

PREVALENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN TENISTAS SEGÚN SU ORIENTACIÓN MOTIVACIONAL

Bernardino Javier Sánchez-Alcaraz Martínez y Alberto Gómez-Mármol
Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Murcia

RESUMEN: El objetivo de este trabajo ha sido determinar el nivel de burnout en un grupo de tenistas de alto rendimiento y conocer la relación existente entre la orientación motivacional y los niveles de burnout, así como la influencia de las variables sociodemográficas. Para ello, se ha tomado como muestra a 84 jóvenes jugadores de tenis de élite procedentes de dos academias de alto rendimiento, a los que se les administró el Inventario del Burnout para Deportistas y la Escala de las Orientaciones de Meta en el Ejercicio. Los resultados obtenidos en esta investigación han mostrado que el 4,8% de la población de estudio presenta burnout en todas sus dimensiones y una relación estadísticamente significativa entre las horas de entrenamiento y las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización. Por último, existe una correlación negativa estadísticamente significativa entre la variable orientación hacia la tarea y la reducida realización personal para los tenistas estudiados.

PALABRAS CLAVE: Burnout, Orientación Motivacional, Jóvenes tenistas, Alto rendimiento.

Manuscrito recibido: 14/3/2013

Manuscrito aceptado: 25/11/2013

Dirección de contacto: Bernardino J. Sánchez-Alcaraz Martínez. Facultad de Ciencias del Deporte. Campus Universitario de San Javier. C/ Argentina, s/n, 30720, Santiago de la Ribera, Murcia, España. Correo-e: bjavier.sanchez@um.es

PREVALENCE OF BURNOUT SYNDROME IN TENNIS PLAYERS ACCORDING TO THEIR MOTIVATIONAL ORIENTATION

ABSTRACT: This paper aimed to determine burnout level in a high-performance group of tennis players, as well as to establish the existing relationship between motivational outlook and burnout levels, as well as the effects of sociodemographic variables. With this purpose, we have sampled 84 elite young tennis players from two high-performance tennis academies, and asked them to complete the Burnout Inventory for Athletes and the Sports Goal Orientation Scale. The results of this research shows that 4,8% of sampled population manifests burnout in all its dimensions and a statistically significant relationship between the time devoted to training and the dimensions of emotional exhaustion and depersonalization. Finally, there is a statistically significant negative correlation between the variable of orientation towards the task and the limited personal realization for those tennis players studied.

KEY WORDS: Burnout, Motivational Orientation, Young tennis players, High-performance.

PREVALÊNCIA DE BURNOUT EM TENISTAS SEGUNDO SUA ORIENTAÇÃO MOTIVACIONAL

RESUMO: O objectivo deste trabalho tem sido determinar o nível de burnout num grupo de tenistas de alto rendimento e conhecer a relação existente entre a orientação motivacional e os níveis de burnout, bem como a influência das variáveis sociodemográficas. Para isso, se tomou como mostra a 84 jovens jogadores de ténis de elite procedentes de duas academias de alto rendimento, aos que se lhes administrou o Inventário do Burnout para Desportistas e a Escala das Orientações de Meta no Exercício. Os resultados obtidos nesta investigação têm mostrado que o 4,8% da população de estudo apresenta burnout em todas as suas dimensões e uma relação estatisticamente significativa entre as horas de treinamento e as dimensões de agotamento emocional e despersonalización. Por último, existe uma correlação negativa estatisticamente significativa entre a variável orientação para a tarefa e a reduzida realização pessoal para os tenistas estudados.

PALAVRAS CHAVE: Burnout, Orientação Motivacional, Jovens tenistas, Alto rendimento.

