

AUTOCONCEPTO SOCIAL EN JÓVENES ESPAÑOLES Y BRASILEÑOS QUE PRACTICAN EJERCICIO FÍSICO VERSUS NO PRACTICANTES

**Montserrat Ramírez Gómez, Félix Guillén García, Julio Machargo
Salvador e Isabel Luján Henríquez**
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

RESUMEN: El propósito de la presente investigación es analizar la relación entre actividad física y autoconcepto social a través de la comparación de jóvenes practicantes y no practicantes de actividad física. La muestra está compuesta por 476 sujetos (292 españoles y 184 brasileños), de edades entre 19 y 30 años. Se analizaron los distintos grupos de edad, género, lugar de procedencia y número de veces de práctica semanal. Se aplicó un cuestionario, elaborado para tal fin, de 32 ítems. Se realizaron análisis descriptivos, diferencias de medias, ANOVAS y correlaciones. Los resultados indican que no existen diferencias en el autoconcepto social entre los practicantes y los no practicantes. También se observa que los jóvenes brasileños muestran un autoconcepto social similar al de los jóvenes españoles. No se encuentran diferencias de género para el autoconcepto.

PALABRAS CLAVE: Autoconcepto social, jóvenes, transcultural, ejercicio físico.

ABSTRACT: The aim of this paper is to analyze the relationship between physical activity and social self-concept in young people who practice some physical activity and young people who don't. The research, developed with 476 subjects (292 Spanish and 184 Brazilian) between the ages of 19 and 30, attended to the different ages of the subjects, their gender, their nationality and the frequency of the sport practice. A questionnaire of 32 items was designed to this end. We carried out descriptive analysis, mean differences, analysis of variance (ANOVA) and corre-

lations. The results show that there are no differences in the social self-concept between those who do some sport and those who don't; the social self-concept of the Brazilian youngsters is similar to that of the Spanish youngsters; and for both men and women the social self-concept is the same.

KEYWORDS: Social self-concept, youngsters, cross-cultural, physical exercise.

RESUMO: Na presente pesquisa são apresentados os resultados obtidos sobre o autoconceito social em jovens praticantes e não praticantes de atividade física. A amostra está composta por 476 sujeitos (292 espanhóis e 184 brasileiros), com idades entre 19 e 30 anos. Foram analisados os distintos grupos de idade, gênero, lugar de procedência, nível de estudos dos sujeitos e número de vezes de prática semanal. Foi aplicado um questionário, elaborado para tal objetivo, de 32 itens. Foram realizadas análises descritivas, diferenças de médias, ANOVAS, análise fatorial e correlações. Os resultados obtidos destacam que os praticantes de atividade física possuem um autoconceito social maior que os não praticantes. Também se observa que os jovens praticantes se relacionam melhor com as pessoas e se interessam “por cair bem” e ser aceitos por os que o cercam. Os jovens brasileiros dão mais importância ao fato de estar rodeado de um grande número de amigos, de serem aceitos pelos demais e definitivamente cair bem, também valorizam e apreciam a amizade em maior grau que os jovens espanhóis. Pela sua parte, os homens dão mais importância na construção de seu autoconceito social, que as mulheres.

PALAVRAS-CHAVES: Autoconceito social, jovens, transcultural, exercício físico.

INTRODUCCIÓN

Muchos estudios han mostrado que la actividad física y deportiva tiene efectos altamente positivos, tanto físicos como psíquicos y sociales, en las personas que la practican (Barnett, Smoll y Smith, 1992; Esnaola, 2008). Esos efectos beneficiosos se observan en todas las edades, géneros y condiciones individuales. Existe un consenso generalizado en que la actividad y el ejercicio físico son un recurso válido para mejorar el atractivo físico, el funcionamiento corporal, la salud y el bienestar psicológico.

Uno de los temas más estudiados ha sido el de las relaciones que se establecen

entre la práctica de la actividad física o deportiva y el autoconcepto físico (Esnaola, 2005a; Marsh 1997, 2002) y, en menor medida, entre la práctica física y el autoconcepto general, académico y social (Gutiérrez, 2000; Marsh, 2001; Sonstroem, 1997; Tercedor, 2001).

