

DE CÓMO LAS CHICAS SE EMOCIONAN JUGANDO A LA CONTRA

HOW GIRLS FEEL PLAYING WITH OPPOSITION

Rodríguez Ribas, Juan Pedro

Departamento de Educación Física y Deportes
Universidad de Gales, Reino Unido. Sede de Málaga
juanperibas2@gmail.com

Gea García, Gemma

Departamento de Ciencias de la Actividad física y del Deporte
Universidad Católica San Antonio de Murcia
gmgea@ucam.edu

Alonso Roque, José Ignacio

Departamento de Expresión Plástica, Musical y Dinámica. Área de Expresión Corporal
Universidad de Murcia
jjalonso@um.es

RESUMEN

Pese a lo que pudiera entenderse del título, este estudio tiene como propósito el determinar las características de las emociones desencadenadas en mujeres jóvenes cuando realizan juegos motores de oposición. Como parte de una investigación más amplia que ya se presentó en la 4ª edición de 2012 de este Congreso, se diseñó un estudio cuasi-experimental, en el que un grupo de 169 estudiantes del primer curso de las enseñanzas superiores en Actividades físicas y Deportivas de Murcia y de Málaga, realizaron juegos motores de oposición, con o sin competición. Tras cada juego, se registraron las emociones que experimentaban (cuestionario Games and Emotions Scale), y también el resultado (ganar o perder) en el caso de los juegos competitivos. Se determina que hubo diferencias significativas entre las emociones positivas (intensidades más altas) y las emociones ambiguas, por un lado (intensidades intermedias), y las emociones negativas, por otro lado (intensidades más bajas). Además, se descubrieron diferencias entre la intensidad de las emociones en los juegos competitivos (curiosamente con idénticos valores más altos en las emociones al ganar o perder), y la intensidad en los juegos sin competición. Pues parece que sí es lo que primeramente se entiende del título: a las chicas les encanta jugar a la contra... en los juegos motores de oposición y de competición.

PALABRAS CLAVE:

Mujer, emoción, juego, oposición, competición.

ABSTRACT

Despite what you may understand from what the title says, the aim of this study is to determine the characteristics of the emotions experienced by young women when they play opposition games. This quasi-experimental study is a part of another larger research where a group of 169 first year students of the Sports and Physical Activities degree from Murcia and Malaga carried out opposition games, with and without competition. This research was presented at the 4th edition of the 2012 Congress. After each game, the students registered the emotions they felt

(Games and Emotions Scale questionnaire) and also the score (win or lose) in the case of competition games. The data reflects that there were significant differences between positive emotions (high intensity) and ambiguous emotions (intermediate intensity), and positive versus negative emotions (low intensity). The data also showed differences between the intensity of emotions in competitive games and non competitive games (curiously the same level of high emotional intensity was registered in those who lost the competition as those who won). So it seems that the first sense of the title is correct: girls enjoy having opposition... in competition and opposition games.

KEYWORDS:

Woman, emotion, game, opposition, competition.

INTRODUCCIÓN

De una lectura rápida del título parecería deducirse que las chicas disfrutan yendo en contra de los demás. Claro, están en una fase de rebeldía, en la que afirman su identidad, prueban hasta dónde pueden llegar, marcan su territorio frente a los otros, las hormonas les juegan malas pasadas, etc., etc.

Pero no. En principio la interpretación del título no ha de ser metafórica sino textual. Efectivamente se hablará de jóvenes estudiantes y de cómo son las emociones que ellas manifiestan jugando en oposición e, incluso, en competición, es decir, contra rivales.

Este estudio es la continuación de una investigación mucho más amplia, que ya se presentó en la 4ª edición del Congreso en 2012 (Lavega, Alonso y Rodríguez Ribas, 2012). La investigación trata de determinar cómo se comportan las emociones de las personas -especialmente entre las mujeres- que intervienen en las distintas formas de prácticas motrices.

Mujer y emociones

Emoción es un concepto cultural específico además de manifestarse como fenómeno de expresión interpersonal (Frijda, 2008; Guerrero, Andersen y Trost, 1998; Russell, 2005). Puede ser impreciso pero, sin embargo, se refiere a sucesos reales e importantes. Es una manifestación afectiva de carácter intenso y pasajero, un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada (Bisquerra, 2000). Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno.

