



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



Revisión sistemática

Instrumentos de evaluación psicológica en taekwondo: Una revisión de alcance

Luis A. Cardozo

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia. Universidad Pablo de Olavide, España

Cristian Lozano Rodríguez

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Karen Uriza García

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Carlos Castillo-Daza

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Jhonatan Peña-Ibagón

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Eduardo Saez de Villarreal

Universidad Pablo de Olavide, España

Jennifer Méndez-González

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Andrés Carrillo-González

Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia

Financiación: La presente investigación fue financiada por la Fundación Universitaria del Área Andina, convocatoria de investigación aplicada 2023-24.

Luis A. Cardozo. Magister en Actividad Física y Salud, docente e investigador en la Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia. Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad Pablo de Olavide, España.  [0000-0001-8076-3304](https://orcid.org/0000-0001-8076-3304)

Cristian Lozano Rodríguez. Profesional en Entrenamiento Deportivo, asistente de Investigación, Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.

Karen Uriza García. Profesional en Entrenamiento Deportivo, asistente de Investigación, Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.

Carlos Castillo-Daza. Magister en Ingeniería Biomédica, docente e investigador en la Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.  [0000-0002-7608-7320](https://orcid.org/0000-0002-7608-7320)

Jhonatan Peña-Ibagón. Magister en Actividad Física y Salud, docente e investigador en la Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.  [0000-0002-0580-8151](https://orcid.org/0000-0002-0580-8151)

Eduardo Saez de Villarreal. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, docente e investigador en la Universidad Pablo de Olavide, España.  [0000-0001-9583-9287](https://orcid.org/0000-0001-9583-9287)

Jennifer Méndez-González. Fisioterapeuta, investigadora en la Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.

Andrés Carrillo-González. Psicólogo, Magister en Salud y Seguridad en el Trabajo, Doctorando en Psicología, docente e investigador en la Fundación Universitaria del Área Andina, Colombia.  [0000-0001-8667-5807](https://orcid.org/0000-0001-8667-5807)

Para citar este artículo: Cardozo, L. A., Lozano Rodríguez, C., Uriza García, K., Castillo-Daza, C., Peña-Ibagón, J., Saez de Villarreal, E., Méndez-González, J. y Carrillo-González, A. (2025). Instrumentos de evaluación psicológica en taekwondo: una revisión de alcance. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 10(2), Artículo e15. <https://doi.org/10.5093/rpadef2025a15>

La correspondencia sobre este artículo se debe enviar a Luis A. Cardozo. Email: lcadozo11@areandina.edu.co



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

RESUMEN: El presente estudio tuvo como objetivo identificar y analizar los instrumentos psicológicos utilizados en investigaciones con deportistas de taekwondo. Se realizó una revisión de alcance conforme a las directrices PRISMA-ScR, con búsquedas en las bases de datos Scopus, Web of Science, Science Direct y SAGE Journals, cubriendo el periodo de 1990 a julio de 2025. Inicialmente se identificaron 1,014 registros; luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 83 estudios para el análisis final. Se identificaron 129 instrumentos psicológicos únicos, de los cuales solo 23 han sido utilizados en más de una investigación. El instrumento más frecuentemente empleado fue la State Trait Anger and Expression Style Scale ($n = 9$), seguido por escalas de resiliencia, ánimo y ansiedad. La mayoría de los estudios se centraron en deportistas de élite y utilizaron muestreos no probabilísticos. Asimismo, se halló un uso escaso de instrumentos específicamente diseñados para taekwondistas (solo el 5.4% del total). Se concluye que, aunque ha aumentado el interés por la evaluación psicológica en taekwondo, persiste una fragmentación en la elección de cuestionarios, así como una limitada estandarización metodológica, lo que refuerza la necesidad de desarrollar y validar herramientas específicas que respondan a las particularidades psicológicas de este deporte de combate.

PALABRAS CLAVES: psicometría; evaluación; autoinforme; deportistas; psicología deportiva

Psychological assessment instruments in taekwondo: A scoping review

ABSTRACT: This study aimed to identify and analyze the psychological instruments used in research involving taekwondo athletes. A scoping review was conducted following the PRISMA-ScR guidelines, with searches in Scopus, Web of Science, Science Direct, and SAGE Journals, covering the period from 1990 to July 2025. A total of 1,014 records were initially identified; after applying inclusion and exclusion criteria, 83 studies were selected for final analysis. A total of 129 unique psychological instruments were identified, of which only 23 were used in more than one study. The most frequently used instrument was the State Trait Anger and Expression Style Scale ($n = 9$), followed by resilience, mood, and anxiety-related scales. Most studies focused on elite athletes and used non-probabilistic sampling methods. Furthermore, only a small portion of the instruments (5.4%) were specifically designed for taekwondo athletes. It is concluded that although the interest in psychological assessment in taekwondo has increased, there is still fragmentation in the selection of instruments and a lack of methodological standardization - highlighting the need to develop and validate tools tailored to the sport's psychological demands.

KEYWORDS: psychometrics, assessment, self-report, athletes, sports psychology

Instrumentos de avaliação psicológica no taekwondo: Uma revisão do escopo

RESUMO: Este estudo teve como objetivo identificar e analisar os instrumentos psicológicos utilizados em pesquisas com atletas de taekwondo. Realizou-se uma revisão de escopo conforme as diretrizes do PRISMA-ScR, com buscas nas bases de dados Scopus, Web of Science, Science Direct e SAGE, Journals, no período de 1990 até julho de 2025. Foram inicialmente identificados 1,014 registros; após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 83 estudos foram selecionados para análise final. Foram identificados 129 instrumentos psicológicos únicos, dos quais apenas 23 foram utilizados em mais de um estudo. O instrumento mais frequentemente utilizado foi a State Trait Anger and Expression Style Scale ($n = 9$), seguido por escalas relacionadas à resiliência, humor e ansiedade. A maioria dos estudos se centrou em atletas de elite e utilizou amostragem não probabilística. Além disso, observou-se um uso limitado de instrumentos (apenas 5,4% do total) especificamente concebidos para taekwondistas. Conclui-se que, embora o interesse pela avaliação psicológica no taekwondo tenha aumentado, ainda há fragmentação na escolha dos instrumentos e falta de padronização metodológica, o que reforça a necessidade de desenvolver e validar ferramentas específicas para as demandas psicológicas deste esporte de combate.

PALAVRAS-CHAVE: psicometria; avaliação; autorrelato; atletas; psicologia do esporte

Artículo recibido: 04/12/2024 | Artículo aceptado: 22/08/2025

El taekwondo es un deporte de combate de alto rendimiento que exige no solo una excelente preparación física, sino también el desarrollo de capacidades psicológicas específicas que contribuyan al éxito competitivo (Nam et al., 2022). Los deportistas de taekwondo se enfrentan a situaciones de alta presión, como series eliminatorias para llegar a la final en un campeonato, combates decisivos en campeonatos mundiales u olímpicos, donde su capacidad de concentración,

determinación y control emocional son determinantes para un óptimo resultado (Kazemi et al., 2006). Estas variables psicológicas no solo influyen en el rendimiento deportivo, sino que también afectan el bienestar psicológico (Ouyang, 2020), impactando su desarrollo social a largo plazo (Kim et al., 2021). En este contexto, la evaluación psicológica de los taekwondistas se ha convertido en una herramienta clave para identificar fortalezas y áreas de mejora, permitiendo

diseñar intervenciones más precisas y adaptadas a sus necesidades específicas (Ramis et al., 2017).

La literatura evidencia que los taekwondistas se ven afectados por ansiedad precompetitiva, motivación y autocontrol, variables con impacto directo en su desempeño (Gómez et al., 2023). Sin embargo, pese al interés creciente en la evaluación psicológica en deportes de combate, las investigaciones específicas en taekwondo son limitadas (Kazemi et al., 2006). Este vacío resulta problemático, dado que los taekwondistas requieren satisfacer necesidades psicológicas fundamentales como la autonomía, competencia y relación social para mantener su motivación intrínseca y bienestar (Bae et al., 2021; Son y Yang, 2023). Estas necesidades se potencian mediante habilidades para la vida (trabajo en equipo, liderazgo) y un estilo de entrenamiento basado en apoyo emocional, ya que los enfoques controladores pueden mermar la motivación (Kim et al., 2020). Además, los deportistas exitosos destacan por habilidades como fijación de metas, autoconfianza y técnicas de visualización, así como por una concentración excepcional (Julvanichpong et al., 2022; Nam et al., 2022). En este contexto, la preparación psicológica precompetitiva juega un papel clave, especialmente en jóvenes, donde el control emocional reduce la ansiedad y optimiza el rendimiento técnico (Aydemir et al., 2023; Ramis et al., 2017). Por último, la resiliencia y la tolerancia al estrés emergen como factores clave para manejar la presión competitiva, incluso en deportistas con tendencia a experimentar emociones negativas o ansiedad (Predoiu et al., 2025; Remiszewska et al., 2022; Zhao et al., 2024).

Desde la inclusión del taekwondo (modalidad combate/ *kyorugi*) en los Juegos Olímpicos desde el año 2000, la investigación sobre las habilidades psicológicas que afectan al rendimiento ha evolucionado significativamente, con un enfoque creciente en la comprensión de las demandas psicológicas de la competición de alto nivel y el desarrollo de estrategias para gestionar estas habilidades y mejorar el rendimiento (Valdés-Badilla et al., 2021). La integración de evaluaciones psicológicas en los regímenes de entrenamiento se ha vuelto más frecuente, lo que permite a entrenadores y deportistas adaptar sus enfoques en función de los perfiles psicológicos individuales (Olmedilla-Caballero et al., 2020; Yilmaz, 2021).

En términos de evaluación psicológica, herramientas como la Escala de Ansiedad Deportiva (SAS) y el Inventario de Ansiedad del Estado Competitivo-2 (CSAI-2) son algunas de las más comúnmente utilizadas para medir niveles de ansiedad competitiva y su impacto en el rendimiento de los deportistas (Rinaldy et al., 2022). Aunque estos instrumentos se emplean en una variedad de deportes de combate, incluidos el boxeo, judo y karate, puede que no consideren plenamente las

demandas psicológicas únicas del taekwondo como la autonomía, la competencia y el vínculo social (Bae et al., 2021), lo que genera la necesidad de realizar adaptaciones específicas para este deporte (Jeong et al., 2021). Así mismo, a pesar de que las pruebas psicológicas brindan información valiosa sobre los estados mentales de los deportistas y pueden guiar intervenciones para mejorar el rendimiento (Rubio et al., 2023), sus limitaciones incluyen posibles sesgos en los autoinformes y la dificultad de capturar la naturaleza dinámica de los estados psicológicos durante la competición (Ponseti et al., 2019). Además, si bien estas herramientas permiten identificar tendencias generales, no siempre tienen en cuenta las diferencias individuales en las respuestas psicológicas a la competencia, lo que subraya la necesidad de mayor investigación para refinar las metodologías (Costa, 2023).

Por otro lado, la literatura sobre evaluación psicológica en taekwondo revela algunas críticas. En primer lugar, destaca la falta de estudios longitudinales que sigan el desarrollo psicológico de los deportistas a lo largo del tiempo, lo cual es esencial para comprender los efectos a largo plazo del entrenamiento y las intervenciones psicológicas (Nam et al., 2022). En segundo lugar, muchas herramientas no han sido validadas específicamente para las demandas del taekwondo, lo que plantea dudas sobre su aplicabilidad y eficacia en este contexto (Maloney et al., 2018; Nam et al., 2022). En tercer lugar, habilidades psicológicas fundamentales como la relajación, el diálogo interno y la visualización, esenciales para el rendimiento óptimo en taekwondo, no están siendo adecuadamente evaluadas con los instrumentos actuales (Jeong et al., 2021; Nam et al., 2022), lo que limita la comprensión de su verdadero impacto durante la competición.

Finalmente, la incorporación de la evaluación psicológica en los regímenes de entrenamiento de los taekwondistas puede mejorar significativamente su preparación y rendimiento (Chiodo et al., 2011; Lim y O'Sullivan, 2016). Los estudios han demostrado que aquellos deportistas que reciben entrenamiento en habilidades psicológicas presentan mejoras en concentración, menor ansiedad y una mayor regulación emocional, contribuyendo así a un rendimiento deportivo óptimo (Lim y O'Sullivan, 2016). En contraste, los deportistas que no reciben dicho entrenamiento son más propensos a enfrentar dificultades relacionadas con la ansiedad y la presión competitiva, lo que puede obstaculizar su rendimiento (Zandi y Mohbi, 2016).

Por lo tanto, el objetivo del presente estudio fue identificar y analizar los instrumentos psicológicos utilizados en investigaciones con deportistas de taekwondo, con el fin de identificar los instrumentos más utilizados, aquellos instrumentos específicos y aportar información relevante para futuras investigaciones y prácticas en el ámbito de la psicología

deportiva. Además, se espera que los resultados contribuyan al avance del conocimiento, ofreciendo recomendaciones para la posible adaptación o desarrollo de nuevos instrumentos específicos para taekwondistas.

Método

Diseño

La presente investigación, de diseño de revisión de alcance, siguió las directrices sugeridas para este tipo de estudio (PRISMA-ScR) publicadas en 2018 (Tricco et al., 2018). Además, se basó en la pregunta PCC (Población/Concepto/Contexto) propuesta por Pollock et al. (2023), aspecto que se amplía en los criterios de inclusión. Dado que el propósito es explorar los instrumentos psicológicos expuestos en la literatura científica, no se consideró evaluar la calidad metodológica de los estudios, como, por ejemplo, utilizando los criterios COSMIN, empleados para evaluar instrumentos de medición en salud. Esta investigación fue aprobada por la Dirección Nacional de Investigación de la Fundación Universitaria del Área Andina.

Criterios de Inclusión

Los criterios de inclusión para este estudio contemplan investigaciones publicadas en español, portugués e inglés que cuenten con acceso abierto y de las cuales sea posible recuperar el texto completo, únicamente artículos científicos. El periodo de búsqueda fue de 1990 hasta julio de 2025 (últimos 35 años). Se consideraron únicamente aquellos estudios realizados con población (P) de deportistas de taekwondo de ambos sexos, tanto de élite como de diferentes niveles de formación deportiva y experiencia en el deporte (C), que utilicen cuestionarios para evaluar alguna variable psicológica de los deportistas (C), estudios transversales o longitudinales, de diseños observacionales o ensayos clínicos controlados o no.

Criterios de Exclusión

Se excluyeron libros, capítulos de libros, cartas al editor, reseñas, revisiones sistemáticas y metaanálisis, y finalmente, resúmenes de congresos. Adicionalmente, se excluyeron estudios con población de adultos mayores (≥ 60 años) y aquellos que involucren población en condición especial,

incluyendo condiciones patológicas, autismo o algún tipo de condición psiquiátrica reportada por los autores en la muestra participante. Se excluyeron estudios donde el taekwondo era parte de programas multicomponentes de actividad física para adultos mayores o clases de educación física en escolares no deportistas.