Diversos estudios con jóvenes universitarios y no universitarios han puesto de manifiesto que los estudiantes que practican alguna actividad física presentan mejores niveles de autoestima física en todas sus dimensiones (percepción de la competencia física general, de la condición física y percepción de la imagen corporal) que los no practicantes

(Alfermann y Stoll, 2000; Gutiérrez, Moreno y Sicilia., 1999; Zulaika, 1999, 2002). Asimismo, en un estudio realizado por Brettschneider y Heim (1997) se aprecia que existe una estrecha relación entre la práctica de la actividad física, el autoconcepto físico y el estilo de vida saludable de los jóvenes (conjunto de actitudes, valores, conductas, orientaciones, relaciones sociales, tiempo de ocio). Esto es más evidente cuando los adolescentes y jóvenes, además, participan en competiciones deportivas (Pastor, Balaguer y García-Merita, 2006).

No obstante, es difícil saber si la práctica del ejercicio físico es la que mejora las autopercepciones o al revés, aunque es posible que ambas relaciones sean ciertas. Por un lado, aquellos adolescentes y jóvenes que practican ejercicio físico con regularidad mejoran la percepción de su competencia y habilidad físicas y, por otro, aquellos que se perciben más competentes se implican en mayor medida en actividades físicas y deportivas, siendo por tanto una relación recíproca y circular (Boyd y Hrycaiko, 1997; Whitehead y Corbin, 1997).

Pero la participación en actividades físicas y deportivas no sólo produce una mejora corporal y de la autoimagen física, sino que genera también un incremento de la autoestima general y de algunos aspectos concretos de la autoestima y del autoconcepto como es el social (Leith, 1994). Sin duda la influencia de la actividad física y deportiva en la autoestima general es uno de los hechos más constatados (Boyd y Hrycaiko,

1997; Mutrie y Parfitt, 1998).

En una revisión de 16 estudios, Sonstroem (1984, 1997) concluyó que la práctica de ejercicio físico está relacionada con un aumento de la autoestima general. El mecanismo subyacente para explicar esto puede ser el siguiente: el ejercicio físico produce una mejora de la imagen corporal y de la competencia y habilidad físicas, lo que se refleja en un adecuado funcionamiento corporal y en una mejor imagen de uno mismo y, consecuentemente, repercute en una mejor adaptación y aceptación de sí mismo que lleva a la persona a construir una percepción y valoración más positiva.

En la misma línea, los trabajos realizados con el Physical Self-Perception Profile (Fox y Corbin, 1989) muestran reiteradamente que en niños, adolescentes, jóvenes y adultos la imagen y la competencia física correlacionan positivamente con el autoconcepto y la autoestima general. De hecho, el deseo de tener una buena imagen corporal anima a muchos adolescentes y jóvenes a implicarse en distinto tipo de actividades y ejercicios físicos (McKay y Read, 1997). Bastantes investigaciones avalan que los programas de educación física y el deporte en las escuelas tienen un enorme potencial para el desarrollo de la autoestima en niños y adolescentes (Whitehead y Corbin, 1997).

La actividad física contribuye a una mejora de nuestra realidad física y de nuestro funcionamiento corporal. Las personas físicamente atractivas y las que tienen mayores habilidades físicas gozan frecuentemente de una mayor populari-

dad, reciben un trato preferente y se les atribuyen más cualidades positivas que a los individuos no atractivos, lo cual favorece en ellos el desarrollo de un autoconcepto social y de una autoestima social positivos (Stein, 1996). Es decir, la actividad física mejora la imagen física y esta, a su vez, mejora la relación social, el estatus y el autoconcepto social. Un buen aspecto físico es un apoyo sólido para la adaptación personal y social.

Algunos de los resultados del trabajo realizado por Brettschneider y Heim (1997) con una muestra de adolescentes y jóvenes alemanes, al que hicimos referencia anteriormente, indican que en la adolescencia temprana y media aquellos que practican regularmente algún tipo de actividad física y deportiva o participan en competiciones deportivas obtienen mayores puntuaciones en los dominios sociales del autoconcepto: mayor aceptación y popularidad entre los iguales y se perciben con más capacidad para hacer amigos. Hay muchos datos en dicho estudio que apoyan la idea de que la implicación en ese tipo de actividades ayuda en los procesos de enfrentarse a tareas evolutivas, como las de la aceptación del propio cuerpo y el establecimiento de las redes sociales. Esta investigación ha demostrado también que existe una estrecha relación entre el estilo de vida de los jóvenes, sus relaciones sociales, la elección de sus actividades de ocio y su autoconcepto físico.