No todas las personas afrontan de la misma manera los diferentes contextos ni tampoco las experiencias emocionales son semejantes para los mismos contextos. A pesar y todo, la sensibilidad emocional presenta diferencias individuales tal que cada cual se identifica con emociones particulares con mayor frecuencia (Aguado, 2005; Bächler y Poblete, 2012). Lo más natural es la expresión de las emociones experimentadas, aunque excepcionalmente puedan no ser manifestadas (Guerrero, Andersen y Trost, 1998).

Las diferencias emocionales también afectan al género. Sobre el estatus de las diferencias de género se extraen conclusiones como que la experiencia femenina selecciona emociones más intensas, más frecuentes y más variadas que los hombres (Alcalá, Camacho, Giner, Giner e Ibáñez, 2006; Feldman Barrett, Robin, Pietromonaco y Eysell, 1998).

Incluso las diferencias de género son mayores en la expresión de las emociones, entre otras razones debido a que los distintos roles masculinos y femeninos asumidos culturalmente conducen a seguir diferentes reglas (Feldman Barrett, Lane, Sechrest y Schwartz, 2000). Parece que es un hecho aceptado por la cultura occidental que las mujeres son más ricas emocionalmente y más expresivas que los hombres (Simon y Nath, 2004), de modo que, incluso, las propias mujeres se describen así mismas con una emocionalidad más intensa que los hombres.

Esta gran diversidad de expresión emocional puede ser clasificada desde una perspectiva cognitiva-relacional (Bisquerra, 2000, adaptado de Lazarus 1991). En general, el conjunto de emociones son agrupadas en:

. Positivas. Son las reacciones de la persona ante un acontecimiento que predispone al organismo para una respuesta organizada agradable. Estas emociones son: alegría (diversión), humor (reír), afecto (amor) y felicidad (paz).

. Negativas. Son las reacciones de la persona ante un acontecimiento que predispone al organismo para una respuesta organizada desagradable. Estas emociones son: ira (enfado), miedo (terror), ansiedad (preocupación), tristeza (frustración), vergüenza y rechazo (aversión).

. Ambiguas. Son las reacciones de la persona ante un acontecimiento que predispone al organismo para una respuesta organizada que es agradable o desagradable, según la circunstancia: sorpresa, esperanza y compasión.

Mujer y competición

Como en el tema de las emociones, también la diversidad de actividades motrices es enorme: juegos deportivos tradicionales, deportes, prácticas de expresión motriz, actividades introyectivas... (Hernández Moreno y Rodríguez Ribas, 2004; Lagardera y Lavega, 2003; Parlebas, 2001). Cada práctica muestra sus particularidades estructurales y dinámicas. Sus rasgos identificadores condicionan la manera de afrontarlas, ya sea en solitario, junto a otros participantes o contra rivales.

En el presente estudio se escogieron juegos deportivos tradicionales de pura oposición, donde la rivalidad directa entre participantes se encamina a conseguir el objetivo motor del juego en detrimento del adversario. Se añadió el factor competitivo para la mitad de los juegos de oposición practicados por los alumnos y alumnas (resultado: ganador o perdedor), provocándose así situaciones de doble rivalidad: la propia del proceso de oposición y la de los resultados de la competición. El Pañuelo, las Jarras, Raspall, Pies quietos y Sillas musicales son algunos ejemplos de los 24 juegos de oposición planteados en las sesiones de práctica.

La competición es una comparación de resultados en igualdad de condiciones para los participantes (Hernández Moreno y Rodríguez Ribas, 2004). Por tanto, a diferencia de la oposición, la competición es una rivalidad indirecta a consecuencia de las acciones; es el resultado de los resultados de las acciones. La competición concluye en una jerarquización: hay un vencedor y el resto no vencedores, o perdedor y los demás no perdedores o, comúnmente, vencedores y perdedores.

La igualdad de condiciones para los participantes confiere tal equilibrio y transparencia al contexto de las acciones, que la competición es toda una invitación a proyectar las emociones (Parlebas, 2001). Los contextos de competición son múltiples y cotidianos: laborales, empresariales, escolares, recreativos... No obstante, su campo abonado es el de la actividad física y el deporte.

El rendimiento durante la competición afecta al estado emocional (Hanin, 2004; Jones, Hanton y Swain, 1992; Torres, Torregrosa y Roca, 2007). Una gran victoria puede producir alegría y felicidad en el participante mientras que una aplastante derrota puede conducir a la desesperación y decepción (Jones, 2003; Krane y Williams, 1987).

Como en las emociones, también en la práctica motriz hay diferencias personales y culturales en cuanto al género. Sobre la base de un modelo preconcebido de comportamiento, la sociedad espera de las mujeres una menor capacidad para la competición que los hombres, pero una mayor sensibilidad (Antúnez, 2001). Aunque ha ido perdiendo peso progresivamente, este patrón ya predispone a las niñas en la elección, interés y actitud frente al deporte.

