

Revista de Psicología del Deporte  
2008. Vol. 17, núm. 2 pp. 241-251  
ISSN: 1132-239X

Universitat de les Illes Balears  
Universitat Autònoma de Barcelona

# CONSISTENCIA Y FLUCTUACIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO EN UN EQUIPO DE FÚTBOL PROFESIONAL DURANTE UNA COMPETICIÓN DE *PLAY OFF*<sup>1</sup>

Ricardo de la Vega Marcos,\* Roberto Ruiz Barquín,\* Alexandre García-Mas,\*\*  
Glòria Balagué,\*\*\* Aurelio Olmedilla Zafra\*\*\*\* y Sagrario del Valle Díaz\*\*\*\*\*

---

Correspondencia: Ricardo de la Vega Marcos. Universidad Autónoma de Madrid. Facultad de Educación. Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana. Carretera de Colmenar Viejo Km. 15 s/n. 28049 Madrid. E-mail: [ricardo.delavega@uam.es](mailto:ricardo.delavega@uam.es)

<sup>1</sup> Este trabajo ha sido realizado, en parte, gracias a la ayuda del Ministerio de Educación y Ciencia (España) SEJ2007-64528/PSIC.

\* Universidad Autónoma de Madrid.

\*\* Universitat de les Illes Balears.

\*\*\* University of Illinois at Chicago

\*\*\*\* Universidad Católica San Antonio de Murcia.

\*\*\*\*\* Universidad de Castilla la Mancha.

— Fecha de recepción: 7 de Febrero de 2008. Fecha de aceptación: 7 de Noviembre de 2008.

*CONSISTENCY AND FLUCTUATION OF MOOD STATES IN A PROFESSIONAL FOOTBALL TEAM DURING A PLAY-OFF*

KEY WORDS: Mood states, Football, Play-off, POMS.

ABSTRACT: The purpose of this paper is to describe a football team's mood processes during competitions through the administration of specific measures. A second division (level B) Spanish football team (Rayo Vallecano SAD, Madrid, Spain) was evaluated by means of the short Spanish version (15 items, Fuentes, García-Merita, Meliá and Balaguer, 1995) of the *Profile of Mood State* (POMS, MacNair, Lorr and Droppelmann, 1971), four times during the play-off phase (after the end of the regular season) to move on to a higher level during the 2006-07 Spanish Professional Soccer League season (level 2A). The results showed the absence of significant differences in the scores on the POMS' five scales (Depression, Vigour, Anger, Fatigue and Tension) recorded before the four play-off matches, meaning the existence of a consistency in the team's mood states during the whole phase of the play-off and the absence of significant fluctuations in mood medium-lasting processes. Despite that, the POMS' graphic averages displayed several patterns related to different scales. We suggest that the proposed method is useful in studying athletes' and teams' cognitive-emotional processes during specific types of ongoing competitions, as they ensure high ecological validity and provide information for more effective interventions tailor-made for teams.

En el contexto del análisis y la valoración del rendimiento deportivo, una de las variables que más interés ha suscitado en la relación que se establece entre el rendimiento deportivo y las diferentes variables psicológicas que en él intervienen, ha sido el estado de ánimo precompetitivo y competitivo. Parece evidente que las percepciones que los atletas tienen sobre sus estados anímicos pueden influir en alguna manera sobre algún aspecto de su rendimiento (Lazarus, 2000; Ruiz y Hanin, 2004; Skinner y Brewer, 2002).

Sin embargo, en este ámbito parece necesario distinguir entre distintos conceptos que se hallan muy relacionados, tales como emoción, afecto, estado de ánimo, sentimiento, rasgos emocionales y temperamento (Vallerand y Blanchard, 1999; Oakley y Jenkins, 1996), ya que en la práctica pueden confundirse o solaparse. El criterio que usualmente se ha utilizado es el de la duración temporal y las relaciones con otros procesos cognitivos (Cerin, Szabo, Hunt, y Williams, 2000), así como el de la consistencia o la fluctuación a través de las situaciones deportivas (Calmeiro y Tennenbaum, 2007; Crocker e Isaac, 1997; Ericsson y Kirk, 2001; Hagtvet y Hanin, 2007; Sy y Cotê, 2005).

