



Un buen ejemplo del interés de los investigadores por dar una respuesta razonable a la evaluación de los estados afectivos es el *Profile of Mood States (POMS)* de McNair, Loo y Dropplemam (1971), un autoinforme emocional que tiene como objetivo prioritario evaluar seis estados de ánimo -o estados afectivos- del deportista identificados como *tensión-ansiedad*, *depresión-melancolía*, *cólera-hostilidad*, *vigor-afectividad*, *fatiga-inercia* y *confusión-desorientación*. La versión más conocida de este cuestionario consta de cincuenta y ocho adjetivos -65 en el original-, agrupados en seis subescalas, que recogen información puntual sobre cómo se siente –o cómo se ha sentido- el deportista en un intervalo de tiempo determinado (horas, días, semanas, etc.).

