

Universidad Católica de Santa María

Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología



“MOTIVACIÓN EN DEPORTISTAS ADOLESCENTES EN DISCIPLINAS GRUPALES EN UNA INSTITUCIÓN DEPORTIVA”

Tesis presentada por la Bachiller:

Pretell Reveggino, Varinia

Para optar el Título Profesional de

Licenciada en Psicología

Asesor:

Dr. Guzmán Gamero, Rufino Raúl

Lizandro

**Arequipa-Perú
2019**



FACULTAD DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES
ACTA DE LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

En el local de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa, siendo las 15:00 horas, del día 17 de octubre del año 2019.

Se reunió el Jurado integrado por los señores profesores:

PRESIDENTE	<u>Hg. Flor Vilches Velasquez</u>	Cód.	<u>1653</u>
VOCAL	<u>Dr. Paul Guzmán Gómero</u>	Cód.	<u>1785</u>
SECRETARIO	<u>Ps. Verónica Alarcón Forzón</u>	Cód.	<u>3052</u>

Para recibir las previas de la Licenciatura en Psicología del (a) Bachiller señor(ita.)

Verinia Pretell Raveggino

Quién eligió la alternativa de:

Trabajo de Tesis intitulado

"Motivación en Deportistas adolescentes de las
ligas internas de Voley ball, Fútbol y Baloncesto
en una Institución Deportiva"

Al término de su intervención se procedió a la deliberación y votación, obteniéndose el siguiente resultado:

Aprobado por Unanimidad

Siendo las 17:00 horas se dio por finalizado el acto y firmaron

[Firma]
PRESIDENTE

[Firma]
SECRETARIO

[Firma]
VOCAL

[Firma]
GRADUANDO (A)

El jurado recomienda el cambio de título de tesis a:
"Motivación en Deportistas Adolescentes en Disciplinas Grupales
en una Institución Deportiva"

FACULTAD CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA

INFORME DICTAMEN BORRADOR TESIS

VISTO

EL BORRADOR DE TESIS TITULADO:

"MOTIVACIÓN EN DEPORTISTAS ADOLESCENTES DE LAS LIGAS INTERNAS DE
VOLEYBAL, FUTBOL Y BALONCESTO EN UNA INSTITUCIÓN DEPORTIVA"

SE RESUELVE:

PRESENTADO POR la BACHILLER

VARINIA, PRETELL REVEGGINO

Del Dictamen: *favorable, puede pasar a sustentación*

Observaciones:

Arequipa, 11 de Setiembre del 2019


DR. RAÚL GUZMÁN GAMERO


DRA. GLADYS RIVERA FLORES

Agradecimiento

A los deportistas y sus entrenadores que brindaron su tiempo para el desarrollo de esta investigación.

A la Dra. Flor Vilchez Velazquez por sus consejos y apoyo.

Al Dr. Raúl Guzmán Gamero por su asesoría, el conocimiento brindado y la motivación.

A la Dr. Veronika Alarcón Farfan por su guía y el tiempo dedicado en la revisión de la tesis.

A los docentes de la escuela Profesional de Psicología de la Universidad de Católica de Santa María por el conocimiento compartido durante tantos años.

Introducción

La motivación es el impulso interno que hace que una acción llegue a su fin, lleva a las personas a cumplir con las metas y objetivos que se proponen, llegando a superar diversos obstáculos. Iso – Ahola y St. Clair (2000), señalan que la motivación es el elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte ya que es el más importante e inmediato determinante del comportamiento humano.

Muchas veces se ha planteado la interrogante sobre los motivos que llevan a los deportistas a sacrificar gran parte de su tiempo y a dedicar grandes esfuerzos a la práctica deportiva. En una institución deportiva privada de Arequipa, que será denominado a partir de ahora como institución deportiva, existe gran cantidad de deportistas en edad escolar que pasan alrededor de 6 y 8 horas en las instalaciones practicando su disciplina y participan en competencias entre semana y fines de semana. Se ha visto que en muchos casos al pasar de los años algunos de ellos abandonan la práctica a pesar de que cuentan con facilidades como infraestructura y entrenadores altamente capacitados, por lo que se ha considerado importante investigar la motivación de este grupo de deportistas.