En este sentido, tal y como señala Barrios (2007), la evaluación de toda la esfera emocional se ha realizado a partir de muy distintos sistemas de recogida de información: desde los análisis observacionales del comportamiento; las entrevistas; los distintos indicadores psicofisiológicos; las escalas de autovaloración y los autoinformes; el análisis de las *Zonas Óptimas de Rendimiento Individuales* emocionales (IZOF, Hanin, 1997), así como del empleo de diversos tests específicos, como por ejemplo, el *Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado* (STAI, Spielberger, 1983); el *Inventario de Ansiedad Competitiva en el Deporte* (CSAI-2, Martens, Vealey y Burton, 1990); el *Inventario de Estado-Rasgo de Expresión de la Ira* (STAXI, Spielberger, 1989); la *Escala de Ansiedad Deportiva* (SAS, Smith, Smoll y Schultz, 1990), o el *Perfil de Estados de Ánimo* (POMS, Lorr, McNair y Dropelman, 1981). Cada una de estas herramientas posee características de aplicación que la convierten en más o menos adecuada en cuanto a la situación deportiva en la que se desee estudiar el fenómeno emocional, así como a la validez ecológica y conceptual que sea considerada necesaria.

Así, existen situaciones deportivas en las que la fluctuación o consistencia en los estados de ánimo de los deportistas se convierten en una información clave acerca de la forma en la que reaccionan frente a su rendimiento (Calmeiro y Tenenbaum, 2007; Hoffman, Bar-Eli y Tenenbaum, 1999). Este es el caso de las eliminatorias (*play off*) programadas al finalizar la temporada regular (en las que se da un encuentro cada 7 días, normalmente) para tratar de ascender de categoría. En esta fase se producen encuentros eliminatorios a doble vuelta (un partido en casa de cada uno de los dos equipos), en contraste con la temporada regular, que funciona por acumulación de puntos obtenidos. Tanto para el investigador, como sobre todo para el psicólogo aplicado es de mucho interés el poder conocer si en esta situación –que plantea expectativas positivas para todos los deportistas y agentes deportivos implicados– los aspectos emocionales de los deportistas fluctúan o, en cambio, se mantienen relativamente estables. Esta fase, de alguna manera, puede entenderse como una situación competitiva “continua” dada su comprensión temporal y los objetivos implicados.

Desde nuestros planteamientos, la importancia de conocer el nivel de estabilidad de estas dimensiones del estado de ánimo radica en la necesidad de ofrecer orientaciones concretas al profesional de la psicología del deporte para poder predecir, en un primer momento, en dónde pueden surgir más complicaciones en el afrontamiento competitivo en el fútbol y, en segundo lugar, ser capaz de intervenir en ellas de manera que se optimice su trabajo.

En este caso, si se quiere estudiar la consistencia o la fluctuación de un estado emocional, como es el caso de los estados de ánimo, durante una situación deportiva de competición como la descrita, y en un deter-

minado período de tiempo, parece existir acuerdo de que la herramienta de recogida de información más adecuada es el *Profile Of Mood States* (POMS, McNair, Lorr y Dropelmann, 1971), que se compone originalmente por las escalas de Vigor, Tensión, Depresión, Cólera, Fatiga y Confusión. Posteriormente, y en poblaciones de estudio de deportistas españoles, algunos autores ponen de manifiesto que serían 4 las dimensiones del POMS las que ejercen mayor influencia en el rendimiento deportivo: Tensión, Cólera, Vigor y Fatiga descartando la Depresión como una variable representativa a considerar, aunque otros autores la siguen manteniendo en una versión abreviada (Fuentes, García-Merita, Meliá y Balaguer, 1995).

