



ISSN: 1577-4015

Apunts Educación Física y Deportes

ISSN: 1577-4015

ISSN: 2014-0983

pubinefc@gencat.cat

Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya

España

Gutiérrez Caballero, Juana María; Feu Molina, Sebastián; Blázquez Manzano, Alberto

Influencia de los motivos de práctica, actividad física y
personalidad resistente en maestros de primaria e infantil

Apunts Educación Física y Deportes, vol. 38, núm. 150, 2022, Octubre-Diciembre

Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya

Barcelona, España

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551674775003>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso
abierto



Influencia de los motivos de práctica, actividad física y personalidad resistente en maestros de primaria e infantil

Juana María Gutiérrez Caballero¹ , Sebastián Feu Molina^{2*}
y Alberto Blázquez Manzano³

¹Profesora de la Universidad Isabel I.

²Profesor del Departamento de Didáctica de la Expresión Plástica, Musical y Corporal de la Universidad de Extremadura (España).

³Doctor en Ciencias del Deporte. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Junta de Extremadura (España).

Citación

Gutiérrez Caballero, J. M., Feu Molina, S., & Blázquez Manzano, A. (2022). Influence of Practice Motives, Physical Activity and Resistant Personality in Primary and Early Childhood Teachers. *Apunts Educación Física y Deportes*, 150, 20-27. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/4\).150.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/4).150.03)

Resumen

El objetivo de esta investigación ha sido analizar las relaciones entre los motivos de práctica de actividad física, el nivel de actividad física y las variables que favorecen la resistencia en el trabajo, así como la relación de los motivos de práctica más autodeterminados y los componentes de la personalidad resistente en maestros españoles de infantil y primaria. A través de un diseño descriptivo, comparativo y transversal, se administró un cuestionario a una muestra de 649 docentes en activo. Concretamente el Cuestionario MPAM-R (*Motives for Physical Activity Measure-Revised*), el Cuestionario de Resistencia Laboral y el Cuestionario PACE (*Physician-based Assessment and Counselling for Exercise*). Se analizó la validez y fiabilidad de las escalas y las correlaciones entre los factores. Finalmente se estudiaron varias hipótesis a través de un modelo de ecuaciones estructurales. Los resultados indicaron que la diversión ($\beta = .29$), competencia ($\beta = .25$) y fitness ($\beta = .14$) son predictores de la actividad físico-deportiva realizada ($R^2 = .37$). Los motivos y el nivel de práctica de actividad física en su conjunto predicen el 15% de la variable *desafío* ($R^2 = .15$). La actividad físico-deportiva se relaciona positivamente con la dimensión *desafío* ($\beta = .36$) y esta con el *compromiso* ($\beta = .66$) y *control* ($\beta = .45$). La actividad física puede mejorar la personalidad resistente en su dimensión *desafío*.

Palabras clave: deporte, docente, motivación, psicología de la educación, resistencia al cambio.

Editado por:

© Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Institut Nacional d'Educació
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

*Correspondencia:

Sebastián Feu Molina
sfeu@unex.es

Sección:

Ciencias humanas y sociales

Idioma del original:

Castellano

Recibido:

7 de diciembre de 2021

Aceptado:

20 de abril de 2022

Publicado:

1 de octubre de 2022

Portada:

Gimnasio INEFC Lleida
© Sandra González

Introducción

El abordaje de la personalidad resistente ha tenido un interés relevante en los últimos años en el contexto educativo, debido a que la labor docente puede considerarse una de las que mayor riesgo tiene de presentar estrés (Arís, 2009). Se refiere a la capacidad de las personas para comprender las condiciones externas con precisión y tomar la mejor decisión para uno mismo (Khaledian et al., 2013). El resultado de este balance define el afrontamiento y se manifiesta en conductas como centrarse en el control o cambio de la situación estresante, cambiar la percepción de la misma para reducir el malestar emocional o el distanciamiento, centrarse en otros estímulos menos relevantes.

De hecho, se ha comprobado que valores altos de personalidad resistente inducen a un estilo de *afrontamiento transformacional*, es decir, aquella capacidad de “interpretar los acontecimientos potencialmente estresantes como oportunidades de aprendizaje y crecimiento personal” (Godoy-Izquierdo y Godoy, 2002, p. 143).

Este constructo se compone de tres factores: *desafío*, *compromiso* y *control*, los cuales deben entenderse de forma conjunta para ser considerado resistente y explican el 33% de la varianza del *burnout* (Oliver, 1993).

El factor *desafío* proporciona a los sujetos una visión donde los cambios de la vida son interpretados como una posibilidad de mejorar las propias competencias (Moreno-Jiménez et al., 2014), es decir, una predisposición a la búsqueda de situaciones y soluciones alternativas (Garrosa y Carmona, 2011). Este factor tiene especial importancia en el ámbito deportivo ya que la competición, como situación estresante, es inherente a su lógica interna y conlleva el afrontamiento de retos individuales y/o grupales. Así lo indican autores como Weinberg y Gould (1995), que señalan que “las personas altamente competitivas tienden a buscar situaciones de competición y están más motivadas para obtener éxito en ellas, en comparación con personas con bajo nivel de competitividad” (p. 107).

