



REVISTA CUBANA DE MEDICINA DEL DEPORTE Y LA CULTURA FÍSICA

Versión On-line ISSN 1728-922X

VOLUMEN 13, NÚMERO 1, La Habana, Enero-Abril, 2018

Artículo Original

Título: Autovaloración y su relación con el rendimiento, la autoeficacia y otras variables psicológicas en judocas nacionales.

Title: Self-evaluation, its relation with performance, self-efficiency, and other psychological variables in national women judo.

del Monte del Monte LM*, Zaldívar Pérez D**.

* Psicóloga, Dra. C. Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Profesora Titular en la Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte e investigadora sobre la Psicología del deporte en el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano.

Universidad de las Ciencias de la Cultura Física el Deporte "Manuel Fajardo".
Cuba

Email: liliandelmonte@inder.cu

**Profesor de la Facultad de Psicología de la Universidad de la Habana.

Dr.C. Profesor Titular. Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo"

Recibido: 6 de Octubre de 2017

Aceptado: 12 de Marzo de 2018

Resumen

En esta investigación se relaciona la autovaloración de cualidades de rendimiento registrada una semana antes de la competencia, con la autoeficacia de las atletas de judo femenino antes de competir, con la valoración de contrarias en la competencia, con el movimiento del diálogo interno de “yo si puedo” durante los combates ante sus eventualidades, con el rendimiento deportivo, y con las atribuciones causales a errores cometidos en la competición. Se establece una relación entre estas variables, destacándose la influencia de la adecuación de la autovaloración sobre la autoeficacia, sobre la estabilidad del diálogo de “yo si puedo” ante las eventualidades, sobre la adecuación de la valoración de las contrarias y sobre las atribuciones causales a los errores cometidos en la competición. La subvaloración de cualidades de rendimiento es la inadecuación de la autovaloración más afectada y la adecuada es la más efectiva para el rendimiento deportivo.

Palabras Claves: Autovaloración, autoeficacia, rendimiento deportivo.

Abstract:

In this research, self-evaluation of the performance qualities recorded a week before the competence is related with the self-efficiency of the female judo players before competing with the evaluation of the opponents during the competition with the changes of the “Yes, I can” inner dialogue before adversities in the competition with the sports performance and with the causes attributed to the mistakes made in competition. A relationship between these variables is established highlighting the influence of the self-evaluation adequacy over self-efficiency, over the stability of the “Yes, I can” dialogue before adversities, over the adequacy of the opponents evaluation and over the causes attributed to mistakes made in the competition. The underestimation of the performance qualities is the inadequacy of the most affected self-evaluation and the adequacy of the self-evaluation is the most effective one for the sports performance.

Key words: Self-evaluation, self-efficiency, sports performance.

Introducción

La autovaloración, no es más que un subsistema de la personalidad que incluye un conjunto de necesidades y motivos junto con sus diversas formas de manifestación consciente¹.

La Autovaloración de cualidades de rendimiento es una fracción de la autovaloración general del deportista que se enmarca específicamente al deporte que practica. Es la valoración que el atleta tiene de sí mismo en las cualidades de rendimiento de su deporte, que expresa la unión de lo cognitivo y lo afectivo.

Según González, F¹. la autovaloración posee tres funciones:

Función valorativa: Son las cualidades que cree poseer, tanto con su realización en la conducta como con las exigencias de su vida y sus aspiraciones.

Función autorreguladora : La autovaloración posee una importancia vital en la regulación de las conductas en la que el sujeto se siente comprometido.

Función autoeducativa: Representa el momento superior de desarrollo de la función autorreguladora de la autovaloración, ella no solo implica la participación activa de los distintos elementos autovalorados de la conducta sino una efectiva retroalimentación que le posibilite al sujeto reorientar su actividad cuando esta no responde a sus verdaderos objetivos.

La autovaloración adecuada según González, F.¹ incluye los siguientes aspectos : a) Riqueza de contenido, que posibilite al sujeto orientarse conscientemente y con apropiada previsión en todas las esferas de su actividad, b) Flexibilidad, es decir posibilidad de asimilar elementos autovalorativos disonantes con la tendencia general de la personalidad, así como de analizar y asimilar resultados no acordes con las expectativas personales, c) Integridad, en la cual se designa la tendencia de la autovaloración a mantener su estabilidad y sus particularidades cualitativas a pesar de la asimilación de los elementos autovalorativos disonantes y de conductas o resultados de la actividad que no se corresponden con el nivel de aspiración del sujeto.