Las mujeres se consagran al deporte y a otras actividades y profesiones con tanta dedicación como los hombres. Pero en un contexto competitivo, Guzmán y Rodríguez (2008) encontraron que ellas son más sensibles a las necesidades del entorno y hacia las diferencias culturales y, además, consideran que todo esto constituye una ventaja competitiva frente a sus contrapartes masculinas. Esta es una de las diferencias que tienen las mujeres respecto al significado de la búsqueda del éxito. Por su parte, los hombres en la competición son representados en la cultura occidental como poco emocionales (incluso ganando o perdiendo) (Knoppers y Elling, 2001).

Por otro lado, las mujeres están asociadas a modelos estético-reproductivos de competición corporal, que siempre se realizan bajo un formato individual o cooperativo (Knoppers y Elling, 2001), como la gimnasia o el patinaje artístico. Sin embargo, no hay juegos de oposición que sigan ese modelo femenino tan divulgado socialmente, con lo que se evitará un problema de sesgo cultural en el estudio. Los juegos de oposición, con o sin competición, pueden ser practicados tanto por chicas como por chicos, sea contra las otras o contra los otros, y sin tener que arrastrar el enorme lastre del género asociado a la actividad motriz.

De acuerdo a ello, el objetivo del estudio se centró en determinar las características de las emociones desencadenadas en mujeres jóvenes cuando realizan juegos motores de oposición, con o sin competición.

METODO

Participantes

169 estudiantes del primer curso en los estudios de las titulaciones superiores en actividades físicas y deportivas (Grado en Ciencias de la actividad física y del deporte y Técnico Superior en Animación de actividades físicas y deportivas) de Murcia y Málaga. 141 eran hombres y 28 mujeres, oscilando el rango de edad entre los 18 y los 37 años ($M = 20.79$; $DT = 2.31$).

Instrumento

Se empleó el cuestionario Games and Emotions Scale (GES), validado por Lavega, March y Filella (2013), y que contiene los datos de identificación (nombre, centro y curso y fecha de la sesión de juegos) y las variables:

- Emociones: positivas (4), negativas (6) y ambiguas (3), en un total de 13.
- Resultado: sin victoria (cuando el juego no conlleva competición) y ganador o perdedor (en los juegos competitivos).
- Género: femenino o masculino.
- Edad.

Fases

1. Presentación y actividades de formación encaminadas a la identificación de las 13 emociones y su registro (conciencia emocional). Aceptación del consentimiento para la participación en la experiencia. Total: 4.30 horas

2. Puesta en práctica con situaciones motrices reales: juegos deportivos tradicionales de oposición, con o sin competición. Se desarrollaron cuatro sesiones de 90 minutos, con un máximo de seis juegos en cada sesión. Los participantes (estudiantes de ambos géneros) se mezclaron aleatoriamente para realizar los juegos.

3. Registro individual por parte de cada estudiante (cuestionario GES) de la intensidad de cada una de las 13 emociones suscitadas, como consecuencia de la práctica de cada uno de los juegos de oposición (con o sin competición). Las emociones fueron puntuadas de 0 a 10 (10 representa la máxima intensidad emocional). Asimismo se señaló el resultado (ganador o perdedor) cuando el juego era competitivo.

Procedimiento de análisis

Para analizar los datos se utilizó el modelo de ecuaciones de estimación generalizadas (GEE), familia Gaussiana, correlación intercambiable, aplicándose comparaciones múltiples post hoc en todos los factores de más de dos categorías y mediante el paquete STATA 10. El modelo consideró dos factores de intrasujeto: 1. Contabilización de resultado (sin victoria, o con victoria: ganador o perdedor) y 2. Tipo de emoción (positiva, negativa y ambigua). Y también consideró un factor intersujeto: 1. Género (masculino o femenino).

RESULTADOS

Tabla 1. *Contrastes de los efectos del modelo de ecuaciones de estimación generalizadas (GEE).*

Origen	Tipo III		
	Chi-cuadrado de Wald	gl	Sig.
(Intersección)	843,058	1	<,001
Tipo de emociones	624,281	2	<,001
Género	2,402	1	,121
Tipo de emoción * Género	9,196	2	,010
Resultado de la competición	49,171	2	<,001
Tipo de emoción * tipo de resultado	62,738	4	<,001
Género * tipo de resultado	6,150	2	,046

Mujer y emociones

Se encontraron diferencias significativas entre los tres tipos de emociones ($p < .001$).