El factor *compromiso* hace referencia a la tendencia a identificarse con lo que se hace y conlleva, por tanto, una implicación activa (De la Vega et al., 2011). Se trataría de una cualidad que además de autoestima y competencia personal incluye un sentimiento de comunidad y corporación. Según Godoy-Izquierdo y Godoy (2002), esta actitud minimiza la amenaza percibida de un suceso vital gracias a la habilidad de recurrir a los demás en esos momentos. Otros autores como Moreno-Jiménez et al. (2012) encontraron que este factor *compromiso* presenta efectos directos, significativos y moderadores sobre el vigor y el agotamiento.

El factor *control* invita a buscar explicaciones de los hechos poniendo énfasis en la propia responsabilidad por encima de la acción de otros o el azar (Eschleman et al., 2010). Autores como Godoy-Izquierdo y Godoy (2002)

señalan que esta actitud de control sobre sus vivencias intensifica la resistencia al estrés, ya que los actores se identifican como protagonistas activos, influyendo en el curso de las acciones a través de sus habilidades y decisiones.

Probablemente una definición más clarificadora de estos tres factores de la personalidad resistente es la visión diferente que tendría un individuo ante un mismo hecho estresante y cómo amortiguaría sus efectos. Así, desde la actitud del compromiso, se percibiría como una situación con significado emocional; desde el enfoque de control, se consideraría una situación modificable y bajo la esfera de nuestro control, y desde la visión de desafío, una situación normal de la vida que ofrece una oportunidad de crecimiento (Godoy-Izquierdo y Godoy, 2002).

Señalar, por tanto, que una personalidad resistente presenta una percepción más optimista de los acontecimientos y la disposición de estrategias de afrontamiento centradas en la búsqueda de solución al problema y la reformulación de los acontecimientos y sus consecuencias (Garrosa y Carmona, 2011).

Algunos estudios señalan que los factores *control* y *compromiso*, o solamente el de *control*, son los que verdaderamente conforman el concepto de personalidad resistente (Florian et al., 1995). Y es que la personalidad resistente modula la probabilidad de experimentar *burnout* y, en el caso de los bomberos, se ha encontrado que el factor *desafío* actúa en la relación del *burnout* y los estresores organizacionales, siendo el *compromiso* el que modula la sintomatología asociada (Moreno et al., 2006). En este sentido, se han encontrado relaciones entre los factores *compromiso* y *desafío* con el apoyo social pero no con la dimensión *control* (Ganellen y Blaney, 1984). Otros autores, como Diloy-Peña et al. (2021) en su estudio con alumnado de secundaria, mostraron la importancia de evitar un estilo controlador por parte del profesorado de Educación Física en aras a generar experiencias más gratificantes en su alumnado.

La importancia del estudio de la personalidad resistente en la actividad físico-deportiva se encuentra en indagar cómo se perciben los estímulos potencialmente estresantes e inherentes a la práctica deportiva y la respuesta conductual ante ellos, realizando una labor moduladora sobre el rendimiento o las lesiones (De la Vega et al., 2011).

La relación entre la personalidad resistente y el rendimiento deportivo se ha encontrado en diferentes modalidades deportivas: en atletas de élite con y sin discapacidad (Penna et al., 2004) o medio fondistas y fondistas españoles (De la Vega et al., 2011), entre otros. Si bien es cierto que el interés por esta relación entre la personalidad resistente y la actividad físico-deportiva se ha desarrollado principalmente en el terreno deportivo, comienza a producirse a la inversa, ya que la práctica de

actividad física también ayuda a desarrollar una personalidad resistente más saludable, reduciendo la percepción del estrés (Garrosa y Carmona, 2011).

Profundizando un paso más en el estudio de esta relación entre personalidad resistente y actividad físico-deportiva, se encuentran los motivos de práctica. Es sabido que las personas realizan actividad físico-deportiva por diferentes motivos (Moreno-Murcia et al., 2016).

En este sentido, los sujetos activos presentan una mayor intención de práctica futura (Blázquez et al., 2015). Autores como Pavón-Lores et al. (2004) señalan que la competición, las relaciones sociales o la aventura son más valoradas por varones universitarios, mientras que la forma física, la imagen corporal y la salud son más valoradas en las mujeres.

Dada la importancia de la personalidad resistente para el mejor afrontamiento de la profesión docente, y teniendo en cuenta las posibilidades que ofrece el contexto deportivo como escenario donde descubrir la manera de percibir situaciones de estrés y mejorar su desarrollo, se hace especialmente importante indagar en las relaciones entre el nivel de práctica de actividad física de los maestros, su personalidad resistente y su motivación deportiva. Así, autores como Jaenes et al. (2009), al referirse a los maratonianos, señalan que una de las características del acto deportivo es el desafío, al percibir la incertidumbre de la competición o el entrenamiento como un reto a afrontar. Por tanto, no sería difícil entender la importancia de este subconstructo en el contexto docente caracterizado por el escenario estresante anteriormente mencionado.

Podría plantearse que las personas que realizan más actividad física por motivos de diversión, salud y competencia serían más resistentes al tener una mayor capacidad para afrontar retos que mejoran sus vidas.