Así pues, como se puede apreciar en esta revisión, el cuerpo y su apariencia desempeñan un papel central en la rela-

ción interpersonal, en la interacción social, en el funcionamiento psíquico, en la salud y en la sexualidad (Fox, 1997). La apariencia corporal sirve de base para juzgar el atractivo de las personas, la confianza que nos inspiran y las capacidades que les atribuimos. Las personas consideradas más atractivas físicamente gozan de mejor aceptación y tienden a ser valoradas por los demás como más populares, más deseables, más equilibradas psíquicamente, dotadas de mejores habilidades sociales y con más éxito en el ámbito social, académico y laboral. El autoconcepto social hace referencia a la autopercepción de las habilidades sociales con respecto a las relaciones interpersonales, es decir, que se forma a partir de la autovaloración del comportamiento en los diferentes contextos sociales y se encuentra conformada por dos componentes básicos, la competencia social y la aceptación social, encontrándose ambos muy relacionados entre sí (Bracken, 1992).

El propósito de la presente investigación es constatar si los jóvenes que practican ejercicio físico y/o deportivo presentan un autoconcepto social más elevado que aquellos que no lo practican. Se parte del supuesto de que la actividad física contribuye a una mejora general del funcionamiento físico y psíquico de las personas practicantes y que este mejor funcionamiento tiene consecuencias positivas en su estatus social y en las relaciones interpersonales y sociales. Igualmente se pretende analizar posibles diferencias entre los sujetos atendiendo al género, edad, nacionalidad y frecuen-

cia de la práctica.

MÉTODO

Participantes

El estudio se realizó con una amplia muestra de jóvenes conformada por 476 sujetos, de los cuales 292 eran de España y 184 de Brasil. Estaba formada por 240 hombres y 231 mujeres, de edades comprendidas entre los 19 a los 21 años. La mayoría de los sujetos, 299, tenían estudios universitarios; 81, sólo secundarios; 16, primarios; y 75 tenían otros estudios.

Un 65.3 % de los sujetos practicaban deporte frente al 34.5% que no lo hacían. La media de práctica se establecía en 3.5% de veces por semana. En la tabla 1, se muestran los distintos porcentajes obtenidos de la investigación. La muestra española representa un porcentaje mayor (61.3%) que la brasileña (38.7%), la mayoría de los jóvenes entrevistados se sitúan en el grupo de edad de 22 a 27 años. En relación a su nivel académico, el 63.5% han realizado estudios universitarios. Y era mayor el porcentaje de los que practican deporte (65.3%), siendo

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de la muestra

Procedencia	Frecuencia y %
Brasil	184 (38.7%)
España	292 (61.3%)
Género	
Hombres	240 (50.4%)
Mujeres	231 (54.2%)
Edad	
19-21 años	93 (19.5%)
22-24 años	146 (30.7%)
25-27 años	146 (30.7%)
28-30 años	91 (19.1%)
Estudios	
Primarios	16 (3.4%)
Secundarios	81 (17.2%)
Universitarios	299 (63.5%)
Otros	75 (15.9%)
Práctica	
Si practica	311 (65.3%)
No practica	164 (34.5%)
Nº veces/semana	
Una/dos veces	93 (29.9%)
Tres/cuatro veces	147 (47.3%)
Más veces	69 (22.2%)
Otros	2 (6%)

dicha práctica de 3 a 4 veces por semana (47.3%).

Material

Como instrumento para la recogida de datos, se utilizó un cuestionario sobre Autoconcepto (Morales, Machargo, Luján y Guillén, en prensa), que consta de 32 ítems, y se valoraba con una escala de Lickert del 1 al 5. Siendo el 1 (nada/casi nada de acuerdo), el 2 (poco de acuerdo), el 3 (más o menos de acuerdo), 4 (bastante de acuerdo) y el 5 (totalmente de acuerdo). Este cuestionario evaluó el autoconcepto del sujeto desde distintas dimensiones, concretamente la general, física, social, emocional, habilidad y competencia física e imagen corporal, entre ellas la dimensión del autoconcepto social (ítems 3, 7, 12, 18, 28 y 32).

El índice de fiabilidad del cuestionario se considera satisfactorio, al obtener un Alfa de Cronbach de .826.

Procedimiento

La recogida de datos se realizó en el transcurso del curso 2004/2005. Antes de proporcionar los cuestionarios, se les ofreció a los jóvenes unas instrucciones para realizar de manera correcta el cuestionario. Dichas instrucciones, estaban recogidas en las normas de aplicación de la prueba. Se pasaron cuestionarios a sujetos que practicaban actividad física y a sujetos que no lo hacían. A parte de pasar los cuestionarios a una muestra en España, también se pasaron a una muestra brasileña, en las mismas condiciones de práctica. La aplicación

del cuestionario fue realizada por los propios investigadores. El cuestionario era anónimo, por lo que se pidió a los sujetos que contestaran con la mayor sinceridad posible a cada una de las cuestiones planteadas.