Los jóvenes tenistas de élite viven situaciones de alta exigencia, tanto en el entrenamiento, como en las competiciones (Balaguer, Duda, Castillo, Moreno y Crespo, 2009). La combinación de un clima de implicación al ego junto con el estrés competitivo y las altas cargas de entrenamiento aumenta el riesgo de que se produzca el conocido como síndrome de burnout en deportistas (Balaguer et al., 2009; Gould, Tuffey, Udry y Loehr, 1996a), susceptible de ser entendido, en consonancia con Manzano-García y Ayala-Calvo (2013), como una reacción al estrés cuyos síntomas principales son: agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal. Siguiendo a Sánchez-Alcaraz y Gómez-Mármol (2013), el agotamiento emocional hace referencia a las sensaciones de sobreesfuerzo físico y hastío emocional; la despersonalización supone el desarrollo de actitudes y respuestas cínicas hacia las personas que conforman el entorno; y la reducida realización personal conlleva la pérdida de confianza en la realización personal y la presencia de un negativo autoconcepto como resultado, muchas veces inadvertido, de las situaciones ingratas, tal y como explican Castillo, González, Fabra, Mercé y Balaguer (2012).

En ocasiones los deportistas informan que están desmotivados y que sienten que están «desconectados» a nivel psicológico, físico y emocional de aquella actividad que en principio les motivaba, interesaba y divertía; probablemente experimenten burnout (Balaguer et al., 2009; Carlin, Garcés de los Fayos y De Francisco, 2012).

Diferentes investigaciones han demostrado que la motivación es el factor principal que permite a los jóvenes deportistas mantener una intensa dedicación a su deporte, afrontando situaciones altamente estresantes y obteniendo buenos resultados (Garcés de los Fayos y Cantón, 1995; Gould, 1993). Sin embargo, no todas las orientaciones motivacionales (orientación al ego y orientación a la tarea; Nicholls, 1984) favorecen la adaptación y el desarrollo de dichos deportistas ya que pueden presentar efectos negativos sobre su satisfacción y/o sobre su participación deportiva (Álvarez, Balaguer, Castillo y Duda, 2009; Duda, 2001; Vallerand, Deci y Ryan, 1987) dificultando su adaptación tanto a la práctica de la actividad física escolar como deportiva (Cuevas, García-Calvo y Contreras, 2013).

En primer lugar, con respecto a la orientación al ego, el enfoque se centra sobre el resultado y juzgan su nivel de competencia basándose en comparaciones con otros; y en segundo lugar, esto es, en el caso de la orientación hacia la tarea, el rendimiento es evaluado en términos de aprendizaje y dominio personal (Nicholls, 1984).

En este sentido, Cecchini y Peña (2005) tras examinar las repercusiones de la orientación motivacional sobre la conducta, afirman que los sujetos motivados hacia la tarea, asocian la práctica deportiva con la diversión y el esfuerzo, mientras que los motivados hacia el ego la relacionan con ansiedad, desinterés-pasividad, comportamientos agresivos y la violación de reglas en situaciones deportivas.

En la década de los 90, Gould fue capaz de atisbar una posible relación entre estas disposiciones motivacionales y la aparición de burnout (Gould, 1996; Gould, Tuffey, Udry y Loehr, 1996b). Existen resultados de investigaciones que apoyan la utilización de la orientación motivacional como un marco teórico viable para explorar la presencia y la naturaleza del burnout deportivo (Hall, Cawthara y Kerr, 1997; Harris y Smith, 2009). Estos estudios han encontrado que una alta orientación y clima motivacional hacia la tarea, y una baja orientación y clima motivacional centrado en el ego se relacionan con niveles más bajos de burnout; ya que los deportistas con una baja orientación y clima motivacional hacia la tarea y una alta orientación y clima motivacional centrado en el ego presentaban niveles más altos de burnout, influenciados principalmente por los entrenadores y compañeros de equipo (Carlín et al., 2012). Estas hipótesis han encontrado apoyo recientemente en atletas (Reinboth y Duda, 2004) y en deportistas de élite de diferentes deportes de invierno (Lemyre, Hall y Roberts, 2008), por lo que se destaca la importancia de conocer los perfiles motivacionales de los deportistas que permitan detectar el riesgo de desencadenar el burnout (Balaguer et al., 2009).

Por tanto, los objetivos principales de este trabajo son determinar el nivel de burnout en un grupo de tenistas de élite y conocer la relación existente entre la orientación motivacional, los indicadores de burnout, además de la influencia del sexo, la edad y las horas de entrenamiento en las anteriores variables.