Por todo ello, se ha planteado como primer objetivo analizar las relaciones entre los motivos de práctica de actividad física, el nivel de actividad física y las variables que favorecen la resistencia en el trabajo. Además, se ha planteado como segundo objetivo analizar el conjunto de relaciones más autodeterminadas: diversión, competencia y fitness/salud, con cada uno de los componentes de la personalidad resistente: control, desafío y compromiso. Para ello, se ha planteado como hipótesis global que existirá una relación positiva entre los motivos de práctica de diversión, fitness y competencia con la cantidad de actividad física realizada, y a su vez que existirá una relación positiva entre la intención de ser físicamente activo y el componente *desafío* dentro de la personalidad resistente como variable que más favorece la resistencia en el trabajo y la satisfacción con la vida (Figura 1).

Teniendo en cuenta el modelo expuesto, se plantean las siguientes hipótesis:

H1: la práctica de AF tiene un efecto positivo directo sobre la variable *desafío* mayor que el *compromiso* y el *control*. H2 y H3: la práctica de AF tiene una influencia positiva y directa con las variables *control* y *compromiso* de la resistencia en el trabajo. H4 a, b y c: los motivos de práctica de AF más autodeterminados, diversión, competencia y fitness, tienen un efecto positivo sobre la variable práctica de AF.

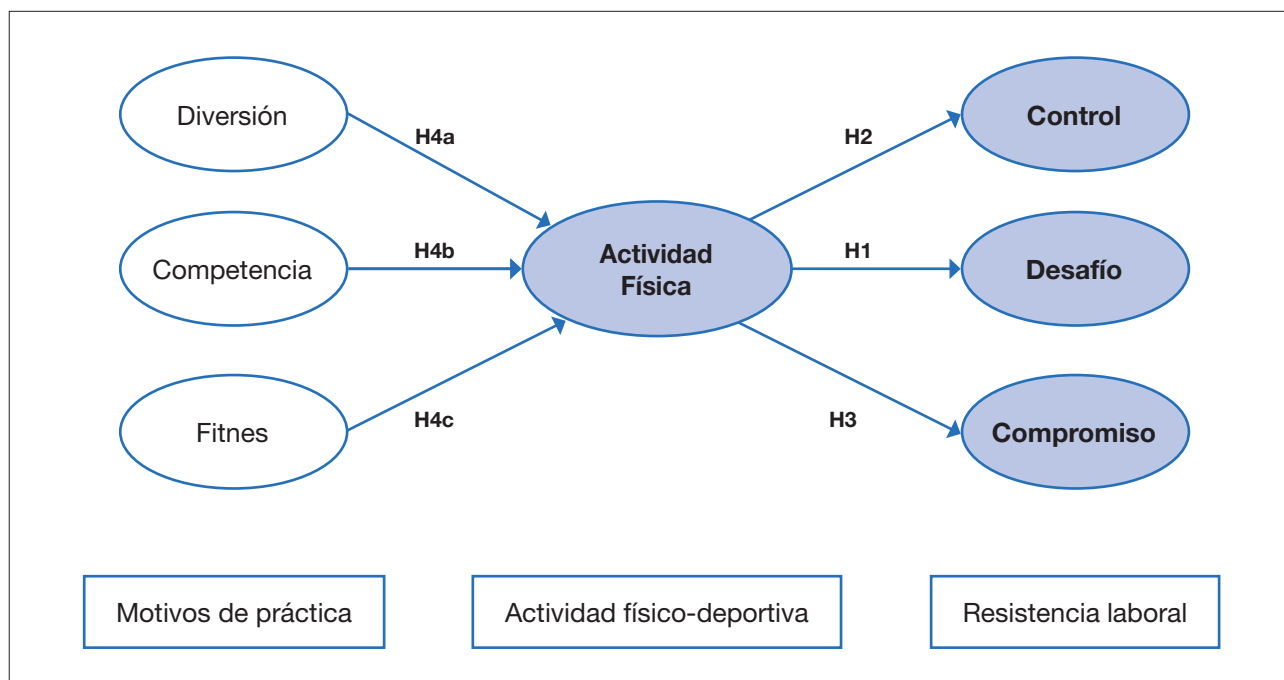


Figura 1

Modelo hipotético de las relaciones entre los motivos de práctica para hacer actividades físico-deportivas y de estos con la capacidad de resistencia laboral.

Metodología

Diseño

El presente estudio siguió una estrategia asociativa con un estudio de tipo predictivo y transversal (Ato et al., 2013). Se empleó un modelo de ecuación estructural para comprobar varias hipótesis al mismo tiempo (Ruiz et al., 2010).

Participantes

La muestra se compuso de 649 maestros de Educación Infantil y Primaria en activo, de entre los cuales el 76.64% eran mujeres y el 23.36% hombres; el perfil mayoritario era de docentes de edades entre 26-40 años (62.90%). Se accedió a la muestra a través de un cuestionario *online* que fue distribuido durante los meses de marzo y abril a través de centros de recursos y profesores y asociaciones de docentes. Este trabajo presentaba la valoración positiva de la Comisión de Bioética y Bioseguridad de la Universidad de Extremadura, con registro 244/2019.

