

INVERSIONES METAMOTIVACIONALES EN LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA DEL BOXEO CUBANO DE ALTO RENDIMIENTO. UN ESTUDIO DE CASO

Julio Arturo Ordoqui Baldriche

Luis Gustavo González Carballido

Instituto de Medicina del Deporte, Cuba.

Minerva Montero Díaz

Instituto de Cibernética, Matemática y Física, Cuba

Rolando Acebal Monte

Federación Cubana de Boxeo

Resumen

El artículo constituye una sistematización teórica donde se define el constructo de inversiones metamotivacionales y otros, necesarios para su comprensión, desde los marcos de la Teoría de la Inversión (*Reversal Theory*). Las inversiones metamotivacionales han sido exitosamente estudiadas en los ámbitos de la Psicología clínica, laboral, en el enfrentamiento a las adicciones, el estudio del liderazgo, etc. Su poder explicativo en el contexto del deporte de alto rendimiento, especialmente involucradas en la respuesta psicológica competitiva, ha derivado en un área de estudio de alto reconocimiento y elevado volumen de producciones científicas. Se mencionan instrumentos de evaluación representativos de esta temática. Este material argumenta la pertinencia y valor heurístico de su introducción y adaptación en el sistema de preparación psicológica del equipo nacional cubano de boxeo. Para finalizar, se describe un estudio de caso que revela la dinámica reguladora de esta categoría durante las acciones combativas, en su relación con la adecuación de las autovaloraciones parciales de rendimiento.

Palabras clave: Inversiones metamotivacionales, autovaloraciones parciales de rendimiento, regulación emocional competitiva.

Abstract

The article constitutes a theoretical systematization where is defined metamotivational reversals construct and others, necessary for its understanding, from the frameworks of the Reversal Theory. Metamotivational reversals have been successfully studied in the fields of clinical and occupational psychology, confronting addictions, the study of leadership, etc. Its explanatory power in the context of high performance sports, specially involved in the competitive psychological response, has led to a highly recognized area of study and high volume of scientific productions. Representative evaluation instruments of this subject are mentioned. This material argues the relevance and heuristic value of its introduction and

adaptation in the psychological preparation system of the Cuban national boxing team. Finally, a case study is described, that reveals the regulatory dynamics of this category during combat actions, in relation to the adequacy of partial self-assessment of performance.

Keywords: *Metamotivational reversals, partial self-assessment of performance, competitive emotional regulation.*

Introducción

La presencia de una respuesta emocional inefectiva (Apter, 1982, 2001, 2013; Apter, & Svebak, 1989) parece moderar las posibilidades de utilización de los recursos que el boxeador ha autovalorado de forma adecuada y alta. Es decir, percatarse de que el desempeño táctico del combate no está siendo efectivo, no es suficiente para realizar las correcciones necesarias sobre la conducta, aun en posesión de un estado físico favorable y un desarrollo técnico elevado.

Las autovaloraciones parciales de rendimiento (González, 2001 a) constituyen una fracción de la autovaloración general del deportista, que se enmarca específicamente en la disciplina que practica. Es la valoración que el atleta tiene de sí mismo en las cualidades de rendimiento de su deporte, que expresa la unión de los procesos cognitivos y afectivos subyacentes a la base psíquica reguladora de la conducta boxística. Se definen operacionalmente como índice de error autovalorativo, representado en lo adelante con las siglas IEA. Este es la medida de la adecuación de las autovaloraciones parciales, es decir, del modo en que se produce el reflejo de los movimientos y de la ejecución, en la mente del deportista.

Los valores bajos del IEA distinguieron de manera significativa a los mejores boxeadores del equipo nacional cubano entre los años 2011 y 2017, en comparación con los de menor desarrollo deportivo pero similares características deportivas, edades cronológicas y oportunidades competitivas. Quiere decir que, los primeros, se percatan con mucha precisión sobre los contenidos altamente especializados de su desempeño táctico, habilidad que los dota de mayor control sobre la ejecución (Ordoqui y Acebal, 2018). El proceso autovalorativo acerca del desempeño táctico se expresa en el positivo balance ofensivo y defensivo que exhiben aquellos boxeadores que disponen de mayor adecuación.

