, 2013; Reigal y Videra, 2010).

Por lo tanto, la ira es una variable que ha mostrado una gran influencia en el deporte y actividad física, y por ello su relación con los factores de apoyo familiar se presenta como importante, de cara a prevenir niveles elevados de esta emoción en deportistas y practicantes de actividad física adultos. Además, el análisis y conocimiento de estas variables cobra sentido, ya que la práctica de actividad físico-deportiva se ha extendido a todas las edades. Por ello, el objetivo principal de este trabajo fue conocer las diferencias en los niveles de ira en deportistas y practicantes de actividad física en función del apoyo familiar. Además, como segundo objetivo, se estableció: comprobar si existía covariación del nivel de competición (local, regional, nacional e internacional), los éxitos deportivos (locales, regionales, nacionales e internacionales) y el tipo de práctica (deporte o actividad física), en el apoyo familiar y los niveles de ira. Como hipótesis del primer objetivo, se establece que: los deportistas y practicantes de actividad física con mayor apoyo familiar presentarán menores niveles en las distintas variables de ira. Como hipótesis del segundo objetivo, se estableció que: (a) existirá covariación por parte de los éxitos deportivos y nivel de competición en el apoyo familiar y los niveles de ira. De manera que, los participantes con mayor nivel de competición y éxitos deportivos presentarán menos niveles de ira. Por otro lado, se estableció que: (b) no existirá covariación en función del tipo de práctica (deporte o actividad física) en el apoyo familiar y niveles de ira.

MÉTODO

Participantes

La muestra total se compuso de 496 deportistas y practicantes de actividad física españoles, 153 son mujeres (30.8%) y 343 son hombres (69.2%) con una edad comprendida entre los 18 y los 64 años ($M=27.77$; $SD=9.15$). Del total de la muestra, 242 eran deportistas individuales (48.8%), 120 deportistas de deportes colectivos (24.2%) y 134 practicantes de actividad física a nivel de salud (27%). En lo que respecta al nivel de

competición, el 29% compiten a nivel nacional ($n=144$) y el 9.1% a nivel internacional ($n=45$). En el apartado de los éxitos, el 26.4% de la muestra ha tenido éxitos a nivel nacional ($n=131$) y el 7.7% a nivel internacional ($n=38$). En cuanto a las características laborales y académicas de la muestra, 273 (55%) participantes se encontraban trabajando y 223 (45%) no trabajaban. Además, del total de la muestra 305 (61.5%) se encontraban estudiando y, al contrario, 191 (38.5%) no estaban estudiando. En lo que concierne al nivel educativo, el más destacado fue poseer los estudios de Bachillerato ($n=126$; 25.4%), seguido de poseer el título de Licenciado ($n=74$; 14.9%) y en tercer lugar se encuentra la posesión del título de Graduado ($n=72$; 14.5%).

Como criterio de inclusión, se seleccionó a deportistas y practicantes de actividad física mayores de 18 años de toda la geografía española. De este modo, se considera como practicantes de actividad física aquella persona que realiza una actividad que exige un gasto de energía corporal y puede ser realizada de manera estructurada o esporádica (OMS, 2017). Por otro lado, se considera como deportista a aquella persona que participa en una actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo y que se diferencia claramente del juego (Antúnez, 2001).

Instrumentos

Cuestionario Sociodemográfico ad hoc. Para conocer las variables sociodemográficas y el apoyo familiar, se creó un cuestionario de elaboración propia. El cuestionario se compuso de 19 ítems, los cuales valoraron aspectos relacionados con variables sociodeportivas (deporte, apoyo familiar, éxitos deportivos, profesional o amateur, etc). Las preguntas del cuestionario fueron las siguientes: 1. Edad (Respuesta abierta), 2. Altura (Respuesta abierta), 3. Peso (Respuesta abierta), 4. Género (Hombre, Mujer), 5. Situación laboral (Trabajando, Parado, Estudiante, Jubilado) 6. “¿Estás estudiando actualmente?” (Sí/No), 7. Nivel de estudios (Sin estudios, Graduado Escolar, Grado Medio Formación Profesional, Bachillerato, Ciclo Superior de Formación Profesional, COU, Universitarios, Posgrado, otro), 8. “¿Estás federado?” (Sí/No), 9. “¿Qué deporte practicas?” (Respuesta abierta), 10. “¿Compites a nivel regional?” (Sí/No), 11. “¿Compites a nivel nacional?” (Sí/No), 12. “¿Compites a nivel internacional?” (Sí/No), 13. “¿Compites a nivel local?” (Sí/No), 14. “¿Eres profesional de tu deporte?” (Sí/No), 15. “¿Has conseguido éxitos a nivel internacional?” (Sí/No), 16. “¿Has conseguido éxitos a nivel nacional?” (Sí/No), 17. “¿Has conseguido éxitos a nivel regional?” (Sí/No), 18. “¿Has conseguido éxitos a nivel local?” (Sí/No), 19. “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?” (Sí, sin duda; Sí, con reparos; De vez en cuando; Casi Nunca). En el caso de los grupos realizados en este estudio, para valorar el apoyo familiar, se utilizó la pregunta del cuestionario sociodemográfico: 19. “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?” (En base a las opciones de respuesta se categorizaron los grupos: “Sí, sin duda; Sí, con reparos; De vez