Análisis estadísticos

Se realizaron los análisis descriptivos pertinentes, y las distintas medidas de tendencia central para cada una de las variables. Igualmente, se realizó un análisis de diferencias de medias y ANOVAS, en las variables de país, género, edad, práctica y número de veces que practicaban deporte a la semana. También se realizó un análisis factorial con matriz de componentes rotados, y se establecieron correlaciones entre las distintas variables. Todo ello, en referencia a las distintas sub-escalas evaluadas.

RESULTADOS

Autoconcepto social mostrado por los jóvenes en general, en los distintos ítems

Las variables que se exponen a continuación equivalen a los ítems relacionados con el autoconcepto social. Como se puede apreciar en las variables de la tabla 2, en los ítems formulados positivamente la puntuación es relativamente elevada, alrededor de cuatro, mientras que los que poseen connotación negativa obtienen una puntuación inferior.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de los ítems de la dimensión autoconcepto social

Ítems del autoconcepto social	Media	DT
Hago amigos con facilidad	3.97	.956
Sé relacionarme con la gente	4.12	.871
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	2.94	1.364
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.63	.991
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.14	.839
Caigo bien a la gente	4.12	.818

Respecto al autoconcepto social mostrados por los jóvenes en general

En cuanto a los ítems analizados que contemplan el autoconcepto social, podemos decir que existen correlaciones de cada uno de los ítems con el resto,

salvo algunas excepciones. En el caso de los ítems con connotaciones negativas “*me gustaría tener más amigos de los que tengo*” y la de “*percibo que mucha gente evita estar conmigo*” las correlaciones que mantienen con el resto de ítems es de carácter negativo.

Tabla 3. Matriz de correlaciones entre los ítems del autoconcepto social

	V2	V3	V4	V5	V6
V1. Hago amigos con facilidad	.429*	-.050	-.223*	.228*	.240*
V2. Sé relacionarme con la gente		-.003	-.213*	.243*	.250*
V3. Me gustaría tener más amigos de los que tengo			.215*	-.060*	.058
V4. Percibo que mucha gente evita estar conmigo				-.218	-.137*
V5. Los demás valoran y aprecian mi amistad					.374*
V6. Caigo bien a la gente					

* $p < .01$

Respecto al autoconcepto social mostrado por los jóvenes, según su país

Como se puede apreciar en la tabla 4 y según los resultados obtenidos en las medias entre países, se observa que existen diferencias en algunas de las variables. Más concretamente encontramos que existen diferencias estadísticamente significativas en las variables: “*me gustaría*

tener más amigos de los que tengo”, “*caigo bien a la gente*” y “*percibo que mucha gente evita estar conmigo*”. En los dos primeros casos las puntuaciones medias son superiores entre los sujetos de nacionalidad brasileña, mientras que en el último caso los españoles obtienen una media más elevada.

Tabla 4. Diferencias de medias en el autoconcepto social, atendiendo al país

Variables	España	Brasil	t	Sig.
	Media y DT			
Hago amigos con facilidad	3.96 (.791)	3.98 (1.174)	.076	.783
Sé relacionarme con la gente	4.13 (.749)	4.10 (1.038)	.107	.743
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	2.67 (1.230)	3.38 (1.454)	32.49	.000***
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.54 (.792)	1.77 (1.232)	6.28	.013**
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.08 (.745)	4.22 (.963)	3.13	.077
Caigo bien a la gente	3.95 (.742)	4.41 (.856)	38.17	.000***

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

Respecto al autoconcepto social mostrado por los jóvenes según género

Según el género de los encuestados, podemos encontrar que tanto en hombres como en mujeres se obtienen resul-

tados muy semejantes en las respuestas a los ítems, salvo en la variable “*no to que mucha gente evita estar conmigo*”, en la que existe una diferencia significativa. Los hombres puntúan de forma superior en este ítem.

Tabla 5. Diferencias de medias en el autoconcepto social, en relación al género

Variable	Mujeres	Hombres	t	Sig.
	Media y DT			
Hago amigos con facilidad	3.97 (.886)	3.97 (1.024)	.386	.763
Sé relacionarme con la gente	4.15 (.777)	4.10 (.957)	.148	.931
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	2.91 (1.320)	2.99 (1.401)	.972	.406
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.54 (.893)	1.70 (1.066)	3.08	0.27*
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.15 (.851)	4.12 (.834)	.401	.753
Caigo bien a la gente	4.06 (.772)	4.21 (.834)	1.92	.147

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

Respecto al autoconcepto social mostrado por los jóvenes según la edad

En la tabla 6, se puede distinguir que entre los jóvenes de las distintas edades no existen diferencias significativas al referirnos a cada uno de los componentes del autoconcepto social.