Instrumentos

Escala de motivos para la práctica de actividad física revisada

Uno de los instrumentos utilizados es la Escala de motivos para la práctica de actividad física adaptada al contexto español y validada (Moreno-Murcia et al., 2007). En este trabajo se utilizaron 28 ítems agrupados en cinco factores: *disfrute*, *apariencia*, *social*, *competencia* y *fitnes*, en escala Likert de cinco puntos, siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”.

Actividad física

Se ha utilizado el Cuestionario PACE, *Physician-based Assessment and Counselling for Exercise* (Martínez-Gómez et al., 2009), para medir la actividad física semanal de los docentes. Este cuestionario analiza cuántos días se realizan 60 minutos de actividad física en la última semana y en una semana habitual. Este cuestionario se ha utilizado en otros trabajos con adultos (Blázquez et al., 2015).

Estudio de la personalidad resistente

Se ha utilizado el Cuestionario de resistencia ocupacional para medir la personalidad resistente en sus tres dimensiones (Moreno-Jiménez et al., 2014): *compromiso*, *control* y *desafío*, mediante una serie de afirmaciones sobre diversas situaciones en una escala tipo Likert de cuatro opciones (1 = Completamente en desacuerdo, hasta 4 = Completamente de acuerdo).

Análisis estadístico

Se calcularon los descriptivos de las variables empleadas y se realizó un análisis correlacional en el que se empleó el coeficiente de correlación de Pearson para las variables con una distribución normal, y el coeficiente de correlación de Spearman para las que no tenían una distribución normal. También se calculó la fiabilidad de los cuestionarios a través del alfa de Crombach, considerándose factores adecuados los $> .70$ (Nunnally y Bernstein, 1994).

A continuación, se aplicó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) donde se comprobaron las hipótesis iniciales planteadas en la Figura 1. El método de estimación empleado se adaptó a la normalidad univariada y multivariada de los ítems empleados; por ello, al no cumplirse la normalidad univariada en algunos ítems y al no cumplirse la normalidad multivariada, se decidió emplear el método de mínimos cuadrados ponderados (ULS).

De igual modo, se estudiaron varios índices de ajuste para aceptar o rechazar un modelo (Hu y Bentler, 1999). Estos estadísticos de bondad de ajuste son: la razón Ji-cuadrado / grados de libertad ($X^2/g.l$), donde valores por debajo de 5 son aceptables y por debajo de 2 son indicadores de muy buen ajuste (Hu y Bentler, 1999). También el índice de ajuste normalizado (NFI), el índice de bondad de ajuste (GFI), y el índice de bondad de ajuste corregido (AGFI), donde valores $\geq .95$ son adecuados. Finalmente, se analizó también la raíz cuadrada del residual (RMR) y la raíz cuadrada estandarizada del residual (SRM), donde valores $< .05$ son adecuados y entre .05 y .08 se consideraron razonables (Ruiz et al., 2010).

Resultados

Los resultados de los análisis descriptivos indicaron que la media de las variables de personalidad resistente que más puntuaban eran las de *compromiso* y *desafío* (Tabla 1). En cuanto a los motivos de práctica, la diversión y el fitnes eran los que más alto puntuaban en los docentes. Por último, la práctica de actividad física de los docentes se pudo considerar baja y con una dispersión alta ($M = 2.67 \pm DT = 1.72$). Todas las variables empleadas en el estudio presentaban una fiabilidad buena (Tabla 1). Al comprobar los valores de asimetría y curtosis, se pudo comprobar que las variables *compromiso* respecto a la asimetría presentaban valores superiores a 11.961 y, por tanto, no seguían una distribución normal (Finney y DiStefano, 2006).

Al no cumplirse el supuesto de normalidad en la variable *compromiso*, se realizó con esta variable un análisis correlacional a través del coeficiente de correlación de Spearman (Tabla 2), mientras que para el resto de variables se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson.

Tabla 1*Fiabilidad de las variables del estudio.*

	M	DT	Asimetría	ET	Curtosis	ET	α
Control	3.241	0.516	-0.556	.096	0.297	.192	.85
Desafío	3.509	0.4606	-1.102	.096	1.741	.192	.82
Compromiso	3.682	0.400	-2.599	.096	11.114	.192	.72
Diversión	3.768	1.104	-0.836	.096	-0.112	.192	.94
Competencia	3.147	1.112	-0.119	.096	-0.779	.192	.94
Fitnes	4.025	0.918	-1.182	.096	-0.543	.192	.95
Actividad física	2.669	1.718	0.180	.096	-0.579	.192	.87

Tabla 2*Correlaciones entre la resistencia laboral, los motivos de práctica y la actividad física.*

	M	Control	Desafío	Compromiso	Diversión	Competencia	Fitnes	Actividad física
Control	<i>r</i>	1	.32**	.42**	.06	.13**	.13**	.04
Desafío	<i>r</i>		1	.47**	.20**	.25**	.21**	.14**
Compromiso	<i>rs</i>			1	.13**	.13**	.17**	.09*
Diversión	<i>r</i>				1	.733**	.62**	.54**
Competencia	<i>r</i>					1	.59**	.50**
Fitnes	<i>r</i>						1	.43**
Actividad física	<i>r</i>							1

** $p < .01$

Los resultados indicaban correlaciones positivas entre las variables que determinan la personalidad resistente, los motivos para practicar actividad físico-deportiva y la práctica de actividad física. Las correlaciones más altas se dieron entre la variable *desafío* y los motivos de *competencia* ($r = .25$; $p < .05$) y *fitnes* ($r = .21$; $p < .05$) (Tabla 3). Existía una correlación, aunque baja, entre la cantidad de actividad física realizada y la variable *desafío* ($r_s = .14$; $p < .05$). Los motivos de práctica de *diversión*, *competencia* y *fitnes* correlacionaban con fuerza con el nivel de práctica de actividad física.