Estrategia de Búsqueda

Se realizó una búsqueda en cuatro bases de datos (Scopus, Science Direct, Web of Science y SAGE Journals). La búsqueda en las bases de datos se realizó entre el 1 de abril y el 31 de mayo de 2024, con posterior actualización a 15 de julio de 2025. Las palabras clave utilizadas en la ecuación de búsqueda fueron "Taekwondo", "Taekwon do", "Taekwon-do", "Tae kwon do", "Taekwondistas", "Taekwondocas" que incluyeron los operadores booleanos AND - OR, finalmente, las palabras clave referentes a los instrumentos psicológicos fueron "cuestionario", "escala", "scale", "questionnaire", "Cognitive Assessment", "Psychological Assessment".

La estrategia de búsqueda específica para Scopus fue:

TITLE-ABS-KEY ("Taekwondo" OR "Taekwon do" OR "Taekwon-do" OR "Tae kwon do" OR "Taekwondistas" OR "Taekwondocas" AND "cuestionario" OR "escala" OR "scale" OR "questionnaire") AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE , "English") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Spanish") OR LIMIT-TO (LANGUAGE , "Portuguese")) AND (LIMIT-TO (OA , "all")).

Para Science Direct fue:

Title, abstract, keywords: scale OR questionnaire OR "Psychological Assessment" OR "Cognitive Assessment". Title: Taekwondo OR "Taekwon do" OR Taekwon-do OR "Tae kwon do" OR Taekwondista.

En Web of Science se aplicó:

Taekwondo (Title) or "Taekwon do" (Title) or "Taekwon-do" (Title) or "Tae kwon do" (Title) or taekwondo (Title) or "tae kwan do" (Title) or "Taekwondistas" (Title). Dada la baja cantidad inicial de resultados, no se adicionaron más palabras clave y se procedió con la lectura de los títulos y resúmenes.

En SAGE Journals se usó:

Taekwondo AND Questionnaire (Abstract), Taekwondo AND Scale (Abstract), Taekwondo AND Psychological Assessment (Abstract), Taekwon-do AND Questionnaire (Abstract), Taekwon-do AND Scale (Abstract), Taekwon-do AND Psychological Assessment (Abstract), Tae kwon do AND Questionnaire (Abstract), Tae kwon do AND Scale (Abstract), Tae kwon do AND Psychological Assessment (Abstract), Taekwon do AND Questionnaire (Abstract), Taekwon do AND Scale (Abstract), Taekwon do AND Psychological Assessment (Abstract).

Extracción de Datos

La búsqueda realizada en las cuatro bases de datos por los investigadores CLR, KUG, JMG, ACG y LAC identificó un total de 1,014 registros. En la fase de identificación, se eliminaron 667 registros duplicados, utilizando coincidencias exactas en el título, el autor y el DOI. Adicionalmente, 195 registros fueron excluidos por herramientas automáticas que filtraron por idioma y tipo de documento, y 30 registros se eliminaron por estar fuera del periodo de búsqueda. Como resultado, 122 registros fueron considerados para el cribado.

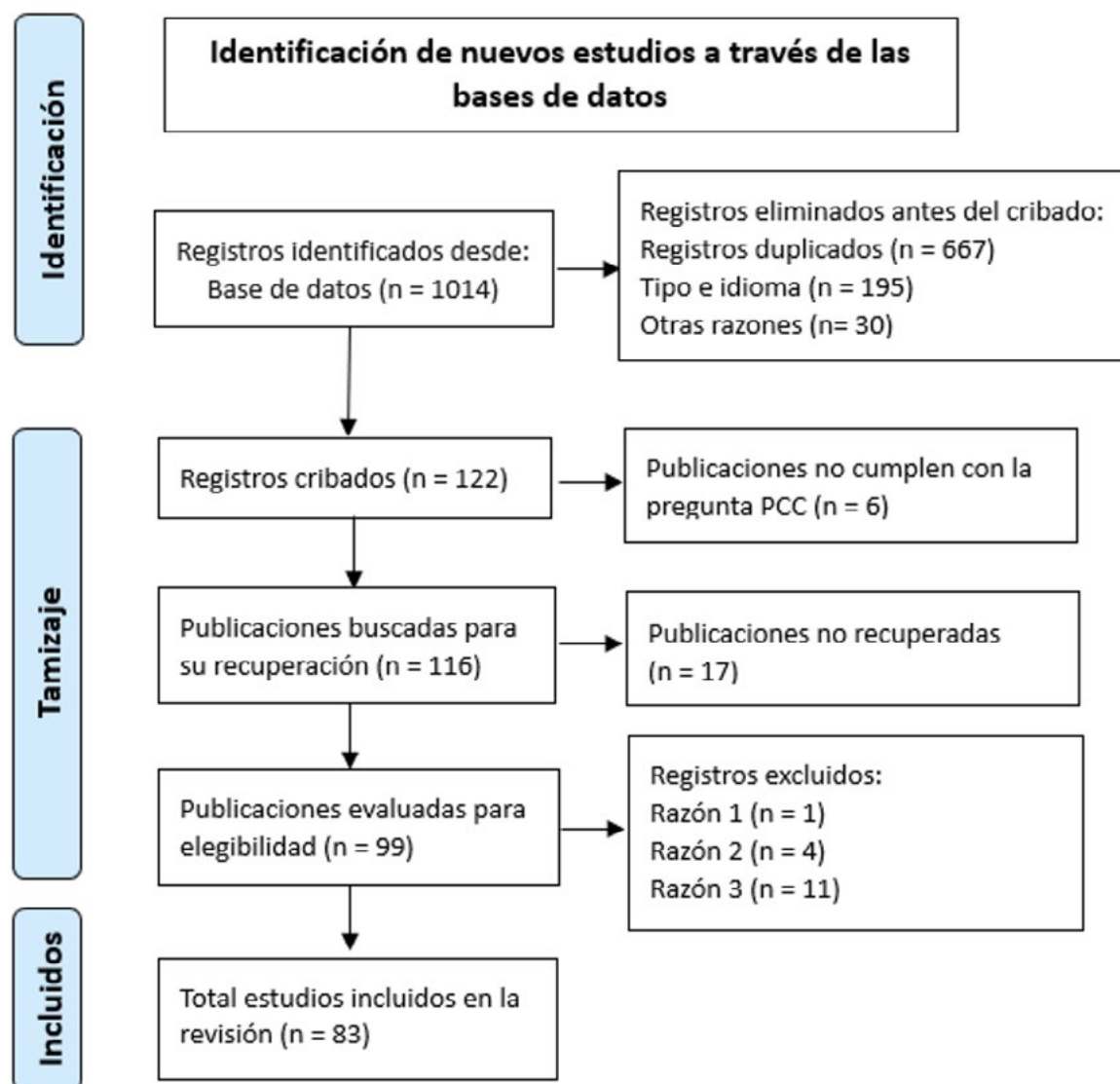
Durante la fase de cribado, dos investigadores (CLR, KUG) evaluaron de forma independiente los títulos y resúmenes de los registros restantes, aplicando criterios de inclusión y exclusión preestablecidos en una matriz de excel. Los resúmenes fueron calificados en una matriz excel en una escala dicotómica (incluido/excluido) para determinar si el estudio involucraba un cuestionario relacionado con alguna variable psicológica en deportistas de taekwondo y presentaba una descripción general del instrumento utilizado. Los desacuerdos fueron resueltos por consenso junto con un tercer investigador (LAC), alcanzando un acuerdo inicial del 88%. De

esta fase, se excluyeron 6 registros por utilizar programas de taekwondo en población escolar dentro de la asignatura de educación física; y 17 no pudieron obtenerse debido a restricciones de acceso.

En la fase de evaluación de texto completo, se recuperaron los 99 artículos restantes y fueron revisados en profundidad, excluyéndose 16 estudios adicionales por no cumplir con los criterios de elegibilidad. Las causas específicas de exclusión incluyeron estudios con población patológica ($n = 1$), aquellos enfocados en rehabilitación física ($n = 4$), investigaciones donde el taekwondo formaba parte de intervenciones multicomponentes en población no deportista ($n = 11$).

Finalmente, la revisión incluyó un total de 83 estudios que cumplieron todos los criterios metodológicos y temáticos establecidos (Figura 1). Para cada uno de estos estudios, fueron revisados en profundidad y se extrajeron variables clave como las características de la muestra (tamaño, nivel competitivo, sexo), el nombre y la descripción del instrumento psicológico empleado, las dimensiones o subescalas evaluadas, el formato de respuesta y las propiedades psicométricas reportadas (validez y confiabilidad) por los autores de los instrumentos utilizados.

Figura 1: Diagrama Prisma del progreso de selección de artículos



Resultados

Características de los Estudios Incluidos y Participantes de los Estudios

De los 83 estudios que utilizaron cuestionarios o escalas para evaluar alguna variable psicológica y que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión, se destaca que 34 estudios no reportaron el tipo de muestreo utilizado (41%), 40 utilizaron muestreos no probabilísticos (48.2%) y 9 utilizaron muestreos probabilísticos (10.8%). En cuanto al diseño de la investigación, 23 estudios emplearon un diseño cuasi-experimental o experimental (27.7%), mientras que 60 estudios utilizaron un diseño observacional o instrumental (72.3%).

Al analizar la muestra participante en los estudios, se observa una gran heterogeneidad en cuanto al tamaño y la composición de las muestras. Los tamaños de las muestras varían considerablemente, desde estudios con pocos participantes ($n = 3$) hasta investigaciones con muestras más amplias ($n = 972$). En cuanto al sexo, la mayoría de los estudios incluyen tanto hombres como mujeres (48 estudios; 57.7%), aunque también se observan estudios con muestras predominantemente de hombres (11 estudios; 13.3%) o de mujeres (4 estudios; 4.8%); finalmente, 20 estudios (24.1%) no reportaron el sexo de los participantes. Además, la mayoría de los estudios se centran en adultos (48 estudios; 57.8%), también se evidencian estudios con muestras únicamente de niños (2 estudios; 2.4%) y adolescentes (11 estudios; 13.3%), aunque también se encontraron estudios integrados por participantes de varios grupos etarios (jóvenes y adultos [21 estudios; 25.3%] y en menor proporción niños, jóvenes y adultos [1 estudio; 1.2%]). Predomina la inclusión de deportistas de nivel nacional, regional o en etapa de iniciación (47 estudios; 56.6%). No obstante, también se identifican investigaciones que han trabajado con muestras de deportistas de élite, pertenecientes a equipos nacionales o participantes en competencias internacionales (36 estudios; 43.4%).

De los 83 manuscritos analizados, solo en 42 de ellos se reporta explícitamente la nacionalidad o el país de procedencia de los participantes. Estos estudios abarcan una diversidad geográfica significativa, lo que respalda la relevancia internacional de la investigación en psicología del deporte aplicada al taekwondo. En total, se identificaron participantes provenientes de 23 países, siendo Corea del Sur el país con mayor frecuencia de aparición ($n = 3$). Otros países reportados en al menos dos estudios incluyen Alemania, Brasil, Colombia, Croacia, España, Estados

Unidos, Francia, India, Irán, Italia, Letonia, Malasia, Reino Unido, Rumania, Taiwán, Túnez y Turquía (todos con $n = 2$). Asimismo, se reportó la participación de sujetos de China, Indonesia, Inglaterra, Islandia y Polonia, cada uno en un estudio ($n = 1$).

Cuestionarios Identificados en los Estudios

En los manuscritos analizados fueron registrados 167 instrumentos de medición psicológica (cuestionarios, escalas o inventarios), tras eliminar duplicados se evidencian 129 instrumentos únicos que evalúan una gran variedad de áreas psicológicas en los deportistas, y solamente 23 de ellos han sido utilizados más de una vez, aspecto que se puede observar en la Tabla 1. En cuanto a su denominación, 40 han sido llamados cuestionarios/questionnaire (30.0%), 61 escalas/scale (47.3%), 13 inventarios/inventory (10.1%) y 3 test (2.3%). Los 12 instrumentos restantes (9.3%) presentan nombres propios que no incluyen ninguna de estas clasificaciones. Finalmente, del total de instrumentos únicos identificados en los manuscritos revisados únicamente siete son específicos para deportistas de taekwondo (5.4%), entre ellos: la Taekwondo Performance Evaluation Scale (TPES), la Taekwondo Sport Psychological Skill Scale, la Resilience Scale for Taekwondo Athletes (RSTA), la Roundhouse Kick Self-Efficacy Scale (RKSES-IT), la Electronic Protector Cognition Scale, el Cuestionario de Autoeficacia Percibida en Acciones de Taekwondo (CAPAT) y un cuestionario específico de taekwondo (ad hoc).

Modelo para la Organización de Instrumentos Psicológicos en Taekwondo

La complejidad psicológica del taekwondo requiere un marco conceptual que organice y articule las múltiples variables que influyen en el rendimiento y bienestar de los deportistas. Basándonos en modelos previos de psicología deportiva (Brewer y Wiley, 2009; Deci y Ryan, 2000; Hardy et al., 2018; Lazarus, 2000) y considerando las características específicas del taekwondo como deporte de combate olímpico, proponemos un Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT). Este modelo integra cuatro dimensiones fundamentales e interrelacionadas que capturan la esencia de los procesos psicológicos más relevantes para los taekwondistas.

La primera dimensión, cognitiva-emocional, se fundamenta en el componente de habilidades psicológicas básicas del

Tabla 1. Cuestionarios implementados en la valoración psicológica en deportistas de taekwondo

Cuestionarios/inventarios/escalas	<i>n</i>	%	Autores
State Trait Anger and Expression Style Scale	9	5.4%	(Atay et al., 2013; Binboga et al., 2012; Biricik y Haluk, 2022; Costarelli y Stamou, 2009; Di Corrado, Buscemi, et al., 2025; Di Corrado, Tortella, et al., 2025; Dumbravu y Abalașei, 2025; Lapa et al., 2013; Ozan y Secer, 2022)
Brief Psychological Resilience Scale	4	2.4%	(Biricik y Haluk, 2022; Ozan y Secer, 2022; Patenteu et al., 2024; Predoiu et al., 2025)
Feeling Scale (FS)	4	2.4%	(Delleli et al., 2023, 2024; Greco et al., 2024; Messaoudi et al., 2024)
Felt Arousal Scale (FAS)	4	2.4%	(Delleli et al., 2023, 2024; Greco et al., 2024; Messaoudi et al., 2024)
Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS)	3	1.8%	(Boobani, Grants, Glaskova-Kuzmina, et al., 2024; Boobani, Grants, Litwiniuk et al., 2024; Ozan y Secer, 2022)
Emotional Intelligence Scale (EIS)	3	1.8%	(Kim et al., 2020; Nabilpour et al., 2023; Samanipour et al., 2025)
Basic Psychological Need Scale	2	1.2%	(Kim et al., 2025; Sari, 2015)
Competitive Aggressiveness and Anger Scale (CAAS)	2	1.2%	(Bovolon et al., 2024; Maciejewski et al., 2024)
Coping Strategies Questionnaire (CSQ)	2	1.2%	(Ortenburger, Wąsik, et al., 2016; Ortenburger, Wasik, Szerla, et al., 2016)
Eating Attitudes Test (EAT-26)	2	1.2%	(Barić y Erdeljac, 2024; Costarelli y Stamou, 2009)
General Self-Efficacy Scale (GSES)	2	1.2%	(Ortenburger et al., 2021; OZRUDI et al., 2021)
Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ)	2	1.2%	(Costarelli y Stamou, 2009; Şentürk et al., 2025)
Physical Activity Enjoyment Scale (PACES)	2	1.2%	(Delleli et al., 2023, 2024)
Profile of Mood States (POMS)	2	1.2%	(Khayyat et al., 2020; Toskovic, 2001)
Psychological General Well-Being Index - Short Form (PGWBI-S)	2	1.2%	(Monterrosa, De la Rosa, et al., 2023; Monterrosa, Ojeda-Aravena, et al., 2023)
Resilience Scale (RS)	2	1.2%	(Di Corrado, Buscemi, et al., 2025; Di Corrado, Tortella, et al., 2025)
Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)	2	1.2%	(Nabilpour et al., 2023; Samanipour et al., 2025)
Sport Success Scale (SSS)	2	1.2%	(Nabilpour et al., 2023; Samanipour et al., 2025)
Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)	2	1.2%	(Boobani et al., 2023; Boobani, Grants, Litwiniuk, et al., 2024)
The Determination Test (DT)	2	1.2%	(Boobani, Grants, Glaskova-Kuzmina, et al., 2024; Boobani, Grants, Litwiniuk, et al., 2024)
Vividness of Movement Imagery Questionnaire-2 (VMIQ-2)	2	1.2%	(Di Corrado, Buscemi, et al., 2025; Di Corrado, Tortella, et al., 2025)
Vividness of Visual Imagery Questionnaire (VVIQ)	2	1.2%	(Di Corrado, Buscemi, et al., 2025; Di Corrado, Tortella, et al., 2025)
Mental Toughness Scale (MTS)	1	0.6%	(Özsarı et al., 2024)
Adolescent Perceived Events Scale (APES)	1	0.6%	(OZRUDI et al., 2021)
Anger Scale	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2015)
Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)	1	0.6%	(Zhu et al., 2023)
Attitude Scale for Healthy Nutrition (ASHN)	1	0.6%	(Tolukan et al., 2024)
Automatic Thoughts Questionnaire (ATQ)	1	0.6%	(OZRUDI et al., 2021)