Respecto al autoconcepto social mostrado por los jóvenes sean o no practicantes.

En cuanto al autoconcepto social, según sean o no practicantes, se observa claramente en la tabla 7 que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los jóvenes que practican algún tipo de actividad física o deportiva y los que no.

Tabla 6. Diferencias de medias en el autoconcepto social, según la edad

Items	19-21 años	22-24 años	25-27 años	28-30 años	F	Sig.
Hago amigos con facilidad	3.99 (.915)	3.90 (.985)	3.97 (1.051)	4.04 (.788)	.423	.736
Sé relacionarme con la gente	4.14 (0669)	4.02 (1.013)	4.15 (.889)	4.21 (.768)	1.02	.380
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	2.82 (1.268)	2.98 (1.356)	2.95 (1.433)	3.00 (1.374)	.349	.790
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.57 (.799)	1.65 (1.084)	1.69 (1.142)	1.55 (.719)	.518	.670
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.17 (.750)	4.14 (.895)	4.15 (.844)	4.08 (.833)	.229	.876
Caigo bien a la gente	4.08 (.734)	4.21 (.787)	4.07 (.910)	4.13 (.792)	.804	.492

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

Tabla 7. Diferencias de medias en el nivel de autoconcepto social, en relación a la práctica deportiva

Variable	Practicante	No practicante	t	Sig.
Hago amigos con facilidad	3.97 (1.000)	3.96 (.874)	.084	.933
Sé relacionarme con la gente	4.09 (.917)	4.20 (.758)	-1.297	.195
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	3.01 (1.363)	2.83 (1.359)	1.353	.177
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.66 (1.045)	1.55 (.860)	1.183	.237
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.14 (.873)	4.13 (.773)	.151	.880
Caigo bien a la gente	4.17 (.837)	4.03 (.773)	1.818	.070

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

Respecto al autoconcepto social mostrado por los jóvenes según el número de veces de práctica

Los datos del estudio tampoco reve-

lan diferencias, desde practicar 1 o 2 veces en semana, a hacerlo más de cuatro, dadas las puntuaciones obtenidas en cada uno de los items.

Tabla 8. Diferencias de medias en el autoconcepto social, según veces de práctica

Variable	1 o 2 veces	3 o 4 veces	más veces	F	Sig.
Hago amigos con facilidad	3.83 (1.12)	4.07 (.998)	3.96 (.812)	1.29	.276
Sé relacionarme con la gente	4.03 (1.10)	4.08 (.872)	4.14 (.727)	1.23	.298
Me gustaría tener más amigos de los que tengo	3.07 (1.42)	3.08 (1.372)	2.73 (1.27)	1.71	.164
Percibo que mucha gente evita estar conmigo	1.61 (1.03)	1.77 (1.159)	1.59 (.759)	.969	.381
Los demás valoran y aprecian mi amistad	4.23 (.915)	4.09 (.851)	4.15 (.868)	.509	.676
Caigo bien a la gente	4.33 (.825)	4.15 (.874)	4.01 (.757)	3.01	.051

* p <.05 ** p <.01 *** p <.001

CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

De acuerdo con la línea establecida por numerosas investigaciones sobre las relaciones entre autoconcepto y deporte (p. ej., Byrne, 1996; Engelbrecht, Pienaar y Coetzee, 2002; Harter, 1988; Leith, 1994; Oweis y Spinks, 2001), el objeto de nuestro estudio ha sido relacionar una dimensión concreta como es el autoconcepto social y la práctica de actividad física y/o deportiva, atendiendo a su vez al país de procedencia, la edad, el género y la dedicación semanal.

Siguiendo las afirmaciones de López (1996), el autoconcepto es posiblemente una de las variables fundamentales en trabajos de investigación psicológica, al constituirse en una de las variables más importantes para el desarrollo personal y social de los individuos (se plantea una relación de causalidad circular), ya que niveles significativamente bajos en esta variable dan lugar a problemas en las relaciones con los demás, problemas de rendimiento escolar, sentimientos de incompetencia para realizar determinadas actividades de la vida cotidiana, entre otros.