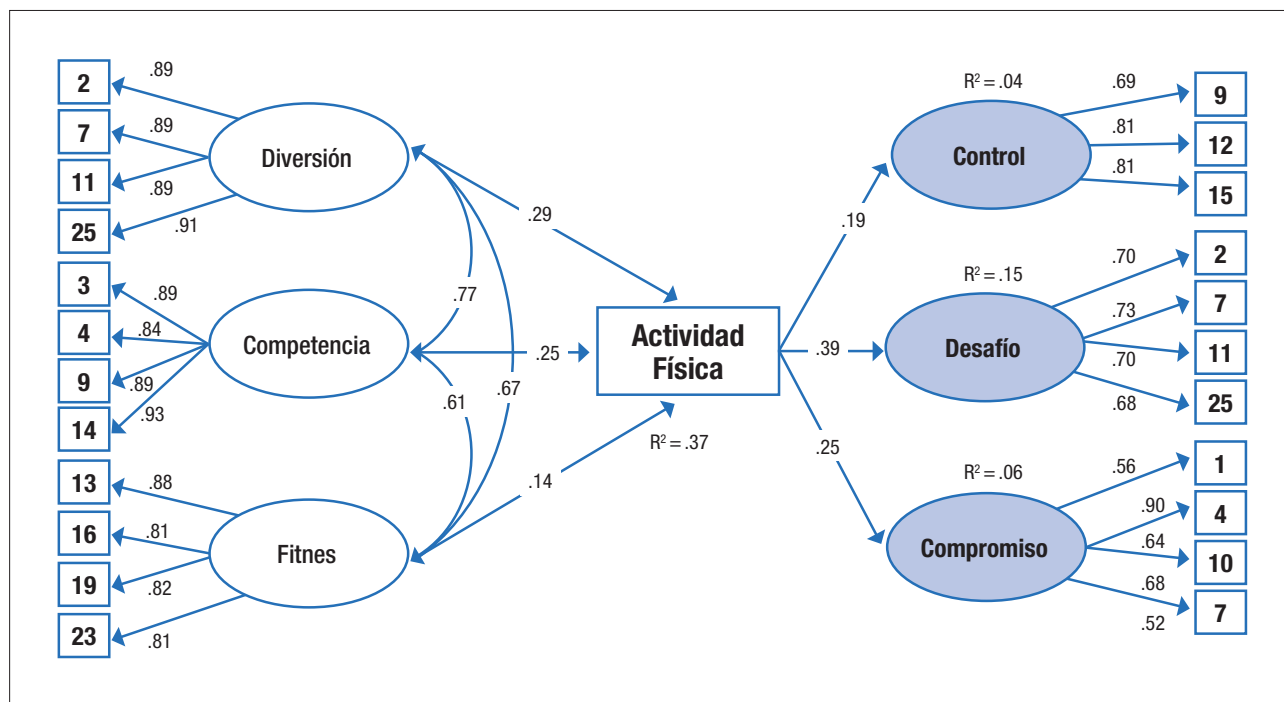
El modelo hipotético planteado (Figura 1), indicaba que la práctica de actividad física y los motivos de práctica tendrían la capacidad de predecir valores más altos en alguna de las variables de resistencia laboral. El modelo se puso a prueba mediante un modelo de ecuaciones estructurales, en el que en un primer modelo se observó que había ítems con saturaciones inferiores a .50 en los factores *control* y *desafío*.

Finalmente, el modelo se conformó por cincuenta y siete variables: veinticuatro variables observadas o indicadores y treinta y tres variables no observadas. Señalar, además, que veintisiete variables eran endógenas y treinta exógenas.