La realización de esta investigación tiene un aporte teórico debido a que contribuye a tener un mayor enfoque de la Teoría de la Autodeterminación planteada por Deci y Ryan (1985) en deportistas, debido a que se observó que los estudios acerca de la motivación en deportistas eran escasos en nuestro medio. De igual manera al poner en conocimiento a los deportistas, padres y entrenadores acerca de las características de la motivación podrán tener un mayor enfoque en el trabajo de su bienestar psicológico y mejoras en su rendimiento. Por otro lado, el aplicar el Cuestionario de Motivación en el Deporte a la población de deportistas adolescentes podrá servir de referente para futuras investigaciones en el campo.

Resumen

El presente estudio tiene el propósito de describir y analizar la motivación en deportistas adolescentes de las ligas de fútbol, voleibol y baloncesto en una institución deportiva privada de Arequipa. La muestra estuvo compuesta por 71 adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y 16 años. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Motivación en el Deporte adaptado del Cuestionario en Educación Física (CMEF) de Pulido et al. (1995). Se concluye que la motivación predominante en los deportistas fue la autónoma, así como no se encontró influencia de edad, sexo o disciplina elegida sobre el tipo de motivación.

Palabras clave: adolescentes, autodeterminación, deportistas, motivación

Abstract

The present study has the purpose of describing and analyzing the motivation in adolescent athletes of the soccer, volleyball and basketball leagues in a private sport institución in Arequipa. The sample was composed of 71 adolescents whose aged was between 12 and 16 years. The instrument used was the Motivation Questionnaire in Sport adapted from the Physical Education Questionnaire (CMEF) by Pulido et al. (1995). It is concluded that the predominant motivation in athletes was autonomous, as well as the age, sex or discipline doesn't influences on the type of motivation.