Por otra parte, numerosos estudios establecen una relación positiva entre la práctica deportiva y el autoconcepto global (Asci, Kosar y Isler, 2001; Crocker, Sabiston, Forrester, Kowalski y McDonough, 2003; Dishman et al., 2006; Mutrie y Parfitt, 1998; Nigg, Norman, Rossi y Benisovich, 2001; Raustorp, Stahle, Gudasic, Kinnunen y Mattsson, 2005) o entre la práctica deportiva y el autoconcepto físico (Marsh, 2001; Moreno, Cervelló y

Moreno, 2008; Moreno, Cervelló, Vera y Ruiz, 2007; Sonstroem, 1997). Así nuestro estudio se caracteriza por profundizar en una de las dimensiones menos estudiadas del autoconcepto (Goñi y Fernández Zabala, 2007), como es el social, todo ello desde la relación que se establece con el ejercicio físico.

En la medida que los jóvenes poseen mayor autoconcepto físico también tienen un mayor autoconcepto general, que a su vez afecta al autoconcepto social y esto coincide con numerosos estudios que establecen las relaciones que el deporte mantiene con las distintas dimensiones del autoconcepto (Leith, 1994; Pastor, Balaguer y García-Merita, 2003).

En el presente estudio, al analizar la dimensión social del autoconcepto, no se aprecian diferencias entre los jóvenes practicantes y los no practicantes deportivos, cuestión que resulta significativa ya que aun existiendo estudios en los que no se destacan diferencias sí existen otros que la destacan. Todo ello independientemente de la frecuencia que pueda tener ese ejercicio puesto que tampoco se hallaron diferencias en función del número de días a la semana que practicaban. Estos datos concuerdan con los hallados por Guillén y Sánchez (2003) utilizando en ambos casos el cuestionario AFA de autoconcepto, en los que tampoco encontraron diferencias en el autoconcepto social. Aunque también es cierto que discrepan de los encontrados por Balaguer (1998).

Al estudiar la procedencia de los sujetos, Brasil y España, sí se encontra-

ron ciertas diferencias, ya que los jóvenes brasileños valoran con mayor frecuencia e intensidad que los españoles el hecho de poseer más amigos de los que tienen, al tiempo que perciben un mayor rechazo de la gente, en la medida que señalan que la gente evita estar con ellos. Sin embargo, también reconocen que suelen caer bien a la gente. Estos hallazgos que revelan ciertas diferencias van en consonancia con los encontrados en la literatura (Valdez Medina, González Arratía y Reusche, 2001; Valdez-Medina, González-Arratía, Reyes y Gil, 1996; Valdez-Medina, González-Arratía, Santos y Arantes, 1999; Waestlund, Karlstad y Sweden, 2001).

Tampoco se encontraron diferencias atendiendo a las edades de los jóvenes, a este respecto debemos señalar que los mismos eran mayores de 19 años. Esto puede ser debido posiblemente a las características de los jóvenes en estas edades que no difieren mucho y al hecho de que es a edades más tempranas cuando se conforma ese autoconcepto y sobre los 18 años está más o menos consolidado. Concretamente, Marsh (1999) indica que el autoconcepto desciende desde el inicio de la adolescencia hasta la mitad de la adolescencia para luego incrementarse al inicio de la edad madura.

Igualmente, en cuanto al género apenas se reconocieron diferencias entre hombres y mujeres. Sólo destaca que los hombres perciben un mayor rechazo, en la medida en que “perciben que la gente evita estar con él”. Contrariamente a lo señalado por Esnaola (2005b) en uno de

sus trabajos, en el que se apreciaban diferencias en el autoconcepto, los jóvenes de género masculino dan más importancia en la construcción de su autoconcepto social al hecho de no ser rechazados por la gente, a diferencia de las mujeres que no le dan tanta importancia a este aspecto. Así, mientras algunos estudios apoyan el argumento de que las chicas obtienen puntuaciones más altas en autoconcepto social (Gabelko, 1997), otros matizan, tras la realización de un metaanálisis, que existen diferencias significativas entre varones y mujeres pero estas van a depender de la edad de los sujetos (Wilgenbusch y Merrell, 1999); por su parte, otros indican que no existen diferencias (Amezcuca y Pichardo, 2000).

Considerando las nulas diferencias encontradas entre práctica de ejercicio físico y autoconcepto social estimamos que futuras investigaciones deberían incidir en el tipo de práctica física y deporte o las estrategias que pueden emplear los entrenadores, puesto que posiblemente no sea la misma influencia la que ejerza la práctica de una actividad o deporte de equipo que la práctica de un deporte individual. Asimismo también se debería considerar en un futuro las características de ese ejercicio, como puede ser intensidad y tiempo de práctica diaria.

Por último, sugerimos la necesidad de profundizar en la relación de programas de intervención encaminados hacia la mejora del autoconcepto y, en concreto, sobre el autoconcepto social. Posiblemente, incidiendo en la calidad

de las actuaciones que se realizan dentro de la actividad física y mejorando cualidades en la práctica deportiva, se esté influyendo sobre el autoconcepto, en este caso social.