Mediante el uso del POMS se ha demostrado que, en comparación con poblaciones normales, los estados de ánimo de deportistas –especialmente de alto nivel– se caracterizan por mostrar valores superiores en la escala de Vigor, e inferiores en las de Tensión, Depresión, Cólera, Fatiga y Confusión. Morgan denominó a este patrón de respuestas del estado de ánimo “Perfil Iceberg”, y propuso que en cierta forma reflejaba una salud mental positiva del deportista (Morgan, 1980a, 1985). Desde los trabajos pioneros, han sido muchos los estudios que han relacionado estados de ánimo y situación deportiva utilizando el POMS (Arruza et al., 1998; Barrios, 2007; Hassment y Blomstand, 1995; Hoffman, Bar-Eli y Tenenbaum, 1999; Macedo, Sinim y Noce, 2007; Morgan y Johnson, 1977; Morgan, 1980b; Sánchez, et al., 2001). Asimismo, se ha demostrado mediante revisiones de las investigaciones y metaanálisis que el POMS posee utilidad para llevar a cabo predicciones acerca del rendimiento de los deportistas, a partir de las características de sus estados de ánimo

(Andrade, Arce y Seoane, 2000; Beedie, Terry y Lane, 2000), aunque plantea algunos problemas para su uso válido para diferenciar deportistas de parecida habilidad entre sí, o con distintos niveles de logro.

Por lo tanto, y en función de lo anteriormente expuesto, los objetivos de este estudio se centran en: Analizar el grado de las fluctuaciones o de la consistencia en el estado de ánimo de los jugadores de fútbol, considerados como equipo, ante cada uno de los partidos eliminatorios de una fase de ascenso a la categoría superior (2ª A); y, en el caso de que así sea, conocer en qué factores del estado de ánimo se producen las fluctuaciones más relevantes para, de este modo, adecuar la intervención del psicólogo deportivo a la interacción deportista-situación específica. A la vez, el estudio debía cumplir con los criterios técnicos marcados para la realización de la investigación por la dirección deportiva del Rayo Vallecano de Madrid S.A.D.

## Método

### Participantes

La población de estudio estuvo formada por los 21 jugadores que forman la totalidad de la primera plantilla del Rayo Vallecano de Madrid S.A.D., de la 2ª división B de la Liga Profesional de Fútbol de España, durante la temporada 2006/07. Todos los jugadores son profesionales, es decir, se dedican exclusivamente al fútbol, siguiendo un régimen de vida deportiva característico de este tipo de equipo: cinco entrenamientos semanales más un día de competición, a lo largo de la temporada, que va de agosto a junio. Todos los participantes entregaron su consentimiento informado para la administración de las pruebas; se estableció un compromiso para la devolución de los resultados, y los datos personales obtenidos han sido tratados

y custodiados de acuerdo con las normas derivadas de la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de España.

### Material

Se ha utilizado el *Profile of Mood States* (POMS, Lorr, McNair y Droppelman, 1981) en la versión reducida de 15 ítems, adaptada y validada al español (Fuentes, García-Merita, Meliá y Balaguer, 1995). En esta versión, las escalas que conforman el test son las siguientes: Depresión, Vigor, Cólera, Tensión y Fatiga.

### Procedimiento

La recogida de datos mediante la administración del POMS tuvo lugar aproximadamente una hora y media antes de la disputa de cada uno de los cuatro partidos que componen las dos eliminatorias que comprende esta fase de ascenso disputada al final de la temporada 2006-2007 (ver Tabla 1). Se trataba de los momentos previos al desplazamiento al campo de juego, pareciendo lo más adecuado para mantener un equilibrio entre la proximidad a la competición, y una eventual ruptura de la concentración y/o de las rutinas del equipo previas al partido. La administración de los tests se llevó a cabo en los salones habilitados en los hoteles de concentración, asegurando la confidencialidad de los datos presentados y el hecho relevante de que los resultados serían analizados con fines de investigación fuera del periodo competitivo.

### Análisis de datos

Para la realización de este trabajo, se han utilizado los estadísticos descriptivos de tendencia central, la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, así como el análisis de diferencias entre los cuatro momentos de Friedman.

Primer partido		Segundo partido		Tercer partido		Cuarto partido	
Portuense	0	Rayo Vallecano	2*	Rayo Vallecano	1	Eibar	2
Rayo Vallecano	2	Portuense	2	Eibar	0	Rayo Vallecano	0**

\* Ganador de la primera eliminatoria, pasa a la siguiente.

\*\* Eliminado del *play off* de ascenso.

Tabla 1. Resultados de los cuatro partidos de la eliminatoria *play off* de ascenso 2006-2007 del Rayo Vallecano.