Tabla 1. Cuestionarios implementados en la valoración psicológica en deportistas de taekwondo (Continuación)

Cuestionarios/inventarios/escalas	<i>n</i>	%	Autores
Autonomy Support Scale (ASS)- version Short	1	0.6%	(Kim et al., 2020)
Awareness for Exercise Addiction Scale (AFEAS)	1	0.6%	(Tolukan et al., 2024)
BarOn Emotional Intelligence Questionnaire (BarOn EQ-I)	1	0.6%	(Costarelli y Stamou, 2009)
Body Image Rating Scale (BIRS)	1	0.6%	(Taheri et al., 2017)
Brief COPE	1	0.6%	(Predoiu et al., 2022)
Children's Depression Rating Scale	1	0.6%	(Ozrudi et al., 2021)
Coach's Negative Behavior Questionnaire	1	0.6%	(Barić y Erdeljac, 2024)
Coach-Athlete Relationship Scale (CARS)	1	0.6%	(Gullu et al., 2020)
Competitive State Anxiety Inventory-2 Modified (CSAI-2)	1	0.6%	(Cerin, 2004)
Confrontation with Stressing Situation Questionnaire	1	0.6%	(Ozrudi et al., 2021)
Controlling Coaching Behavior Scale (CCBS)	1	0.6%	(Kim et al., 2020)
Coping Scale Korea Atletes (CSKA)	1	0.6%	(Tasaddoghi, 2013)
Croatian Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (CTEOSQ)	1	0.6%	(Barić y Erdeljac, 2024)
Cuestionario de autoeficacia percibida en acciones de taekwondo (CAPAT)***	1	0.6%	(Estevan et al., 2016)
Cuestionario específico de taekwondo (Ad hoc)***	1	0.6%	(Barić y Erdeljac, 2024)
Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ)	1	0.6%	(Şentürk et al., 2025)
Eating Disorder Diagnostic Scale (EDDS)	1	0.6%	(Taheri et al., 2017)
Electronic Protector Cognition Scale***	1	0.6%	(Cho et al., 2020)
Emotional Control Scale	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2015)
Emotional Reactivity Scale	1	0.6%	(Ozan y Secer, 2022)
Expert-rated on-field performance	1	0.6%	(Hsieh et al., 2025)
Eysenck Personality Questionnaire-Revised (EPQ-R)	1	0.6%	(Litwiniuk et al., 2019)
Feeling of Personal Competence Scale	1	0.6%	(Ortenburger, Wąsik, et al., 2016)
Figure Rating Scale (FRS)	1	0.6%	(Barić y Erdeljac, 2024)
Five Factor Personality Inventory (FFPI)	1	0.6%	(Binboga et al., 2012)
Functions of Self-Talk Questionnaire (FSTQ)	1	0.6%	(Zetou et al., 2014)
Gas Discharge Visualization (GDV)	1	0.6%	(Boobani, Grants, Litwiniuk et al., 2024)
General Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7)	1	0.6%	(Jónsdóttir et al., 2022)
Health Behavior Inventory (HBI)	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2021)
Health Behaviors Inventory (HBI-40)	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2023)
Healthy Nutrition Attitude Scale	1	0.6%	(Özsarı et al., 2024)
Inventário de Motivação para a prática Desportiva	1	0.6%	(Almeida Pinto y Conti Costa, 2015)
Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED)	1	0.6%	(Álvarez et al., 2014)
Inventory Motivation to Practice Regular Physical Activity and/or Sports (IM-PRAFE-54)	1	0.6%	(Guimarães Pinheiro et al., 2015)
Inventory of situations and anxiety responses (ISRA).	1	0.6%	(Merino-Fernández et al., 2020)
Inventory of the State and Features of Anxiety	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2022)

Tabla 1. Cuestionarios implementados en la valoración psicológica en deportistas de taekwondo (Continuación)

Cuestionarios/inventarios/escalas	<i>n</i>	%	Autores
Life Skills Scale for Sport (LSSS)	1	0.6%	(Kim et al., 2025)
Life Skills Transfer Survey (LSTS)	1	0.6%	(Kim et al., 2025)
Makarowski's Questionnaire for Risk-Taking Behavior	1	0.6%	(Patenteu et al., 2024)
Makarowski's Sports Aggression Questionnaire	1	0.6%	(Patenteu et al., 2024)
Melbourne Decision Making Questionnaire (MDMQ) I	1	0.6%	(Certel et al., 2013)
Melbourne Decision Making Questionnaire (MDMQ) II	1	0.6%	(Certel et al., 2013)
Mindfulness Inventory for Sport (MIS)	1	0.6%	(Nabilpour et al., 2023)
Moral Decision-Making Attitudes Scale in Sports Infrastructure	1	0.6%	(Özsarı y Görücü, 2023)
Motivation Scale	1	0.6%	(Messaoudi et al., 2024)
Neuroticism and Extraversion Scales of the (NEO PI-R)	1	0.6%	(Cerin, 2004)
ORTO-11 scale	1	0.6%	(Çağın et al., 2024)
Oslo Sports Trauma Research Centre Questionnaire on Health Problems (OS-TRC-H2)	1	0.6%	(Resende et al., 2025)
Ottawa Mental Skills Assessment Tool (OMSAT-3)	1	0.6%	(Khayyat et al., 2020)
Pain Beliefs Questionnaire (PBQ)	1	0.6%	(Ortenburger, Wąsik, et al., 2016)
Pain Strategies Questionnaire (CPSQ)	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2023)
Parents as Social Context Questionnaire for Korean Adolescents (PSCQ-KA)	1	0.6%	(Kim et al., 2025)
Passion Scale	1	0.6%	(Gullu et al., 2020)
Patient Health Questionnaire (PHQ-9)	1	0.6%	(Jónsdóttir et al., 2022)
Perceived likelihood of getting injured during the season (Ad Hoc)	1	0.6%	(Maciejewski et al., 2024)
Perceived Physical Ability Scale (PPAS)	1	0.6%	(Bovolon et al., 2024)
Perceived Physical State (PEPS)	1	0.6%	(Yang et al., 2014)
Perceived Stress Scale (PSS)	1	0.6%	(Şentürk et al., 2025)
Perceived Stress Scale (PSS-4)	1	0.6%	(Jónsdóttir et al., 2022)
Perception of Stress Questionnaire (PSQ)	1	0.6%	(Predoiu et al., 2022)
Personal Wellbeing Index-School Children (PWI-SC)	1	0.6%	(Tadesse, 2015)
Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	1	0.6%	(Çağın et al., 2024)
Positive-Negative Affect Questionnaire (PNAQ)	1	0.6%	(Cerin, 2004)
Psychological Need Satisfaction Scale (PNS)	1	0.6%	(Kim et al., 2020)
Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS-R-5)	1	0.6%	(Dongoran et al., 2020)
Psychological Well-Being Scale	1	0.6%	(Özsarı y Görücü, 2023)
Purpose of Sport Questionnaire	1	0.6%	(Parnabas et al., 2015)
Quality of Life Scale (QOLS)	1	0.6%	(Jónsdóttir et al., 2022)
Questionário do Perfil Motivacional	1	0.6%	(Albuquerque et al., 2008)
Questionnaire of Life Orientation (SOC-29)	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2022)
Rating Scale of Mental Effort (RSME)	1	0.6%	(Maloney et al., 2022)

Tabla 1. Cuestionarios implementados en la valoración psicológica en deportistas de taekwondo (Continuación)

Cuestionarios/inventarios/escalas	n	%	Autores
Regulatory Emotional Self-Efficacy Scale (RESE)	1	0.6%	(Bovolon et al., 2024)
Resilience Scale for Taekwondo Athletes (RSTA) ***	1	0.6%	(Kim et al., 2022)
Rosenberg Self-Esteem Scale	1	0.6%	(Atay et al., 2013)
Roundhouse Kick Self-Efficacy Scale (RKSES-IT)***	1	0.6%	(Bovolon et al., 2024)
Scale of Personal Competence	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2017)
Self-Compassion Scale Short Form (SCS)	1	0.6%	(Uslu y Uslu, 2024)
Self-Forgiveness Dual-Process Scale (SFDPS)	1	0.6%	(Uslu y Uslu, 2024)
Self-made Questionnaire	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2017)
Sense of Coherence Questionnaire (SOC-29)	1	0.6%	(Ortenburger et al., 2023)
Social Physique Anxiety Scale	1	0.6%	(Çalık et al., 2019)
Social Support Questionnaire	1	0.6%	(Ozrudi et al., 2021)
Sport Achievement Motivation Scale	1	0.6%	(Tomoliyus et al., 2024)
Sport Anxiety Scale (SAS)	1	0.6%	(Heydari et al., 2022)
Sport Competition Anxiety Test (SCAT)	2	1.2%	(Finkenberg et al., 1992; Singh et al., 2022)
Sports Competition Anxiety Inventory-2 (SCAI-2)	1	0.6%	(Maloney et al., 2022)
Sports Learning Emotion Questionnaire (SLEQ)	1	0.6%	(Maloney et al., 2022)
Sports Participation Motivation Questionnaire (PMQ)	1	0.6%	(Moradi et al., 2020)
Taekwondo Performance Evaluation Scale (TPES)***	1	0.6%	(Zhao et al., 2024)
Taekwondo Sport Psychological Skill Scale***	1	0.6%	(Nam et al., 2022)
Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire (TEOSQ)	1	0.6%	(Sari, 2015)
Team Cohesion Scale	1	0.6%	(Oh y Yoo, 2023)
Team Sports Competition Norm Questionnaire (TSCNQ)	1	0.6%	(Oh y Yoo, 2023)
Tennessee Self-concept Scale (TSCS)	1	0.6%	(Finkenberg, 1990)
The Brunel Mood Scale (BRMS)	1	0.6%	(San Juan et al., 2014)
The Connor-Davidson Resilience Scale	1	0.6%	(Zhao et al., 2024)
Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)	1	0.6%	(Merino-Fernández et al., 2020)
Transformational Leadership Scale (TLS)	1	0.6%	(Oh y Yoo, 2023)
Ways of Coping Inventory (WCI)	1	0.6%	(Atay et al., 2013)
WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life-Bref)	1	0.6%	(Schwartz et al., 2021)
Zuckerman-Kuhlman Personality Questionnaire (ZKPQ)	1	0.6%	(Litwiniuk et al., 2019)

modelo de Hardy et al. (2018) y en los procesos de regulación emocional identificados por Hanin (2000) en su Modelo de Zonas Individuales de Funcionamiento Óptimo (IZOF). Esta dimensión abarca los procesos mentales y afectivos que influyen directamente en la capacidad del deportista para procesar información táctica y regular sus respuestas emocionales durante el combate. Incluye la ansiedad competitiva, los estados de ánimo, la inteligencia emocional y el autoconcepto, elementos que han demostrado ser críticos en el rendimiento de deportes de combate (Cerin, 2004; Merino-Fernández et al., 2020).

La dimensión motivacional-volitiva se deriva principalmente de la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000), integrando los conceptos de motivación intrínseca, regulación identificada y motivación extrínseca con los procesos volitivos propuestos por Kuhl (2000) en su Teoría del Control de la Acción. Esta dimensión comprende los procesos energizadores y directivos del comportamiento deportivo, incluyendo la orientación motivacional (tarea vs. ego), la pasión deportiva, la dureza mental y la capacidad de toma de decisiones bajo presión. La inclusión de la volición es particularmente relevante en el taekwondo, donde la capacidad de mantener la intención de acción a pesar de la fatiga y el dolor es fundamental (Nam et al., 2022).

La tercera dimensión, social-relacional, emerge del componente social del Modelo Biopsicosocial de Brewer y Wiley (2009), que explica cómo las relaciones significativas influyen en el desarrollo y rendimiento atléticos. Esta dimensión reconoce que el taekwondo, aunque sea un deporte individual en competición, se desarrolla en un contexto social rico que incluye la relación maestro-alumno (fundamental en las artes marciales orientales), las dinámicas con compañeros de entrenamiento y el sistema de apoyo del deportista.

Abarca la calidad de la relación entrenador-deportista, la cohesión grupal, el apoyo social percibido y los procesos de liderazgo transformacional.

Finalmente, la dimensión conductual-adaptativa integra el modelo de Afrontamiento del Estrés en el Deporte de Lazarus (2000) con la Teoría de la Adaptación Conductual de Baltes y Baltes (1990) aplicada al contexto deportivo. Esta dimensión engloba los comportamientos observables y las estrategias de adaptación que los deportistas emplean para enfrentar las demandas específicas del taekwondo, incluyendo la gestión del peso pre-competitivo, el afrontamiento del dolor físico, el control de la agresividad reglamentada y la recuperación post-combate. La inclusión de esta dimensión es crucial dado que el taekwondo requiere adaptaciones conductuales específicas que difieren de otros deportes (Ortenburger et al., 2023).