en cuando; Casi Nunca”). Se obtuvo un alfa de Cronbach de .61 para la escala en su totalidad.

Ira. Para la medición de la Ira Rasgo, Expresión Externa de Ira, Expresión Interna de Ira, Temperamento, Reacción de Ira, Control Interno de Ira, Control Externo de Ira y del Índice de Expresión de la Ira, se utilizó el *Inventario de Expresión de la Ira Estado-Rasgo* (STAXI-2; Spielberger et al., 2001). Se compone de seis escalas (Estado de Ira, Rasgo de Ira, Expresión Externa de Ira, Expresión Interna de Ira, Control Externo de Ira y Control Interno de Ira), cinco subescalas (Sentimiento, Expresión Verbal, Expresión Física, Temperamento de Ira y Reacción de Ira) y de un Índice de Expresión de la Ira (IEI) que ofrece una medida general de la expresión y control de la ira. La adaptación española del STAXI-2 tiene índices de fiabilidad y validez adecuados, obteniéndose los siguientes alfa de Cronbach en las distintas sub escalas del presente trabajo: ira rasgo ($\alpha=.82$), temperamento ($\alpha=.84$), reacción de ira ($\alpha=.72$), expresión externa de ira ($\alpha=.60$), expresión interna de ira ($\alpha=.70$), control externo de ira ($\alpha=.78$), control interno de ira ($\alpha=.79$) e índice de expresión de ira ($\alpha=.65$). Por otro lado, en un estudio de Oliva y Calleja (2010) en el que se valida la escala al ámbito deportivo se obtuvo un *alfa de Cronbach* de .81 en la escala en su totalidad en deportistas mexicanos y las siguientes puntuaciones en las distintas sub-escalas examinadas: temperamento ($\alpha=.88$), reacción de ira ($\alpha=.61$), expresión externa de ira ($\alpha=.64$) y expresión interna de ira ($\alpha=.65$).

Aquiescencia y participantes deshonestos. *La escala de Oviedo de infrecuencia de respuesta* (INF-OV; Fonseca-Pedrero, Lemos-Giráldez, Paino, Villazón-García, y Muñiz, 2009), es una medida de autoinforme que está compuesta por 12 ítems que consta de una escala Likert con 5 posibilidades de respuesta (1=“Completamente en desacuerdo”; 5=“Completamente de acuerdo”). El objetivo de esta escala es detectar a los participantes que responden de forma aleatoria, pseudoaleatoria o deshonesto. Al realizarse el cuestionario online, esta escala garantiza la fiabilidad de las respuestas de los participantes. Los participantes con más de 3 respuestas incorrectas en esta prueba fueron retirados de la muestra. En este trabajo, se eliminaron 25 participantes que habían respondido de manera deshonesto al cuestionario.

Procedimiento

El estudio fue evaluado y aprobado por el comité de ética de la Universidad Miguel Hernández, asegurando que cumple con todos los estándares éticos. A continuación, los investigadores procedieron a buscar participantes contactando con las federaciones deportivas españolas, con entrenadores, deportistas y practicantes de actividad física. Se contactó con clubes, deportistas y practicantes de actividad física de toda la geografía española, ya que el estudio se realizó online. Los deportistas que manifestaban su interés en participar a los investigadores, enviaban un email para recibir el cuestionario de investigación. Una vez que los deportistas recibían la batería de pruebas,

podían realizarla solos desde casa a través de *Google Forms*. Al acceder al enlace al cuestionario, los deportistas tenían que firmar un consentimiento informado, en un formulario de *Google Forms*, de manera anónima. Una vez firmaban el consentimiento informado, pasaban a realizar el cuestionario en su totalidad. El cuál debían cumplimentarlo siguiendo las instrucciones que se adjuntaban a cada una de las preguntas. Para la realización de las distintas pruebas, no era necesario que estuvieran conectados en línea los investigadores.