De las cinco escalas del cuestionario POMS, no se cumplen los supuestos de normalidad en las escalas Depresión y Fatiga, siendo necesaria la aplicación de estadísticos no paramétricos. Para ello, se ha realizado un análisis de diferencia de medias para muestras relacionadas a través de la prueba de Friedman.

Para la realización del análisis de datos se ha utilizado el paquete estadístico SPSS en su versión 14.0.

## Resultados

En la Tabla 2 se pueden ver los estadísticos descriptivos y de contraste utilizados para cada una de las escalas del POMS. Como allí aparece, los valores de las desviaciones típicas son bastante elevados, lo que muestra la existencia de una importante dispersión en las respuestas dentro del equipo, lo que se debe tener en cuenta al valorar las respuestas grupales medias para cada una de las escalas. Por otra parte, y respecto al objetivo principal del estudio, los resultados obtenidos muestran que no existen diferencias significativas, a nivel de equipo, entre cada uno de los cuatro partidos disputados respecto a las escalas empleadas en la versión de 15 ítems del POMS.

Si bien no se han hallado diferencias significativas en ninguna de las escalas del estado de ánimo respecto de los cuatro momentos de la eliminatoria, en la Figura 1 podemos observar la existencia de tendencias distintas en las medias del equipo. Así, se puede ver como las escalas de Depresión, Fatiga y Vigor siguen un patrón parecido, con los máximos niveles al final de la eliminatoria (antes del cuarto partido) y con los mínimos justo antes del primero de la segunda fase, después de haber ganado la ronda anterior (la escala Fatiga difiere de Depresión y Vigor en esto último, ya que su punto más bajo se halla justo antes del inicio del *play off*; aunque mantiene un perfil de crecimiento leve, pero continuado).

Por el contrario, las escalas de Tensión y Cólera muestran patrones distintos. El equipo posee dos niveles de Cólera diferentes en cada una de los dos eliminatorias, muy parecidos en los partidos de ida y vuelta de cada una de ella. En cambio, la escala de Tensión muestra un patrón en forma de "dientes de sierra". Antes del primer partido de cada fase, los niveles son altos, y en el mismo nivel aproximadamente, mientras que antes del segundo de cada fase, descienden claramente.

ESCALAS DEL POMS	Media (n=21)	Desviación Típica	Rango promedio	Chi-cuadrado	Gl	Significación
Depresión (1)	1,2857	2,36945	2,570		3	0,517
Depresión (2)	1,2857	1,97846	2,620	2,278		
Depresión (3)	,7619	1,81397	2,240			
Depresión (4)	1,3810	2,87187	2,570			
Vigor (1)	10,0952	2,02249	2,240		3	0,178
Vigor (2)	10,3810	2,03657	2,640	4,918		
Vigor (3)	9,9048	2,16575	2,260			
Vigor (4)	10,6190	1,65759	2,860			
Cólera (1)	2,5238	3,65539	2,400		3	0,834
Cólera (2)	2,7143	3,43719	2,620	0,866		
Cólera (3)	2,2381	2,56719	2,600			
Cólera (4)	2,2857	3,08452	2,380			
Tensión (1)	4,2381	2,30010	2,810		3	0,191
Tensión (2)	3,7143	2,30527	2,100	4,753		
Tensión (3)	4,4286	2,11119	2,710			
Tensión (4)	4,0952	1,75798	2,380			
Fatiga (1)	1,0000	1,61245	2,190		3	0,289
Fatiga (2)	1,3810	1,46548	2,570	3,761		
Fatiga (3)	1,2857	1,52128	2,430			
Fatiga (4)	1,4762	1,47034	2,810			

Tabla 2. Análisis descriptivos (medias y desviaciones típicas) y análisis de diferencia de medias para muestras relacionadas mediante el estadístico de contraste no paramétrico Friedman para la escalas Depresión, Vigor, Cólera, Tensión y Fatiga en los cuatro momentos del play off considerados (1= Primer partido; 2= Segundo partido; 3= Tercer partido; 4= Cuarto Partido).