El MMEPT reconoce la naturaleza dinámica, sistémica y bidireccional de las relaciones entre dimensiones, siguiendo los principios de la Teoría de Sistemas Dinámicos aplicada al deporte (Davids et al., 2008). Por ejemplo, un deportista con alta inteligencia emocional (dimensión cognitiva-emocional) probablemente desarrollará mejores relaciones con

Tabla 2. Clasificación de instrumentos psicológicos según el Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT)		
Dimensión	Área psicológica - Descripción	Instrumentos
Cognitiva-emocional	Ansiedad - Proceso emocional fundamental que afecta la capacidad de procesamiento cognitivo durante la competición	Sports Competition Anxiety Inventory-2 (SCAI-2) State-Trait Anxiety Inventory (STAI) Modified Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) Sports Competition Anxiety Test (SCAT) Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS) Inventory of Situations and Anxiety Responses (ISRA)
	Estado de ánimo - Estados afectivos que influyen en la percepción y procesamiento de información	Profile of Mood States (POMS) The Brunel Mood Scale (BRMS) Positive-Negative Affect Questionnaire (PNAQ)
	Autoconcepto y autoestima - Representaciones cognitivas sobre el <i>self</i> que modulan las respuestas emocionales	Tennessee Self-concept Scale (TSCS) Rosenberg Self-Esteem Scale General Self-Efficacy Scale
	Inteligencia emocional - Capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones propias y ajenas	Emotional Intelligence Scale (EIS) BarOn Emotional Intelligence Questionnaire (EQ-I) Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)
	Visualización mental - Generar, mantener y manipular representaciones mentales de movimientos o acciones sin estímulos externos	Vividness of Visual Imagery Questionnaire (VVIQ) Vividness of Movement Imagery Questionnaire-2 (VMIQ-2)
	Percepción del esfuerzo - Proceso cognitivo de evaluación subjetiva de la intensidad del trabajo realizado	Rating Scale of Mental Effort (RSME)
	Disfrute y satisfacción en la actividad física - Respuestas afectivas positivas asociadas a la práctica deportiva	Physical Activity Enjoyment Scale (PACES)

Tabla 2. Clasificación de instrumentos psicológicos según el Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT) (Continuación)		
Dimensión	Área psicológica - Descripción	Instrumentos
Motivacional-volitiva	Motivación - procesos que inician, dirigen y mantienen el comportamiento deportivo	Purpose of Sport Questionnaire Inventário de Motivação para a prática Desportiva Questionário do Perfil Motivacional Sport Achievement Motivation Scale Inventory Motivation to Practice Regular Physical Activity and/or Sports (IMPRAFE-54) Sports Participation Motivation Questionnaire (PMQ) Croatian Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (CTEOSQ)
	Autoconfianza - Creencia en las propias capacidades para ejecutar exitosamente las acciones requeridas	Sports Competition Anxiety Inventory-2 (SCAI-2) Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS-R-5) Taekwondo Sport Psychological Skill Scale Roundhouse Kick Self-Efficacy Scale (RKSES-IT) Perceived Physical Ability Scale (PPAS)
	Dureza mental (mental toughness) - Capacidad volitiva para mantener el rendimiento bajo presión y adversidad	Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) Mental Toughness Scale (MTS)
	Habilidades de toma de decisiones - Procesos volitivos de selección entre alternativas bajo presión temporal	Melbourne Decision Making Questionnaire (MDMQ)
	Factores de éxito deportivo - Orientaciones motivacionales hacia el logro y la excelencia competitiva	Sport Success Scale (SSS)
	Valores y ética en el deporte - Principios motivacionales intrínsecos que guían el comportamiento deportivo	Moral Decision-Making Attitudes Scale in Sports Infrastruc-ture
Social-relacional	Apoyo social y relaciones interpersonales - Percepción y utilización de los recursos sociales disponibles	Social Support Questionnaire Coach-Athlete Relationship Scale (CARS) Parents as Social Context Questionnaire for Korean Adoles-cents (PSCQ-KA)
	Relación entrenador/deportista - Calidad del vínculo funda-mental en el desarrollo deportivo del taekwondista	Coach-Athlete Relationship Scale (CARS) Transformational Leadership Scale (TLS) Coach's Negative Behavior Questionnaire
	Cohesión y normas grupales - Procesos de integración y adherencia a las normas del equipo o dojang	Team Cohesion Scale Team Sports Competition Norm Questionnaire (TSCNQ)

Tabla 2. Clasificación de instrumentos psicológicos según el Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT) (Continuación)

Dimensión	Área psicológica - Descripción	Instrumentos
Conductual-adaptativa	Habilidades psicológicas - Repertorio conductual de técnicas mentales aplicadas (visualización, relajación, auto-habla)	Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS-R-5) Taekwondo Sport Psychological Skill Scale Ottawa Mental Skills Assessment Tool (OMSAT-3)
	Bienestar psicológico y calidad de vida - Indicadores adaptativos del ajuste general del deportista a su contexto vital	Psychological General Well-Being Index - Short Form (PGWBI-S) WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life-Bref) Quality of Life Scale (QOLS)
	Resiliencia y afrontamiento del estrés - Estrategias conductuales para manejar adversidades y demandas deportivas	Brief COPE Coping Strategies Questionnaire (CSQ) Perceived Stress Scale (PSS-4) Pain Strategies Questionnaire (CPSQ) Brief Psychological Resilience Scale Resilience Scale for Taekwondo Athletes (RSTA) Self-Forgiveness Dual-Process Scale (SFDPS) Self-Compassion Scale Short Form (SCS)
	Personalidad - Patrones estables de comportamiento que influyen en la adaptación al contexto deportivo	NEO Personality Inventory-Revised (NEO PI-R) Eysenck Personality Questionnaire-Revised (EPQ-R) Five Factor Personality Inventory (FFPI) Zuckerman-Kuhlman Personality Questionnaire (ZKPQ)
	Conductas y hábitos alimentarios - Comportamientos relacionados con la nutrición y gestión del peso corporal	Eating Attitudes Test (EAT-26) Eating Disorder Diagnostic Scale (EDDS) Body Image Rating Scale (BIRS) Healthy Nutrition Attitude Scale
	Afrontamiento y regulación de la ira - Estrategias conductuales para manejar impulsos agresivos dentro del reglamento	State-Trait Anger Scale (STAS) Trait Anger and Expression Style Scale Anger Scale Competitive Aggressiveness and Anger Scale (CAAS)
	Riesgos y agresión deportiva - Comportamientos relacionados con la asunción de riesgos y expresión controlada de la agresividad	Makarowski's Questionnaire for Risk-Taking Behavior Makarowski's Sports Aggression Questionnaire

su entrenador (dimensión social-relacional), lo que a su vez puede fortalecer su motivación autodeterminada (dimensión motivacional-volitiva) y optimizar sus estrategias de afrontamiento adaptativo (dimensión conductual-adaptativa). Esta perspectiva integradora permite una comprensión más holística del funcionamiento psicológico del taekwondista y orienta la selección de instrumentos de evaluación según las necesidades específicas de cada caso.

En la Tabla 2 se presenta una clasificación de los principales instrumentos según las cuatro dimensiones del modelo propuesto, evidenciando que mientras algunas dimensiones

han sido ampliamente exploradas, otras presentan oportunidades significativas para el desarrollo de nuevos instrumentos específicos. Cabe señalar que esta categorización reconoce que algunas áreas psicológicas tienen componentes que atraviesan múltiples dimensiones. Por ejemplo, la autoconfianza tiene elementos cognitivos, pero su función principal es motivacional-volitiva. Esta interconexión entre dimensiones refleja la complejidad del funcionamiento psicológico en el taekwondo y refuerza la naturaleza integradora del modelo propuesto.

Propiedades Psicométricas de los Cuestionarios

La valoración de las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados en las investigaciones solo se observó en 49 manuscritos (59%). Las pruebas estadísticas empleadas para evaluar la confiabilidad y la validez de los instrumentos de medida se dividen en dos categorías principales: pruebas de confiabilidad y pruebas de validez. Para la confiabilidad, el Alfa de Cronbach es la prueba más común utilizada para medir la consistencia interna de los instrumentos (40 manuscritos; 48.2%), con valores superiores a .70 como estándar aceptable y frecuentemente superando el .80 en los estudios revisados, lo cual indica una alta confiabilidad. Como alternativa al Alfa de Cronbach, se empleó el Coeficiente Omega de McDonald (6 manuscritos; 7.2%), recomendado en casos de heterogeneidad en las varianzas de los errores, y cuyos valores obtenidos en los estudios revisados también reflejaron una alta consistencia interna. Además, la fiabilidad test-retest fue utilizada para evaluar la

estabilidad temporal de los instrumentos (8 manuscritos; 9.6%), reportando niveles que demuestran una adecuada replicabilidad de los resultados en diferentes momentos.

En cuanto a la validez, el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) se utilizó para confirmar la estructura teórica del instrumento, con índices de ajuste (CFI, TLI, RMSEA) que respaldan un buen ajuste del modelo en los estudios analizados, lo cual sugiere una validez de constructo sólida (11 manuscritos; 13.3%). Para evaluar la validez convergente, la Varianza Media Extraída (AVE) se reportó con valores superiores a .50, indicando que los ítems explican de manera adecuada la varianza de los factores (2 manuscritos; 2.4%). Asimismo, se incluyen las correlaciones ítem-total en 3 manuscritos (3.6%), donde los valores altos sugirieron que cada ítem contribuye significativamente a la puntuación total del instrumento, fortaleciendo así la estructura interna del mismo. Las pruebas estadísticas de validez fueron presentadas en un menor número de manuscritos en comparación con las pruebas estadísticas de confiabilidad (Tabla 3).

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo		
Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Dongoran et al. (2020)	Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS-R-5)	Confiabilidad: Alpha de Cronbach = .89
Nam et al. (2022)	Taekwondo Sport Psychological Skill Scale	RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) = .08 TLI (Tucker-Lewis Index): .910 AVE (Varianza Media Extraída): .50 Confiabilidad: Alpha de Cronbach = > .80
Nabilpour et al. (2023)	a) Emotional Intelligence Scale (EIS) b) Sport Success Scale (SSS) c) Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) d) Mindfulness Inventory for Sport (MIS)	a) Alpha de Cronbach entre .75 y .87 para las subescalas, y .80 en general. b) Confiabilidad: Alpha de Cronbach de .89 para las subescalas y .89 en general c) Alpha de Cronbach de .80 para confianza, .74 para constancia y .71 para control. d) No reporta
Cerin (2004)	a) Neuroticism and Extraversion Scales of the (NEO PI-R) b) Positive-Negative Affect Questionnaire (PNAQ) c) Modified Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2)	a) Consistencia interna: .86 a .95 b) Consistencia interna: .85 a .92 (positivo), .75 a .90 (negativo) c) Consistencia interna: .83 (cognitiva), .72 (somática)
Ortenburger et al. (2017)	a) Scale of Personal Competence b) Self-made Questionnaire	Confiabilidad = .85, fiabilidad test-retest = .78
Ortenburger et al. (2023)	a) Sense of Coherence Questionnaire (SOC-29) b) Pain Strategies Questionnaire (CPSQ) c) Health Behaviors Inventory (HBI-40)	a) Confiabilidad (α = .92) b) Confiabilidad (α = .80) c) Confiabilidad (α = .85)
Ortenburger et al. (2021)	a) General Self-Efficacy Scale (GSES) b) Health Behavior Inventory (HBI)	a) Confiabilidad (α = .80) b) Confiabilidad (α = .85)

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo (Continuación)

Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Zetou et al. (2014)	Functions of Self-Talk Questionnaire (FSTQ)	Consistencia interna: Alfa de Cronbach de .76 a .86
Parnabas et al. (2015)	Purpose of Sport Questionnaire	Consistencia interna: Alfa de Cronbach de .77 y .89
Ozrudi et al. (2021)	a) Adolescent Perceived Events Scale (APES) b) Automatic Thoughts Questionnaire (ATQ) c) General Self-Efficacy Scale d) Confrontation with Stressing Situation Questionnaire e) Social Support Questionnaire f) Children’s Depression Rating Scale	a) Confiabilidad: $\alpha = .89$ b) Confiabilidad: $\alpha = .97$ c) Confiabilidad: $\alpha = .88$ d) Confiabilidad: $\alpha = .87$ e) Confiabilidad: $\alpha = .89$, $\alpha = .92$, $\alpha = .87$ para las subescalas de familia, amigos y entrenador f) Confiabilidad: $\alpha = .88$
Heydari et al. (2022)	Sport Anxiety Scale (SAS)	Alpha de Cronbach = .72
Albuquerque et al. (2008)	Questionário do Perfil Motivacional	Coeficiente Alpha de Cronbach > .70
Tadesse (2015)	Personal Wellbeing Index-School Children (PWI-SC)	Validez convergente: correlación = .78 Alfa de Cronbach de .70 a .85
Atay et al. (2013)	a) Spielberger State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) b) Ways of Coping Inventory (WCI) c) Rosenberg Self-Esteem Scale	a) Análisis factorial: correlación ítem-total entre 0.14 y .056. Consistencia interna (alfa de Cronbach): .73 a .84 b) No reporta c) No reporta
Özsarı et al. (2024)	Mental Toughness Scale (MTS)	Alpha de Cronbach = .86. Análisis Factorial confirmatorio (CFA) CMIN/DF(x)2/df = 1.370, CFI = .968, GFI = .940, IFI = .969, AGFI = .906 y RMSEA = .047
Sari (2015)	a) Basic Psychological Need Scale. b) Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire (TEOSQ)	a) Consistencia interna: Alpha de Cronbach = .73 (autonomía), .73 (relación), .61 (competencia). Correlación Ítem-total y correlación entre los ítems (.21 a .56) b) Consistencia interna: Alpha de Cronbach = .87 (orientación a la tarea), .85 (orientación al ego)
Oh y Yoo (2023)	a) Transformational Leadership Scale (TLS) b) Team Sports Competition Norm Questionnaire (TSCNQ) c) Team Cohesion Scale	a) Confirmatory Factor Analysis (CFA) mostró un buen ajuste: ($\chi^2 = 22.398$, $df = 13$, $p < .01$, $Q = 1.723$, IFI = .993, TLI = .998, CFI = .993, RMSEA = .061) b) Confirmatory Factor Analysis (CFA) mostró un buen ajuste ($\chi^2 = 7.178$, $df = 4$, $p < .001$, $Q = 1.795$, IFI = .997, TLI = .992, CFI = .997, RMSEA = .064) c) CFA mostró un ajuste relativamente bueno ($\chi^2 = 8.174$, $df = 1$, $p < .001$, $Q = 8.174$, IFI = .976, TLI = .852, CFI = .975, RMSEA = .167), aunque el RMSEA no fue óptimo
Moradi et al. (2020)	Sports Participation Motivation Questionnaire (PMQ)	Alpha de Cronbach .89 (total), de .88 a .92 (dimensiones)
Ozan y Secer (2022)	a) Emotional Reactivity Scale b) Brief Psychological Resilience Scale c) Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS) d) Trait Anger and Expression Style Scale	a) Confiabilidad: $\alpha = .91$. Buen ajuste ($\chi^2 = 1.40$, RMSEA = .066, NFI = .90, CFI= .94). b) Confiabilidad: $\alpha = .91$. Buen ajuste $\chi^2/SD = 1.96$; REMSEA = .062, RMR = .063, SRMR = .067, CFI = .98) c) Confiabilidad: $\alpha = .79$. Buen ajuste ($\chi^2/SD = 2.84$; REM-SEA = .051, RMR = .036, CFI = .98) d) No reporta

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo (Continuación)

Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Sinan Biricik y Haluk (2022)	a) Brief Psychological Resilience Scale b) Trait Anger-Anger Expression Style Scale	a) Confiabilidad: $\alpha = .80$. análisis factorial confirmatorio ($\chi^2/SD = 2.08$, RMSEA = 0.044, RMR = .041, SRMR = .038, CFI= .96) b) Confiabilidad: $\alpha = .82$. análisis factorial confirmatorio ($\chi^2/SD = 2.66$; RMSEA = .053, RMR = .039, CFI = .88)
Jónsdóttir et al. (2022)	a) Perceived Stress Scale (PSS-4) b) Patient Health Questionnaire (PHQ-9) c) General Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7) d) Quality of Life Scale (QOLS)	Alpha de Cronbach: $\alpha = .74$ (PSS) Alpha de Cronbach: $\alpha = .85$ (PHQ-9) Alpha de Cronbach: $\alpha = .86$ (GAD-7) Alpha de Cronbach: $\alpha = .87$ (QOLS)
Özsarı y Görücü (2023)	a) Moral Decision-Making Attitudes Scale in Sports Infrastructure b) Psychological Well-Being Scale	a) Alpha de Cronbach = .78 b) Alpha de Cronbach = .79
Predoiu et al. (2022)	a) Perception of Stress Questionnaire (PSQ) b) Brief COPE	a) Coeficiente Omega de McDonald's (ω) entre .58 y .85 para las diferentes subescalas b) No reporta
Kim et al. (2020)	a) Emotional Intelligence Scale (EIS) b) Controlling Coaching Behavior Scale (CCBS) c) Autonomy Support Scale (ASS)- version Short d) Psychological Need Satisfaction Scale (PNS)	a) Validez de constructo aceptable (CFI = .94, TLI = .92, SRMR = .05) y fiabilidad (.76 a .89) b) Validez de constructo aceptable (CFI = .96, NNFI = .95, SRMR = .06, RMSEA = .05) y fiabilidad (.757 a .843) c) Alta consistencia interna (.87 a .91) d) Validez de constructo aceptable (CFI = .94, IFI = .94, SRMSR = .07, RMSEA = .09)
Monterrosa, Ojeda-Aravena, et al. (2023)	Psychological General Well-Being Index - Short Form (PGWBI-S)	Alpha de Cronbach = 0.87 (buena confiabilidad)
Çalık et al. (2019)	Social Physique Anxiety Scale	Coeficiente de correlación test-retest: .88 para mujeres y .81 para hombres Coeficiente de consistencia interna: .81 para mujeres y .77 para hombres
Gullu et al. (2020)	a) Coach-Athlete Relationship Scale (CARS) b) Passion Scale	a) Confiabilidad ($\alpha > .70$) para las subescalas b) Confiabilidad ($\alpha > .70$) para las subescalas
Patenteu et al. (2024)	a) Makarowski's Questionnaire for Risk-Taking Behavior. Makarowski et al. (2021) b) Brief Psychological Resilience Scale c) Makarowski's Sports Aggression Questionnaire	a) Coeficiente Omega de McDonald's (ω) .75 a .77 b) Coeficiente Omega .76 c) Coeficiente $\omega = .72$ para iniciativa, $\omega = .75$ para asertividad y $\omega = .77$ en el caso de juego sucio
Merino-Fernández et al. (2020)	a) Inventory of situations and anxiety responses (ISRA) b) Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)	a) Confiabilidad: $\alpha = .87$ (cognitiva), $\alpha = .85$ (fisiológica), $\alpha = .74$ (motora) b) Confiabilidad: $\alpha = .90$ (atención emocional), $\alpha = .90$ (claridad emocional), $\alpha = .86$ (reparación emocional)
Schwartz et al. (2021)	WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life-Bref)	Consistencia interna: .91 para preguntas, .77 para dominios. Confiabilidad test-retest: Correlación entre .69 y .81
Tasaddoghi (2013)	Coping Scale Korea Atletes (CSKA)	Consistencia interna: $\alpha = .81$ Consistencia interna de cada subescala: Entre .71 y .83

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo (Continuación)

Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Khayyat et al. (2020)	a) Ottawa Mental Skills Assessment Tool (OMSAT-3) b) Profile of Mood States (POMS)	a) Consistencia interna: α entre .68 y 0.88, con un promedio de .78; Confiabilidad test-retest: entre .78 y .96 b) Consistencia interna: α entre .84 y .95; Confiabilidad test-retest: entre .65 y .74
Estevan et al. (2016)	Cuestionario de autoeficacia percibida en acciones de taekwondo (CAPAT)	Consistencia interna (α = .83), subescala CAPAT técnica y CAPAT táctica (α = .75 y .83). Índices de bondad de ajuste (χ^2 /gl = 1.52 (SB χ^2 (34, N = 86) = 51.71; p > .01), RMSEA = .076; CFI = .93; NNFI = .91)
Cho et al. (2020)	Electronic Protector Cognition Scale	Estadísticos con base a la teoría de respuesta al ítem: Fiabilidad de la escala: 1. Confiabilidad de los sujetos: .88 (modelo real), 0.90 (modelo teórico) 2. Confiabilidad de los ítems: .93 (modelo real), .94 (modelo teórico) Validez estructural (Modelo de Rasch): a. Infit y Outfit (Bondad de ajuste de los sujetos): Media Infit (MNSQ): 1.01; desviación estándar Infit (SD): $\pm$ 0.55; media Outfit (MNSQ): 1.01; desviación estándar Outfit (SD): $\pm$ 0.55; rango observado de Infit: 0.19 – 3.28; rango aceptable según criterio: 0.75 – 1.30; confiabilidad de los sujetos (person reliability): Real: 0.88 y Modelo: 0.90 b. Infit y Outfit (Bondad de ajuste de los ítems): Media Infit (MNSQ): 1.00; desviación estándar Infit (SD): $\pm$ 0.19; media Outfit (MNSQ): 1.01; desviación estándar Outfit (SD): $\pm$ 0.19; rango de dificultad de ítems (logits): -0.62 a 0.41; confiabilidad de los ítems (item reliability): Real: 0.93 y Modelo: 0.94 3. Validez de la escala de categorías confirmada mediante los umbrales de Andrich
Kim et al. (2022)	Resilience Scale for Taekwondo Athletes (RSTA)	Consistencia interna (α de Cronbach): Total de la escala: .925 Subescalas: entre .830 y .891 Validez estructural: Análisis factorial confirmatorio (AFC): CFI = .956; TLI = .944; RMSEA = .054; SRMR = .043 Validez convergente y discriminante: Adecuadas (basadas en AVE y correlaciones entre factores).
Barić y Erdeljac (2024)	a) Eating Attitudes Test (EAT-26) b) Figure Rating Scale (FRS) c) Croatian Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (CTEOSQ) d) Coach's Negative Behavior Questionnaire e) Cuestionario específico de taekwondo (Ad Hoc)	a) Confiabilidad (α de Cronbach = .74) b) No reporta c) Confiabilidad: Tarea (α = .86), Ego (α = .82) d) Insensibilidad α = .76, retroalimentación negativa α = .83, enfoque en los resultados α = .75 y puntuación total α = .80 e) Confiabilidad baja (α = .52 – .62)
Bovolon et al. (2024)	a) Roundhouse Kick Self-Efficacy Scale (RKSES-IT) b) Regulatory Emotional Self-Efficacy Scale (RESE) c) Competitive Aggressiveness and Anger Scale (CAAS) d) Perceived Physical Ability Scale (PPAS)	a) Consistencia interna: α = .916; ω = .919; validez concurrente: correlación con PPAS (r = .561); validez estructural: ajuste aceptable (CFI = .987; RMSEA = .076) b) Consistencia interna: Subescala afecto positivo: α = .916, Subescala afecto negativo: α = .928 c) Consistencia interna: Ira: α = .809, Agresividad: α = .659 (aceptable, pero baja) d) Consistencia interna: α = .816 (Estudio 1); α = .825 (Estudio 2)

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo (Continuación)

Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Çağın et al. (2024)	a) ORTO-11 scale b) Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	a) Consistencia interna: $\alpha = .62$ (versión turca; $\alpha = .44$ para ORTO-15) b) No reporta.
Di Corrado, Tortella, et al. (2025)	a) Vividness of Visual Imagery Questionnaire (VVIQ) b) Vividness of Movement Imagery Questionnaire-2 (VMIQ-2) c) State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) d) Resilience Scale (RS)	a) Consistencia interna (Omega = .83), Fiabilidad test-retest ($r = .86$) b) Consistencia interna (Omega = .81), Fiabilidad test-retest ($r = .87$) c) Consistencia interna (Omega = .80), Fiabilidad test-retest ($r = .83$) d) Consistencia interna (Omega = .81), Fiabilidad test-retest ($r = .83$)
Di Corrado, Buscemi, et al. (2025)	a) Vividness of Visual Imagery Questionnaire (VVIQ) b) Vividness of Movement Imagery Questionnaire-2 (VMIQ-2) c) State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) d) Resilience Scale (RS)	a) Consistencia interna (Omega = .83), confiabilidad test-retest ($r = .86$) b) Consistencia interna (Omega = .81), confiabilidad test-retest ($r = .87$) c) Consistencia interna (Omega = .80), confiabilidad test-retest ($r = .83$) d) Consistencia interna (Omega = .81), confiabilidad test-retest ($r = .83$)
Hsieh et al. (2025)	Expert-rated on-field performance	Confiabilidad: Alta (ICC = .89, IC 95%: 0.474–0.965)
Kim et al. (2025)	a) Parents as Social Context Questionnaire for Korean Adolescents (PSCQ-KA) b) Basic psychological needs scale c) Life Skills Scale for Sport (LSSS) d) Life Skills Transfer Survey (LSTS)	a) Confiabilidad: $\alpha = .76 - .92$ b) Confiabilidad: $\alpha = .76 - .83$ c) Confiabilidad: $\alpha = .80 - .88$ d) Confiabilidad: $\alpha = .85 - .94$ Validez Convergente y Discriminante: Análisis de Correlaciones, positivas significativas ($p < .01$). Actitudes parentales positivas y Necesidades psicológicas básicas ($r = .25 - .72$). Actitudes parentales positivas y Desarrollo de habilidades para la vida ($r = .25 - .41$). Necesidades psicológicas básicas y Desarrollo de habilidades para la vida ($r = .67 - .73$). Desarrollo de habilidades para la vida y Transferencia de habilidades ($r = .45 - .72$) Correlaciones negativas significativas ($p < .01$): Actitudes parentales negativas y Necesidades psicológicas básicas ($r = -.05$ a $-.22$). Actitudes parentales negativas y Desarrollo de habilidades para la vida ($r = -.15$ a $-.27$). No multicolinealidad: Todos los coeficientes de correlación entre variables independientes $< .80$ Validez: Modelo teórico propuesto como resultado de los instrumentos: Modelo de Ecuaciones Estructurales (SEM) – Ajuste del Modelo: Índices de ajuste $\chi^2/df = 2.532$ ($\chi^2 = 511.394$, $df = 202$), CFI = .936, TLI = .927, RMSEA = .068 (IC 90%: 0.061–0.076), SRMR = .058
Maciejewski et al. (2024)	a) Competitive Anger and Aggressiveness Scale (CAAS) b) Perceived likelihood of getting injured during the season (Ad Hoc)	a) Consistencia interna: Ira: $\omega = .79$, Agresividad: $\omega = .77$ Validez de constructo confirmada mediante correlaciones significativas entre subescalas: Ira y Agresividad: $r = 0.42$ ($p < .001$). Ira y Agresión total: $r = 0.87$ ($p < .001$). Agresividad y Agresión total: $r = 0.78$ ($p < .001$). Validez convergente: Correlación positiva entre ira y percepción de riesgo de lesión ($r = .26$, $p = .008$) Validez discriminante: Diferencias significativas por sexo (hombres > mujeres en agresividad; $p = .02$). Diferencias entre deportistas lesionados vs. no lesionados ($p = .02$)

Tabla 3. Propiedades psicométricas de los instrumentos psicológicos aplicados en deportistas de taekwondo (Continuación)

Autor	Nombre del cuestionario/escala	Propiedades psicométricas
Özsarı et al. (2024)	a) Healthy Nutrition Attitude Scale b) Mental Toughness Scale (MTS)	a) Consistencia interna (α de Cronbach): Conocimiento sobre nutrición: .78, Emoción hacia la nutrición: .70, Nutrición positiva: .76 y Malnutrición: .80. Validez estructural (CFA): CMIN/DF = 2.017, CFI = .900, GFI = .900, RMSEA = .061 b) Consistencia interna (α de Cronbach): 0.86. Validez estructural (CFA): CMIN/DF = 1.370, CFI = .968, GFI = .940, RMSEA = .047
Predoiu et al. (2025)	Brief Psychological Resilience Scale	Consistencia interna (ω de McDonald): .74
Samanipour et al. (2025)	a) Emotional Intelligence Scale (EIS) b) Sport Success Scale (SSS) c) Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ)	a) Alfa de Cronbach general: .80, Subescalas: entre .75 y .87 b) Alfa de Cronbach global: .89, Subescalas: todas con .88–.89 c) Alfa de Cronbach Confianza: .80, Constancia: .74, Control: .71
Tolukan et al. (2024)	a) Attitude Scale for Healthy Nutrition (ASHN) b) Awareness for Exercise Addiction Scale (AFEAS)	a) Consistencia interna (α): Entre .66 y .86 para las subescalas b) Consistencia interna (α): Entre .77 y .83 para las subescalas
Uslu y Uslu (2024)	a) Self-Forgiveness Dual-Process Scale (SFDPS) b) Self-Compassion Scale Short Form (SCS)	a) Validez: Explicó el 50.95% de la varianza total en el análisis factorial exploratorio (AFE) b) Validez: Estructura unifactorial confirmada en AFE y análisis factorial confirmatorio (AFC), consistencia interna: Alfa de Cronbach = .75, Fiabilidad test-retest: Correlación alta (mediciones a 17 días de intervalo)
Zhao et al. (2024)	a) The Connor-Davidson Resilience Scale b) Taekwondo Performance Evaluation Scale (TPES)	a) Consistencia interna (α de Cronbach): .89, Fiabilidad test-retest (ICC): .87 b) Fiabilidad interevaluadores (ICC): .85, validez de constructo: correlación significativa con resultados competitivos ($r = .78$)

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo identificar y analizar los instrumentos psicológicos utilizados en investigaciones con deportistas de taekwondo, con el fin de examinar cuáles son los más empleados y brindar información relevante para futuras investigaciones y prácticas en psicología deportiva. La revisión de literatura realizada muestra una diversidad considerable en los estudios psicológicos aplicados al taekwondo, abarcando variables como la motivación, la ansiedad, las habilidades mentales, el bienestar psicológico, entre otras. Sin embargo, esta variedad también plantea desafíos para la comparación y generalización de los resultados, ya que no siempre se han utilizado los mismos instrumentos ni con las mismas metodologías para evaluar un constructo teórico (Kim et al., 2021). La falta de estandarización en la selección y adaptación de instrumentos dificulta la comparación entre estudios y limita la capacidad para identificar relaciones consistentes entre variables psicológicas. Esto subraya la necesidad de desarrollar y validar

instrumentos específicos para taekwondo que reflejen fielmente las experiencias y necesidades de los deportistas en este deporte de combate.