MÉTODO

Participantes

La muestra de la investigación estuvo integrada por 84 jugadores de tenis, 58 chicos y 26 chicas, con edades comprendidas entre los 13 y los 20 años ($M = 16.07$; $DT = 1.75$ años), siendo 42 de los tenistas de origen extranjero. Los tenistas pertenecían a dos academias de tenis de alto rendimiento, donde entrenaban diariamente, con un promedio de más de 30 horas semanales ($M = 31.97$; $DT = 7.78$ horas). Como criterio de inclusión en el estudio, los jugadores debían estar en posesión del Número Internacional de Identificación de Jugadores (IPIN) que otorga la Federación Internacional de Tenis para poder disputar torneos profesionales.

Instrumentos

Para la evaluación del burnout se utilizó el *Inventario de Burnout para deportistas* (IBD) desarrollado por Garcés de los Fayos (1999), desarrollado a partir del Maslach Burnout Inventory (Maslach y Jackson, 1981). Se trata de un cuestionario constituido por 30 ítems distribuidos en tres dimensiones: agotamiento emocional, formada por 12 ítems (e.g. “Estoy emocionalmente defraudado con el trabajo deportivo que realizo”), despersonalización, formada por 10 ítems (e.g. “Me preocupa que esta actividad

deportiva me esté endureciendo emocionalmente”), y reducida realización personal, formada por 8 ítems (e.g. “Creo que consigo muchas cosas valiosas con la actividad deportiva”). Los participantes contestan en una escala tipo Likert con cinco alternativas, desde (1) *nunca*, hasta (5) *diariamente*. En este estudio, los autores justifican la validez de la escala, habiendo obtenido los siguientes índices de fiabilidad: agotamiento emocional ($\alpha = .73$), despersonalización ($\alpha = .78$) y reducida realización personal ($\alpha = .79$).

La medición de la orientación motivacional de los participantes se realizó utilizando la *Escala de las Orientaciones de Meta en el Ejercicio* (GOES), desarrollada por Moreno, López, Martínez-Galindo, Alonso y González-Cutre (2007), adaptada al español del instrumento desarrollado por Kilpatrick, Bartholomew y Riemer (2003), para medir las orientaciones de meta en el ámbito del ejercicio físico, denominada “Goal Orientation in Exercise Scale (GOES)”. La escala está compuesta por 10 ítems, encabezados por la frase “Siento más éxito al realizar ejercicio cuando...”, de los cuales, cinco miden la orientación a la tarea (e.g. “Aprendo y me divierto”), mientras que los otros cinco miden la orientación al ego (e.g. “Soy el mejor”). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert, cuyos rangos de puntuación oscilan desde (1) *totalmente en desacuerdo*, hasta (5) *totalmente de acuerdo*. En este estudio, se justifica la validez de la escala, habiendo obtenido los siguientes índices de fiabilidad: orientación a la tarea ($\alpha = .68$) y orientación al ego ($\alpha = .81$).

Procedimiento

El diseño de este estudio corresponde a una investigación empírica con metodología cuantitativa, concretamente un estudio descriptivo de poblaciones mediante encuestas con muestras probabilísticas, de tipo transversal (Montero y León, 2007).

El procedimiento empleado para la administración de los cuestionarios ha sido el desplazamiento personal de los investigadores hasta las dos Academias de Tenis de Alto Rendimiento. Tras la obtención del consentimiento de las familias y de las academias de tenis, los jugadores cumplimentaron los cuestionarios de forma colectiva, voluntaria y anónima. Durante la aplicación, al menos un investigador estaba presente en la sala, sin que ninguno de los jugadores de la muestra informara de problemas a la hora de contestar a las preguntas. Finalmente, cabe señalar que para el tratamiento estadístico de los datos se utilizó el programa SPSS 20.0 para Windows.

RESULTADOS

En primer lugar, se analizó cuál era el comportamiento de la muestra en relación con las tres dimensiones que caracterizan el burnout, dividiendo la muestra en los dos percentiles clásicos que se utilizan para interpretar el IBD: 33 y 66 (Medina y García, 2002). Los sujetos que se encuentran por debajo del percentil 33 puntúan en pequeña

medida en la dimensión correspondiente (burnout bajo, no la presentan); los que puntúan por encima del percentil 66 tendrían una frecuencia alta en la dimensión (burnout alto, existencia evidente de la misma); por último, entre los percentiles 33 y 66 serían los que puntúan de un manera moderada (burnout medio).