El nivel de aspiración artificialmente elevado corresponde a la sobrevaloración¹.

Actualmente, la experiencia en el trabajo con la selección nacional femenina de judo nos indica que aquello que otros autores han detectado en torno a la importancia de la autovaloración adecuada para el rendimiento deportivo y la relación de las inadecuaciones de la autovaloración con las reacciones afectivas inadecuadas ante los fracasos para otros deportes, se manifiesta de forma muy especial en esta disciplina de combate. Al mismo tiempo nos indica que la capacidad de un atleta para autovalorarse adecuadamente no es estática, así atletas que durante varios años se han autovalorado adecuadamente, pueden sufrir alteraciones en un sentido u otro de esta variable. Esto puede ser debido a situaciones impactantes, como ocurre con las lesiones, problemas personales, etc. Este es un aspecto mucho menos abordado en la literatura de psicología del deporte en general y del judo en particular².

Esto nos ha motivado a estudiar la autovaloración del practicante de Judo en cuanto a su vinculación con el rendimiento de una manera más estrecha, enfocando el carácter relativamente estable de la personalidad a su vez. En particular nos dimos a la tarea de evaluar la autovaloración asociada al rendimiento una semana antes de cada competencia, para poder predecirla y trabajarla².

Por otra parte, Bandura³ considera que a menos que las personas creen que pueden causar resultados deseados por sus acciones, tendrían o no incentivo para actuar o perseverar frente a las dificultades. Se define sintéticamente este concepto como *las creencias que tienen las personas acerca de sus capacidades para producir efectos*.

Las personas bajo la influencia de estas creencias propias se proponen metas de cuestionamiento y mantienen un fuerte compromiso con ellas. Aumentan y sostienen sus esfuerzos haciendo frente al fracaso y ante estos tratan de recuperar su sentido de eficacia⁴.

En contraste, las personas que desarrollan una baja expectativa de eficacia dudan de sus capacidades, huyen de tareas difíciles, tienen aspiraciones bajas

y compromisos débiles para las metas que escogen. Al afrontar tareas difíciles hacen hincapié en los obstáculos a encontrar y en toda clase de resultados adversos, en vez de concentrarse en la realización exitosa de la tarea. Estas personas reducen sus esfuerzos y se dan por vencidos muy rápido; tardan en recobrar su sentido de eficacia porque miran en la actuación insuficiente una aptitud deficiente; pierden fe en sus capacidades y suelen caer víctimas del estrés y la depresión⁴.

Los términos autovaloración y autoeficacia no poseen exactamente el mismo significado. Se ha detectado que muchos deportistas presentan expectativas de eficacia mal fundadas por sobrevaloración de las habilidades para enfrentarse a determinada tarea, y esto le brinda arrojo en el inicio de la actividad y cuando todo marcha sin problemas o errores, el rendimiento puede ser efectivo. Sin embargo, si estos mismos deportistas se enfrentaran a determinados errores durante la competencia, podrían reaccionar de manera desfavorable, sobre todo en aquellas actividades o deportes donde se demande un verdadero ajuste de la autovaloración⁵.

De acuerdo con Fidel García Domínguez, Álvaro Sánchez Pérez y Luis de Nicolás y Martínez⁶ "Durante las dos últimas décadas, la atribución causal ha sido uno de los procesos motivacionales más estudiados por la Psicología Social y la Psicología de la Personalidad. Inspirados principalmente en la Teoría Atribucional de Weiner (1979, 1985), los resultados de estos estudios parecen indicar que el proceso de atribución causal, definido como el proceso cognitivo a través del cual buscamos una causa a un evento o conducta observada, es un factor importante en la determinación del comportamiento de logro".

De acuerdo con De La Rosa, T⁷, en Diálogo interno y éxito, cuando hablamos de diálogo interno, nos referimos a esas conversaciones que tenemos con nosotros mismos. Una voz mental interna que está siempre con nosotros. Un diálogo que puede marcar cómo nos sintamos y cómo actuemos ante una determinada situación. Según refiere esta autora la mayoría de sus pacientes tenían un objetivo común un pésimo diálogo interno. "...Yo no sirvo, yo no puedo, yo no soy capaz. Te hablas a ti mismo de algún modo a cada momento, y ese diálogo condiciona tu mundo y crea tu realidad. Por eso, es clave lo que

te dices a ti mismo, porque tus pensamientos están hechos de tu diálogo interno, y tu realidad se crea en base a tus pensamientos”.