Para las jóvenes, las emociones positivas obtuvieron los valores más intensos ($M = 4.71$), las emociones negativas activaron valores significativamente más bajos ($M = 0.87$, $p < 0.001$) y las emociones ambiguas registraron valores significativamente inferiores a los positivos ($M = 3.03$, $p < 0.001$). La tendencia entre los chicos es similar.

La interacción entre género y tipo de emoción fue significativa ($p = .010$).

Al estudiar la interacción del género con los tipos de emoción, en las emociones ambiguas se observó un comportamiento distinto al identificado al estudiar el comportamiento general. Mientras en las emociones positivas y negativas los resultados en las tendencias globales no mostraron diferencias entre chicas y chicos, en las emociones ambiguas las mujeres registraron valores significativamente más altos ($M = 3.03$) respecto a los hombres ($M = 2.49$ y $p = 0,025$).

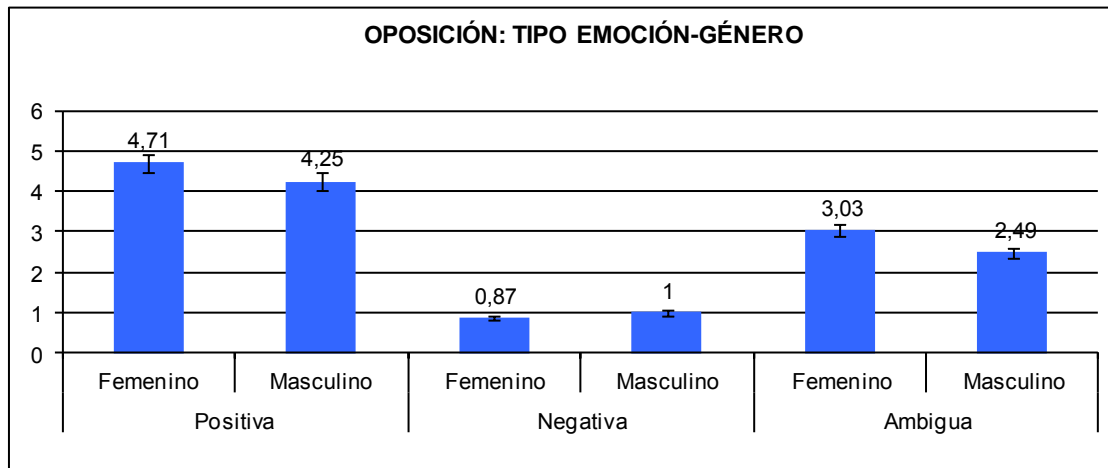


Figura 1. Medias obtenidas en las intensidades de los distintos tipos de emociones por género.

Mujer y competición

Teniendo en cuenta al factor resultado, las jóvenes mostraron una intensidad emocional significativamente inferior cuando realizaron juegos de oposición sin competición ($M = 2.52$) respecto a las intensidades emocionales cuando competían y ganaban o perdían (en ambos casos: $M = 3.05$, $p < .001$). La tendencia entre los chicos es semejante, excepto que las chicas se emocionan igualmente ganando o perdiendo el juego, mientras que los chicos se emocionan más cuando ganan el juego ($M = 2,72$ al ganar el juego; $M = 2,63$ al perderlo; $M = 2,4$ en juegos sin competición).

La interacción entre género y resultado fue moderadamente significativa ($p = .046$). Los valores mostrados en las emociones por los chicos en todos los juegos son siempre inferiores a los mostrados por las chicas. Ellas se emocionan más que los chicos en los juegos de oposición, sean con competición o sin competición, sea ganando o perdiendo el juego.