Análisis de datos

Para el tratamiento estadístico de los datos se utilizó el programa SPSS 19.0 (IBM Corporation, 2012). En el tratamiento de los valores perdidos no se eliminó a ningún participante, ya que al ser el cuestionario online las preguntas eran de respuesta obligatoria para poder finalizar el cuestionario. Para conocer las características de la muestra, se realizaron los estadísticos descriptivos de media, mínimo, máximo, frecuencia, porcentaje y desviación típica. Se realizó la prueba de *Komolgorov-Smirnov* y se encontró que la muestra seguía una distribución normal ($p < .05$). Para conocer las diferencias de medias cuando las variables eran cuantitativas, se utilizó la prueba MANOVA, y en el caso de que hubiera más variables independientes que pudieran covariar los resultados, se utilizó la prueba de MANCOVA. Para calcular el tamaño del efecto en la prueba MANOVA y MANCOVA, se utilizó la Eta^2 . De manera que siguiendo a Cohen (1988), se pueden considerar los resultados del tamaño del efecto de la siguiente forma: $\eta^2 = .01$ (pequeño), $\eta^2 = .06$ (medio), $\eta^2 = .14$ (grande).

RESULTADOS

En la tabla 1, con el objetivo de conocer las diferencias en los niveles de ira en los participantes de la muestra en función del apoyo familiar en el deporte o actividad física, se realizó una prueba MANOVA. En esta prueba se subdividió a la muestra en apoyo: “Sí, sin duda” ($n=341$), “Sí, con Reparos” ($n=73$), “De vez en Cuando” ($n=49$) y “Casi Nunca” ($n=33$). Para la realización de los grupos, se tuvo en cuenta la respuesta a la pregunta del cuestionario sociodemográfico: “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?”. Los análisis mostraron diferencias significativas entre las distintas variables examinadas y el apoyo familiar (Wilk’s Lambda=.95; $F(18)=1.17$; $p < .05$; $\eta^2 = .01$).

En la tabla 1, los resultados mostraron menores niveles de temperamento ($p < .05$) en los deportistas y practicantes de actividad física que percibieron que su familia los apoyaba con “sin duda”.

Por otro lado, para conocer si existía covariación en función del tipo de práctica físico-deportiva (deporte o actividad física), en los niveles de ira y apoyo familiar, se

realizó una prueba MANCOVA. En esta prueba se subdividió a la muestra en función de la respuesta a la pregunta del cuestionario sociodemográfico: “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?”, “¿Prácticas deporte o actividad física?” Los resultados no mostraron relación entre el tipo de actividad físico-deportiva, el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.95; $F(18)=1.39$; $p>.05$; $\eta^2=.02$). Por lo tanto, no existe covariación entre el tipo de práctica físico-deportiva (deporte o actividad física), en el apoyo familiar y niveles de ira.

Tabla 1. Diferencias de medias en las variables de ira en función del apoyo familiar en deportistas y practicantes de actividad física

Variables de Ira	Apoyo Familiar	M(SD)	gl	F(p)	Eta ²	Cronbach α
Ira Rasgo	Sí, sin duda	21.95 (5.00)	3	1.01 (.38)	.006	.82
	Sí, con reparos	22.15 (5.30)				
	De vez en cuando	22.14 (5.01)				
	Casi nunca	23.60 (6.84)				
Temperamento	Sí, sin duda	8.48 (2.92)	3	2.65 (.048)*	.016	.84
	Sí, con reparos	8.80 (3.01)				
	De vez en cuando	9.10 (2.85)				
	Casi nunca	9.90 (4.13)				
Reacción de Ira	Sí, sin duda	13.47 (3.15)	3	.351 (.78)	.002	.72
	Sí, con reparos	13.34 (3.25)				
	De vez en cuando	13.04 (3.04)				
	Casi nunca	13.69 (3.95)				
Expresión Externa de Ira	Sí, sin duda	11.37 (2.88)	3	.96 (.40)	.006	.60
	Sí, con reparos	11.68 (2.93)				
	De vez en cuando	11.40 (2.91)				
	Casi nunca	12.21 (3.27)				
Expresión Interna de Ira	Sí, sin duda	13.59 (3.61)	3	2.27 (.08)	.014	.70
	Sí, con reparos	13.54 (3.36)				
	De vez en cuando	14.20 (3.48)				
	Casi nunca	15.18 (4.13)				
Control Externo de Ira	Sí, sin duda	19.70 (3.35)	3	.83 (.47)	.005	.78
	Sí, con reparos	19.89 (3.03)				
	De vez en cuando	19.26 (3.21)				
	Casi nunca	18.96 (3.72)				
Control Interno de Ira	Sí, sin duda	16.56 (4.13)	3	.95 (.414)	.006	.79
	Sí, con reparos	15.83 (3.66)				
	De vez en cuando	15.85 (4.14)				
	Casi nunca	16.24 (3.79)				
Índice Expresión de Ira	Sí, sin duda	24.70 (8.61)	3	2.13 (.095)	.013	.65
	Sí, con reparos	25.50 (7.44)				
	De vez en cuando	26.48 (8.71)				
	Casi nunca	28.18 (9.34)				