REFERENCIAS

- Alfermann, D. y Stoll, O. (2000). Effects of physical exercise on self-concept and well-being. *International Journal of Sport Psychology*, 31(1), 4-65.
- Amezcuca, J. A. y Pichardo, M. C. (2000). Diferencias de género en autoconcepto en sujetos adolescentes. *Anales de psicología*, 16, 2, 207-214.
- Asci, F. H., Kosar, S. y Isler, A. (2001). The relationship of self-concept and perceived athletic competence to physical activity level and gender among Turkish early adolescents. *Adolescence*, 36(143), 499-502.
- Balaguer, I. (1998). *Self-concept, physical and health among adolescents*. Comunicación presentada en el 24th International Congress of Applied Psychology, San Francisco.
- Barnett, N. P., Smoll, F. L. y Smith, R. E. (1992). Effects of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111-127.
- Boyd, K. R. y Hrycaiko, D. W. (1997). The effect of a physical activity intervention package on the self-esteem of preadolescent and adolescent females. *Adolescence*, 32, 127, 693-708.
- Bracken, B. (1992). *The Multidimensional Self Concept Scale*. Austin, TX: Pro-Ed.
- Brettschneider, W. D. y Heim, R. (1997). Identity, Sport and Youth Development. En K. R. Fox (Ed.), *The Physical Self: From Motivation to Well-Being* (pp. 205-228). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Byrne, B. M. (1996). *Measuring self-concept across the life span: Issues and Instrumentation*. Washington: APA.
- Crocker, P., Sabiston, C., Forrester, S., Kowalski, N. y McDonough, M. (2003). Predicting change in physical activity, dietary restraint, and physique anxiety in adolescent girls. *Canadian Journal of Public Health*, 94(5), 332-337.
- Dishman, R. K., Hales, D. P., Pfeiffer, K. A., Felton, G. A., Saunders, R., Ward, D. S., et al. (2006). Physical self-concept and self-esteem mediate cross-sectional relations of physical activity and sport participation with depression symptoms among adolescent girls. *Health Psychology*, 25(3), 396-407.
- Engelbrecht, C., Pienaar, A. E., y Coetzee, B. (2002). The relationship between physical activity levels and physical fitness of 13-15 year old girls in the North-West province of South Africa. *Journal of Human Movement Studies*, 43, 87-106.
- Eснаоla, I. (2005a). Autoconcepto físico y satisfacción corporal en mujeres adolescentes según el tipo de deporte practicado. *Apunts: Educación física y deportes*, 80, 5-12.
- Eснаоla, I. (2005b). Desarrollo del autoconcepto durante la adolescencia y principio de la juventud. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 58, 2,

- 265-277.
- Esnaola, I. (2008). El autoconcepto físico durante el ciclo vital. *Anales de Psicología*, 24, 1, 1-8
- Fox, K. R. (1997). The physical self and processes in self-esteem development. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self. From motivation to well-being* (pp. 414-429). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, K. R. y Corbin, C. B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-433.
- Gabelko, N.H. (1997) *Age and Gender Differences in Global, Academic, Social, and Athletic Self-Concepts in Academically Talented Students*. Comunicación presentada en el Annual Meeting of the American Educational Research Association: Chicago.
- Goñi, E. y Fernández Zabala, A. (2007). Los dominios social y personal del autoconcepto. *Revista de Psicodidáctica*, 12, 2, 179-194.
- Guillén, F. y Sánchez, R. (2003). Autoconcepto en jóvenes sedentarios y practicantes deportivos. *Edupsyké*, 2(2), 259-272.
- Gutiérrez, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista de Educación Física*, 77, 5-14.
- Gutiérrez, M., Moreno, J. A. y Sicilia, A. (1999). *Medida del autoconcepto físico: Una adaptación del PSPP de Fox*. Comunicación presentada al IV Congreso de las Ciències de l'Esport, l'Educació i la Recreació, Lleida.
- Harter, S. (1988). *Manual for the Self-Perception Profile for Adolescents*. Denver: University of Denver Press.
- Leith, L. M. (1994). *Foundations of Exercise and Mental Health*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- López, F. (1996). Desarrollo personal-social en el ámbito familiar. En *Educación en Valores*. Cáceres: AIDEX.
- Marsh, H. W. (1997). The measurement of physical self-concept: A construct validation approach. En K. Fox (Ed.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 27-58). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Marsh, H. W. (1999). Age and sex effects in multiple dimensions of self-concept: Preadolescence to early adulthood [Electronic version]. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 417-430.
- Marsh, H. W. (2001, Mayo). *A multidimensional physical self-concept: a construct validity approach to theory, measurement and research*. Comunicación presentada en el 10th World Congress of Sport Psychology, Greece.
- Marsh, H. W. (2002). A multidimensional physical self-concept: A construct validity approach to theory, measurement, and research. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 9, 459-493.
- McKay, P. S. y Read, M. H. (1997). Adolescent male athletes: body image, diet, and exercise. *Adolescence*, 32, 593-603.
- Morales, S., Machargo, J., Lujan, I. y Guillén, F. (en prensa). Cuestionario Multidimensional sobre el