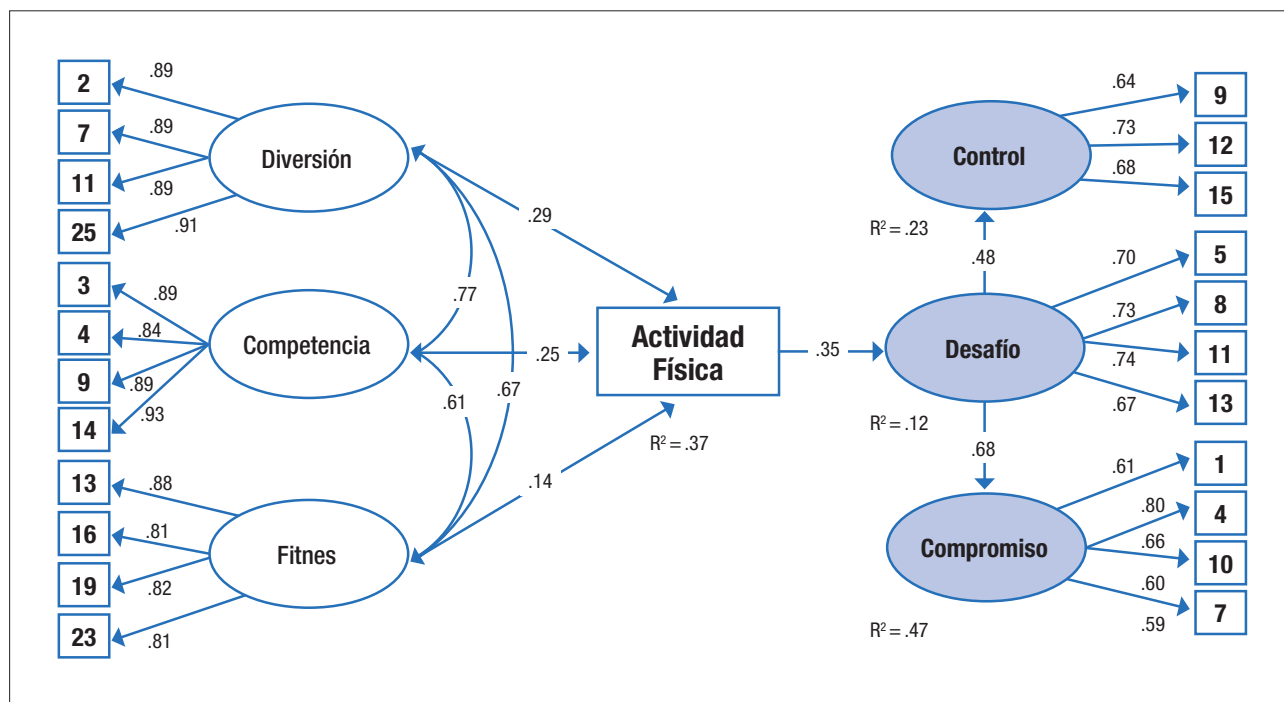
Los datos de asimetría y curtosis del modelo indicaban que tres ítems mostraron valores superiores a 11.961 y que la curtosis multivariante era elevada ($km = 174.49$; $CR = 58.28$) (Byrne, 2010). Los índices indican un ajuste adecuado: $X^2 = 524.37$; $DF = 267$; $X^2/DF = 1.96$; $GFI = .989$; $AGFI = .987$; $NFI = .986$; $RFI = .984$; $RMR = .050$; $SRMR = .10$. Todas las saturaciones de los indicadores latentes obtenidas en el modelo se sitúan entre .52 y .93.

Los motivos de práctica física de *diversión* ($\beta = .25$), *competencia* ($\beta = .25$) y *fitnes* ($\beta = .14$) eran variables predictoras de la actividad física realizada, con un coeficiente de terminación $R^2 = .37$.

Los resultados del coeficiente de determinación (R^2), que explicaba la varianza del modelo, estaba por encima del mínimo ($R^2 > .01$). Por otro lado, la capacidad predictiva de los motivos de práctica y la actividad física era del 15% para la variable *desafío* ($R^2 = .15$). Sin embargo, el modelo no predecía las variables *compromiso* ($R^2 = .06$) y *control* ($R^2 = .04$). La actividad física estaba positivamente relacionada con las variables *desafío* ($\beta = .39$), *compromiso* ($\beta = .25$) y *control* ($\beta = .19$) (Figura 2).

**Figura 2**

Modelo 1 de ecuaciones estructurales.

**Figura 3**

Modelo 2 de ecuaciones estructurales.

Dado que los coeficientes de determinación de las variables *compromiso* y *control* eran bajos, y no se habían podido verificar las hipótesis H1 y H2, se decidió implementar un nuevo modelo para determinar la influencia del *desafío* en estas dos variables. Los resultados del segundo modelo

indicaban que el *desafío* tenía una relación positiva directa sobre el *compromiso* ($\beta = .47$) y el *control* ($\beta = .48$), y que la actividad física tenía una relación directa con la variable *desafío* ($\beta = .35$), lo cual explicaba un 12% de la varianza ($R^2 = .12$) (Figura 3).

Discusión

Este trabajo ha analizado las relaciones entre los motivos de práctica y el nivel de práctica deportiva con las variables que configuran una personalidad resistente, *control*, *compromiso* y *desafío*. El planteamiento de este estudio surge al no encontrar estudios que se hayan centrado en la influencia de la actividad físico-deportiva que realizan los trabajadores docentes, en concreto de educación primaria e infantil, respecto a la personalidad resistente para el trabajo.

El análisis de las correlaciones entre variables indicó que el *desafío* es la única de las variables de la personalidad resistente que se relaciona positivamente con la actividad física realizada por los maestros.

En la literatura se encontraron estudios que concluyen, en el caso de los deportistas, que una mayor personalidad resistente se relaciona con la práctica del deporte, y que esto se debe a que estos necesitan afrontar con más frecuencia situaciones de estrés propias de la actividad donde se imponen alcanzar nuevos retos (De la Vega et al., 2011). En el caso de los docentes, solo se ha encontrado esta relación con la variable *desafío* de la personalidad resistente. Atendiendo a la explicación de Godoy-Izquierdo y Godoy (2002), podría explicarse desde la visión de *desafío* de la personalidad resistente que la actividad físico-deportiva significaría una situación de la vida que ofrece una oportunidad de mejora.