La Figura 1 muestra la frecuencia e intensidad con la que se manifiestan, en los tenistas, cada una de las dimensiones de burnout, diferenciando valores de burnout bajo (tercio inferior), burnout medio (tercio medio) y burnout alto (tercio superior) en cada dimensión. Los resultados indicaron que la mayoría de los tenistas experimentan niveles moderados de burnout en las tres dimensiones, aunque algunos presentan niveles altos.

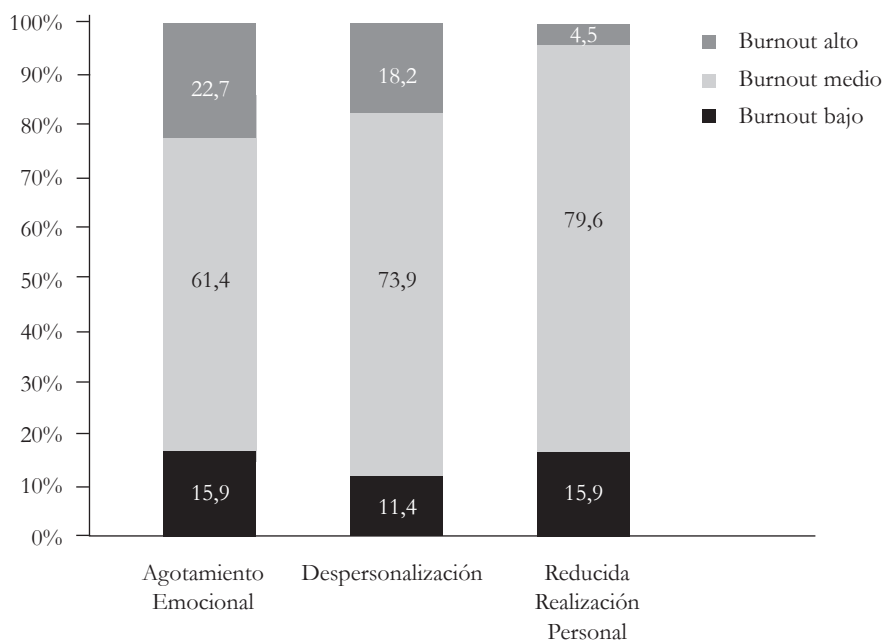


Figura 1. Porcentajes de burnout en las dimensiones de agotamiento emocional, reducida realización personal y despersonalización.

La puntuación más alta se registró en la dimensión de agotamiento emocional (22.7%), mientras que la menor frecuencia de valores altos se encontró en la dimensión de despersonalización (4.5%).

Para experimentar burnout, los participantes debían experimentar unas puntuaciones altas en sus tres dimensiones (Balaguer et al., 2009). Sólo dos de los participantes presentaron burnout, lo que supone el 4.8% de la población de estudio.

Análogamente, los resultados descriptivos de la variable de orientación motivacional han mostrado en los tenistas unos niveles altos de orientación hacia la tarea ($M = 4.30$; $SD = .55$) y unos niveles moderados de orientación hacia el ego o éxito ($M = 3.20$; $SD = 1.00$).

A continuación, la tabla 1 muestra las correlaciones entre las variables sociodemográficas (edad y horas de entrenamiento) y las dimensiones de burnout y de orientación motivacional, mediante el análisis del coeficiente de correlación de Pearson.

Tabla 1

Correlaciones entre las variables sociodemográficas y los niveles de burnout y orientación motivacional

Variables	Edad	Horas Entrenamiento	Orientación Tarea	Orientación Ego	Despersonalización	Reducida Realización Personal	Agotamiento emocional
Edad	1	—	.029	.084	-.224	-.008	-.057
	-	—	.854	.596	.160	.962	.722
Horas entrenamiento	.002	1	.125	-.154	.511 (**)	-.126	.354 (*)
	.991	-	.432	.329	.001	.431	.023

Nota: * $p < .05$; ** $p < .001$

Como se puede observar, las horas de entrenamiento se relacionaron positiva y significativamente con las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización, no existiendo relación con el tipo de orientación motivacional. Por otro lado, la variable edad no influyó en la prevalencia de ninguna de las dimensiones de burnout ni de la orientación motivacional.