Sin embargo, la preparación psicológica que se ha desplegado a lo largo de diez años con el equipo nacional de boxeo de Cuba, reporta ejecuciones competitivas inefectivas en momentos de muy elevada tensión emocional, en participantes que se encontraban protegidos por una rica y adecuada autovaloración parcial de rendimiento (Ordoqui, 2015, 2016). Tales comportamientos fueron pocos en número, pero muy relevantes por sus manifestaciones casuísticas y por generar consecuencias negativas en la definición de medallas durante algunas de las competencias estudiadas (Campeonatos Mundiales y Juegos Olímpicos), provocando resultados por debajo de lo esperado.

Para interpretar adecuadamente estos datos en el ejercicio profesional, el poder explicativo de las autovaloraciones parciales de rendimiento exhibió mayor riqueza y coherencia con el desempeño competitivo cuando fueron incluidas en el análisis las *inversiones metamotivacionales* (Apter, 2001) realizadas por los boxeadores cubanos de alto rendimiento durante sus ejecuciones competitivas.

Por desempeño competitivo se entenderá el lugar ocupado o medalla obtenida en las competencias estudiadas, si ese resultado no fue afectado de manera evidente (favorecida o perjudicada) por el cuerpo de jueces y árbitros oficiales de la competencia.

De esta manera, y como respuesta a una necesidad de la práctica profesional, se introdujo la Teoría de la Inversión (TI) de Apter (1982, 2001) en el sistema de preparación psicológica del equipo nacional cubano de boxeo. Específicamente, el concepto de *inversiones metamotivacionales disfuncionales* (Hudson & Walker, 2002; Hudson, Males, & Kerr, 2016) fue examinado mediante estudios de casos tipo (Yin, 2014), para destacar el papel de las emociones y su transición, como moderador de la función autovalorativa y de la efectividad competitiva.

Este recurso teórico y metodológico se introdujo en la práctica profesional a posteriori (derivado) de las autovaloraciones parciales de rendimiento en el sistema de control psicológico del entrenamiento. Es la razón que explica que su instrumentación adaptada a este deporte y al contexto cubano, se encuentre en proceso de formalización, como complemento del rubro autovalorativo.

No obstante, cuenta con suficiente aplicabilidad y vigencia en el deporte de alto rendimiento en Europa y Estados Unidos (Hudson, Males, & Kerr, 2016; Males, Kerr, & Hudson, 2015; Thomas, Hudson, & Oliver, 2015) en tanto exhibe un poder heurístico elevado en la comprensión del dinamismo emocional de la conducta competitiva (Hudson & Day, 2012; Hudson & Walker, 2002; Kuroda, Thatcher, & Thatcher, 2011; Thatcher, Kuroda, Legrand, & Thatcher, 2011).

Pertinencia del estudio de las inversiones metamotivacionales en boxeo

La competencia de boxeo está expuesta a una compleja combinación de circunstancias y estímulos que actúan sobre la experiencia fenomenológica del competidor en su desempeño durante un combate. La confrontación e influencia directa de los rivales, mediante el intercambio de golpes a su anatomía, representan un peligro objetivo a su integridad física. Ello demanda de niveles de arousal muy elevados, por la brevedad de la dimensión témporo-espacial en que tienen lugar conductas activas y reactivas, que deben conciliar una alta agresividad con un ordenamiento táctico determinante (González, L., 1989, 2007, 2010).

La presencia de público –especialmente muy cerca de los competidores–, con características excitatorias diversas (Kerr, 2001) y que exigen explícitamente el mejor desempeño de los boxeadores, genera pautas de información auditiva y visual que se mezclan y pueden llegar a interferir con elementos relevantes del desempeño (Shea, Boldt, Bang, Yeung, Heyes, and Frith, 2014).

El mencionado dinamismo crea condiciones para la rápida aparición de variadas circunstancias imprevistas durante las acciones competitivas en el boxeo. Estas imprimen condiciones en exceso cambiantes en la experiencia de dominio de la tarea que logra el competidor (Males, 2013). Entre los mencionados imprevistos se encuentran: arribar a un estado físico desfavorable, producto de un golpe contundente recibido o de una fatiga temprana; ejecuciones antitécnicas de los contrarios o modos ofensivos inesperados y efectivos de estos, que atentan contra el control de la tarea. La ocurrencia de heridas riesgosas (sobre todo en el rostro) y la tolerancia a dolores físicos que pueden llegar a ser intensos durante el acto competitivo, condicionan la ejecución. Por último, el posible

desempeño parcializado de árbitros o jueces provoca frustraciones relevantes durante las acciones. En medio de estas amenazas, el boxeador debe lograr adecuación en sus juicios autovalorativos, para conservar un efectivo desempeño táctico. La inversión metamotivacional puede facilitar o entorpecer la expresión de la potencialidad autovalorativa.