Uno de los aspectos limitantes más destacados es la heterogeneidad en las muestras de los estudios revisados. La variabilidad en el tamaño, la composición por sexo y edad, y el nivel de rendimiento de los deportistas limita la representatividad de los hallazgos y dificulta la identificación de patrones consistentes. Esto plantea interrogantes sobre la generalizabilidad de los resultados a la población general de taekwondistas, especialmente debido a la predominancia de muestras no probabilísticas (Ponseti et al., 2019). Este aspecto debe ser tenido en cuenta al momento de interpretar los resultados de estas investigaciones y sus correspondientes comparaciones en otros contextos. Así, futuras investigaciones deberían considerar la inclusión de muestras representativas y diversas que reflejen fielmente la demografía del deporte. Además, establecer criterios estándar para la selección de participantes podría mejorar la comparabilidad entre estudios.

En cuanto a los instrumentos psicológicos, se observó una amplia variedad en las herramientas utilizadas para evaluar variables como la ansiedad competitiva, el autocontrol, entre otras áreas. Instrumentos como la Sport Anxiety Scale (SAS), el Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2) o el Sports Competition Anxiety Inventory-2 (SCAI-2) se han utilizado en deportes de combate como el taekwondo (Cerin, 2004; Costarelli y Stamou, 2009; Maloney et al., 2022), aunque con limitaciones en su aplicación a taekwondo, ya que no siempre consideran las particularidades psicológicas de esta disciplina (Jeong et al., 2021; Rubio et al., 2023).

El análisis de los instrumentos psicológicos identificados mediante el MMEPT ($n = 71$) revela una distribución asimétrica que refleja tanto las tendencias históricas en la psicología del deporte como las particularidades del taekwondo como disciplina. La predominancia de instrumentos en la dimensión cognitiva-emocional (25.4% del total) se alinea con la tradición investigativa en deportes de combate que ha privilegiado el estudio de la ansiedad competitiva y la regulación emocional, aspectos considerados determinantes del rendimiento en situaciones de alta presión. Sin embargo, esta concentración también evidencia un sesgo reduccionista que ha limitado la comprensión holística del funcionamiento psicológico del taekwondista (Harwood et al., 2017; Renshaw et al., 2019). La escasez de instrumentos específicamente diseñados para evaluar la integración entre el control emocional y los aspectos filosóficos del taekwondo como arte marcial representa una brecha significativa, considerando que la disciplina tradicionalmente enfatiza el desarrollo del autocontrol emocional como componente fundamental del *Do* (el camino).

Ahora bien, la dimensión conductual-adaptativa, que agrupa el 39.4% de los instrumentos, demuestra un desarrollo fragmentado donde coexisten herramientas genéricas del deporte con algunas adaptaciones específicas para artes marciales. Este hallazgo es particularmente revelador cuando se contrasta con la literatura sobre la especificidad contextual en la evaluación psicológica deportiva. Mientras autores como Maloney et al. (2018) han argumentado sobre la necesidad de instrumentos que capturen las demandas únicas de cada deporte, nuestra revisión muestra que la mayoría de las herramientas utilizadas en taekwondo son préstamos directos de otros contextos deportivos. La paradoja es evidente: el taekwondo presenta demandas conductuales únicas como la gestión del peso pre-competitivo, el afrontamiento del dolor por impacto directo y la regulación de la agresividad dentro de un código ético estricto, pero solo dos instrumentos (CAPAT y Taekwondo Sport Psychological Skill Scale) han sido desarrollados específicamente para capturar estas particularidades. Estas deficiencias metodológicas

plantean serias dudas sobre la credibilidad de la investigación que se ha basado en herramientas genéricas de recopilación de datos, ya que no cumple con tres criterios críticos: la medición precisa con validez y confiabilidad, la diferenciación de los individuos en función de atributos psicológicos específicos relacionados con el deporte y la capacidad de predecir los comportamientos futuros asociados con el deporte (Chaabene et al., 2018; Cid et al., 2022).

La dimensión social-relacional, con apenas el 11.3% de los instrumentos identificados, constituye el área más desatendida a pesar de su importancia crítica en el desarrollo del taekwondista. Esta subrepresentación contrasta marcadamente con la evidencia empírica sobre el rol fundamental de la relación maestro-alumno en las artes marciales orientales y el impacto del apoyo social en el rendimiento deportivo (Zvi y Lavi, 2025). La transmisión del conocimiento en el taekwondo trasciende lo técnico para incluir aspectos morales, filosóficos y relacionales que configuran la identidad del practicante (Cook, 2024). Sin embargo, los instrumentos disponibles evalúan estas relaciones desde paradigmas occidentales que no capturan la complejidad de los vínculos jerárquicos, el respeto ritual y la lealtad característica del *do-jang*. Esta desconexión entre la riqueza conceptual del fenómeno y la pobreza de herramientas para evaluarlo sugiere una oportunidad crítica para el desarrollo de instrumentos culturalmente sensibles que integren las perspectivas oriental y occidental sobre las relaciones en el contexto deportivo del taekwondo.

En los artículos científicos analizados en la presente investigación se observa una inconsistencia en la denominación de los instrumentos utilizados, incluso cuando se trata del mismo cuestionario. Por ejemplo, el Spielberger State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) ha sido referido en diferentes manuscritos con nombres como State-Trait Anger Scale (STAS) (Lapa et al., 2013), Trait Anger and Expression Style Scale (Ozan y Secer, 2022), Trait Anger-Anger Expression Style Scale (Sinan Biricik y Haluk, 2022) o State-Trait Anxiety Inventory (STAI) (Binboga et al., 2012; Costarelli y Stamou, 2009; Dumbravu y Abalaşei, 2025).

Estas variaciones terminológicas pueden generar confusión al identificar y comparar instrumentos entre estudios. Un factor crítico es el proceso de traducción bidireccional: muchos cuestionarios originalmente en inglés (p. ej., el Trait Meta-Mood Scale - TMMS-24) son adaptados al idioma natal de la población estudiada (español, coreano, etc.) para su aplicación, pero al publicar los resultados en revistas internacionales, se retraducen al inglés con términos no siempre equivalentes. Por ejemplo, Merino-Fernández et al. (2020) reportan que el TMMS-24 ha sido denominado indistintamente como 'Escala de Inteligencia Emocional' en español

o 'Emotional Intelligence Scale' en inglés, aunque evalúa dimensiones específicas de metaconocimiento emocional. Esta circularidad lingüística ha derivado en múltiples etiquetas para un mismo instrumento, dificultando la replicabilidad y los metaanálisis. Estas discrepancias destacan la necesidad de estandarizar las referencias a los instrumentos psicológicos para facilitar la interpretación y la comparación entre estudios.

En términos de propiedades psicométricas, aunque la mayoría de los instrumentos revisados presenta una buena confiabilidad, la evidencia sobre su validez de constructo es limitada. Este aspecto es crítico, ya que la confiabilidad es solo una condición necesaria, pero no suficiente para asegurar que un instrumento mide de manera adecuada lo que pretende medir (Rubio et al., 2023). Si bien algunos estudios han realizado análisis factoriales confirmatorios para evaluar la estructura factorial de los cuestionarios, otros se han limitado a reportar coeficientes de confiabilidad como el Alfa de Cronbach, lo cual es insuficiente para garantizar una validez robusta (Costa, 2023). El Alfa de Cronbach presenta varias limitaciones, limitaciones que han sido expuestas en diversos estudios y, por lo tanto, se recomiendan otras métricas alternativas (González y Aspeé, 2021; Toro et al., 2022).

La falta de una validación adecuada de los instrumentos utilizados en taekwondo plantea importantes limitaciones metodológicas. Es fundamental avanzar en la estandarización de los instrumentos empleados en el taekwondo y realizar estudios rigurosos que evalúen tanto la validez de constructo como la validez convergente y discriminante, aspecto soportado en algunos estudios (Martínez-García y Martínez-Caro, 2008; Tadesse, 2015). Además, muchos de los instrumentos han sido adaptados a diferentes idiomas y culturas sin seguir procesos rigurosos de equivalencia cultural y lingüística, o al menos, dichos procesos metodológicos no han sido mencionados en los estudios, lo cual puede introducir sesgos y afectar a la interpretación de los resultados (Maloney et al., 2018).

Limitaciones

El presente estudio presenta varias limitaciones que deben tenerse en cuenta a la hora de interpretar sus resultados. En primer lugar, la heterogeneidad de las muestras de los estudios incluidos en cuanto a tamaño, sexo, edad y nivel de competición dificulta la generalización de los resultados y la comparación entre los estudios. En segundo lugar, muchos de los instrumentos psicológicos utilizados no han sido validados específicamente para el contexto del taekwondo, lo que plantea dudas sobre su validez ecológica

y su aplicabilidad en este deporte de combate. En tercer lugar, la inconsistencia en la denominación y adaptación de los instrumentos, como se observó en el Inventario de Expresión de la Ira como Rasgo y Estado de Spielberger (STAXI), limita la comparabilidad entre los estudios. Además, la falta de informes completos, en particular sobre los instrumentos ad hoc y las propiedades psicométricas de la mayoría de los instrumentos utilizados, especialmente en lo que respecta a la validez del constructo, limita la relevancia de las conclusiones. Por último, la exclusión de estudios que no están disponibles en acceso abierto o en idiomas distintos del español, el portugués y el inglés podría haber omitido resultados de investigación relevantes.

Perspectivas Futuras

Las limitaciones identificadas abren posibilidades para futuras investigaciones. Se recomienda desarrollar instrumentos psicológicos diseñados y validados específicamente para el taekwondo que tengan en cuenta las particularidades culturales y competitivas de este deporte, como la influencia de la filosofía oriental en la relación maestro-alumno y las altas exigencias de las competiciones de élite. Asimismo, es fundamental realizar estudios longitudinales que evalúen la evolución de variables psicológicas como la resiliencia, la motivación y la regulación emocional a lo largo de toda la carrera deportiva de los deportistas de taekwondo, desde la fase de formación hasta el nivel profesional. Otra área de investigación emergente es el estudio de los adolescentes y los aprendices, en los que la adquisición de habilidades psicológicas puede tener un impacto significativo en el desarrollo deportivo y personal. Por último, se propone explorar la integración de enfoques mixtos que combinen instrumentos cuantitativos con métodos cualitativos para captar la diversidad de experiencias psicológicas en el taekwondo.

Conclusiones

Esta revisión revela una amplia diversidad de instrumentos psicológicos empleados en el taekwondo, con un enfoque predominante en la evaluación de variables cognitivas-emocionales, como la ansiedad competitiva, la resiliencia, la motivación y las estrategias de afrontamiento. Los resultados destacan que la mayoría de los instrumentos se centran en la dimensión cognitiva-emocional, mientras que la dimensión social-relacional, que incluye aspectos como las dinámicas interpersonales en la relación maestro-alumno, permanece subexplorada. Algunos estudios reportan

propiedades psicométricas robustas, como las del Cuestionario de Autoeficacia Percibida en Acciones de Taekwondo (CAPAT) y la Taekwondo Sport Psychological Skill Scale, lo que respalda su utilidad en el contexto del taekwondo. El Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT) emerge como un marco teórico valioso que integra dimensiones clave, como la regulación emocional y las influencias culturales, para comprender el funcionamiento psicológico de los taekwondistas. Estos hallazgos subrayan la importancia de considerar el contexto cultural y competitivo del taekwondo, incluyendo la influencia de la filosofía oriental en la evaluación de los factores psicológicos que impactan el rendimiento deportivo.

Aplicaciones Prácticas

Los resultados de este estudio tienen implicaciones prácticas para diversos actores en el ámbito del taekwondo. Para los entrenadores, el uso de instrumentos validados como el cuestionario sobre la autoeficacia percibida en las acciones de taekwondo (CAPAT) o la escala de habilidades psicológicas deportivas de taekwondo (Taekwondo Sport Psychological Skill Scale), puede facilitar la identificación de los puntos fuertes y las áreas de mejora en las habilidades psicológicas de los deportistas y permitir el desarrollo de medidas personalizadas para optimizar el rendimiento en situaciones de alta presión. Por ejemplo, los entrenadores pueden utilizar estas herramientas para controlar la ansiedad competitiva y desarrollar estrategias de visualización o un diálogo interno adaptado a las necesidades individuales.

Para los deportistas, el uso de estas herramientas fomenta la conciencia de sus estados psicológicos, como la resiliencia o la motivación, lo que puede conducir a una mejor gestión de las emociones durante los entrenamientos y las competiciones. La familiaridad con las técnicas de relajación o las imágenes mentales, evaluadas con instrumentos específicos, puede mejorar su preparación mental y su rendimiento en la competición.

Para los psicólogos deportivos, esta revisión subraya la importancia de seleccionar instrumentos con sólidas propiedades psicométricas que se adapten al contexto del taekwondo. Estos profesionales pueden utilizar los resultados para desarrollar programas de intervención que aborden determinadas dimensiones del Modelo Multidimensional de Evaluación Psicológica en Taekwondo (MMEPT), como la regulación emocional o las dinámicas sociales, reforzando así el bienestar y el rendimiento de los deportistas.

Para los investigadores, los resultados subrayan la necesidad de estandarizar la selección y validación de

instrumentos y desarrollar estudios que integren perspectivas culturales y longitudinales. La creación de bases de datos comunes con información psicométrica sobre los instrumentos utilizados en el taekwondo podría facilitar la comparabilidad y el avance de los conocimientos científicos en este campo.

Referencias

- Albuquerque, M. R., Costa, V. T. da, Samulski, D. M. y Noce, F. (2008). Avaliação do perfil motivacional dos atletas de alto rendimento do taekwondo brasileiro. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(1), 81–100. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311126259006>
- Almeida Pinto, S. de y Conti Costa, G. de (2015). Motivação dos praticantes de taekwondo: Estudo realizado em academias de Belo Horizonte. *RBFF - Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 7(27), 495–504. <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/309>
- Álvarez, O., Estevan, I., Falcó, C., Hernández-Mendo, A. y Castillo, I. (2014). Perfil de habilidades psicológicas en taekwondistas universitarios y su relación con el éxito en competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 13–20. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/211181>
- Atay, I. M., Aydin, C. y Karatosun, H. (2013). Trait anger, anger expression, coping strategies and self-esteem among elite taekwondo players. *Medicina Dello Sport*, 66, 389–398.
- Aydemi r, B., Kul, M. y Kirkbir, F. (2023). Investigation of the relationship between brief resilience levels of taekwondo players and their levels of state and trait anxiety. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 6(1), 1249–1260. <https://doi.org/10.38021/ASBID.1373144>
- Bae, J. H., Cho, E.-H. y Lim, T.-H. (2021). Examining the role of life skills in mediating the relationship between the basic psychological needs and subjective well-being of taekwondo student-athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), Artículo 11538. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111538>
- Baltes, P. B. y Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes y M. M. Baltes (Eds.), *Successful Aging: Perspectives from the behavioral sciences* (Issue 1, pp. 1–34). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665684.003>
- Barić, R. y Erdeljac, T. (2024). Eating disorders in taekwondo athletes: The contribution of coach behavior, body satisfaction, and goal orientation. *Sports*, 12(12), Artículo 315. <https://doi.org/10.3390/SPORTS12120315>
- Binboga, E., Guven, S., Çatikkaş, F., Bayazit, O. y Tok, S. (2012). Psychophysiological responses to competition and the big five personality traits. *Journal of Human Kinetics*, 33(1), 187–194. <https://doi.org/10.2478/V10078-012-0057-X>
- Biricik, Y. S. y Haluk, S. (2022). O efeito da pandemia Covid-19 sobre o estilo de expressão da raiva em atletas individuais: O papel preditivo da resiliência psicológica. *Synesis*, 14(1), 291–308. <https://seer.ucp.br/seer/index.php/synesis/article/view/2313>