La tabla 2 presenta los resultados de la influencia de las variables sociodemográficas (sexo y nacionalidad) sobre las dimensiones de burnout y de orientación motivacional. Para ello, se realizaron pruebas no paramétricas, en concreto U de Mann-Whitney.

Se puede observar que los hombres mostraron una orientación hacia el ego un 18.37% superior a la de las mujeres, valores estadísticamente significativos, mientras que para el resto de dimensiones no se registraron diferencias. Con respecto a la nacionalidad, existieron diferencias significativas para la orientación motivacional, mostrando los tenistas españoles unos niveles de orientación hacia la tarea un 10.51% superiores y a su vez, un 21.03% inferiores para la orientación hacia el ego frente a los jugadores extranjeros, siendo estas diferencias estadísticamente significativas. Asimismo, las dimensiones del burnout no mostraron diferencias en función de la nacionalidad de los jugadores.

Tabla 2

Prueba U de Mann-Whitney entre las variables sociodemográficas y los niveles de burnout y orientación motivacional

Variables	Dimensiones	Orientación Tarea		Orientación Ego		Despersonalización		Reducida Realización Personal		Agotamiento Emocional	
		M ± DT	Sig.	M ± DT	Sig.	M ± DT	Sig.	M ± DT	Sig.	M ± DT	Sig.
Sexo	Hombres	4.33 ± .52	.811	3.35 ± .98	.035*	24.96 ± 7.84	.553	27.72 ± 4.91	.357	34.10 ± 10.23	.775
	Mujeres	4.25 ± .64		2.83 ± .96		23.75 ± 6.94		29.58 ± 6.53		33.83 ± 6.65	
Nacionalidad	Espanoles	4.52 ± .38	.001**	2.90 ± 1.06	.020*	23.85 ± 7.89	.272	29.40 ± 4.78	.402	34.65 ± 10.12	.838
	Extranjeros	4.09 ± .61		3.51 ± .84		25.33 ± 7.26		27.19 ± 5.89		33.42 ± 8.50	

Nota: * $p < .05$; ** $p < .001$; M = Media; DT = Desviación típica, Sig. = Significación

Por último, para el estudio de la relación entre las dimensiones de burnout y la orientación motivacional, se realizó una regresión lineal simple que mostró una relación significativa entre las dimensiones de agotamiento emocional y despersonalización ($R = .475$; $t = 4.82$, $p = .000$) y la dimensión de burnout de reducida realización personal y la orientación hacia la tarea ($R = -.355$; $t = 3.39$, $p = .001$).

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los resultados de esta investigación han mostrado que el 4,8% de la población de estudio presenta burnout, es decir, altos valores de burnout en cada una de las tres dimensiones, valores similares a los obtenidos en los estudios de Balaguer et al., (2009) en una muestra de 225 jóvenes tenistas; o en los de Sierra y Abelló (2008) y Gustafsson, Kenttä, Hassmén y Lundqvist, (2007) en deportistas de diferentes modalidades. Por otro lado, Garcés de los Fayos (1999), Jiménez, Jara y García (1995), Medina y García (2002) y Vives y Garcés de los Fayos (2004), en estudios en Centros de Alto Rendimiento mostraron que entre el 6 y el 8.69% de los deportistas presentaban burnout, valores superiores a los de este estudio.