En las dos últimas décadas del pasado siglo, se realizaron investigaciones que permitieron aplicar al ámbito deportivo modelos de estrés que explicaron algunos comportamientos de deportistas ante los retos competitivos, resultando el de Karasek, Rusell y Theorell el más representativo y útil (González, 2007). Gracias a la aplicación de este enfoque y al destaque de la categoría “control de la tarea”, se logró comprender respuestas psiconeuroendocrinas de tiradores deportivos frente a situaciones en las cuales apreciaban que demandas internas y/o externas exigían o excedían los recursos adaptativos con que contaban. De tal manera, se pudo explicar cómo un tirador de skeet perdió un campeonato mundial al fallar una de las posiciones más fáciles de la ronda, con solo disminuir bruscamente el nivel de excitación mientras el control de la tarea aumentaba de forma significativa (González, 2007).

Aquellos aportes parecieron bastar para explicar la mayoría de las situaciones emocionales comprometidas que los deportistas enfrentaban. Sin embargo, la dinámica de los estados metamotivacionales contenida en la TI, parece demostrar que los progresos logrados por medio del enfoque psiconeuroendocrino del estrés en el deporte pueden ser extendidos (Apter, 2013; Hudson, & Walker, 2002). La nueva noción parece superar las concepciones estáticas de las destrezas psicológicas universales para el éxito deportivo, pues los competidores exitosos –de acuerdo con su postura teórica– deben estar aptos para controlar y realizar modificaciones (inversiones metamotivacionales) en su estado psicológico en cualquiera de las etapas de su ejecución (Kuroda, Thatcher, & Thatcher, 2011).

De ahí que pueda esperarse que se produzcan cambios en las dimensiones metamotivacionales que escapen al dominio autovalorativo, capaces de explicar, en correspondencia con circunstancias de una competencia concreta, conductas no esperadas. Con ello, los psicólogos deportivos estarían en mejores condiciones de ejercer determinado control sobre lo que, hasta el momento, puede resultar inexplicable o impredecible.

Dentro del número de factores que conforman la experiencia y son capaces de modificarla, la TI elige para su estudio un factor que ejerce un predominio importante: la motivación (Apter, 1982, 2001). Ocho estados metamotivacionales propone la TI, también denominado perfil de estilo metamotivacional (Apter, 2013). Ellos se organizan en cuatro pares biestables, y cada estado representa una valencia motivacional (valor psicológico) opuesta a la del compañero. Los estados metamotivacionales se relacionan con cómo los atletas experimentan sus motivos.

El estado télico/paratélico: El primero está relacionado directamente con un comportamiento serio y orientado a metas. Su proyección al futuro implica una cuidadosa planificación de las acciones. Este comportamiento es típico de situaciones de entrenamiento (altas cargas y el cumplimiento de objetivos). Su opuesto paratélico está relacionado con comportamientos que tienden a ser espontáneos, impulsivos y orientados por las sensaciones. En este estado los atletas prefieren altos niveles de arousal, entendiendo por este “el grado de excitación o de intensidad emocional que experimenta la persona acerca de aquello que está haciendo” (Kerr, 2001, p.97), y el objetivo

principal es el disfrute del momento.

Este par de estados metamotivacionales contrasta dos formas diferentes de experimentar el *arousal*: aquel en que altos niveles de arousal sentido resultan displacenteros y se perciben en forma de ansiedad (estado télico) y otro, en que un elevado nivel de *arousal sentido* es lo deseado, siendo experimentado como excitación, disfrute y regocijo (estado paratélico). Para los boxeadores télicos, bajos niveles de arousal sentido son experimentados como relajación placentera o calma. El placer proviene de “resolver la tensión” (Lafreniere, & Cramer, 2006), logrando que disminuya mientras se completa o realiza una tarea. Por el contrario, en estado paratélico un bajo arousal es experimentado como desagradable aburrimiento.