- Boobani, B., Grants, J., Boge, I., Glaskova-Kuzmina, T., Bula-Biteniece, I., Jagiełło, W. y Litwiniuk, A. (2023). Effect of outdoor recreation activity on mental toughness of taekwondo athletes in competition period. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*, 19(1), 113–121. <https://smaes.archbudo.com/view/abstract/id/16436>
- Boobani, B., Grants, J., Glaskova-Kuzmina, T., Zidens, J. y Litwiniuk, A. (2024). Effect of green exercise on stress level, mental toughness, and performance of taekwondo athletes. *Archives of Budo*, 20(1).
- Boobani, B., Grants, J., Litwiniuk, A., Boge, I. y Glaskova-Kuzmina, T. (2024). Effect of walking in nature on stress levels and performance of taekwondo athletes in the competition period. *Journal of Kinesiology and Exercise Sciences*, 34(106), 17–27. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0054.4456>
- Bovolon, L., Nappa, M. R., Chiodo, S., Greco, F., Folino, K., Tarsitano, M. G., Bertollo, M. y Emerenziani, G. Pietro. (2024). Beliefs on the ability to regulate negative emotions mediates the effects of competitive anger on task-focused self-efficacy in taekwondo athletes. *Heliyon*, 10(20), Artículo e39373. <https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2024.E39373>
- Brewer, B. y Wiley, J. (2009). *Sport psychology* (B. W. Brewer, Ed.). Wiley-Blackwell.
- Çağın, M., Polat, S. Ç., Sarol, H., Ünlü, Ç. y Janicijevic, D. (2024). A study on elite athletes: Orthorexia nervosa tendency is a risk factor for sleep quality. *PeerJ*, 12(10), Artículo e18349. <https://doi.org/10.7717/PEERJ.18349/SUPP-1>
- Çalık, F., Sertbaş, K., Yalçın, I., Geri, S. y Sivrikaya, K. (2019). Social physique anxiety levels of Turkish combat sports (martial arts) athletes and sedentary individuals. *Archives of Budo*, 15, 149–154.
- Cerin, E. (2004). Predictors of competitive anxiety direction in male tae kwon do practitioners: A multilevel mixed idiographic/nomothetic interactional approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 497–516. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00041-4](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00041-4)
- Certel, Z., Aksoy, D., Çalışkan, E., Lapa, T. Y., Özçelik, M. A. y Çelik, G. (2013). Research on self-esteem in decision making and decision-making styles in taekwondo athletes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93, 1971–1975. <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2013.10.150>
- Chaabene, H., Negra, Y., Bouguezzi, R., Capranica, L., Franchini, E., Prieske, O., Hbacha, H. y Granacher, U. (2018). Tests for the assessment of sport-specific performance in Olympic combat sports: A systematic review with practical recommendations. *Frontiers in Physiology*, 9, Artículo 386. <https://doi.org/10.3389/FPHYS.2018.00386>
- Chiodo, S., Tessitore, A., Cortis, C., Cibelli, G., Lupo, C., Ammendolia, A., Rosas, M. D. y Capranica, L. (2011). Stress related hormonal and psychological changes to official youth taekwondo competitions. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21(1), 111–119. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01046.x>
- Cho, E. H., Jang, C. Y., Kwak, Y. S. y Kim, E. J. (2020). The psychometric characteristic of the taekwondo electronic protector cognition scale: The application of the Rasch model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), Artículo 3684. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17103684>
- Cid, L., Monteiro, D., Teixeira, D. S., Evmenenko, A., Andrade, A., Bento, T., Vitorino, A., Couto, N. y Rodrigues, F. (2022). Assessment in sport and exercise psychology: Considerations and recommendations for translation and validation of questionnaires. *Frontiers in Psychology*, 13, Artículo 806176. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.806176>
- Cook, D. (2024). *Traditional taekwondo: Core techniques, history, and philosophy*. YMAA Publication Center.
- Costa, R. (2023). Looking for the key to winning: Psychophysiological predicting factors in healthy university students. *Behavioral Sciences*, 13(12), Artículo 978. <https://doi.org/10.3390/bs13120978>
- Costarelli, V. y Stamou, D. (2009). Emotional intelligence, body image and disordered eating attitudes in combat sport athletes. *Journal of Exercise Science y Fitness*, 7(2), 104–111. [https://doi.org/10.1016/S1728-869X\(09\)60013-7](https://doi.org/10.1016/S1728-869X(09)60013-7)
- Davids, K., Button, C. y Bennett, S. (2008). *Dynamics of skill acquisition: A constraints-led approach*. Human Kinetics.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Delleli, S., Ouergui, I., Messaoudi, H., Ballmann, C. G., Ardigò, L. P. y Chtourou, H. (2023). Effects of caffeine consumption combined with listening to music during warm-up on taekwondo physical performance, perceived exertion and psychological aspects. *PLOS ONE*, 18(10), Artículo e0292498. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0292498>
- Delleli, S., Ouergui, I., Messaoudi, H., Bridge, C. A., Ardigò, L. P. y Chtourou, H. (2024). Synergetic effects of a low caffeine dose and pre-exercise music on psychophysical performance in female taekwondo athletes. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 19(1), 55–70. <https://doi.org/10.18002/rama.v19i1.2405>
- Di Corrado, D., Buscemi, A., Parisi, M. C., Zoffoli, A., La Paglia, R. y Coco, M. (2025). The relationship between anger expression and imagery vividness: The mediating effect of resilience in Korean martial art. *Sport Sciences for Health*, 1–10. <https://doi.org/10.1007/s11332-025-01454-2>
- Di Corrado, D., Tortella, P., Coco, M., Guarnera, M., Tusak, M. y Parisi, M. C. (2025). Mental imagery and stress: the mediating role of self-efficacy in competitive martial arts athletes. *Frontiers in Psychology*, 16, Artículo 1517718. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2025.1517718>
- Dongoran, M. F., Muhammad Fadlih, A., y Riyanto, P. (2020). Psychological characteristics of martial sports Indonesian athletes based on categories art and fight. *Enfermería Clínica*, 30, 500–503. <https://doi.org/10.1016/J.ENFCLI.2019.10.129>
- Dumbravu, I. -A. y Abaláșei, B. -A. (2025). Considerations on the influence of mindfulness and sports games on the performance of taekwondo athletes. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 17(1), 439–453. <https://doi.org/10.18662/RREM/17.1/960>
- Estevan, I., Álvarez, O. y Castillo, I. (2016). Autoeficacia percibida y rendimiento técnico-táctico en taekwondistas universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 51–64. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/264421>
- Finkenberg, M. E. (1990). Effect of participation in taekwondo on college women's self-concept. *Perceptual and Motor Skills*, 71(3), 891–894. <https://doi.org/10.2466/pms.1990.71.3.89>

- Finkenberg, M. E., DiNucci, J. M., McCune, E. D. y McCune, S. L. (1992). Analysis of the effect of competitive trait anxiety on performance in taekwondo competition. *Perceptual and Motor Skills*, 75(1), 239–243. <https://doi.org/10.2466/PMS.1992.75.1.239>
- Gómez, J. D., Martín Matoma, O. A., Quimbay Torres, D. S. y Cardozo, L. A. (2023). Ansiedad precompetitiva en Taekwondocas. *Cuaderno de Investigaciones: Semilleros Andina*, 15, 129–144. <https://doi.org/10.33132/26196301.2240>
- González, J. y Aspeé, J. (2021). Propuesta de estimador de la fiabilidad mediante Alfa-Game. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.14101>
- Greco, F., Quinzi, F., Chiodo, S., Cerulli, C., Tranchita, E., Bertollo, M., y Emerenziani, G. Pietro. (2024). The effects of pre-task music on choice visual reaction time in elite taekwondo athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 27(4), 276–280. <https://doi.org/10.1016/J.JSAMS.2024.01.002>
- Guimarães Pinheiro, F. M., Pereira De Andrade, A. G., De Sousa, G. y Franco, N. (2015). Motivational dimensions of taekwondo practitioners. *Archives of Budo*, 11, 403–411.
- Gullu, S., Keskin, B., Ates, O. y Hanbay, E. (2020). Coach-athlete relationship and sport passion in individual sports. *Acta Kinesiológica*, 14(1), 9–15. <https://doi.org/10.2/JQUERY.MIN.JS>
- Hanin, Y. L. (2000). Individual zones of optimal functioning (IZOF) model: Emotion-performance relationship in sport. In Y. L. Hanin (Ed.), *Emotions in sport* (pp. 65–89). Human Kinetics.
- Hardy, L., Jones, G. y Gould, D. (2018). *Understanding psychological preparation for sport: Theory and practice of elite performers*. John Wiley y Sons.
- Harwood, A., Lavidor, M. y Rassovsky, Y. (2017). Reducing aggression with martial arts: A meta-analysis of child and youth studies. *Aggression and Violent Behavior*, 34, 96–101. <https://doi.org/10.1016/J.AVB.2017.03.001>
- Heydari, M., Zarabadipour, M., Mirzadeh, M. y Asgari Ghonche, M. R. (2022). Effect of competition on salivary α -amylase in taekwondo athletes. *Science y Sports*, 37(7), 618–623. <https://doi.org/10.1016/J.SCISPO.2021.06.012>
- Hsieh, W. L., Kao, S. C., Moreau, D., Wu, C. T. y Wang, C. H. (2025). Examining the relationship between response inhibition and Taekwondo performance: The importance of ecological validity. *Psychology of Sport and Exercise*, 78, Artículo 102817. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHSPORT.2025.102817>
- Jeong, H. S., O'Sullivan, D., Jeong, D. H. y Lee, S. Y. (2021). Sports injuries and illnesses after implementation of the web-based surveillance system in world taekwondo. *Journal of Athletic Training*, 56(11), 1232–1238. <https://doi.org/10.4085/330-19>
- Jodra, P., Galera, M. Á., Estrada, O. y Domínguez, R. (2019). Esfuerzo físico y procesos atencionales en el deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(2), 1–6. <https://doi.org/10.5093/RPADEF2019A9>
- Jónsdóttir, M. K., Kristófersdóttir, K. H., Runólfssdóttir, S., Kristensen, I. S. U., Sigurjónsdóttir, H., Eggertsdóttir Claessen, L. Ó. y Kristjánssdóttir, H. (2022). Concussion among female athletes in Iceland: Stress, depression, anxiety, and quality of life. *Nordic Psychology*, 74(4), 262–278. <https://doi.org/10.1080/19012276.2021.2004916>
- Julvanichpong, T., Pattanamontri, C., Charoenwattana, S., Singnoy, C., Julvanichpong, T., Pattanamontri, C., Charoenwattana, S. y Singnoy, C. (2022). The effect of a psychological skill training package on the mental readiness of taekwondo athletes. *Psychology*, 13(12), 1670–1684. <https://doi.org/10.4236/PSYCH.2022.1312104>
- Kazemi, M., Waalen, J., Morgan, C. y White, A. R. (2006). A profile of Olympic Taekwondo competitors. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5(CSSI), 114–121.
- Khayyat, H. N., Sa Ir, S. G., Hataş, Ö., Smolarczyk, M. y Akalan, C. (2020). Physical, physiological and psychological profiles of elite Turkish taekwondo athletes. *Biomedical Human Kinetics*, 12(1), 187–196. <https://doi.org/10.2478/BHK-2020-0024>
- Kim, H. Bin, Nam, J. H., Chung, D. H. y Cho, E. H. (2022). Developing a scale using item response theory of the self-resilience in taekwondo players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), Artículo 728. <https://doi.org/10.3390/IJERPH20010728>
- Kim, D. S., Jin, H. y Bae, J. (2025). Role of parenting attitudes and basic psychological needs in life skills development and transfer among Korean student-athletes. *Scientific Reports*, 15(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/S41598-025-85944-W>
- Kim, S., Hwang, S. y Kim, B. (2020). Coaches' emotional intelligence and athletes' psychological need satisfaction in taekwondo: Coaching behaviour as a mediator. *Archives of Budo*, 16, 303–313. <https://archbudo.com/view/abstract/id/13803>
- Kim, Y. J., Baek, S. H., Park, J. B., Choi, S. H., Lee, J. D. y Nam, S. S. (2021). The psychosocial effects of taekwondo training: A meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11427. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111427>
- Kuhl, J. (2000). A functional-design approach to motivation and self-regulation: The dynamics of personality systems interactions. In *Handbook of self-regulation* (pp. 111–169). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50034-2>
- Lapa, T. Y., Aksoy, D., Certel, Z., Özçelik, E. Ç. M. A., y Çelik, G. (2013). Evaluation of trait anger and anger expression in taekwondo athletes in relation to gender and success. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93, 1976–1979. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.10.151>
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14(3), 229–252. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.3.229>
- Lim, T. -H. y O'Sullivan, D. (2016). Case study of mental skills training for a taekwondo olympian. *Journal of Human Kinetics*, 50(1), 235–245. <https://doi.org/10.1515/hukin-2015-0161>
- Litwiniuk, A., Grants, J., Kravalis, I. y Obmiński, Z. (2019). Personality traits of athletes practicing eastern martial arts. *Archives of Budo*, 15, 195–201. <https://archbudo.com/view/abstract/id/13140>
- Maciejewski, R., Ulanday, M. E. D. y Madrigal, N. R. (2024). Aggression, perceived injury risk, and actual injury in combat sports and martial arts. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(11), 2040–2047. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.11302>
- Maloney, M. A., Renshaw, I., Greenwood, D. y Farrow, D. (2022). Situational information and the design of representative learning tasks: What impact does a scoreboard have on expert taekwondo fighters' behaviour and affective-cognitive responses? *Psychology of Sport and Exercise*, 61, Artículo 102175. <https://doi.org/10.1016/J.PSYCHSPORT.2022.102175>