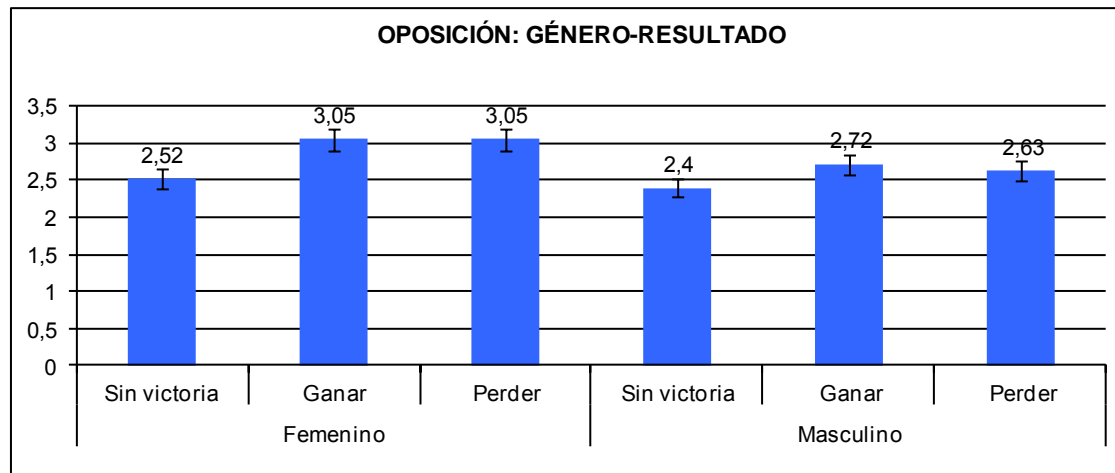


Figura 2. Medias obtenidas en la intensidad de las emociones en cada género según el factor competición. "Sin victoria" indica el caso de los juegos no competitivos.

Cruzando los factores tipo de emoción (positiva, negativa ambigua) y tipo de resultado (sin victoria, ganar, perder), resulta que en los juegos de competición las estudiantes puntúan más alto en las emociones positivas, incluso aunque sean perdedoras del juego. Considerando la variable género en los juegos competitivos, las chicas también se emocionan positivamente más que los chicos.

DISCUSION

El objetivo del estudio se centró en determinar las características de las emociones desencadenadas en mujeres jóvenes cuando realizan juegos motores de oposición, con o sin competición.

Mujer y emociones

El presente estudio en un principio parece confirmar el asentimiento cultural y de la literatura especializada de que las chicas son emocionales. Feldman Barrett, Lane, Sechrest y Schwartz (2000) añaden que su expresión es notable tanto a nivel facial, corporal y verbal, sea cual sea el contexto social.

Diferencialmente, el estudio también es consistente con los resultados de otras investigaciones: las chicas son más emocionales que los chicos ($p = .010$) y ello también se traducirá en su manifestación expresiva (Alcalá, Camacho, Giner, Giner e Ibáñez, 2006; Bar-On, 2006; Simon y Nath, 2004).

No obstante, cuando se trata de prácticas motrices hay que interpretar los resultados con cautela. En un estudio reciente en torno a prácticas motrices expresivas, Mateu Serra, Romero-Martín, Gelpi Fleta, Rovira Bahillo y Lavega Burgués (2013) no encuentran diferencias en la intensidad emocional entre hombres y mujeres. Podría atribuirse esta similitud de valores emocionales a que los participantes del estudio eran estudiantes de Actividad física. En todo caso, sugieren que los resultados contradicen prejuicios extendidos socialmente y estudios previos que atribuyen a la mujer una mayor emocionalidad.

Las prácticas motrices aplicadas a estudiantes para el presente análisis cuasi-experimental fueron juegos motores de oposición. Las chicas registran valores considerablemente altos en las emociones positivas ($M = 4.71$) en comparación con las emociones negativas ($M = 0.87$). Luego, una cosa es clara: las chicas disfrutaban enormemente en los juegos motores de oposición.

Los chicos coinciden con las chicas en esa tendencia y con valores parecidos en las emociones positivas y negativas. Sin embargo, Simon y Nath (2004) sí que encuentran diferencias en la frecuencia con la que los hombres y mujeres expresan emociones positivas y negativas, aunque no se trata de un estudio sobre prácticas físicas. Concretamente aprecian que ellos expresan emociones positivas, como calma y entusiasmo, más frecuentemente que las mujeres y que ellas expresan con más frecuencia emociones negativas, como ansiedad y tristeza que los hombres. Feldman Barrett, Lane, Sechrest y Schwartz (2000) encuentran que felicidad, tristeza y miedo son más frecuentemente expresadas por las mujeres, mientras que los hombres expresan más emociones de cólera. En nuestro estudio habría que haber analizado los niveles de cada emoción concreta para establecer comparaciones con los análisis mencionados.

El factor diferencial anotado en el global de la intensidad emocional con respecto a los jóvenes en el presente estudio se atribuye a las emociones ambiguas ($p = 0,025$). En los juegos donde se interviene frente a rivales las chicas sienten más sorpresa, esperanza y compasión que los chicos. En otras palabras, ante adversarios, las estudiantes experimentan más episodios de desconcierto que los estudiantes, perciben con más intensidad que las cosas pueden ir a mejor y muestran más empatía que sus compañeros.