El estado negativismo/conformismo: se orientan alrededor de la respuesta de los participantes ante las normas o reglas implícitas y explícitas. En el estado de conformismo la experiencia del individuo está orientada alrededor del valor de pertenecer, de “ajustarse” a las normas prevalecientes y satisfacer las expectativas sociales. La persona se siente virtuosa al adecuarse y respetar la expectativa social, mientras que cualquier brecha en un comportamiento correcto se experimenta de manera displacentera, como vergüenza. Por el contrario, en el estado negativista la experiencia del individuo está orientada al valor esencial de la libertad y autonomía. En ese caso, se reaccionará contra las reglas, experimentando el deseo de ser autónomo e “ir contracorriente” (Males, & Kerr, 1996).

La mayoría de las actividades deportivas organizadas son emprendidas en estado conformista, lo cual cobra absoluto sentido en la necesidad de seguir reglas deportivas establecidas. Notables excepciones ocurren cuando un boxeador, por ejemplo, responde de forma violenta (inversión negativista) frente a una agresión antideportiva de su contrario que no fue sancionada por el árbitro (Kerr y Males, 2011).

Estado autocéntrico/alocéntrico: Cuando opera el autocentrismo, los deportistas dirigen su atención a ellos mismos, a lo que les está ocurriendo personalmente en una interacción deportiva o de cualquier tipo. Si el atleta se enfoca en sí mismo en una interacción, tendrá una experiencia placentera cuando el estado operativo en él es autocéntrico. Ello lo conducirá hacia la generación de acciones individuales predominantes. En el caso opuesto, el foco se encuentra en lo que ocurre a otros atletas, al colectivo técnico u otros oficiales de la competencia. La percepción del éxito alcanzado por otros participantes inducirá sentimientos de placer y satisfacción. Suele ser saliente en deportes colectivos (Templeton, 2010).

Estado de maestría/simpatía: El primero está asociado a la vivencia de sentirse experto y poderoso con el objetivo de derrotar a su oponente. Predomina una elevada disposición a competir, a controlar, a ser tenaz y fuerte frente a su contrario, público presente en la instalación y otros elementos que integran la experiencia de competición. En el segundo caso, el atleta necesita simpatizarles a otros, puede tratarse de compañeros de equipo, espectadores, etc.

Las inversiones son los cambios psicológicos que tienen lugar entre pares de estados metamotivacionales y reflejan la labilidad del sistema psicológico ante diferentes demandas internas o externas (Apter, 1982, 2013). Como conductas deportivas, las inversiones pueden resultar funcionales o no, denotando con ello la posibilidad de reflejar apropiadamente la realidad, que incluye el estado de su propio cuerpo y su disposición mental en el curso de las acciones.

En 2017, en combate de la Serie Mundial, un boxeador cubano aplicó las indicaciones recibidas de su entrenador y mantuvo a distancia a un rival de menor estatura, agresivo e insistente, que intentó atacar con certeros ganchos su abdomen. En clara propensión al polo maestría de la dimensión metamotivacional maestría/simpatía (Hudson y Walker, 2002), el boxeador cumplió las orientaciones recibidas, pero los vítores y loas de la afición que pedía a gritos un golpe espectacular que desactivara al contrario provocó en él una inversión hacia el polo simpatía (Males, Kerr y Hudson, 2015). Desatendió las indicaciones e intentó complacer a la afición, aceptando un peligroso cuerpo a cuerpo que terminó en un fracaso. Situaciones similares han sido estudiadas en el deporte competitivo (Kerr, 2001; Thatcher, Kuroda, Legrand, y Thatcher, 2010) y los resultados de la presente investigación permitirán un acercamiento a esta dinámica en Cuba.

En la entrevista posterior al combate, el boxeador aseguró haberse percatado (adecuada autovaloración parcial de rendimiento) de que estaba aplicando modos ofensivos efectivos y sus entrenadores se lo reforzaron; sin embargo, vivenció con humillación (reclamo del público) mantenerse en polo maestría y realizó la inversión metamotivacional disfuncional en busca de sentirse orgulloso y valiente (Hudson, Males y Kerr, 2016).

TI considera que la ejecución deportiva requiere más que del dominio de un único estado mental, de la transición entre diversos estados mentales ante diferentes circunstancias (Apter, 2013). Esta noción permite, en nuestra opinión, continuar de una manera determinante el giro que en favor de concepciones dinámicas dentro de la psicología y la fisiología deportivas se produjo a partir de los estudios de estrés en el deporte en nuestro país (González, 1989, 2010).