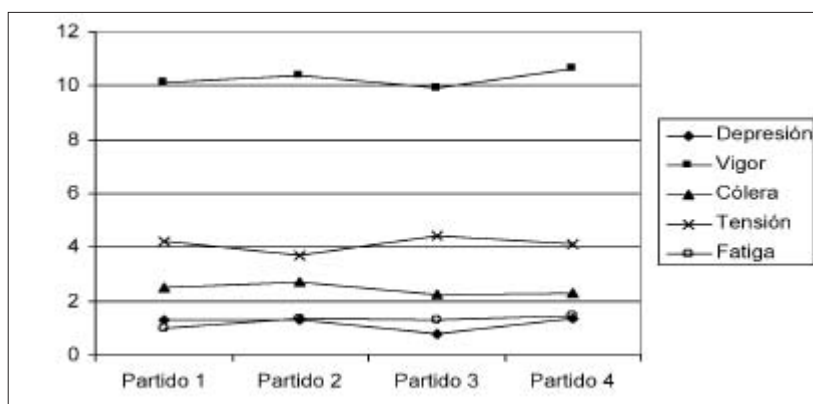


Figura 1. Gráficas analógicas de las escalas del POMS en el equipo estudiado, mostrando las tendencias de fluctuación de cada una de ellas en los 4 partidos

## Discusión y conclusiones

En nuestro estudio, los análisis estadísticos de contraste han demostrado que las diferentes dimensiones del estado de ánimo de los equipos, analizado con el POMS, permanecen relativamente estables antes de cada uno de los partidos disputados, lo que contrasta con alguna de las creencias más extendidas acerca del efecto emocional que tienen las situaciones de elevada presión, o la interpretación de los resultados de rendimiento, máxime si se considera que en el cuarto partido se mantiene la estabilidad mencionada pese a ser el más importante al decidir o no el ascenso de categoría.

Estos datos coinciden, a lo largo de los cuatro partidos disputados, con el denominado perfil "Iceberg" en el que la escala "Vigor" se sitúa por encima del resto de variables. La obtención de este perfil de estado de ánimo predispondría al jugador a obtener un elevado rendimiento competitivo que se correspondería con un estado de ánimo óptimo.

Sin embargo, hay que destacar que una de las aportaciones de este trabajo es que se ha podido estudiar una plantilla completa de fútbol profesional, durante una situación competitiva (de principio a final), y con el máximo cuidado por obtener una validez conceptual y ecológica de nuestros resultados. En este sentido, a pesar de que ya existe un relativamente importante corpus de estudios en los que se analizan otros aspectos de la esfera emocional, como los sentimientos o las emociones (Ruiz y Hanin, 2004, p.e.), durante la propia competición, no existen tantos estudios que lo hagan para conocer la fluctuación o consistencia de los estados de ánimo, también durante la competición (Calmeiro y Tenenbaum, 2007).

Los resultados, no obstante, muestran que dentro de los equipos existe una cierta dispersión de los resultados: no todos los jugadores poseen el mismo nivel de estado de ánimo, y por lo tanto debemos ser muy cuidadosos a la hora de interpretar los datos, que dependen de una media de equipo, así como a la hora de plantear intervenciones ya que los planteamientos individuales no se pueden basar exclusivamente en datos obtenidos grupalmente.

Así, uno de los desarrollos de nuestra investigación, siguiendo esta misma línea, será el tratar de identificar jugadores clave desde el punto de vista técnico, o táctico, o incluso desde el punto de vista del liderazgo, para estudiar de forma individual sus patrones de estado de ánimo y, seguidamente, intentar conocer si a partir de estos jugadores se produce algún tipo de "contagio anímico" (Sy y Coté, 2005), al observar el resto del equipo su respuesta –verbal o no verbal– a determinados eventos durante la competencia. En este caso, podríamos obtener base empírica para explicar y comprender la existencia de determinados fenómenos, tales como el llamado "efecto casa" (Sánchez et al., 2001; Waters y Novell, 2004); del fenómeno de "mano caliente" (Bar-Eli, Avugos y Raab, 2006), o del efecto del denominado "gol psicológico" (Roffé, De la Vega, Garcia-Mas y Llinás, 2008), dentro del marco teórico, por ejemplo, de la coordinación comunicativa (Eccles y Tenenbaum, 2004).

Asimismo, si analizamos con más atención las tendencias respecto de las cinco escalas que estudia el POMS, vemos que se comportan de forma distinta a medida que avanza la competición (ver Figura 3).