Si atendemos al análisis de la presencia de alguna de las dimensiones de burnout, encontramos que el 74.1% presenta niveles moderados o altos de agotamiento emocional, el 88.6% despersonalización y el 84.1% reducida realización personal, resultados levemente superiores a los presentados por Garcés de los Fayos (1999) y Vives y Garcés de los Fayos (2004) en deportistas de alto rendimiento. Estos elevados datos pueden justificarse, según la línea descrita por Garcés de los Fayos (1999) porque la intensidad habitual del deporte de élite provoca situaciones que momentáneamente les producen un moderado o alto nivel de agotamiento emocional, despersonalización o reducida realización personal. Del mismo modo, se ha observado que

los tenistas presentaron una mayor orientación hacia la tarea ($M = 4.30$; $DT = 0.55$) que hacia el ego ($M = 3.20$; $DT = 1.00$), siguiendo la línea de los estudios Balaguer et al. (2009), Cervelló, Fuentes y Sanz (1999), Cervelló, Santos-Rosa, Jiménez, Nerea y García (2002). A modo de hipótesis de partida para futuros estudios, los autores proponen que estos niveles superiores de orientación hacia la tarea en tenistas pueden deberse a la condición del tenis como deporte individual, en el que el éxito depende en mayor medida de los progresos personales en las habilidades, mientras que en los deportes de equipo influye también las habilidades de otros compañeros y su interacción con éstos.

Por otro lado, los resultados han mostrado una relación estadísticamente significativa entre las horas de entrenamiento y la despersonalización ($p < .05$), por lo que se puede afirmar que los tenistas con largas sesiones de entrenamiento tienen más posibilidades de presentar síntomas de burnout, siguiendo la línea de los estudios de Garcés de los Fayos (1993), Sierra y Abelló (2008). Estos autores afirman que el elevado número de horas semanales que entrenan los deportistas afecta en la prevalencia del síndrome de burnout, y se incrementará en mayor medida si le añadimos parte de las situaciones estresantes (presión de familia y entrenadores, competiciones, lesiones, alimentación, etc.) a las que se ven sometidos los deportistas de alto rendimiento.

Además, en el estudio de la relación entre la orientación motivacional con la prevalencia de burnout, los resultados de este estudio han mostrado que una mayor orientación motivacional hacia la tarea predice un menor riesgo de padecer burnout, en concreto, reducida realización personal, siguiendo la línea de los estudios realizados por Hall et al. (1997) y Lemyre et al. (2008) en deportistas y, de forma más específica, Balaguer et al. (2009), Gould et al. (1996a; 1996b) en jugadores de tenis.

Para concluir, como se ha podido observar en los estudios analizados, el deporte de alto rendimiento es un escenario propicio para que se ponga de manifiesto el síndrome de burnout, ya que la mayoría de los tenistas analizados presentaron valores altos o moderado en una o varias dimensiones de burnout. De este modo, tanto para los sujetos que padecen el síndrome como para los que se encuentran en riesgo de padecerlo existen en la literatura científica estrategias de intervención y programas específicos para el tratamiento del burnout y la reorientación motivacional (Gómez-Mármol y Sánchez-Alcaraz, 2013).

REFERENCIAS

- Alvárez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J.L. (2009). Coach Autonomy Support and Quality of Sport Engagement in Young Soccer Players. *The Spanish Journal of Psychology*, 12, 138-148.
- Balaguer, I., Duda, J., Castillo, I., Moreno, Y., y Crespo, M. (2009). Interacciones entre las perspectivas situacionales y disposicionales de meta y el burnout psicológico de los tenistas junior de la élite internacional. *Acción Psicológica*, 6(2), 63-75.
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., Mercé, J., y Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-146.
- Carlín, M., Garcés de los Fayos, E. J., y De Francisco, C. (2012). El síndrome de burnout en deportistas: nuevas perspectivas de investigación. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 7(1), 33-47.
- Cecchini, J. A., y Peña, J. V. (2005). Estudio experimental de las repercusiones del clima motivacional sobre la orientación de meta, la motivación intrínseca y los comportamientos disruptivos en las clases de educación física. *Bordón: Revista de Orientación Pedagógica*, 57(5), 597-608.
- Cervelló, E., Fuentes, J. P., y Sanz, D. (1999). Un estudio piloto de las características motivacionales de los tenistas y de los tenistas en silla de ruedas en competición. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 58, 73-78.
- Cervelló, E., Santos-Rosa, F.J., Jiménez, R., Nerea, A., y García, T. (2002). Motivación y ansiedad en jugadores de tenis. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 9, 141-161.
- Cuevas, R., García-Calvo, T., y Contreras, O. R. (2013). Perfiles motivacionales en educación física: una aproximación desde la teoría de las metas de logro 2x2. *Anales de Psicología*, 29(3), 685-692.
- Duda, J. L. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivations in sport and exercise* (pp. 129-282). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Garcés de los Fayos, E. J. (1993). Frecuencia de burnout en deportistas jóvenes: estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 55-63.
- Garcés de los Fayos, E. J. (1999). *Burnout en deportistas: Un estudio de la influencia de variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome*. Tesis Doctoral. Murcia: Universidad de Murcia.
- Garcés de los Fayos, E. J., y Cantón E. (1995). El cese de la motivación: El síndrome de burnout en deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(8), 151-160.
- Gómez-Mármol, A., y Sánchez-Alcaraz, B. J. (2013). Prevalencia del síndrome de burnout en nadadores y estrategias de prevención. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 21(7), 36.

