

# TEMA 5 MOTIVACIÓN DE LOGRO Y ASERTIVIDAD

Copyright © J. Arruza

- Dirección
- Intensidad
- Persistencia
- Energía
- **▶** Impulso
- **Fuerza**

# **MOTIVACIÓN**

## Motivación

- Clima motivacional.
- Habilidad percibida.
- Conductas de logro.
- Metas de logro.

#### Conducta

- Adaptativa.
  - Orientada a la tarea.
- Desadaptativa.
  - Orientada al resultado.

## **MOTIVACIÓN Y CONDUCTA**

#### Orientación a la tarea

- + Compromiso con el esfuerzo.
- Persistencia frente adversidades.
- + Implicación personal.
- Elección de situaciones difíciles.
- Conducta adaptativa

## Comparación social

- Compromiso con el esfuerzo.
- Persistencia frente adversidades.
- Implicación personal.
- Elección de situaciones fáciles.
- Conducta desadaptativa

## **CONDUCTAS DE LOGRO**

- Forma positiva de canalizar la agresividad.
- También es un impulso o una fuerza orientada hacia la acción.

# **ASERTIVIDAD**

### Reactiva

- Conducta violenta.
- Implica daño o lesión.
- Dirigida a un contrario.
- Intencionalidad destructiva.

#### Intencionalidad destructiva

- Conducta de oposición y lucha.
- Ausencia de daño o lesión.
- Dirigida a un contrario.
- Intencionalidad funcional.

- Búsqueda de un objetivo sin violencia, pero con alto grado de disputa y coraje.
- Endurecimiento de las situaciones del partido, tales como incomodidad, presión, molestias, oposición, dificultades, empujones, cargas, bloqueos, protección de balón, etc.
- Jugar respetando las reglas del juego, pero con alta intensidad e implicación emocional, evitando la agresión y el hacer daño a los contrarios.

## **ALTA ASERTIVIDAD**

## Agresividad

- Normalmente sustituye a la falta de competencia o habilidad. El centrarse en la agresión supone un cambio en la focalización de la atención, alejándose de la tarea.
  - Dejas de pensar en las tareas y te centras en el contrario.

#### Asertividad

- Uno de los rasgos más importantes de los deportistas competitivos es el alto nivel de asertividad que posee su personalidad.
  - Su instinto de supervivencia.

## **RENDIMIENTO DEPORTIVO**

- Orientación a la tarea.
- Competencia percibida.
- Percepción de autonomía.
- Alta asertividad.
- Alta oposición.
- Presionante.
- Molesto.
- Luchador.
- Duro y aguerrido.
- Tolerancia a las incomodidades.
- Compromiso con el esfuerzo.
- Alta implicación personal.
- Elección de tareas difíciles.
- Persistencia frente a la adversidad.

# **JUGADOR/A COMPETITIVO/A**