Varios son los instrumentos y escalas desarrollados para el estudio de los estados metamotivacionales y de las inversiones entre estos. Tales son los casos del *State of Mind Indicator for Athletes* (SOMIFA; Kerr and Apter, 1999), *Telic State Measure* (TSM; e.g. Svebak and Murgatroyd, 1985), *The Somatic State Questionnaire* (SSQ; Cook, Gerkovich et al., 1993), *Telic/Paratelic State Instrument* (T/PSI; Calhoun, 1995; Calhoun and O'Connell, 1995), *The Tension and Effort Stress Inventory* (TESI; Svebak, 1993 and Svebak et al., 1991), *Inventario de Conductas Asertivas* (Hernández y Maíz, 2010).

Para ilustrar las ideas discutidas, analícese el siguiente caso

D4

I. Breve descripción de las cualidades dinámicas de la personalidad

Posee capacidad intelectual superior al promedio de la población deportiva (Percentil 75 en Matrices Progresivas de Raven). Su motivación deportiva es intensa estudiada a través de los 10 deseos, además de presentar motivos de carácter cognoscitivo. Se aprecia coherencia, cercanía y compromiso emocional con el ideal abstracto, partiendo de una autovaloración con elevado grado de reflexión y poder regulador (estudio a través de entrevistas y composiciones). Logra un adecuado balance de motivación intrínseca-extrínseca, así como de expectativa de éxito y de eficacia, con predominio de esta última. Posee motivación de logro, moderado desarrollo de motivos de autoafirmación deportiva y elevados motivos materiales.

Su perfil metamotivacional es télico-negativista-maestro-autocéntrico. Algunas inversiones metamotivacionales paratéticas de carácter disfuncional han afectado sus rendimientos en pocas

competencias, pero las de mayor relevancia social.

Adopta preferentemente un estilo de enfrentamiento al estrés competitivo de *relajación para sí* con algunos elementos de *relajación para la tarea*. Lo anterior sugiere que posee un potencial excitatorio elevado con dificultades para imponer una inhibición protectora, mostrando frecuentes conductas hipertónicas en competencias.

II. Relación entre el IEA y el Kec.

A los juegos olímpicos de Rio, 2016, este boxeador había llegado con el pronóstico de convertirse en finalista y probable campeón. Sin embargo, de forma inesperada perdió el combate por medalla de bronce frente a un rival inferior a él en cuanto a calidad deportiva, a quien había derrotado anteriormente. ¿Cómo habían llegado a cada una de las competencias fundamentales estudiadas sus valores del IEA y del coeficiente de efectividad competitiva (Kec)? En la Tabla no.1, se presentan estos datos.

Competencias evaluadas	IEA	Keo	Ked	Kec
Campeonato Mundial de Kazajastán, 2013	0.33	107.7	67.1	40.6
Campeonato Mundial de Catar, 2015	0.33	132.8	80.7	52.1
Juegos Olímpicos de Rio, 2016	0.27	149.2	54.5	94.7
Campeonato Mundial de Hamburgo, 2017	0.34	161.9	46.9	115

Tabla No.1. Registro longitudinal de valores medios del IEA, Keo, Ked y Kec.
Keo: coeficiente de efectividad ofensiva, Ked: coeficiente de efectividad defensiva.

La tabla anterior informa acerca del progreso experimentado por D4 durante las dos últimas competencias, en cuanto a las variables estudiadas. Sus medias de IEA fueron establemente bajas (elevada adecuación de las autovaloraciones parciales de rendimiento), destacando la de los Juegos Olímpicos como la menor registrada. Por su parte, los incrementos en el Kec en estas dos últimas competencias, se nutrieron homogéneamente de progresos ofensivos y defensivos. Es curioso que sus mejores resultados internacionales se ubican en las dos primeras competencias de las cuatro analizadas.

Durante su participación en el año 2013, el sistema de preparación psicológica que se implementó estuvo dirigido a determinar cuánto de sus características nervioso-centrales se asociaban a la realización disfuncional de inversiones metamotivacionales, y se determinó que realizaba inversiones paratéticas inconvenientes en los momentos (incluso a nivel de asaltos) determinantes de los combates. Como todo sujeto télico (Apter, 1982, 2001; Murphy & Desselles, 2011), los elevados niveles de arousal le provocaban disconfort psicofisiológico. En respuesta a ello, respondía con una separación mental de la meta (sentir que todo está bajo control) minimizando la amenaza real de la derrota, con el objetivo de reducir los síntomas somáticos del elevado arousal, e intentar mayor disfrute del acto competitivo. Esto se denomina inversión metamotivacional paratética, un cambio en la intencionalidad afectiva del sujeto.