Esta constatación presenta coincidencias con los descubrimientos de Bar-On (2006) sobre inteligencia emocional, en los que las mujeres puntúan más que los hombres en sociabilidad, la atención a las necesidades de los demás, la sensibilidad o la empatía.

Mujer y competición

Las alumnas se emocionan más en la actividad física competitiva que en la no competitiva ($p < .001$), al menos cuando en los juegos practicados se les presenta bajo una estructura de enfrentamiento. A los alumnos del estudio les ocurre lo mismo, pero esta apariencia esconde ciertas diferencias con respecto a ellas ($p = .046$).

Por lo pronto, se ha indicado que haya o no haya competición, se gane o se pierda, las chicas siempre puntúan sus emociones más que los chicos. Además, específicamente para los juegos competitivos, las chicas otorgan igual valor a las emociones se gane o se pierda, mientras que los chicos se emocionan más al ganar que al perder.

Antúnez (2001) puede tratar de explicarlo. Las mujeres tienden a lograr el éxito sobre la base del dominio de la actividad y el mejoramiento personal. Puede ser por eso que las chicas de nuestro estudio valoran igual sus emociones ganen o pierdan el juego. Por su parte, los hombres buscan el resultado frente al oponente. Puede ser esa la razón de que den mayor valor a las emociones cuando ganan. Luego, en la competición, a las jóvenes participantes en el estudio no les ha interesado tanto el ganar como a ellos. Lo que les ha importado más a las chicas es simplemente participar en la competición.

Por último, considerando conjuntamente las tres formas de las emociones registradas por cada estudiante tras cada juego de oposición (positivas, negativas, ambiguas) y los tres resultados posibles tras cada juego de oposición (sin victoria, ganar, perder), se descubre que las chicas

siempre sienten emociones positivas con valores considerablemente elevados sea cual sea el resultado del juego y con valores considerablemente mínimos en sus emociones negativas.

Eso quiere decir que las chicas se lo pasan estupendamente jugando frente a adversarios, que se lo pasan aún mejor compitiendo contra rivales y que les da lo mismo ganar o perder. Otra manera de decirlo es que las chicas se lo pasan pero que nada mal en los juegos motores de oposición (a tenor del escaso valor que han dado a sus emociones negativas). Wankel y Berger (1990) confirman que el disfrute es una de las principales razones que suelen mencionar quienes participan en la actividad física competitiva.

Para otro tipo de juegos, Jaqueira, Lavega Burgués, Lagardera Otero, Araújo y Rodrigues (2014) coinciden en que los juegos motores cooperativos desencadenan valores intensos de emociones positivas tanto al ganar como al perder. También en su estudio refieren que las alumnas muestran valores más intensos de emociones positivas al ganar y emociones negativas de menor intensidad ante la derrota que los alumnos.

CONCLUSIONES

El enfoque emocional que tienen las jóvenes de este estudio sobre la oposición, la competición y la práctica física presenta algunas peculiaridades. Por lo pronto, no proporciona una confirmación tácita respecto al papel de las emociones femeninas, papel que suele ser otorgado socialmente y que también es ratificado por otras investigaciones. Las chicas son más emocionales que los chicos en la actividad física frente a rivales, pero apenas difieren respecto a ellos en emociones positivas (alegría, humor, afecto y felicidad), que son valoradas muy altas, y en emociones negativas (ira, miedo, ansiedad, tristeza, vergüenza y rechazo), cuyos valores son muy bajos.

Donde sí se diferencian con respecto a los jóvenes durante los juegos de oposición es en la expresión de las otras emociones, en las ambiguas (sorpresa, esperanza y compasión), que a veces se desencadenan como reacción agradable y otras como sentimiento desagradable. Son emociones que tienen que ver con lo social, lo sentimental, la empatía y no tanto con el reto. Así se puede llegar a entender que aunque todos los participantes puntúan sus emociones más altas al competir, a las chicas les da lo mismo ganar o perder, mientras que los chicos se sienten mejor cuando ganan el juego.

Acorde con lo dicho, habría que extraer alguna consecuencia práctica. En otro estudio sobre la percepción que las chicas tienen sobre la práctica corporal, Whitehead y Biddle (2008, 257) destacan que:

“En cuanto a la estructura de la actividad física, el consenso fue que la actividad tiene que ser divertida, informal, y deberá contar con la participación de los amigos. Los proveedores del deporte y la actividad física deben ser conscientes de la importancia de estos factores para ayudar a crear oportunidades para las niñas adolescentes a participar en la actividad física en un ambiente agradable y no amenazante”.