Nota. * $p<.05$

Por otra parte, con el objetivo de conocer si existía covariación de los éxitos deportivos (local, nacional, regional e internacional) sobre el apoyo familiar y los niveles de ira, se realizó una prueba MANCOVA. Para la realización de los grupos, se tuvo en cuenta la respuesta a la pregunta del cuestionario sociodemográfico: “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?”, “¿Has conseguido éxitos a nivel internacional?”, “¿Has conseguido éxitos a nivel nacional?”, “¿Has conseguido éxitos

a nivel local?”. En cuanto a los éxitos locales, los resultados no mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.96; $F(24)=.80$; $p>.05$; $\eta^2=.01$). En lo que respecta a los éxitos regionales, los resultados no mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.96; $F(24)=.72$; $p>.05$; $\eta^2=.01$).

En cuanto a los éxitos nacionales, los resultados no mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.94; $F(24)=1.14$; $p>.05$; $\eta^2=.02$). En lo que respecta a los éxitos internacionales, los resultados no mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.94; $F(24)=1.17$; $p>.05$; $\eta^2=.01$). Por lo tanto, los resultados muestran que no existe covariación en función de los éxitos deportivos en los niveles de apoyo familiar e ira.

Finalmente, para conocer si existía covariación del nivel de competición deportivo (local, regional, nacional e internacional) sobre el apoyo familiar y los niveles de ira, se realizó una prueba MANCOVA. Para la realización de los grupos, se tuvo en cuenta la respuesta a la pregunta del cuestionario sociodemográfico: “¿Crees que tu familia te apoya en el deporte o actividad física?” “¿Compites a nivel internacional?”, “¿Compites a nivel nacional?”, “¿Compites a nivel regional?”, “¿Compites a nivel local?”. En cuanto a los competidores a nivel local, los resultados no mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.96; $F(24)=.72$; $p>.05$; $\eta^2=.01$).

En cuanto a los competidores a nivel nacional, los resultados mostraron diferencias significativas entre el apoyo familiar y los niveles de ira (Wilk’s Lambda=.92; $F(24)=1.58$; $p<.05$; $\eta^2=.02$), mostrando la competición a nivel nacional covariación con el apoyo familiar y los niveles de ira en deportistas.

En la tabla 2, se mostraron las puntuaciones medias de las distintas variables de ira, mostrándose diferencias estadísticamente significativas en el control interno de ira ($p<.05$), a favor de los deportistas que percibieron apoyo “sin duda” que obtuvieron mayores niveles. Por otra parte, cuando se analizó si existía covariación de los deportistas que compiten a nivel internacional sobre el apoyo familiar y los niveles de ira, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas (Wilk’s Lambda=.94; $F(24)=1.06$; $p>.05$; $\eta^2=.01$).

Tabla 2. Covariación del nivel de competición nacional sobre el apoyo familiar y la ira en deportistas y practicantes de actividad física

VARIABLES DE IRA	Apoyo Familiar	M(SD)	gl	F(p)	Eta ²	Cronbach α
Ira Rasgo	Sí, sin duda	21.95	4	.43(.78)	.004	.82
	Sí, con reparos	22.15				
	De vez en cuando	22.14				
	Casi nunca	23.60				
Temperamento	Sí, sin duda	8.48	4	.89(.46)	.007	.84
	Sí, con reparos	8.80				
	De vez en cuando	9.10				
	Casi nunca	9.90				
Reacción de Ira	Sí, sin duda	13.47	4	1.86(.11)	.015	.72
	Sí, con reparos	13.34				
	De vez en cuando	13.04				
	Casi nunca	13.69				
Expresión Externa de Ira	Sí, sin duda	11.37	4	.73(.57)	.006	.60
	Sí, con reparos	11.68				
	De vez en cuando	11.40				
	Casi nunca	12.21				
Expresión Interna de Ira	Sí, sin duda	13.59	4	.87(.47)	.007	.70
	Sí, con reparos	13.54				
	De vez en cuando	14.20				
	Casi nunca	15.18				
Control Externo de Ira	Sí, sin duda	19.70	4	1.64(.16)	.014	.78
	Sí, con reparos	19.89				
	De vez en cuando	19.26				
	Casi nunca	18.96				
Control Interno de Ira	Sí, sin duda	16.56	4	2.65(.033)*	.022	.79
	Sí, con reparos	15.83				
	De vez en cuando	15.85				
	Casi nunca	16.24				
Índice Expresión de Ira	Sí, sin duda	24.70	4	2.28(.06)	.019	.65
	Sí, con reparos	25.50				
	De vez en cuando	26.48				
	Casi nunca	28.18				