Entre las repercusiones prácticas que se pueden desprender de este estudio, una de las más importantes a tener en cuenta en el

desempeño profesional con una plantilla que disputa una competición mediante eliminatorias concentradas en el tiempo, como era este *play-off* de ascenso, es que deberíamos esperar que se produzcan pocas variaciones en el estado de ánimo de los jugadores, lo que permite dotar al trabajo psicológico con la plantilla de una cierta estabilidad ajena al resultado inmediato que se obtenga en uno de los cuatro partidos que se disputen. En otras palabras, parece tratarse de un sistema (al nivel de equipo, que es el que hemos considerado) muy dependiente de los estados iniciales, es decir, de los estados de ánimo previos al inicio de la competición. Entonces, tal vez este sea el punto en el que se debiera concentrar la mayor intensidad de entrenamiento, preparación o intervención psicológica.

La complementariedad de la información proporcionada a través de este sencillo instrumento, puede resultar de ayuda y respaldo para la labor del entrenador que, con frecuencia, está basada en juicios subjetivos sobre la disposición anímica de los jugadores y su preparación mental para afrontar una competición tan relevante como es el *play-off*. Resulta característico en el entrenador de fútbol términos como “hoy el equipo no me transmite confianza”, “lo veo bajo, poco activado”, aspectos que a veces son cotejados junto a las apreciaciones del preparador físico mientras éste realiza el trabajo de calentamiento previo al partido, o incluso en momentos anteriores, como en el propio vestuario, contexto en el que el entrenador avezado pulsa el ánimo general de su equipo a través de “sensaciones”, generalmente basadas en conductas, verbales y no verbales, de sus jugadores. La evaluación del estado de ánimo mediante el POMS podría servirle de ayuda al centrar su atención en aquellos jugadores que sirven de guía conductual y anímica del equipo, los líderes que manejan la mayor

parte de influencia favorable para la obtención de un buen rendimiento productivo grupal.

Si los resultados del presente trabajo muestran que el estado de ánimo del equipo no presenta una variación relevante ante los diferentes partidos, sí será fundamental observar cual es la disposición justo antes del primer partido de eliminatoria; a partir de aquí, el entrenador, junto a su cuerpo técnico, podrá actuar para mantener esa disposición o modificarla en el sentido que considere mejor para afrontar los partidos de este tipo de competiciones.

Por otro lado, la disposición anímica del propio entrenador y de su equipo técnico puede resultar fundamental, tanto en la percepción que se tiene sobre el equipo, como en la influencia que, subrepticamente, puede generar en éste. Quizá sería interesante que aquellos que trabajan junto al entrenador manejaran este tipo de información para, desde una perspectiva más “objetiva”, poder actuar en consecuencia y dirigir la disposición anímica hacia el logro de una máxima optimización de los recursos personales y colectivos del equipo.

Por último, destacar que una de las aportaciones más importantes de este trabajo ha consistido en realizar con una plantilla de fútbol profesional, un análisis de la relevancia que posee el estado de ánimo medido mediante el POMS. Pese a que en futuras publicaciones se presenten los resultados de las relaciones encontradas entre las escalas del POMS y la evaluación del rendimiento realizada por medio de técnicos cualificados, en este primer estudio hemos pretendido evaluar en qué medida las escalas del POMS fluctúan en función del partido que se vaya a disputar en un contexto de máxima exigencia competitiva como son los *play-off*. En futuros estudios se recomienda la



profundización acerca de la dificultad percibida por los jugadores y por el entrenador antes de cada una de las eliminatorias,

analizando en qué medida el estado de ánimo evaluado es o no coincidente con la dificultad situacional percibida.

#### *CONSISTENCIA Y FLUCTUACIÓN DE LOS ESTADOS DE ÁNIMO EN UN EQUIPO DE FÚTBOL PROFESIONAL DURANTE UNA COMPETICIÓN DE PLAY OFF*