Estos resultados tendrían su lógica, ya que si atendemos a la importancia de la evaluación cognitiva para aprovechar los momentos de *flow* en las situaciones de estrés que viven los deportistas (Williams y Andersen, 1997), el *desafío* tendría explicación, ya que se considera una característica propia del acto deportivo (Jaenes et al., 2009).

Se decidió estudiar la relación entre las motivaciones más autodeterminadas y las variables de personalidad resistente. Resulta reseñable que las correlaciones más altas en la personalidad resistente se hayan dado en el subconstructo *desafío* con los motivos de práctica de actividad física competencia, fitness y diversión. Una posible explicación sería que aquellas personas con motivos para la práctica de actividad físico-deportiva basadas en la competencia, el fitness y la diversión podrían entender estos ingredientes de la actividad física como los que la definen como una acción de vida con oportunidad de mejora (Godoy-Izquierdo y Godoy, 2002), sintiéndose más capaces de afrontarlo como una manera de mejorar sus propias competencias (Moreno-Jiménez et al., 2014).

Como segundo objetivo, se planteó analizar el conjunto de relaciones entre los motivos de diversión, competencia y fitness para ser físicamente activo y su relación con la variable del *desafío*. Para ello, se realizó un modelo global en el que se contempló una relación positiva entre los motivos de práctica de diversión, fitness y competencia con la actividad física realizada, y a su vez existía una relación positiva más fuerte entre la actividad física y el desafío en comparación con las

otras variables que componían el constructo de *personalidad resistente*. En el modelo se pudo comprobar que la actividad física solo tiene incidencia en la variable *desafío* y que la diversión y la competencia, menos la variable fitness, son las motivaciones que más se relacionaban para hacer más actividad física. El modelo verifica que las motivaciones intrínsecas, es decir las más autodeterminadas, favorecen la práctica de actividad físico-deportiva, en línea con Moreno-Murcia y Martínez (2006).

Los resultados obtenidos estuvieron en línea con otro trabajo (Moreno et al., 2006) donde se encontró que el factor *desafío* es el que actúa modulando la relación del *burnout* y los estresores organizacionales, es decir, en la percepción de los estímulos del entorno. Por tanto, no es extraño que aquellos docentes que interpretasen el entorno como un reto u oportunidad de crecimiento fuesen quienes practicasen la actividad física como una mejora de sus capacidades o diversión. Algunos estudios han encontrado altos niveles de personalidad resistente en deportistas (De la Vega et al., 2011).

Señalar que una de las características que presentaban los deportistas es la cualidad *compromiso*, que les permitía minimizar la amenaza percibida por las metas a largo plazo (Jaenes et al., 2009). Recordar que, si bien la actividad física reducía la percepción del estrés (Garrosa y Carmona, 2011), eran la variable *compromiso* junto al optimismo las que desempeñaban un papel modulador del *burnout* en maestros de primaria (Moreno et al., 2006).

En un segundo modelo estudiado, se pudo comprobar que la variable *desafío* se relaciona positivamente con el *compromiso* ($\beta = .66$) y el *control* ($\beta = .45$), aunque la personalidad resistente debe entenderse de forma conjunta con los tres factores para ser considerada resistente. Recordar, en este sentido, los resultados de Ganellen y Blaney (1984), que descubren relaciones entre los factores *compromiso* y *desafío* con el apoyo social pero no con la dimensión *control*.

Conclusiones

En este estudio realizado con maestros de España, en el que no se ha analizado el tipo de actividad física ni la participación en competición, ya sea *amateur* o profesional, las puntuaciones más altas en relación con la personalidad resistente han sido para la variable *compromiso* seguida del *desafío*.

El *desafío* fue la única de las variables de la personalidad resistente que se relacionó positivamente con la actividad física realizada por los maestros consultados.

Los motivos de práctica de diversión, competencia y fitness correlacionaron con fuerza con el nivel de práctica de actividad física.

Aplicando los modelos de ecuaciones estructurales, se observó que los motivos de práctica física de diversión, competencia y fitness podían ser variables predictoras de la actividad física realizada (modelo 1).

Y de igual modo, el desafío tenía una relación positiva directa sobre el compromiso y el control y la actividad física tenía relación directa con la variable *desafío*, lo cual explica un 13% de la varianza.

En el futuro sería necesario indagar qué condiciones de práctica semanal o tipo de actividad física serían los más adecuados para mejorar la personalidad resistente, así como la inclusión de otros constructos como satisfacción con la vida o apoyo social.