Por ejemplo, los adversarios de los juegos de oposición no son vistos por las chicas del estudio como retos a superar sino colegas con quienes pasárselo bien durante la actividad. Lejos de soportar un trance agonístico en la competición, Steptoe y Cox (1988) destacan que para producir estados afectivos y anímicos positivos en las mujeres, la actividad física ha de ser moderada.

Gestores deportivos, profesores de Educación física, monitores y animadores deportivos han de considerar estos resultados, especialmente en el ámbito educativo y recreativo. En conclusión, lo más destacable es que aunque se enfrenten contra otras chicas o contra chicos, aunque compitan e incluso pierdan, las jóvenes que realizan juegos deportivos en oposición, siempre expresan emociones positivas en niveles mucho más altos que las emociones negativas.

Después de todo, la primera interpretación figurada del título de esta comunicación no era tan desencaminada: las chicas sí que disfrutaban yendo en contra de los demás... compitiendo en los juegos motores.

BIBLIOGRAFÍA

Aguado, L. (2005): *Emoción, afecto y motivación*, Alianza, Madrid.

Alcalá, V., Camacho, M., Giner, D., Giner, J. e Ibáñez, E. (2006): "Afectos y género". *Psicothema*, 18(1), (143-148). <http://www.unioviado.es/reunido/index.php/PST/article/view/8409/8273> Consultado 7-4-14.

Antúñez, M. (2001): "Reflexiones acerca de lo que la mujer representa para el deporte y el verdadero significado del deporte para la mujer", *Lecturas de educación física y deportes*, 42, (1-3). <http://www.efdeportes.com/efd42/mujer.htm> Consultado 3-4-14.

Bächler, R. y Poblete, O. (2012): "Interacción, emoción y cognición: Una aproximación integrada a la comprensión del comportamiento humano", *Anales de Psicología*, 28(2), (490-504). doi:10.6018/analesps.28.2.147601. Consultado: 25-3-14.

Bisquerra, R. (2000): *Educación emocional y bienestar*, Praxis, Barcelona.

Bar-On, R. (2006): "The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)", *Psicothema*, 18(supl), (13-25). <http://156.35.33.98/reunido/index.php/PST/article/view/8415/8279> Consultado: 26-3-14.

Feldman Barrett, L.; Robin, L., Pietromonaco, P.R. y Eyssell, K.M. (1998): "Are Women the "More Emotional" Sex? Evidence from Emotional Experiences in Social Context", *Cognition and emotion*, 12 (4), (555-578). <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/026999398379565#.Uz0FV6K6n38> Consultado: 2-4-14.

Feldman Barrett, L., Lane, R. D., Sechrest, L. y Schwartz, G.E. (2000): "Sex differences in emotional awareness", *Society for Personality and Social Psychology*, 26(9), (1027-1035). <http://affective-science.org/pubs/2000/FBLaneetal2000.pdf> Consultado: 2-4-14.

Frijda, N. (2008): "The psychologists' point of view", en Lewis, M., Haviland-Jones, J. M. y Barrett, L. F. editores: *Handbook of emotions* (3ª edición), Guilford Press, New York, (68-87).

Guerrero, K. L., Andersen, P. A. y Trost, M. R. (1998): "Communication and Emotion: Basic Concepts and Approaches", en Andersen, P.A y Guerrero, K. L. editores: *Handbook of Communication and Emotion: Research, Theory, Applications and Contexts*, Academic Press, San Diego, CA, (3-27).

Guzmán, J. y Rodríguez, M. (2008): "Comportamiento de las mujeres empresarias: Una visión global. *Revista de Economía Mundial*. 18, (381-392).

<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/552/b1513903.pdf?sequence=1>

Consultado: 9-4-14.

Hanin, Y. (Ed) (2000): *Emotions in sport*, Human Kinetics, Champaign, IL.

Hanin, Y. (2004): "Emotion in sport: an individualized approach", en Spielberger, C. D. editor: *Encyclopedia of applied Psychology*, vol 1, Elsevier Academic Press, Tampa, FL. (739-750).

Hernández Moreno, J. y Rodríguez Ribas, J. P. (2004): *Praxiología Motriz. Fundamentos y aplicaciones*, INDE, Barcelona.

Jaqueira, A. R., Lavega Burgués, P., Lagardera Otero, F., Araújo, P. y Rodrigues, M. (2014): "Educar para la paz jugando: género y emociones en la práctica de juegos cooperativos competitivos", *Educatio s XXI*, 32 (1), (15-32).