**PALABRAS CLAVE:** Estados de ánimo, Fútbol, Competición de *Play-Off*, POMS.

**RESUMEN:** El objetivo de este estudio es describir los procesos de estado de ánimo de un equipo de fútbol profesional durante la competición, mediante la administración de tests específicos. Se ha evaluado mediante la versión corta española (15 ítems, Fuentes, García-Merita, Meliá y Balaguer, 1995) del *Perfil de Estados de Ánimo* (POMS, MacNair, Lorr and Droppelmann, 1971), un equipo de fútbol profesional de 2ª división B (Rayo Vallecano SAD, Madrid) antes de la disputa de los cuatro partidos de la fase de *play off* de ascenso a 2ª A al final de la temporada regular de la Liga Española de Fútbol Profesional 2006-07. Los resultados han mostrado la ausencia de diferencias significativas en los valores de las cinco escalas del POMS (Depresión, Vigor, Cólera, Fatiga y Tensión) recogidos antes de los cuatro partidos del *play off*, indicando la existencia de consistencia en los estados de ánimo del equipo durante la fase eliminatoria, y la ausencia de fluctuaciones significativas en los procesos de estado de ánimo a medio plazo. A pesar de esto, las representaciones gráficas de las medias del POMS muestran la existencia de tendencias hacia patrones distintos relacionados con las diversas escalas. Sugerimos que este método propuesto es útil para estudiar los procesos cognitivo-emocionales de los deportistas y de los equipos durante determinados tipos de competición, a la vez que asegura un nivel elevado de validez ecológica y provee información para efectuar intervenciones más efectivas y adaptadas a los equipos.

#### *CONSISTÊNCIA E FLUTUAÇÃO DOS ESTADOS DE HUMOR NUMA EQUIPA DE FUTEBOL PROFISSIONAL DURANTE OS PLAY-OFF*

**PALAVRAS-CHAVE:** Estados de humor, Futebol, *Play Off*, POMS

**Resumo:** O objetivo deste artigo é descrever os processos de humor de uma equipa de futebol durante a competição através da aplicação de medidas específicas. Uma equipa espanhola de futebol (Rayo Vallecano SAD, Madrid, Espanha) da segunda divisão (nível B) foi avaliada por meio da versão Espanhola abreviada (15 itens, Fuentes, García-Merita, Meliá & Balaguer, 1995) do *Profile of Mood State* (POMS, MacNair, Lorr & Droppelmann, 1971), quatro vezes durante a fase de *play off* (depois do final da época regular) de acesso a uma divisão superior da Liga Espanhola de Futebol Profissional (nível 2A) época 2006-07. Os resultados apontam a ausência de diferenças significativas nos valores das cinco escalas do POMS (Depressão, Vigor, Fadiga e Tensão) medidas antes dos quatro jogos dos *play off*, indicando a existência de uma consistência nos estados de humor da equipa durante toda a fase de *play off*, e a ausência de flutuações significativas nos processos de humor a médio prazo. Apesar disso, a representação gráfica do POMS indicou alguns padrões relacionados com as diferentes escalas. Sugerimos que os métodos por nós propostos são úteis no estudo dos processos cognitivo-emocionais durante competições específicas, uma vez que assegurem uma elevada validade ecológica e fornecem informações mais efectivas que permitem delinear intervenções de acordo com as necessidades da equipa.

## Referencias

- Andrade, E. M., Arce, C. y Seoane, G. (2000). Aportaciones del POMS a la medida de estado de ánimo de los deportistas: estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte*, 9, (1-2), 7-20.
- Arruza, J. Balagué, G. y Arrieta, M. (1998). Rendimiento deportivo e influencia del estado de ánimo, de la dificultad percibida y de la autoeficacia en el deporte de alta competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 7, (2), 193-204