Nota. * $p < .05$

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo principal de este trabajo fue conocer las diferencias en los niveles de ira en deportistas y practicantes de actividad física en función del apoyo familiar. Los resultados mostraron menores niveles de temperamento en los deportistas y practicantes de actividad física que percibieron que su familia los apoyaba “sin duda”. Al igual que en el ámbito deportivo (González-García, 2017; Rachele et al., 2016; Wilson y Spink, 2010) el apoyo familiar se muestra como una variable positiva en los niveles de ira en practicantes de actividad física y deporte. De este modo, los practicantes de actividad física y deporte que sintieron que su familia los apoyaba “sin duda”, presentaron menores niveles de temperamento. Esto puede ser debido a que perciben que sus familiares les apoyan en su práctica deportiva, lo que podría relacionarse con una mejor gestión de sus emociones negativas y control de su temperamento (Lastre et al., 2017; Wraniak y Scherer, 2010). Por

lo tanto, el apoyo familiar en el deporte se muestra como una variable importante en los niveles de temperamento de los deportistas y practicantes de actividad física.

Por otro lado, como segundo objetivo, se estableció: comprobar si existía covariación de los éxitos deportivos (locales, regionales, nacionales e internacionales) del nivel de competición (local, regional, nacional e internacional) y el tipo de práctica (deporte o actividad física) en el apoyo familiar y los niveles de ira. Los resultados mostraron que no existe covariación en función de los éxitos deportivos (locales, regionales, nacionales e internacionales) en los niveles de apoyo familiar e ira. Estos resultados, contradicen las hipótesis establecidas en el inicio del trabajo en base a estudios anteriores, en los que la ira es una variable que si se ve mediada por el nivel de éxitos de los deportistas (Davis, 2011; Davis et al., 2010; Menéndez-Santurio y Fernández-Río, 2015; Wittmann et al., 2008). Por lo tanto, no se encontró que esta variable mostrara covariación con el apoyo familiar y los niveles de ira. Por otra parte, cuando se examinó si existía covariación entre los resultados obtenidos en función del nivel de competición (local, regional, nacional e internacional) tan sólo se encontró covariación con el nivel de competición nacional, cumpliéndose parcialmente la hipótesis establecida. Al igual que en otros trabajos previos, también se encontró influencia por parte de nivel de competición en los niveles de ira (Menéndez-Santurio y Fernández-Río, 2015). Es decir, el nivel de competición nacional es el único que influye en los niveles de apoyo familiar e ira en deportistas en este trabajo de investigación. De manera que, los deportistas que percibieron apoyo “sin duda”, reportaron mayores niveles de control interno de ira.

De este modo, el apoyo familiar se muestra como una variable importante en el control interno de la ira, una variable la cual muestra una gran relación con el rendimiento deportivo (Davis et al., 2011; Woodman, et al., 2009). Esto puede ser debido a que los deportistas, al sentirse más apoyados por su entorno familiar, pueden desarrollar unos mejores niveles de gestión emocional (Molero-Jurado et al., 2017). Aunque, los deportistas que no sintieron apoyo por parte de su familia también presentaron mejores niveles de control interno de ira, que aquellos que percibieron apoyo “Sí, con reparos” y “De vez en cuando”. Por lo tanto, puede que la opción intermedia de apoyo paterno, sea más perjudicial que la ausencia del mismo apoyo en los niveles de ira de los deportistas y practicantes de actividad física que compiten a nivel nacional. En este sentido, hay estudios previos que muestra que una mala implicación familiar, en la práctica físico-deportiva, es tan perjudicial como la ausencia de implicación (Simón, 2009; Visscher, Elferink-Gemser, y Lemmink, 2009), aunque en el caso de la percepción de apoyo hacia la práctica físico-deportiva, se muestra que la ausencia del mismo, puede influir de forma positiva en los niveles de ira de los deportistas, al contrario que en trabajos previos (Lastre et al., 2017; Molero-Jurado et al., 2017). Este es un resultado interesante, de cara a replicar en futuros trabajos científicos y que abre luz a una posible investigación en este campo. Finalmente, tampoco se encontró covariación en función del tipo de