En anuncios de la American Diabetes Association⁸ adaptado de *Hate to Exercise, 2da edición*, de Charlotte Hayes, MMSc, MS, RD, CDE. © Asociación Americana de la Diabetes. En Inglés la última edición: April 30, 2014 se afirma que lo que se dice a sí mismo puede influir mucho en sus sentimientos y acciones. Por eso es tan importante estar al tanto de las conversaciones que tiene consigo mismo sobre su actividad física y aptitudes físicas. Esto puede tener un impacto en su desempeño y cumplimiento del plan.

En evaluación de la autoeficacia y de la autoestima en el rendimiento deportivo en Judo (Assessment of self- efficacy and self-esteem in athletic performance in Judo), Natalia Abalde Amoedo, Rosa Pino Juste en la Universidad de Vigo (España), realizan una investigación cuyo resumen se focaliza en que “... En el rendimiento deportivo intervienen un importante número de aspectos psicológicos, con mayor o menor grado de influencia sobre la actividad deportiva de cada individuo”....” El objeto de este estudio consiste en comprobar si los sujetos que poseen un mayor grado de autoeficacia percibida para la actividad deportiva y una autoestima más elevada tienen mejores resultados deportivos. Este estudio ha sido realizado con integrantes de la Federación Gallega y la Real Federación Española de Judo y Deportes Asociados, de edades comprendidas entre los 14 y 39 años. Los resultados sugieren diferencias significativas entre los niveles de autoeficacia y autoestima en función de la edad y el sexo”. Así mismo, se comprobó existe correlación positiva entre la autoeficacia percibida y el rendimiento deportivo y también entre la autoestima y éste. De ahí que se pueda concluir que a mayor nivel de autoeficacia y autoestima, mayores resultados deportivos. Estos resultados redundarían en la necesidad de atender el ámbito psicológico, y específicamente motivacional del deportista de alto rendimiento de la modalidad deportiva de Judo⁹.

En el análisis de la película “super size me” bajo la perspectiva de la psicología¹⁰ se deriva que en una autoeficacia percibida puede estar presente una sobrevaloración de las capacidades físicas.

Por todas las referencias brindadas se realiza esta investigación.

Objetivo General

Verificar el papel de las autovaloraciones parciales de rendimiento en la capacidad autorreguladora de las practicantes de Judo (f) cubanas de alto rendimiento, y determinar el valor predictivo de sus indicadores. Esto sería importante en tanto marcaría un camino especializado a seguir en la preparación psicológica de las judokas cubanas con vista a las olimpiadas de Sydney 2000.

Definición de las variables de estudio.

1- *Autovaloración de cualidades de rendimiento*: Es la valoración que el deportista realiza de sus cualidades de rendimiento desde todos los componentes de la preparación expresándose el vínculo entre lo cognitivo y lo afectivo.

2- *Adecuación de autovaloración parcial de cualidades de rendimiento*: Es cuando la valoración del deportista coincide con la realidad, se valorará de acuerdo a sus posibilidades reales.

3- *Adecuación de la valoración de los contrarios*: Es cuando la valoración del deportista sobre los contrarios coincide con la realidad, valorará de acuerdo a las posibilidades reales de los contrarios.

4- *Inadecuación de la autovaloración parcial de cualidades de rendimiento*: Es cuando la valoración del deportista no coincide con la realidad, se valorará por encima o por debajo de sus posibilidades reales.

5- *Inadecuación de la valoración de los contrarios*: Es cuando la valoración del deportista sobre los contrarios no coincide con la realidad, valorará por encima o por debajo las posibilidades reales de sus contrarios.

6- *Sobrevaloración*: Es cuando el sujeto se evalúa por encima de sus posibilidades reales, su percepción en este sentido es inadecuada en tanto no coincide con la valoración que los demás poseen de él. Su nivel de aspiraciones se encuentra artificialmente elevado.

7- *Subvaloración*: Es cuando el sujeto se evalúa por debajo de sus posibilidades reales, su percepción en este sentido es inadecuada en tanto no coincide con la valoración que los demás poseen de él.

8- *Rendimiento del atleta*: Es la expresión de la preparación del atleta en su resultado deportivo, se conecta con la calidad de sus acciones técnico- tácticas en el combate.