En este caso, su objetivo era el de convertir todo el arousal vivenciado como ansiedad y angustia en experiencias de disfrute. En situaciones de tan elevada precisión y velocidad de la ejecución, con déficit de tiempo, tal inversión metamotivacional provocaba descuidos tácticos, disminución de la intensidad de los ataques y latencias inconvenientes entre acciones: constituyeron inversiones metamotivacionales disfuncionales.

Aprovechando su poderoso nivel consciente volitivo, capacidad reflexiva, elevada expectativa de eficacia y riqueza autovalorativa, se favoreció la aceptación de esta regularidad por parte del deportista y se entrenaron modos de superarlas o, al menos, de neutralizar sus efectos más nocivos. Fueron utilizadas estrategias conductuales cognitivas para favorecer la adopción de posturas paratéticas, pero preservando la meta tética (ganar el combate). Gracias al entrenamiento, su talento y los reajustes que incorporó en su regulación emocional, mantuvo sus más elevados resultados.

Resultó contradictorio, entonces, que durante el 2016 habiendo logrado su mayor coherencia autovalorativa y de efectividad competitiva total, perdiera un combate (del que ganó el primer asalto) frente a un rival local, a quien había derrotado en situaciones similares. Es oportuno señalar que, en los Juegos Olímpicos de Londres, cuatro años antes, había perdido frente a un rival inferior y quedó por debajo de su pronóstico.

El control psicológico realizado a D4 durante la preparación del campeonato mundial del 2017, arrojó que su IEA medio se mantuvo casi constante y sus coeficientes de efectividad se incrementaron. Sin embargo, quedó de nuevo por debajo del pronóstico. La coherencia en la relación negativa entre ambas variables (IEA y Kec) ilustró su progreso deportivo, pero en los momentos de mayor tensión no pudo aprovechar todo su potencial, por el efecto negativo de inversiones metamotivacionales disfuncionales. En respuesta a entrevistas psicológicas acerca de su desempeño en esa competencia, el atleta aseguró tener claridad de lo que tenía que hacer, pero confesó sentirse “cómodo y relajado”, emocionalmente impedido de ejecutar lo que sus autovaloraciones parciales de rendimiento le estaban indicando.

El IEA como fuerte predictor de la efectividad, en este caso, sufrió el impacto de una inversión metamotivacional disfuncional.

La interpretación de la compleja respuesta fenomenológica que constituye una inversión metamotivacional en condiciones de terreno, durante la ejecución deportiva, requiere de instrumentos como los mencionados y otros nuevos (adaptados a los diferentes deportes y poblaciones específicas), complementados con indicadores observacionales y vivenciales que permitan asegurar que se produjo una inversión y determinar el sentido personal que esta adquiere para el sujeto. Necesariamente, tal comprensión demanda de la incorporación de procesos motivacionales, cualidades de la personalidad, estados psicológicos actuales, características nervioso-centrales, relevancia de la competencia para el deportista, entre otros, que deberán demostrar su implicación en esta dinámica de variables.

Sería el principio para intervenir este proceso de manera que el deportista tome niveles progresivos de control, aspecto que resulta sumamente polémico y necesitado de investigaciones futuras en los marcos de la TI (Apter, 2013).