- Autoconcepto. Construcción y Validación. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. y Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8, 1, 171-183
- Moreno, J. A., Cervelló, E., Vera, J. A. y Ruiz, L. M. (2007). Physical self-concept of Spanish schoolchildren: Differences by gender, sport practice and levels of sport involvement. *Journal of Education and Human Development*, 1(2). <http://www.scientificjournals.org/journals2007/articles/1180.pdf>
- Mutrie, N. y Parfitt G. (1998). Physical activity and its link with mental, social and moral health in young people. En S. Biddle, J. Sallis y N. Cavill (Eds.), *Young and Active?* (pp. 49-68). London: Health Education Authority.
- Nigg, C., Norman, G., Rossi, J. y Benisovich, S. (2001). Examining the structure of physical self-description using an American university sample. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(1), 78-83.
- Oweis, P. y Spinks, W. L. (2001). Psychological outcomes of physical activity: A theoretical perspective. *Journal of Human Movement Studies*, 40, 351-375.
- Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita, M. L. (2003). El autoconcepto y la autoestima en la adolescencia media: análisis diferencial por curso y género. *Revista de Psicología Social*, 18(2), 141-159.
- Pastor, Y., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2006). Relaciones entre el autoconcepto y el estilo de vida saludable en la adolescencia media: un modelo exploratorio. *Psicothema*, 18, 1, 18-24.
- Raustorp, A., Stahle, A., Gudasic, H., Kinnunen, A. y Mattsson, E. (2005). Physical activity and self-perception in school children assessed with the children and youth physical self-perception profile. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 15(2), 126-134.
- Sonstroem, R. J. (1984). Exercise and self esteem. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 12, 123-155.
- Sonstroem, R. J. (1997). The physical self-system: A mediator of exercise and self-esteem. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self. From motivation to well-being* (pp. 3-26). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Stein, R. J. (1996). Physical self-concept. En B. A. Bracken, (Ed.), *Handbook of self-concept. Developmental, social and clinical consideration* (pp. 374-394). New York: Wiley.
- Tercedor, P. (2001). *Actividad física, condición física y salud*. Sevilla: Wanceulen.
- Valdez, J. L., González Arratia, L. F. N. I. y Reusche, R. M. (2001). El Autoconcepto en niños mexicanos y peruanos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33(2), 199-205.
- Valdez, J. L., González Arratia, L. F. N. I., Arantes, J. V. y Santos, L. A. (1999). El autoconcepto en niños mexicanos y brasileños. *Interamerican*

- Journal of Psychology*, 33, 205-218.
- Valdez, J. L., González Arratia, L. F. N. I., Reyes-Lagunes y Gil, L. M. (1996). El autoconcepto en niños mexicanos y españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 30, 179-188.
- Waestlund, E., Karlstad, S. Y. y Sweden, S. (2001). Exploring cross-cultural differences in self-concept: A meta-analysis of the Self-Description Questionnaire-1. *Cross-Cultural Research: The Journal of Comparative Social Science*, 35(3), 280-302.
- Wilgenbusch, T. y Merrell, K.W. (1999). Gender Differences in Self-Concept among Children and Adolescents: A Meta-Analysis of Multidimensional Studies. *School Psychology Quarterly*, 14(2), 101-120.
- Whitehead, J. R. y Corbin, C. B. (1997). Self-esteem in children and youth: the role of sport and physical education. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self. From motivation to well-being* (pp. 175-203). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Zulaika, L. M. (1999). *Educación física y autoconcepto. Análisis relacionales y eficacia de un programa de intervención para la mejora del autoconcepto físico*. Tesis Doctoral. Leioa: Universidad del País Vasco.
- Zulaika, L. M. (2002). Educación física y autoconcepto: *análisis relacionales y eficiencia de un programa de intervención para la mejora del autoconcepto físico*. Apunts: Educación física y deportes, 67, 114.

Manuscrito recibido: 12/3/2008

Manuscrito aceptado: 11/12/2008