

## Analysis and Assessment of the Relationships between Mood and Anxiety with Respect to Outcome in Young Footballers

Rubén Arroyo del Bosque\*  
University of Burgos, Spain  
Pontifical University of Salamanca, Spain

**Director:** Dra Aurora Fernández del Valle<sup>1</sup>  
Dr Óscar González Rodríguez<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>University of the Basque Country, Spain

### Abstract

Football increasingly demands high performance from its practitioners. The rise of this sport has been reflected in the increase in federation player registrations. The purpose of this paper is to identify, assess and analyse the mood and anxiety of amateur football players in U16 and U19 men and regional women categories before and after competition. The sample consisted of 153 young people whose average age was 16.06 years. The instruments used were the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) and Profile of Mood States (POMS) in its abbreviated form A, 15 items. The results show that: 1) there are statistically significant differences in all dimensions of mood and cognitive anxiety in men after competition; 2) women present significant differences in the dimensions of hostility, depression, vigour and self-confidence after competition; 3) somatic anxiety does not vary according to the outcome obtained in competition; 4) mood prior to competing is different in men and women as there are significant differences in tension, and 5) men show a less anxiogenic thinking style, a lower somatic response to anxiety and a higher level of self-confidence at the time prior to competing than women. This paper seeks to encourage future professionals to introduce a commitment to emotional and psychological training alongside physical, technical and strategic instruction in youth age groups in the process of personality development.

*Keywords:* emotion, mood, anxiety, young people, football

*Date read:* November 5, 2015.

## Anàlisi i valoració de les relacions entre l'estat d'ànim i l'ansietat en relació amb el resultat en joves futbolistes

Rubén Arroyo del Bosque\*  
Universitat de Burgos, Espanya  
Universitat Pontifícia de Salamanca, Espanya

**Direcció:** Dra. Aurora Fernández del Valle<sup>1</sup>  
Dr. Óscar González Rodríguez<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Universitat del País Basc, Espanya

### Resum

El futbol demanda, cada vegada més, exigències d'alt rendiment als seus esportistes. L'auge d'aquest esport s'ha vist reflectit en l'augment de fitxes federatives. El present treball té per objectiu identificar, valorar, avaluar i analitzar l'estat d'ànim i l'ansietat de jugadors de futbol, *amateur*, en les seves categories cadet i juvenil masculina; i regional femenina, abans i després de la competició. La mostra va estar formada per 153 joves, la mitjana d'edat de les quals era de 16.06 anys. Els instruments utilitzats van ser l'Inventari d'Ansietat Competitiva en l'Esport (CSAI-2) i Perfil d'Estats d'Ànim (POMS), en la seva forma abreujada A, 15 ítems. Els resultats obtinguts mostren que: 1) Existeixen diferències estadísticament significatives en totes les dimensions de l'estat ànim i en l'ansietat cognitiva en els homes, després de competir; 2) Les dones presenten diferències significatives en les dimensions d'hostilitat, depressió, vigor i autoconfiança després de la competició; 3) L'ansietat somàtica no varia en funció del resultat obtingut en la competició; 4) L'estat d'ànim, previ a competir, és diferent en homes i dones, per l'existència de diferències significatives en la tensió, i 5) Els homes comparats amb les dones evidencien un estil de pensament menys ansiogen, una menor resposta somàtica davant l'ansietat i un nivell superior d'autoconfiança en el moment previ a competir. L'aportació d'aquest treball pretén motivar els futurs professionals a introduir dedicació a l'entrenament emocional i psicològic, a més del físic, tècnic i estratègic en edats juvenils per la seva importància en la formació de la personalitat.

*Paraules clau:* emoció, estat d'ànim, ansietat, joves, futbol

*Data de lectura:* 5 de novembre de 2015.

\* Correspondence:  
Rubén Arroyo del Bosque ([radel@ubu.es](mailto:radel@ubu.es) / [rrayode@upsa.es](mailto:rrayode@upsa.es)).

\* Correspondència:  
Rubén Arroyo del Bosque ([radel@ubu.es](mailto:radel@ubu.es) / [rrayode@upsa.es](mailto:rrayode@upsa.es)).