- Bar-Eli, M., Avugos, S. y Raab, M. (2006). Twenty years of "hot hand" research: review and critique. *Psychology of Sport and Exercise*, 7, (6), 525-553.
- Barrios, R. (2007). Los estados de ánimo en el deporte: fundamentos para su evaluación. *Revista Digital/* [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com). Año 12, 113, Octubre. <<http://www.efdeportes.com/efd113/los-estados-de-animo-en-el-deporte.htm>>
- Beedie, C. J., Terry, P. C. y Lane, A. M. (2000). The Profile of Mood States and Athletic Performance: Two Meta-analyses. *Journal of Applied Sport Psychology*, 12, 49-68.
- Calmeiro, L. y Tenenbaum, G. (2007). Fluctuations of cognitive-emotional states during competition: An idiographic approach. *Revista de Psicología del Deporte*, 16, (1), 85-100.
- Cerin, E., Szabo, A., Hunt, N. y Williams, C. (2000). Temporal patterning of competitive emotions: A critical review. *Journal of Sport Sciences*, 18, 805-626.
- Crocker, P. E. e Issak, K. (1997). Coping during competitions and training sessions: are youth swimmers consistent? *International Journal of Sport Psychology*, 18, 355-369.
- Eccles, D. W. y Tenenbaum, G. (2004). Why an expert team is more than a team of experts: a social-cognitive conceptualization of team coordination and communication in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, (4), 85-98.
- Fuentes, I., Balaguer, I., Meliá, J. L. y García-Merita, M. L. (1995). Forma abreviada del Perfil de los Estados de Ánimo (POMS). *Actas del V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, (pp. 29-39). Valencia: Universitat de València.
- Hagtvet, K. A. y Hanin, Y. L. (2007). Consistency of performance-related emotions in elite athletes: Generalizability theory applied to the IZOF model. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 47-72.
- Hanin, Y. L. (1997). Emotions and Athletic performance: Individual zones of optimal functioning model. *European Yearbook of Sport Psychology*, 1, 29-72.
- Hassmen, H. y Blomstrand, E. (1995). Mood State Relationships and Soccer Team Performance. *The Sport Psychologist*, 9, (3), 297-308.
- Hoffman, J. R., Bar-Eli, M. y Tenenbaum, G. (1999). An examination of mood changes and performance in a professional basketball team. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 39, 74-79.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
- Macedo, I. O., Sinim, M. A. y Noce, F. (2007). Utilização do POMS do monitoramento dos estados de humor antes de competição nas diferentes provas do atletismo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7, 1, 85-96.
- Martens, R., Vealey, R. S. y Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- McNair, D. M., Lorr, M. y Droppelman, L. F. (1971). *Manual for the Profile of Mood States*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Services.
- Morgan, W. P. y Johnson, R. W. (1977). Psychologic characterization of the elite wrestler: A mental health model. *Medicine and Science in Sports*, 9, 55-56.
- Morgan, W. P. (1980a). Test of champions. *Psychology Today*, Julio, 92-99.
- Morgan, W. P. (1980b). The trait psychology controversy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51, 50-76.

- Morgan, W. P. (1985). Selected Psychological factors limiting performance: A mental health model. En D.H. Clarke y H. M. Eckertt (Eds.), *Limits of Human Performance* (pp. 70-80). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Roffé, M., De la Vega, R., Garcia-Mas, A. y Llinás, J. (2007). Las crisis durante el juego: el “gol psicológico” en el fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 16, (2), 227-240.
- Ruiz, M.C. y Hanin, Y.L. (2004). Athlete’s self-perceptions of optimal states in Karate: An application of the IZOF model. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, (2), 229-244.
- Sánchez, A., González, E., Ruiz, M<sup>a</sup>., San Juan, M., Abando, J., de Nicolás, L. y García, F. (2001). Estados de ánimo y rendimiento deportivo en fútbol: ¿Existe la ventaja de jugar en casa? *Revista de Psicología del Deporte*, 10, 2, 197-210.
- Skinner, N. y Brewer, N. (2002). The dynamics of threat and challenge appraisals prior to stressful achievement events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, (3), 678-692.
- Smith, R. E., Smoll, F. L. y Schultz, R. W. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The Sport Anxiety Scale. *Anxiety Research*, 2, 263-280.
- Sy, T. y Côte, S. (2005). The contagious leader: impact of the leader’s mood on the mood of group member, group affective tone, and group processes. *Journal of Applied Psychology*, 90, (2), 295-305.
- Walters, A. y Lovell, G. (2002). An examination of the homefield advantage in a professional English soccer team from a psychological standpoint. *Football Studies*, 5, (1), 46-59.

Agradecimientos: Los autores quieren agradecer la fundamental ayuda del cuerpo técnico del Rayo Vallecano de Madrid S.A.D., destacando el respaldo mostrado por D. Víctor Paredes como preparador físico de la primera plantilla del club, así como de los Servicios Médicos del mismo. También queremos hacer constar nuestro agradecimiento a toda la plantilla en la figura de sus capitanes, gracias a los cuales ha sido posible la recogida de información necesaria para la realización del presente trabajo.