Key words: adolescents, self-determination, athletes, motivation

Índice

Agradecimiento

Introducción

Resumen

Abstract

Índice

CAPITULO I..... 1

Problema..... 2

Variable única: Motivación deportiva 2

Variables intervinientes 2

Disciplina deportiva grupal. 2

Edad..... 2

Sexo..... 2

Objetivos..... 3

Principal. 3

Específicos. 3

Antecedentes Teórico Investigativos..... 3

Psicología Deportiva..... 3

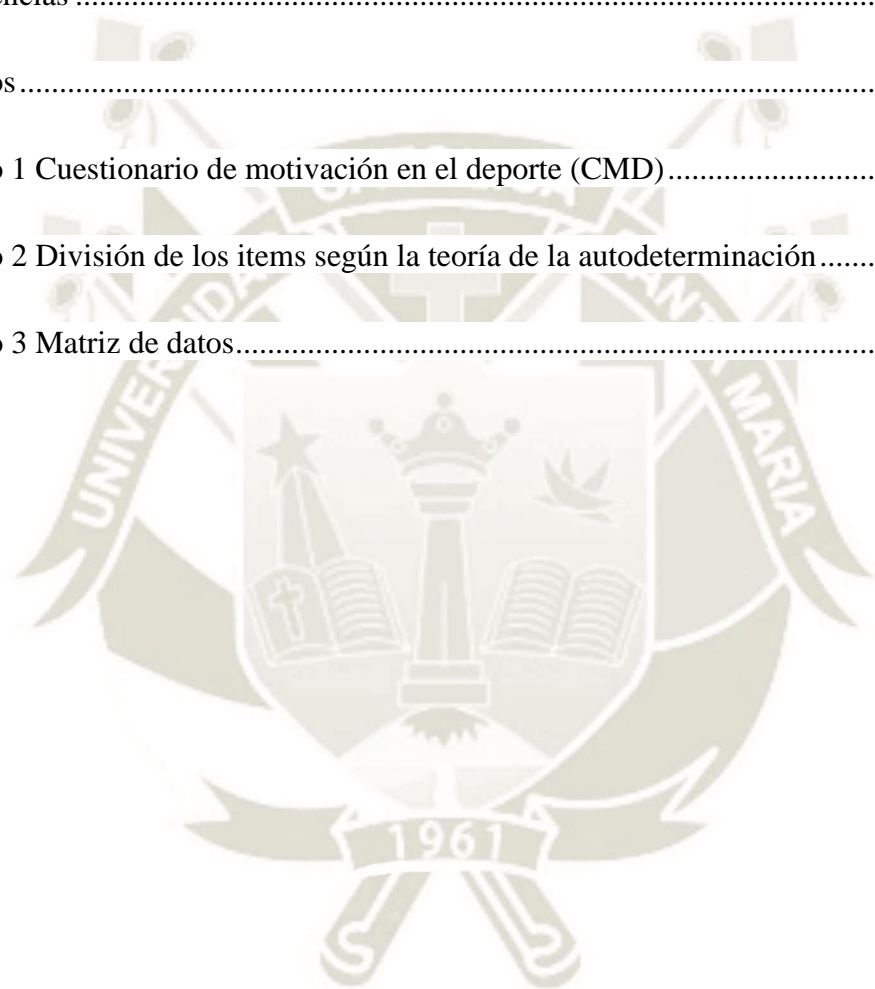
Historia de la psicología deportiva. 5

Rol del psicólogo en el deporte..... 6

Motivación 7

La motivación en la actividad deportiva.....	10
Teoría de la autodeterminación (TAD).....	11
Componentes de la teoría de la autodeterminación.	13
Motivación intrínseca.....	13
Regulación Identificada.....	14
Regulación Introjectada.....	14
Motivación extrínseca.	14
Desmotivación.....	15
Deportistas adolescentes.	15
Desarrollo de los deportistas en instituciones deportivas privadas.....	17
Antecedentes Investigativos.	18
Hipótesis	21
CAPITULO II.....	22
Diseño de Investigación.....	23
Técnicas e instrumentos.....	23
Población y muestra	24
Criterios de inclusión.	24
Criterios de exclusión.	25
Estrategia de recolección de datos.....	25
Criterios de Procesamiento de Información	26
CAPITULO III	27
Descripción de los resultados	28

Discusión	41
Conclusiones.....	48
Sugerencias	49
Limitaciones	50
Referencias	51
Anexos.....	59
Anexo 1 Cuestionario de motivación en el deporte (CMD).....	59
Anexo 2 División de los ítems según la teoría de la autodeterminación	60
Anexo 3 Matriz de datos.....	61





CAPITULO I

Problema

¿Existirán diferencias significativas respecto a la motivación entre los adolescentes que practican disciplinas grupales en una institución deportiva en Arequipa?

Variable única: Motivación deportiva

Es el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones de forma voluntaria, la cual se divide en desmotivación, motivación intrínseca, extrínseca, identificada e introyectada (Deci y Ryan, 1985).

Variables intervinientes

Disciplina deportiva grupal.

Deporte en el que se participa o compite en equipo, entendiendo como equipo la unión de varios jugadores para conseguir un mismo objetivo, realizando una serie de acciones reglamentadas en colaboración, cooperación y participación de todos, tratando de vencer la oposición de los contrarios o adversarios que igualmente se organizan en equipo con el mismo fin. (Parlebas, 1989)

Edad.

Tiempo que ha vivido una persona o ciertos animales o vegetales (Real Academia Española, 2019).

Sexo.

Conjunto de seres pertenecientes a un mismo sexo. Sexo masculino, femenino (Real Academia Española, 2019).

Objetivos

Principal.

Analizar la motivación deportiva en adolescentes de las ligas internas de las disciplinas grupales de fútbol, voleibol y baloncesto de una institución deportiva de Arequipa.

Específicos.

- Comparar los tipos de motivación deportiva según cada disciplina deportiva.
- Describir y comparar los tipos de motivación deportiva respecto al sexo de los adolescentes.
- Analizar la relación entre edad y la motivación deportiva.
- Analizar la relación entre las horas de entrenamiento y la motivación deportiva.

Antecedentes Teórico Investigativos

Psicología Deportiva.

La importancia otorgada a la práctica deportiva ha ido aumentando con el paso del tiempo, así como la búsqueda de estrategias y medios para mejorar el desempeño de los deportistas y acercarlos más hacia el logro de sus objetivos, es así como se hizo indispensable la intervención de la psicología en la práctica deportiva. La psicología deportiva es el área de la psicología que estudia el comportamiento humano antes, durante y después de la actividad deportiva, así como los procesos psíquicos que se van dando a cabo. En la introducción de su libro Nachon y Nascimbene (2001), definen a la psicología deportiva como la ciencia que estudia el comportamiento de los deportistas, entrenadores y espectadores, profundizando en las condiciones y características de ese comportamiento.

En su definición Cox (2009), hace énfasis en como en la psicología deportiva se aplican principios de la psicología que no solo mejoran el rendimiento en el ámbito deportivo, sino que convierten al deporte en un vehículo para el enriquecimiento humano.