Referencias bibliográficas

- Apter, M. (1982). *The experience of motivation: The theory of psychological reversals*. London: Academic Press.
- _____. (2001). An introduction to reversal theory. In M. J. Apter (Ed.), *Motivational styles in everyday life: A guide to reversal theory* (pp.3-35). Washington, DC: American Psychological Association.
- _____. (2013). Developing reversal theory: some suggestions for future research. *Journal of Motivation, Emotion and Personality*, 1-8.
- Apter, M., & Svebak, S. (1989). Stress from the reversal theory perspective. In C. D. Spielberger & J. Strelau (Eds.), *Stress and anxiety*, vol. 12 (pp. 39-52). New York: Hemisphere.
- González, L. (1989): Estudio de la respuesta de stress de tiradores adolescentes. Tesis de doctorado, Facultad de Psicología de la Universidad de la Habana. La Habana, Cuba.
- _____. (2001 a). Resultados del control psicológico del entrenamiento en saltadores cubanos de alto rendimiento. www.efdeportes.com Buenos Aires, 6(33), marzo.
- _____. (2007). La respuesta emocional del deportista. Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo, Universidad Autónoma de Yucatán.
- _____. (2010). Conferencia dictada: "Procesos de autorregulación en los deportistas de alto rendimiento", en encuentro bilateral con maestrantes de la Universidad Autónoma de Yucatán, Instituto de Medicina del Deporte, julio, La Habana, Cuba.
- Hernández, A., y Maíz, J. (2010). Una nota al modelo psicosocial de John Kerr. <http://www.efdeportes.com/> *Revista Digital* - Buenos Aires - año 15 – no. 145.
- Hudson, J., & Day, M. (2012). Athlete's experiences of expressive writing about sports stressors. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 798e806.
- Hudson, J., Males, J., & Kerr, J. (2016). Reversal theory-based sport and exercise research: A systematic/narrative review. *Psychology of Sport and Exercise*, 27, 168-179.
- Hudson, J., & Walker, N. (2002). Metamotivational states reversals during matchplay golf: an idiographic approach. *The Sports Psychologist*; 16, 200-217.
- Kerr, J. (2001). *Counselling athletes: Applying reversal theory*. London: Routledge.
- Kuroda, Y., Thatcher, J., & Thatcher, R. (2011). Metamotivational state and dominance: Links with EMG gradients during isokinetic leg extension and a test of the misfit effect. *Journal of Sports Sciences*; 29(4): 403-410.
- Lafreniere, K., & Cramer, K. (2006). Examining reversal theory measures in relation to NEO personality dimensions and consideration of future consequences. *Personality and Individual Differences*, 40, 1387-1397.
- Males, J. (2013). A Reversal Theory Model of Sport Performance. PHD Thesis. Aberystwyth University. UK.
- Males, J., & Kerr, J. (1996). Stress, emotion and performance in elite slalom canoeists. *The Sport Psychologist*, 10, 17-37.
- Males, J., Kerr, J., & Hudson, J. (2015). Elaborating the Mastery State and the Confidence Frame. *Journal of Motivation, Emotion, and Personality*, vol. 4, pp. 33-44.

- Murphy, S. & Desselles, M. (2011). Lability and Affect: An Ecological Momentary Assessment Approach. Paper presented at the Fifteenth International Reversal Theory Conference, Washington DC, July.
- Ordoqui, J. (2015). Autovaloración y análisis del producto de la actividad en boxeo durante un mesociclo de entrenamiento. Ponencia presentada en simposio de Psicología del deporte del VII Congreso Internacional de Medicina del Deporte y ciencias aplicadas, Primer Simposio Internacional de Vibroterapia y laser de alta potencia. Centro de Convenciones de Varadero.
- _____. (2016). Información limitada entregada a la Subdirección de Psicología del Instituto de Medicina del Deporte sobre preparación psicológica del equipo nacional de boxeo para los Juegos Olímpicos de Rio, 2016.
- Ordoqui, J. y Acebal, R. (2018). Apuntes para una revisión teórica de la autovaloración en el deporte. *Alternativas cubanas en Psicología* / vol. 6, no. 17.
- Shea, N., Boldt, A., Bang, D., Yeung, N., Heyes, C., and Frith, C. (2014). Supra-personal cognitive control and metacognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 18, (4). <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2014.01.006>.
- Templeton, S. (2010). What state are competitive paddlers in? A qualitative study of Reversal Theory, metamotivational reversal states, triggers and paddlers interpretational directions in competition slalom canoeing. Unpublished master's thesis, University of Chichester, Sussex.
- Thatcher, J., Kuroda, Y., Legrand, F., & Thatcher, R. (2011). Stress responses during aerobic exercise in relation to motivational dominance and state. *Journal of Sports Sciences*; 29(3): 299–306.
- Thomas, L., Hudson, J., & Oliver, E. (2015). Development and Validation of an Implicit Measure of Meta-Motivational States. *Journal of Motivation, Emotion, and Personality*, vol. 4, pp. 15–25. DOI: 10.12689/jmep.2015.403.
- Yin, R. (2014). *Case Study Research Design and Methods* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage. 282 pages. DO - 10.3138/cjpe.30.1.108, JO - The Canadian Journal of Program Evaluation.