9- *Diálogo interno*: Es el diálogo que se produce internamente entre lo que se percibe que demanda la tarea a realizar y lo que se percibe que uno *quiere* hacer o *puede* hacer en su enfrentamiento con ella. El movimiento de esta variable sería el cambio de estas percepciones durante la competición y la no movilidad será su permanencia aún cuando las situaciones dentro de la competencia promueven lo contrario. Esta variable de estudio guarda una estrecha relación con la flexibilidad del pensamiento (relación pensamiento y lenguaje). La relación entre la demanda de la tarea y *querer* y *poder* realizarla en su percepción aún cuando se cometan errores en cualquiera de los duelos de la competición sería la relación eficaz de este diálogo. Esto se vincula con la autoeficacia, solo que aquí no se elabora un día antes de competir sino en el propio transcurso de la competencia internamente.

10- *Atribuciones a los errores cometidos*: Son aquellas razones que conceden los atletas a sus errores que pueden ser hacia su táctica y preparación o hacia fuera de su persona que pueden ser los árbitros, el público, la prensa, etc.

11- *Autoeficacia*: Bandura en 1977 define la autoeficacia como “las creencias en las capacidades propias para organizar y ejecutar el curso de acciones requeridas para manejar las posibles situaciones futuras”. De acuerdo con Bandura y otros autores, la autoeficacia no se refiere a las habilidades propias en sí mismas, sino a los juicios de valor sobre lo que uno puede hacer respecto a sus propias habilidades (Bandura en 1977; Feltz, en 1988; Mc Auley en 1985, en Glyn, 1995).

Metodología:

Métodos empíricos:

1- Escalas de autovaloración parcial de cualidades de rendimiento en el judo femenino. Contiene 36 ítems dividido en los siguientes parámetros:

- ✓ Parámetro técnico..... 13 ítem
- ✓ Parámetro táctico..... 4 ítem
- ✓ Parámetro físico.....5 ítem

✓ Parámetro Psicológico...14 ítem

Estas escalas pertenecen a una prueba creada por la autora de la investigación (psicóloga del equipo nacional de judo femenino de 1997 al 2001). Este instrumento fue validado en el año 1997.

2- Método de observación: Se realizó una observación dirigida y sutil hacia ciertos objetivos que fueron planificados con anterioridad por el observador (observación sistematizada) y se realizó también una observación de tipo participante. Se utiliza en nuestra investigación para profundizar los datos obtenidos de la escalas de autovaloración parcial de cualidades de rendimiento en el judo y para determinar el rendimiento del atleta.

4- Entrevista: En nuestra investigación se utiliza para obtener información de las variables de estudio y se le realizan a los deportistas y a los entrenadores. Se desprende de ella una valoración cualitativa importante.

Procedimiento estadístico: Correlación de Pearson

Población

Deportistas del equipo nacional de Judo Femenino (1997- 2001)

Muestra:

La muestra fue de 25 evaluaciones de las deportistas juveniles, 24 evaluaciones de las deportistas exjuveniles, y 51 evaluaciones de la categoría élite.

Discusión y Resultados:

Ver tablas 1, 2, 3 y 4 en Anexos.

En Tabla I se puede observar que existe una relación significativa entre la adecuación de la autovaloración y la adecuación del rival más importante y de otra contraria de la competencia, sin dejar de ser importante la relación de la adecuación autovalorativa con la autoeficacia del rival más importante y con las atribuciones

causales de los errores hacia dentro (intrapunitiva). La única variable que mostró pobre relación con la adecuación autovalorativa fue la movilización del dialogo interno, el diálogo interno de “yo sí puedo” característico de este grupo de atletas al comienzo de los combates, parece permanecer estático durante toda la competencia aunque aparezcan altercados.

Ya se expone en la fundamentación teórica la relación existente entre la autovaloración adecuada y las variables que se relacionan con ella aquí. Por lo que así debe ser, no por gusto son la mayoría de nuestra muestra, campeonas olímpicas. Veamos qué sucede cuando evaluamos a las exjuveniles y juveniles de este deporte por estas fechas en esta investigación. A continuación las próximas tablas lo responden.

Como se puede observar en la tabla II todas las correlaciones son importantes, es decir, relaciona la sobrevaloración con todas las variables de estudio, solo que resulta significativa la relación de la misma con la inadecuación de cualidades de rendimiento de una contraria de la competencia que no es de sus rivales más importantes. Este resultado puede ser consecuencia de falta de conocimiento de este tipo de contraria, que al no ser rival importante no fue estudiada lo suficiente (se minimizó su importancia). El área cognitiva en este caso ayudó menos a este proceso de adecuación autovalorativa, brindando rienda suelta al área afectiva (uno de los posibles puntos débiles de las inadecuaciones autovalorativas). Muchas veces, para no decir siempre, una sobrevaloración llevaría a una subvaloración proyectada, en el caso del Judo, de una competencia, o contraria determinada etc., que llevaría a cometer errores técnicos, entre muchos. Donde les dificultaría asumir estos fallos correctamente, llevando a rendir menos en el deporte, de la forma concentrada y estable que se requiere.