Referencias

- Arís, N. (2009). El Síndrome de Burnout en los docentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 7(2), 829-848. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v7i18.1324>
- Ato, M., López-García, J. J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Blázquez, A., León-Mejía, A. & Feu, S. (2015). Intención y práctica de actividad física en maestros españoles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 163-170.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming*. Routledge.
- De la Vega, R., Rivera, O. & Ruiz, R. (2011). Personalidad resistente en carreras de fondo: comparativa entre ultrafondo y diez kilómetros. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 445-454.
- Diloy-Peña, S., García-González, L., Sevil-Serrano, J., Sanz-Remacha, M. & Abós, A. (2021). Motivating teaching style in Physical Education: how does it affect the experiences of students? *Apunts Educación Física y Deportes*, 144, 44-51. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/2\).144.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/2).144.06)
- Eschleman, K. J., Bowling, N. A. & Alarcon, G. M. (2010). A Meta-Analytic Examination of Hardiness. *International Journal of Stress Management*, 17(4), 277-307. <https://doi.org/10.1037/a0020476>
- Finney, S. J. & DiStefano, C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. In G. R. Hancock & R. O. Mueller (eds.), *Structural equation modeling. A second course*. C.T.: Information Age Publishing.
- Florian, V., Mikulincer, M. & Taubman, O. (1995). Does hardiness contribute to mental health during a stressful real-life situation? The roles of appraisal and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 687-695. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.687>
- Ganellen, R. J. & Blaney, P. H. (1984). Resistencia y apoyo social como moderadores de los efectos del estrés vital. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 47(1), 156-163. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.1.156>
- Garrosa, E. & Carmona, I. (2011). Salud laboral y bienestar. Incorporación de modelos positivos a la comprensión y prevención de los riesgos psicosociales del trabajo. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(1), 224-238. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500014>
- Godoy-Izquierdo, D. & Godoy, J. F. (2002). La personalidad resistente: una revisión de la conceptualización e investigación sobre la dureza. *Clínica y Salud*, 13(2), 135-162.
- Hu, L. & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jaenes, J. C., Godoy, D. & Román, F. M. (2009). Personalidad resistente en maratonianos: un estudio sobre el control, compromiso y desafío de corredoras y corredores de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 217-234.
- Khaledian, M., Hasanvand, B. & Hassan, P. S. (2013). The relationship of psychological hardiness with work holism. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 5, 1-9. <https://doi.org/10.18052/www.scipress.com/ILSHS.5.1>
- Martínez-Gómez, D., Martínez-De-Haro, V., Del-Campo, J., Zapatera, B., Welk, G., Villagra, A., Marcos, A., Veiga, O. L. (2009). Validez de cuatro cuestionarios para valorar la actividad física en adolescentes españoles. *Gaceta Sanitaria*, 23 (6), 512-517.
- Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E., Corso, S., Boada, M. Rodríguez-Carvajal, R. (2012). Personalidad resistente y capital psicológico: las variables personales positivas y los procesos de agotamiento y vigor. *Psicothema*, 24(1), 79-86
- Moreno-Jiménez, B., Rodríguez-Muñoz, A., Garrosa, H. E. & Blanco, L. M. (2014). Development and validation of the Occupational Hardiness Questionnaire. *Psicothema*, 26(2), 207-214. <https://doi.org/10.7334/psicothema2013.49>
- Moreno-Murcia, J. A., Cervelló, E. & Martínez, A. (2007). Validación de la Escala de medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada en españoles: Diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología*, 24(1), 167-176.
- Moreno-Murcia, J. A., Marcos-Pardo, P. J. & Huéscar, E. (2016). Motivos de Práctica Físico-Deportiva en Mujeres: Diferencias entre Practicantes y no Practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 35. <https://doi.org/10.1037/t17860-000>
- Moreno-Murcia, J. A., & Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54.
- Moreno, M., Morett, N., Rodríguez, A. & Morante, M. E. (2006). La personalidad resistente como variable moduladora del síndrome de burnout en una muestra de bomberos. *Psicothema*, 18(3), 413-418.
- Nunnally, J. C. & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. McGraw-Hill.
- Oliver, C. (1993). *Análisis de la problemática estrés en el profesorado de enseñanza media: El burnout como síndrome específico* [Tesis doctoral no publicada]. Universidad Autónoma de Madrid.
- Pavón-Lores, A., Moreno Murcia, J. A., Gutiérrez Sanmartín, M. & Sicilia Camacho, A. (2004). Reasons for physical-sport practice according the age and gender in a sample of university students. *Apunts Educación Física y Deportes*, 76, 13-21.
- Penna, P. G., Burden, S. A. & Richards, G. E. (2004). *Are elite athletes with disabilities mentally tougher than able-bodied competitors?* Paper presented at the Third International Biennial SELF Research Conference, Berlin.
- Ruiz, M. A., Pardo, A. & San Martín, R. (2010). Modelos de ecuaciones estructurales. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 34-45.
- Weinberg, R. S. & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport & Exercise Psychology* (3ª ed.). Human Kinetics.
- Williams, J. M. & Andersen, M. B. (1997). Psychosocial influences on central and peripheral vision and reaction time during demanding tasks. *Behavioural Medicine*, 22(4), 160-167. <https://doi.org/10.1080/08964289.1997.10543549>

Conflicto de intereses: las autorías no han declarado ningún conflicto de intereses.



© Copyright Generalitat de Catalunya (INEFC). Este artículo está disponible en la URL <https://www.revista-apunts.com/es/>. Este trabajo está bajo la licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. Las imágenes u otro material de terceros en este artículo se incluyen en la licencia Creative Commons del artículo, a menos que se indique lo contrario en la línea de crédito. Si el material no está incluido en la licencia Creative Commons, los usuarios deberán obtener el permiso del titular de la licencia para reproducir el material. Para ver una copia de esta licencia, visite https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es_ES