práctica (deporte o actividad física) en los niveles de apoyo familiar e ira, cumpliéndose la hipótesis que se estableció en el comienzo del trabajo. Además, la no existencia de covariación tiene sentido desde la óptica de que las personas activas físicamente presentan menores niveles de ira, indiferentemente del tipo de práctica (Dubnov y Berry, 2013; Reigal y Videra, 2010).

Como líneas de propuesta futuras, sería interesante conocer cómo influye el apoyo familiar por parte de los deportistas dividiendo en rangos de edad, ya que no es lo mismo el apoyo de un hijo que el que puede aportar un padre. Por otro lado, visto que el apoyo familiar tiene un importante peso en los niveles de ira de los practicantes de actividad física y deportistas, sería interesante conocer cómo influye el apoyo del grupo de iguales en estos niveles. Además, una vez visto que la percepción de ausencia de apoyo por parte de la familia puede reportar buenos niveles en el control de la ira en deportistas que compiten a nivel nacional, también sería interesante ampliar la investigación en esta dirección para ver la replicabilidad de estos resultados con distintas herramientas a las empleadas en este trabajo. Una vez vistos los hallazgos de este trabajo, en el ámbito aplicado sería interesante tener en cuenta la variable de apoyo familiar para el trabajo con perfiles con mala gestión de la emoción de ira.

Entre las limitaciones de este trabajo de investigación, destaca la amplia variedad de casuísticas familiares que engloba la muestra, ya que hay deportistas y practicantes de actividad física desde los 18 hasta los 64 años, que pueden percibir ese apoyo por parte de sus padres, hermanos, hijos, etc. Por lo tanto, el amplio rango de edad de la muestra modifica enormemente el entorno familiar que percibe cada uno de los deportistas y practicantes de actividad física. Por otra parte, el uso de medidas de autoinforme presenta una serie de limitaciones como puede ser sesgos por deseabilidad social, contestar de manera aleatoria, aquiescencia, falta de atención, etc. Aunque en este trabajo, las respuestas aleatorias y aquiescentes se controlaron a través de la escala de Oviedo de Infrecuencia de Respuesta (INF-OV; Fonseca-Pedrero et al., 2009). Como conclusiones de este trabajo de investigación destacan:

-El apoyo familiar tiene un importante papel en los niveles de ira de los deportistas y practicantes de actividad física. De manera que los deportistas y practicantes de actividad física que percibieron apoyo “sin duda” presentaron menores niveles de temperamento.

-No se encontró covariación del nivel de éxitos deportivos (local, regional, nacional e internacional) en el apoyo familiar y niveles de ira en deportistas.

-No se encontró covariación del nivel de competición deportiva (local, regional e internacional) en el apoyo familiar y niveles de ira en deportistas.

-Se encontró covariación del nivel de competición nacional en el apoyo familiar y niveles de ira en deportistas. De manera que, los deportistas que compiten a nivel

nacional, que percibieron apoyo “sin duda”, obtuvieron menores niveles control interno de ira.

-El apoyo familiar se muestra como una variable protectora de la obtención de altos niveles de ira en deportistas y practicantes de actividad física.