Se denota aquí que por lo general las deportistas que se sobrevaloran, tienden a expresar en las restantes variables de estudio afectaciones que no precisamente lleva a un rendimiento mejor. Ahora, en la próxima tabla veremos cómo se expresa la subvaloración.

En tabla III se denota que mientras existe una menor adecuación por subvaloración, más intrapunitiva en extremo serán las atribuciones causales de los errores de los combates (de manera significativa), más inadecuará la autovaloración parcial de rendimiento del rival más importante de la competencia y de otra contraria de la misma, la autoeficacia del rival más importante de la competencia se verá afectada y se producirán menos cambios en el diálogo interno del yo no puedo con el que comenzaron los atletas que se subvaloraron.

Los deportistas deben de poseer respuestas intrapunitivas ante los errores cometidos. Pero en extremo, tendencias de la subvaloración, no parecen ser adecuadas, ya que afectarían según este estudio estas variables de estudio.

Observemos ahora, como el tipo de preparación se proyecta en la adecuación de la autovaloración y su expresión en el rendimiento de las Judocas investigadas.

En la tabla 4 se observa que existe una relación entre el rendimiento y los adecuados criterios autovalorativos con calificaciones altas en los parámetros de rendimiento, siendo significativo vistos de manera general y con las percepciones técnicas, sin dejar de ser importantes aunque no significativas las relaciones con las evaluaciones tácticas, siguiéndoles las psicológicas y posteriormente las físicas.

Resumiendo:

Existe una relación significativa entre la adecuación de la autovaloración de cualidades de rendimiento y las percepciones adecuadas de las características de los contrarios y rivales más importantes, garantizando esto a su vez una relación a considerar con la autoeficacia respecto al rival más importante. Este tipo de atletas analiza los errores desde su persona y no hacia fuera aunque esta relación no se dió de manera significativa y la movilización de los diálogos internos no son característicos en ellos.

La inadecuación por sobrevaloración de la autovaloración de cualidades de rendimiento se relaciona de manera significativa con la inadecuación de los contrarios y de manera muy importante con las atribuciones de los errores cometidos hacia fuera, con la inadecuación del rival más importante, con la

movilización del diálogo interno de *yo sí puedo*, y con la autoeficacia respecto al rival más importante.

Las subvaloraciones de la autovaloración de cualidades de rendimiento se relacionan con la inadecuación de las percepciones del rival más importante de manera significativa, también de esta misma forma con la inadecuación de las contrarias y con la afectación de la autoeficacia respecto a la rival más importante. Las inadecuaciones de este tipo tienen una relación a considerar pero sin relevancia, muy ínfima con las atribuciones de los errores cometidos fuera de ellos y con el movimiento del diálogo interno.

Las calificaciones altas de autovaloración de cualidades de rendimiento por encima de la media del grupo que son adecuadas se relacionan con el rendimiento deportivo en este deporte.

El buen rendimiento característico de las judokas que adecuaban la autovaloración se relacionó positivamente con la permanencia del diálogo de “yo si puedo”, con la adecuación de la valoración de contrarias de la competencia incluyendo la de su rival más importante, y se relacionó con la autoeficacia de rendimiento con esta última cuando compitió con ella.

El rendimiento por debajo de la media característico de las deportistas que sobrevaloraron su autovaloración se relacionó con las atribuciones de los errores fuera de sí; no se relacionó con la adecuada valoración de los contrarias y con la valoración adecuada de la rival más importante, es decir se relacionó con la inadecuación de la valoración de las mismas; se relacionó con el movimiento del diálogo de yo sí puedo y se relacionó poco con la autoeficacia de la rival más importante cuando compitió con ella.

El rendimiento por debajo de la media característico de las deportistas que subvaloraron su autovaloración se relacionó de forma inversa con las atribuciones de los errores fuera de sí; se relacionó con la inadecuada valoración de los contrarias y de la rival más importante, se relacionó poco con el movimiento del diálogo de yo sí puedo y se relacionó con la afectada autoeficacia de la rival más importante cuando compitió con ella.