<http://revistas.um.es/educatio/article/view/194071> Consultado 3-4-14 Consultado: 6-4-14.

Jones, M. (2003): Controlling emotions in sport. *The sport psychologist*, 17, (471- 486).

http://works.bepress.com/cgi/viewcontent.cgi?article=1009&context=marc_jones

Consultado: 27-3-14.

Jones, G., Hanton, S. y Swain, A. (1992): "Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitiveness", *Perceptual and Motor Skills*, 74, (467-472). doi:10.2466/PMS.74.2.467-472. Consultado: 1-4-14.

Knoppers, A. y Elling, A. (2001): "Organizing masculinities and feminities: the gendered sporting body", en Steenbergen, J., De Knopp, P. y Elling, A. editores: *Values and norms in sport*, Meyer & Meyer sport, Aachen, (171-194).

Krane, V. y Williams, J. (1987): "Performance and somatic anxiety, cognitive anxiety, and confidence changes prior to competition". *Journal of Sport Behavior*, 10, (47-56).

Lagardera, F. y Lavega, P. (2003): *Introducción a la praxiología motriz*, Paidotribo, Barcelona.

Lavega, P., Alonso, J. I. y Rodríguez-Ribas, J. P. (2012): "Emociones, género y competición", en Vázquez Bermúdez, I. coordinadora: *Investigación y género inseparables en el presente y en el futuro. Actas del IV Congreso Universitario Nacional, "Investigación y Género"*. Sevilla. Unidad para la Igualdad, Universidad de Sevilla. (929-945).

http://igualdad.us.es/pdf/Investigacion_Genero_12.pdf Consultado: 26-3-14.

Lavega, P., March, J. y Filella, G. (2013): "Juegos deportivos y emociones. Propiedades psicométricas de la escala GES para ser aplicada en la Educación Física y el Deporte". *Revista de Investigación Educativa (RIE)*, 31(1), (151-165) <http://revistas.um.es/rie/article/view/147821>. Consultado: 26-3-14.

Lazarus, R. S. (1991): *Emotion and adaptation*, Oxford University Press, New York.

Mateu Serra, M., Romero-Martín, M. R., Gelpi Fleta, P., Rovira Bahillo, G. y Lavega Burgués, P. (2013): "La educación emocional a través de las prácticas motrices de expresión. Perspectiva de género", *Educatio s XXI*, 32 (1), (49-70).

<http://revistas.um.es/educatio/article/view/194081/159441> Consultado: 3-4-14.

Parlebas, P. (2001): *Juegos, deporte y sociedad. Léxico comentado en Praxiología motriz*. Paidotribo, Barcelona.

- Russell, J. A. (2005): "Emotion in human consciousness is built on core affect". *Journal of Consciousness Studies*, 12, (26-42).
<http://www.ingentaconnect.com/content/imp/jcs/2005/00000012/f0030008/art00002>
Consultado: 3-4-14.
- Simon, R. W. y Nath, L. E. (2004): "Do men and women differ in self-report of feelings and expressive behavior?", *American Journal of Sociology*, 109 (5), (1137-1176).
<http://www.jstor.org/discover/10.1086/382111?uid=3737952&uid=2&uid=4&sid=21103789291177> Consultado 3-4-14.
- Stephoe, A y Cox, S. (1988): "Acute effects of aerobic exercise on mood", *Health Psychology*, 7(4), (329-340). doi: [10.1037/0278-6133.7.4.329](https://doi.org/10.1037/0278-6133.7.4.329) Consultado 3-4-14.
- Torres, M. L., Torregrosa, M y Roca, J. (2007): "Características del "flow", ansiedad y estado emocional, en relación con el rendimiento de deportistas de elite", *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7 (1), (26-44).
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=227017553002> Consultado: 26-3-14.
- Wankel, L. M. y Berger, B. G. (1990): "The psychological and social benefits of sport and physical activity". *Journal of Leisure Research*, 22(2), (167-182).
<http://psycnet.apa.org/psycinfo/1990-32284-001> Consultado 3-4-14.
- Whitehead, S. y Biddle, S. (2008): "Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study", *European Physical Education Review*, 14(2), (243-262). doi: 10.1177/1356336X08090708. Consultado: 26-3-14.

Agradecimientos:

Este estudio ha recibido financiación del Ministerio de Economía y Competitividad, Secretaría de Estado de Investigación, Desarrollo e Innovación de España a través del proyecto I+D+i "Perspectiva de género en las emociones suscitadas por los Juegos deportivos de oposición" (DEP2010-21626-C03-03).