REFERENCIAS

- Allen, M.S., Jones, M.V., y Sheffield, D. (2011). Are the causes assigned to unsatisfactory performance related to the intensity of emotions experienced after competition? *Sport and Exercise Psychology Review*, 7(1), 3-10.
- Antúnez, M. (2001). Reflexiones acerca de lo que la mujer representa para el deporte y el verdadero significado del deporte para la mujer. *Revista Digital Educación Física y Deportes*, 7(42). <http://www.efdeportes.com/efd42/mujer.htm>
- Avcı, R., y Gucray, S.S. (2010). An investigation of violent and nonviolent adolescents' family functioning, problems concerning family members, anger and anger expression. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 10(1), 65-76.
- Bagley, S., Salmon, J., y Crawford, D. (2006). Family structure and children's television viewing and physical activity. *Medicine Sciences Sports and Exercise*, 38(5), 910-918. doi:10.1249/01.mss.0000218132.68268.f4
- Baron, R.A., y Richardson, D. (1994). *Human aggression*. New York: Plenum Press.
- Berkowitz, L. (1996). *Agresión: causas, consecuencias y control*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Berli, C., Bolger, N., Shrout, P.E., Stadler, G., y Scholz, U. (2017). Interpersonal Processes of Couples' Daily Support for Goal Pursuit: The Example of Physical Activity. *Personality and Social Psychology Bulletin*. doi: 10.1177/0146167217739264
- Bolgar, M.R., Janelle, C., y Giacobbi, P.R. (2008). Trait anger, appraisal and coping differences among adolescent tennis players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(1), 73-87
- Chóliz, M. (1995). *La expresión de las emociones en la obra de Darwin*. Valencia: Promolibro.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. New York: Academic Press.
- Davis, P.A. (2011). *Angry Athletes: Psychological, Physiological, and Performance Implications*. New York: Nova Science Publishers Inc.
- Davis, P.A., Woodman, T., y Callow, N. (2010). Better out than in: the influence of anger regulation on physical performance. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 57-460. doi:10.1016/j.paid.2010.04.017
- Dubnov, G., y Berry, E.M. (2013). *Physical Activity and Mood. The Endocrine Connection*. Humana Press, Totowa, NJ
- Eagly, A.H., y Steffen, V.J. (1986). Gender and aggressive behavior: A meta-analytic review of the social psychological literature. *Psychological Bulletin*, 100, 309-330
- Edwards, M.J., Jago, R., Sebire, S.J., Kesten, J.M., Pool, L., y Thompson, J.L. (2015). The influence of friends and siblings on the physical activity and screen viewing behaviours of children aged 5–6 years: a qualitative analysis of parent interviews. *Evidence-Based Mental Journal Open*, 5(5), 1-5. doi: 10.1136/bmjopen-2014-006593
- Fernández-Zabala, A., Goñi, E., Camino, I., y Zulaika, L. (2016). Family and school context in school engagement. *European Journal of Education and Psychology*, 9(2), 47-55.
- Fonseca-Pedrero, E., Lemos-Giráldez, S., Paino, M., Villazón-García, U., y Muñoz, J. (2009). Validation of the Schizotypal Personality Questionnaire Brief form in adolescents. *Schizophrenia Research*, 111(1-3), 53-60. doi:10.1016/j.schres.2009.03.006.

- González-García, H. (2017). *Los estilos educativos parentales y variables personales que inciden en el rendimiento deportivo*. Tesis doctoral no publicada. Universidad Miguel Hernández, Elche, España.
- Halberstadt, A.G., Beale, K.S., Meade, A.W., Craig, A.B., y Parker, A.E. (2015). Anger in families: Individual and dyadic contributions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(6), 810-828. doi:10.1177/0265407514552617
- Hardy, L.L., Baur, L.A., Garnett, S.P., Crawford, D., Campbell, K.J., y Salmon, J. (2006). Family and home correlates of television viewing in 12-13 years old adolescents: the Nepean Study. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 10(3), 24. doi:10.1186/1479-5868-3-24
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G.S., y Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(54), 1-9. doi:10.1186/1479-5868-4-54
- Holt, N.L., y Hoar, S.D. (2006). The multidimensional construct of social support. En S. Hanton y S. D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 199-225). New York: Nova Science Publishers.
- IBM Corporation. (2012). *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 21.0*. Armonk, New York: IBM Corporation.
- Jago, R., Davison, K.K., Brockman, R., Page, A.S., Thompson, J.L., y Fox, K.R. (2011). Parenting styles, parenting practices, and physical activity in 10 to 11 year olds. *Preventive Medicine*, 52(1), 44-47.
- Jones, M.V. (2003). Controlling emotions. *The Sport Psychologist*, 17(4), 471-486.
- Kubayi, N.A., Jooste, J., Toriola, A.L., y Paul, Y. (2014). Familial and Peer Influences on Sport Participation among Adolescents in Rural South African Secondary Schools. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(20), 1305-1308.
- Lastre, K., López, L.D., y Alcazar, C. (2017). Relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos de educación primaria. *Psicogente*, 21(39), 102-115. doi:10.17081/psico.21.39.2825
- Maxwell, J.P., Visek, A.J., y Moores, E. (2009). Anger and perceived legitimacy of aggression in male Hong Kong Chinese athletes: Effects of type of sport and level of competition. *Psychology Sport and Exercise*, 10(2), 289-296.
- Menéndez-Santurio, J.I., y Fernández-Río, J. (2015). Niveles de ira en practicantes de boxeo y kickboxing: diferencias en función de la disciplina y el nivel deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(3), 75-86
- Molero-Jurado, M., Pérez-Fuentes, M.C., Gázquez-Linares, J.J., y Barragán-Martín, A.B. (2017). Análisis y perfiles del consumo de drogas en adolescentes: percepción del apoyo familiar y valoración de consecuencias. *Atención Familiar*, 24(2), 56-61. doi:10.1016/j.af.2017.02.001
- Oliva, F.J., y Calleja, N. (2010). Medición de la ira en el deporte de combate: Validación del staxi-2 en deportistas mexicanos. *Liberabit: Lima*, 16(1), 51-60.
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*.
- Parrott, W. (2001). *Emotions in Social Psychology*. Philadelphia: Psychology Press.
- Pelegrín, A., Serpa, S., y Rosado, A. (2013). Aggressive and unsportsmanlike behaviours in competitive sports: an analysis of related personal and environmental variables. *Anales de Psicología*, 29(3), 701-713.
- Pugliese, J., y Tinsley, B. (2007). Parental socialization of child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 331-343