El Test para estudiar la autovaloración titulada “Escalas de autovaloración parcial de cualidades de rendimiento en el judo femenino (estado)” nos ayuda a

pronosticar el movimiento de todas estas variables de estudio en una competencia desde una semana antes de competir ya que la mayoría de las conclusiones de esta investigación se han derivado de la aplicación de este test una semana antes de las competiciones.

Referencias Bibliográficas

1. González Rey F. Motivación profesional en adolescentes y jóvenes. La Habana: Editorial Ciencias Sociales; 1983.
2. del Monte LM. Documentos oficiales en Subdirección de Psicología del Instituto de Medicina del Deporte, julio, La Habana: 2000.
3. Bandura A. Social foundations of thought and action: a social cognitive theory, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall; 1986.
4. Pérez GM. Expectativa de eficacia. Un estudio en niños de iniciación deportiva. Trabajo de diploma. La Habana: Facultad de Psicología, Universidad de La Habana; 2006.
5. del Monte LM. Psicología de Campeones Olímpicos. La Habana: Editorial Deportes; 2017.
6. García Domínguez F, Sánchez Pérez Á, de Nicolás y Martínez L. Atribuciones causales en el ámbito de la actividad física y el deporte: propiedades psicométricas de la escala de dimensión causal cds-ii. Revista de Psicología del Deporte. Universidad Autónoma de Barcelona. 1999; 8(2):207-18.
7. de la Rosa T. Diálogo interno y éxito. La opinión de Tenerife. Disponible en: <http://www.laopinion.es> España: 2015.
8. American Diabetes Association adaptado de: Hate to Exercise, 2da edición, de Charlotte Hayes, MMSc, MS, RD, CDE. © Asociación Americana de la Diabetes. En Inglés la última edición: April 30, (2014).
9. Abalde Amoedo N, Pino Juste R. Evaluación de la autoeficacia y de la autoestima en el rendimiento deportivo en Judo. Universidad de Vigo. En Retos, 29:109-13. Copyright: Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web www.retos.org España: 2016.
10. Vera García R. Análisis de la película "super size me" bajo la perspectiva de la psicología. Disponible en: <http://vérticespsicólogos.com> España: 2016.

ANEXOS

Tabla I. Relación de la adecuación de la autovaloración de cualidades de rendimiento con las diferentes variables de estudio obtenidas en las entrevistas tanto antes como después de las competencias.

Autovaloración	Atri. Dent.	Adec. rival	Adec. Cont.	Mov. Dial.	Aut. Rival
Adecuación	0.41	0.60*	0.62*	0.09	0.49

Leyenda: * Relación significativa.

Atri. dent: Atribución de la causa del error hacia dentro, hacia la propia persona

Adec. rival: Adecuación de las características del rival más importante

Adec. Cont: Adecuación de las características de otra contraria

Mov. Dial: Movimiento del diálogo interno de yo sí puedo

Aut. Rival: Autoeficacia ante el combate del rival más importante

Tabla II. Relación de la sobrevaloración con las diferentes variables de estudio obtenidas en las entrevistas antes y después de las competencias.

Autovaloración	Atri. Fuera	Inad. rival	Inad. Cont.	Mov. Díal.	Aut. Rival
Sobrevaloración	0.48	0.44	0.51*	0.42	0.31

Leyenda: * Relación significativa

Atri. fuera: Atribución del error fuera de la persona

Inad. rival: Inadecuación de las características del rival más importante

Inad. Cont: Inadecuación de las características de otra contraria

Mov. Dial: Movimiento del diálogo interno de yo sí puedo

Aut. Rival: Autoeficacia ante el combate del rival más importante.

Tabla III. Relación de la subvaloración con las diferentes variables de estudio obtenidas en las entrevistas tanto antes como después de las competencias.

Autovaloración	Atri. Fuera	Inad. rival	Inad. cont.	Mov. Díal.	Aut. rival (baja)
Subvaloración	-0.11	0.79*	0.73*	-0.16	0.55*

Leyenda:* Relación significativa

Tabla IV. Correlación entre los criterios autovalorativos parciales de rendimiento en sus diversos parámetros y el rendimiento deportivo.

Correlación	Evaluac. General	Evaluac. Técnica	Evaluac. Táctica	Evaluac. Física	Evaluac. Psíquica
Rendimiento	*0.65342	*0.51934	0.41901	0.34868	0.39578

Leyenda:* Relación significativa