- Maloney, M. A., Renshaw, I., Headrick, J., Martin, D. T. y Farrow, D. (2018). Taekwondo fighting in training does not simulate the affective and cognitive demands of competition: Implications for behavior and transfer. *Frontiers in Psychology*, 9, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00025>
- Martínez-García, J. A. y Martínez-Caro, L. (2008). La validez discriminante como criterio de evaluación de escalas: ¿teoría o estadística? *Universitas Psychologica*, 8(1), 27–36. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/224>
- Merino-Fernández, M., Brito, C. J., Miarka, B. y Díaz-de-Durana, A. L. (2020). Anxiety and emotional intelligence: Comparisons between combat sports, gender and levels using the trait meta-mood scale and the inventory of situations and anxiety response. *Frontiers in Psychology*, 11, Artículo 505982. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00130>
- Messaoudi, H., Ouergui, I., Delleli, S., Ballmann, C. G., Ardigò, L. P. y Chtourou, H. (2024). Acute effects of plyometric-based conditioning activity and warm-up music stimuli on physical performance and affective state in male taekwondo athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 5, Artículo 1335794. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1335794>
- Monterrosa, A., De la Rosa, A., San-Martin, E. B., Fuentes-García, J. P., Poblete Valderrama, F., Setiawan, E. y Ojeda-Aravena, A. (2023). Impacto de los factores sociales y físicos en el bienestar psicológico bajo el confinamiento de COVID-19 en atletas de taekwondo: un estudio transversal. *Retos*, 50, 364–369. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V50.99302>
- Monterrosa, A., Ojeda-Aravena, A., Arc-Chagnaud, C., Gomez Quintero, J. M. y De la Rosa, A. (2023). Impact of COVID-19 lockdown on physical activity and psychological well-being in taekwondo athletes. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 23(3), 71–83. <https://doi.org/10.14589/IDO.23.3.8>
- Moradi, J., Bahrami, A. y Dana, A. (2020). Motivation for participation in sports based on athletes in team and individual sports. *Physical Culture and Sport, Studies and Research*, 85(1), 14–21. <https://doi.org/10.2478/PCSSR-2020-0002>
- Nabilpour, M., Samanipour, M. H., Bragazzi, N. L., Haddad, M., Herrera-Valenzuela, T., Tao, D., Baker, J. S. y Šimenko, J. (2023). An investigation into the associations between psychological skills, anaerobic fitness, and aerobic fitness in elite Iranian taekwondo athletes. *PloS One*, 18(7), Artículo e0288227. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0288227>
- Nam, J. -H, Kim, E. -J. y Cho, E. -H. (2022). Sport psychological skill factors and scale development for taekwondo athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), Artículo 3433. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063433>
- Oh, Y. y Yoo, J. I. (2023). Team cohesion in individual/team sports athletes: Transformational leadership and the role of social norms. *Healthcare*, 11(6), Artículo 792. <https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE11060792>
- Olmedilla-Caballero, B., Moreno-Fernández, I. M., Gómez-Espejo, V. y Olmedilla-Zafra, A. (2020). Preparación psicológica para los juegos paralímpicos y afrontamiento de lesión: un caso en taekwondo. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 5(1), 1–13. <https://doi.org/10.5093/RPADEF2020A4>
- Ortenburger, D., Mosler, D., Cholewa, J. y Wąsik, J. (2023). Relationship of sense of coherence to healthy behavior in taekwondo athletes. *Sustainability*, 15(3), Artículo 2213. <https://doi.org/10.3390/SU15032213>
- Ortenburger, D., Mosler, D., Langfort, J. y Wąsik, J. (2022). Feeling of meaningfulness and anxiety of taekwon-do fighters in a salutogenic notion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), Artículo 15658. <https://doi.org/10.3390/IJERPH192315658>
- Ortenburger, D., Wąsik, J., y Bukova, A. (2015). Taekwondo training in the context of dealing with negative emotions. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*, 11(1), 99–104. <https://smaes.archbudo.com/view/abstract/id/10962>
- Ortenburger, D., Wasik, J., Bukova, A. y Gora, T. (2016). Comparison of strategies used by patients undergoing treatment for chronic pain people performing taekwon-do - a pilot study. *Ido Movement for Culture*, 16(3), 40–46. <https://doi.org/10.14589/IDO.16.3.5>
- Ortenburger, D., Wasik, J., Gora, T., Tsos, A. y Bielikowa, N. (2017). Taekwon-do: A chance to develop social skills. *Ido Movement for Culture*, 17(4), 14–18. <https://doi.org/10.14589/IDO.17.4.3>
- Ortenburger, D., Wasik, J. y Mosler, D. (2021). Perception of self-efficacy and health-related behavior in context of taekwon-do sport camps. *Sustainability*, 13(9), Artículo 4645. <https://doi.org/10.3390/SU13094645>
- Ortenburger, D., Wąsik, J., Szerla, M. y Góra, T. (2016). Does pain always accompany martial arts? The measurement of strategies coping with pain by taekwondo athletes. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*, 12(1), 11–16. <https://smaes.archbudo.com/view/abstract/id/11077>
- Ouyang, B. (2020). Influence of psychological emotions on cognitive capacity of taekwondo athletes. *Revista Argentina de Clinica Psicologica*, 28(1), Artículo 735. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.99>
- Ozan, M. y Secer, I. (2022). Investigation of the relationship between athletes' psychological resilience, emotional reactivity, psychological maladjustment and trait anger control. *Retos*, 46, 143–151. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V46.92745>
- Ozrudi, M. F., Faghanpour, S., Goli, R. G. y Podrigalo, L. (2021). Effect of depression among taekwondo students and its relationship with negative events due to COVID-19. *Physical Education of Students*, 25(1), 10–19. <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0102>
- Özsarı, A., y Görücü, A. (2023). Moral decision-making attitude and psychological well-being: Reflections from various sports branches. *Physical Education of Students*, 27(5), 294–302. <https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0509>
- Özsarı, A., Kara, M., Dilek, A. N., Uysal, H., Tek, T. y Deli, Ş. C. (2024). Attitude towards healthy nutrition and mental toughness: A study of taekwondo athletes. *PeerJ*, 12, Artículo e17174. <https://doi.org/10.7717/PEERJ.17174>
- Parnabas, V., Shapie, M. N. M. y Parnabas, J. (2015). Motives of taking part in malay silat, karate-do and taekwondo. *Ido Movement for Culture*, 15(3), 8–21. <https://doi.org/10.14589/ido.15.3.3>
- Patenteu, I., Predoiu, R., Bitang, A., Predoiu, A. y Nica, S. A. (2024). Type of sport-and gender-related personality features in the case of injured martial arts athletes. *Journal of Educational Sciences & Psychology*, 2, 245–256. <https://doi.org/10.51865/JESP.2023.2.20>

- Pollock, D., Peters, M. D. J., Khalil, H., McInerney, P., Alexander, L., Tricco, A. C., Evans, C., de Moraes, É. B., Godfrey, C. M., Pieper, D., Saran, A., Stern, C. y Munn, Z. (2023). Recommendations for the extraction, analysis, and presentation of results in scoping reviews. *JBI Evidence Synthesis*, 21(3), 520–532. <https://doi.org/10.11124/JBIES-22-00123>
- Ponseti, F. J., Almeida, P. L. d., Lameiras, J., Martins, B., Olmedilla, A., Walle, J. M. L., Reyes, O. J. y García-Más, A. (2019). Self-determined motivation and competitive anxiety in athletes/students: A probabilistic study using bayesian networks. *Frontiers in Psychology*, 10, Artículo 1947. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01947>
- Predoiu, R., Bertollo, M., Piotrowski, A., Stănescu, R., Hamdi, F., Szabo, G. y Cosma, G. (2025). Psychological resilience in Olympic combat sports. *Frontiers in Psychology*, 16, Artículo 1605765. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2025.1605765>
- Predoiu, R., Makarowski, R., Piotrowski, A., Görner, K., Predoiu, A., Malinauskas, R., Bertollo, M., Di Fronso, S., Vazne, Z., Boe, O., Oliveira, R., Miklósi, M., Kovács, K., Ciolcă, C., Badea, D., Vicente-Salar, N., Ciuntea, M. L. y Rawat, S. (2022). Experienced stress among martial arts athletes from selected European Union countries during the 4th wave of the COVID-19 pandemic and the frequency of using coping strategies. *Archives of Budo*, 18, 211–226. <https://archbudo.com/view/abstract/id/15322>
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C. y Cruz, J. (2017). The effect of coaches' controlling style on the competitive anxiety of young athletes. *Frontiers in Psychology*, 8, Artículo 572. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00572>
- Remiszewska, M., Miller, J. F., Graczyk, M. y Lachowicz, M. (2022). Personality and temperament of Olympic taekwondo competitors and their level of advancement and sports performance. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 12(2), Artículo 5. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.12.2.05>
- Renshaw, I., Davids, K., Araújo, D., Lucas, A., Roberts, W. M., Newcombe, D. J. y Franks, B. (2019). Evaluating weaknesses of "perceptual-cognitive training" and "brain training" methods in sport: An ecological dynamics critique. *Frontiers in Psychology*, 9, Artículo 2468. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02468>
- Resende, R., Madaleno, F., Verhagen, E., Wezenbeek, E., de Mello, M. T., Chagas, M. H., Gonçalves, D., Silva, A., Pinheiro, L., Ocarino, J. y Witvrouw, E. (2025). Comprehensive 1-year multilevel study of sports injuries in paraathletes: Impact of season timing, years of sports experience, impairment and sports type. *BMJ Open Sport y Exercise Medicine*, 11(2), Artículo e002474. <https://doi.org/10.1136/BMJSEM-2025-002474>
- Rinaldy, Muh., Suherman, W. S., Arianto, A. C., Ayudi, A. R. y Hartanto, A. (2022). Confidence, motivation, and anxiety; does it affect the performance of basketball athletes? *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 05(11), 3165–3170. <https://doi.org/10.47191/ijmra/v5-i11-25>
- Rubio, I. M., Ángel, N. G., Silva, S. de L. R. da y Brito-Costa, S. (2023). Levels of somatic anxiety, cognitive anxiety, and self-efficacy in university athletes from a Spanish public university and their relationship with basic psychological needs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), Artículo 2415. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032415>
- Samanipour, M. H., Azizi, M., Salehian, O., Ceylan, H. I., Mielgo-Ayuso, J. F., Del Coso, J., Muntean, R. I., Bragazzi, N. L. y Herrera-Valenzuela, T. (2025). Exploring gender-specific correlations between nutritional intake, body composition, psychological skills, and performance metrics in young taekwondo athletes. *Nutrients*, 17(7), Artículo 1202. <https://doi.org/10.3390/NU17071202>
- San Juan, R., Mateo, C. y Pieter, W. (2014). The effect of training on mood in Filipino national elite and varsity taekwondo athletes a pilot study. *Asia Life Sciences: The Asian International Journal of Life Sciences*, 23(1), 311–315.
- Sari, I. (2015). Satisfaction of basic psychological needs and goal orientation in young athletes: A test of basic psychological needs theory. *Kinesiology*, 47(2), 159–168. <https://hrcak.srce.hr/clanak/221521>
- Schwartz, J., Takito, M., Warburton, D., Antonietti, L. y Franchini, E. (2021). Quality of life in Brazilian martial arts and combat sports practitioners. *Biomedical Human Kinetics*, 13(1), 212–220. <https://doi.org/10.2478/BHK-2021-0026>
- Şentürk, G., Deli ceoğlu, G., Atasoy, M. y Yildirim İ. G. (2025). The relationship between perceived stress, body image and eating behaviors in athletes. *Research in Sport Education and Sciences*, 27(2), 77–87. <https://doi.org/10.62425/RSES.1521040>
- Singh, L. S., Sarungbam Sen Singh, D. K. y Patir, K. (2022). A study of sports competition anxiety test of male taekwondo and judo players of Manipur. *International Journal of Early Childhood*, 14, 1628–1631. <https://doi.org/10.9756/INT-JECSE/V14I3.190>
- Son, W. H. y Yang, J. Y. (2023). High-school students' continuous engagement in taekwondo activity. *European Journal of Psychology Open*, 81(4), 115–126. <https://doi.org/10.1024/2673-8627/A000032>
- Tadesse, M. E. (2015). The role of taekwondo training on the subjective wellbeing of adolescents in Addis Ababa, Ethiopia. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 10(2), 72–87. <https://doi.org/10.18002/RAMA.V10I2.1758>
- Taheri, M., Irandoust, K. y Razipoor, M. (2017). The study of eating disorders and body image among elite martial arts athletes. *International Journal of Medical Research y Health Sciences*, 6(11), 108–112. <https://doi.org/10.2/JQUERY-UI.MIN.JS>
- Tasaddoghi, Z. (2013). The styles of coping with stress in team and individual athletes based on gender and championship level. *Annals of Applied Sport Science*, 1(1), 23–27. <http://aass-journal.com/article-1-29-en.html>
- Tolukan, E., Guler, H., Yildiz, A. B., Cicek, G., Yalcin, I., Bayram, A. y Ekinci, N. E. (2024). The relationship between attitudes towards healthy nutrition and awareness levels of exercise addiction in male taekwondo athletes. *Journal of Men's Health*, 20(12), 50–56. <https://doi.org/10.22514/JOMH.2024.195/HTM>
- Tomoliyus, I., Alim, A., Sumaryanti, S., Ndayisenga, J., Subagio, I. y Sabillah, M. I. (2024). Motivation-centred innovative coaching for taekwondo and karate athletes in Yogyakarta and Bujumbura cities. *Retos*, 56, 369–373. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.104151>
- Toro, R., Peña-Sarmiento, M., Avendaño-Prieto, B. L., Mejía-Vélez, S. y Bernal-Torres, A. (2022). Análisis Empírico del Coeficiente Alfa de Cronbach según Opciones de Respuesta, Muestra y Observaciones Atípicas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 63(2), 17–30. <https://doi.org/10.21865/ridep63.2.02>
- Zvi, N. N. (2001). Alterations in selected measures of mood with a single bout of dynamic taekwondo exercise in college-age

- students. *Perceptual and Motor Skills*, 92(3Suppl), 1031–1038. <https://doi.org/10.2466/PMS.2001.92.3C.1031>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D. y Straus, S. E. (2018). PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467–473. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>
- Uslu, M. y Uslu, Ö. S. (2024). Autoperdão e autocompaixão em atletas de taekwondo: Uma abordagem para o treinamento e melhoria do desempenho. *Conhecimento y Diversidade*, 16(43), 603–620. <https://doi.org/10.18316/RCD.V16I43.11985>
- Valdés-Badilla, P., Herrera-Valenzuela, T., Ramírez Campillo, R., Aedo-Muñoz, E., Martín, E. B., Ojeda-Aravena, A. y Branco, B. H. M. (2021). Effects of olympic combat sports on older adults' health status: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), Artículo 7381. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147381>
- Yang, W.-H., Bloch, W., Grau, M., Kim, P., Schmitz, A., Heine, O. y Mester, J. (2014). Physiological and psychological performance of taekwondo athletes is more affected by rapid than by gradual weight reduction. *Archives of Budo*, 10, 169–177. <https://archbudo.com/view/abstract/id/10505>
- Yilmaz, D. (2021). Content analysis of some doctoral thesis studies carried out in Turkey on the branch of taekwondo in the field of sports sciences. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 7(4), Artículo 21. <https://doi.org/10.46827/ejpe.v7i4.4010>
- Zandi, H. G. y Mohbi, M. (2016). Evaluating psychological traits of taekwondo athletes competing in world classes and league superior. *Journal of Educational and Social Research*, 2(6), Artículo 133. <https://doi.org/10.5901/jesr.2016.v6n2p133>
- Zetou, E., Vernadakis, N., Bebetos, E. y Liadakis, N. (2014). The effect of self-talk on tae-kwon-do skills' learning of novice athletes and perceived use of it. *Journal of Human Sport and Exercise*, 9(1), 124–135. <https://doi.org/10.4100/JHSE.2014.91.13>
- Zhao, S., Li, B. y Guo, L. (2024). The relationship between psychological resilience and competition performance of taekwondo athletes under new rules. *Environment and Social Psychology*, 9(12), Artículo 12. <https://doi.org/10.59429/ESP.V9I12.3170>
- Zhu, J., Zhu, Y. y Song, G. (2023). Effect of probiotic yogurt supplementation (bifidobacterium animalis ssp. lactis BB-12) on gut microbiota of female taekwondo athletes and its relationship with exercise-related psychological fatigue. *Microorganisms*, 11(6), Artículo 1403. <https://doi.org/10.3390/microorganisms11061403>
- Zvi, L. y Lavi, N. (2025). Aggression among martial arts practitioners: A comparative study and an investigation into the role of personality traits and self-control in reducing aggression. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2025.2481416>