- Rachele, J.N., Cuddihy, T.F., Washington, T.L., y McPhail, S.M. (2016). Adolescent's perceptions of parental influences on physical activity. *International Journal of Adolescence Medicine and Health*, 21(3). doi:10.1515/ijamh-2015-0093
- Reigal, R., y Viderra, A. (2010). Influencia de la familia y amigos en la práctica física de los adolescentes. *Revista Digital EF Deportes*, 150. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd150/influencia-de-la-familia-en-la-practica-fisica.htm>
- Robazza, C., y Bortoli, L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(6), 875-896.
- Sallis, J.F., Prochaska, J.J., y Taylor, W.C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32, 963-975.
- Sanz-Arazuri, E., Ponce-de-León, A., y Valdemoros-San-Emeterio, M.A. (2012). Parental predictors of physical inactivity in Spanish adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11(1), 95-101.
- Simón, J.A. (2009). *Percepciones de los deportistas sobre los factores que contribuyen a la excelencia en el deporte*. Tesis doctoral no publicada. Facultad de ciencias del deporte de Castilla la Mancha, Toledo.
- Spielberger, C.D., Jacobs, G., Rusell, S.F., y Crane, R.S. (1983). Assessment of anger: The State-Trait Anger Scale. En J.N. Butcher, y C.D. Spielberger (Eds.), *Advances in personality assessment* (vol. 2). Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Spielberger, C.D., Miguel-Tobal, J.J., Casado, M.I., y Cano-Vindel, A. (2001). *Inventario de Expresión de Ira Estado Rasgo 2-STAXI 2*. Madrid: TEA.
- Tamir, M., Mitchell, C., y Gross, J.J. (2008). Hedonic and Instrumental Motives in Anger Regulation. *Psychological Science*, 19(4), 324-328.
- Visscher, C., Elferink-Gemser, M.T., y Lemmink, K.A.P.M. (2009). Role of parental support in sports success of talented young Dutch athletes. En M.J. Coelho e Silva, A.J. Figueiredo, M.T. Elferink-Gemser, y R.M. Malina (Eds.), *Youth Sports. Participation, Trainability and Readiness* (pp. 103-116). Coimbra University Press: Portugal.
- Wilson, K.S., y Spink, K.S. (2010). Perceived parental social control following a recalled physical activity lapse: impact on adolescents' reported behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(6), 602-608. doi:10.1016/j.psychsport.2010.06.012
- Wittmann, M., Arce, E., y Santisban, C. (2008). How impulsiveness, trait anger and extra circular activities might affect higher aggression in school children. *Personality and Individual Differences*, 45(7), 618-623.
- Woodman, T., Davis, P.A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I., y Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: an exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(2), 169-188.
- Wranik, T., y Scherer, K.R. (2010). Why do I get angry? A componential appraisal approach. In Potegal, M., Stemmler, G., y Spielberger, C. (Eds.), *International Handbook of Anger: Constituent and Concomitant Biological, Psychological, and Social Processes* (pp 243-266). New York: Springer.
- Xie, H., Caldwell, L.L., Loy, S., y Robledo, M. (2017). A Qualitative Study of Latino Grandparents' Involvement in and Support for Grandchildren's Leisure Time Physical Activity. *Health Education and Behaviour*. doi: 10.1177/1090198117742441

Recibido: 25 de junio de 2018

Recepción modificaciones: 3 de septiembre de 2018

Aceptado: 6 de septiembre de 2018