- Gould, D. (1993). Intensive sport participation and the prepubescent athlete: Competitive stress and burnout. En B. R. Cahill y A. J. Pearl (Eds.), *Intensive participation in children's sport* (pp. 19-38). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D. (1996). Personal motivation gone awry: burnout in competitive athletes. *Quest*, 48, 275-289.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, S., y Loehr, J. (1996a). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10, 322-340.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, S., y Loehr, J. (1996b). Burnout in competitive junior tennis players: II. A qualitative analysis. *The Sport Psychologist*, 10, 341-366.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in adolescent competitive athletes. *The Sport Psychologist*, 20, 21-37.
- Hall, H., Cawthara, I., y Kerr, A. (1997). Burnout: Motivation gone awry or a disaster waiting to happen? En R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress in Sport Psychology: Part 1* (pp. 306-308). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.
- Harris, B. S., y Smith, M. L. (2009). The influence of motivational climate and goal orientation on burnout: An exploratory analysis among Division I collegiate student-athletes. *Athletic Insight: The Online Journal of Sport Psychology*, 11 (2), sin paginar.
- Jiménez, G., Jara, P., y García, C. (1995, abril). *Variables relevantes en el contexto deportivo y síndrome de burnout*. Comunicación presentada al V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Valencia.
- Kilpatrick, M., Bartholomew, J., y Riemer, H. (2003). The Measurement of Goal Orientation in exercise. *Journal of Sport Behavior*, 26, 121-136.
- Lemyre, P. N., Hall, H., y Roberts, G. (2008). A social cognitive approach to burnout in athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 18, 221-234.
- Manzano-García, G., y Ayala-Calvo, J. C. (2013). New Perspectives: Towards an Integration of the concept "burnout" and its explanatory models. *Anales de Psicología*, 29(3), 800-809.
- Maslach, C., y Jackson, S. E. (1981). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychological Press.
- Medina, G., y García, E. F. (2002). Burnout, locus de control y deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2), 29-42.
- Montero, I., y León, O. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-864.
- Moreno, J. A., López, M., Martínez Galindo, C. M., Alonso, N., y González-Cutre, D. (2007). Validación preliminar de la escala de percepción del clima motivacional de los iguales (CMI) y la escala de las orientaciones de meta en el ejercicio

- (GOES) con practicantes españoles de actividades físico-deportivas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(2), 13-28.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346.
- Reinboth, M., y Duda, J. (2004). The motivational climate, perceived ability, and athletes' psychological and physical well-being. *The Sport Psychologist*, 18(3), 237-251.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., y Gómez-Mármol, A. (2013). Prevención y diagnóstico del burnout en el fútbol. En L. Cantarero (Coord.), *Psicología aplicada al fútbol: jugar con cabeza* (pp. 259-272). Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.
- Sierra, C. A., y Abello, R. (2008). Burnout y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento. *Psicología: Avances en la disciplina*, 2(1), 49-78.
- Vallerand, R. J., Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1987). Intrinsic motivation in sport. En K. Pandolf (Ed.), *Exercise and Sport Science Reviews* (Vol. 15, pp. 389-425). New York: Macmillan.
- Vives, L., y Garcés de los Fayos, E. J. (2004). Incidencia del síndrome de burnout en el perfil cognitivo en jóvenes deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(2), 29-43.