Por otro lado, Cruz y Riera (1991), introducen el concepto de bienestar en psicología del deporte cuando sostienen, al igual que Cox (2009), que los psicólogos deben preocuparse por el bienestar de los deportistas en lugar de solo enfocarse en su preparación psicológica para mejorar su rendimiento. De la misma manera en su investigación Sale, Guppy y El – Sayed (2000) relacionan la actividad física con el bienestar psicológico en jóvenes fumadores y bebedores, en función a su personalidad y estrategias de afrontamiento.

Otro autor que recalca la importancia de la relación entre los estados emocionales de los deportistas y su rendimiento deportivo es Cantón (2001) que en su investigación señala los grandes avances que genera observar el bienestar psicológico en los deportistas.

Los investigadores observados recalcan el papel relevante del bienestar psicológico en la aplicación de la psicología deportiva. Siguiendo esta línea de pensamiento, Briones-Arteaga (2016), señala que la psicología deportiva tiene como objetivos: conocer las condiciones internas del deportista para luego optimizarlas y llevarlo al máximo de su potencial. Del mismo modo, ayudar a los competidores a controlar el estrés y estados emocionales que puedan afectar su rendimiento y apoyar a los deportistas en el planteamiento objetivo de sus metas enfocando su éxito en el desarrollo de sus habilidades y técnicas.

Según lo mencionado por Cantón (2010), la psicología deportiva está desarrollándose rápidamente y su campo es cada vez más amplio debido a la creciente demanda a los agentes sociales vinculados con el deporte, sobre todo en el sector privado donde se

encuentran las instituciones deportivas. Dichas instituciones, invierten recursos en la búsqueda de la intervención no solo en el rendimiento deportivo, sino también en el valor que se le da a temas como la motivación y el aprendizaje.

Cada vez el campo de trabajo e investigación se va ampliando más, dedicando atención tanto a las habilidades y características individuales como a la cohesión y funcionamiento grupal. Cantón (2010), menciona que la psicología deportiva ha ampliado su campo de acción, aplicándose en diferentes tipos de programas tanto especializados como enfocados en mejorar el estado de salud de diferentes grupos humanos.

Historia de la psicología deportiva.

Las raíces de la psicología deportiva se encuentran en los años 1879 y 1919 siendo los mayores representantes de este periodo Triplett, Lesgaft y Coubertain (1898), los cuales realizaron investigaciones sobre la diferencia en el desempeño de los deportistas en la práctica individual y cuando se encuentran en compañía de otros. Cantón (2010), señala que en cuanto a esta rama de la psicología surgió antes la demanda que la oferta ya que fueron los propios deportistas y entrenadores que demostraron interés por el funcionamiento de los procesos psicológicos en la práctica deportiva, al igual que en como aprender a controlar pensamientos y emociones para aumentar el nivel y rendimiento.

Rol del psicólogo en el deporte

Sobre el papel de los psicólogos en el deporte Romero-Carrasco, Garcia-Mas y Brustad (2009), mencionan que el psicólogo del deporte maneja una visión humana, moderna y positiva del deportista y su medio otorgándole valor a la persona, su salud y su contexto.

Apoyando este concepto, Cruz (1997), indica la relevancia de prestar mayor atención al bienestar de los miembros del equipo deportivo y solo enfocarse en la optimización del rendimiento. También resalta la importancia de la constante evaluación del bienestar psicológico y el funcionamiento positivo de los deportistas.

Muchos autores han hablado sobre que funciones debe realizar un psicólogo en su trabajo con deportistas, Nachon y Nascimbene (2001), señalan que las funciones deben enfocarse tanto en el desarrollo y mejoramiento de los atletas como en optimizar los recursos de los entrenadores y el resto del equipo. Otro autor que también especifica las funciones de los psicólogos deportivos es Cantón (2010), quien organiza las funciones en 5 grupos: evaluación y diagnóstico, planificación y asesoramiento, intervención, educación y formación e investigación.

Por otro lado, Briones – Arteaga (2016), especifica cómo la psicología deportiva se divide en dos especialidades, la desarrollista y la terapéutica, acorde a esta información podemos ver como unos psicólogos trabajan con el deportista como paciente según sus objetivos y otros le dan el papel de cliente. A partir de esto podemos ver el papel del psicólogo deportivo no solo como terapeuta, sino también como alguien que apoya y acompaña al deportista en la solución de sus problemas emocionales y entrenamiento de habilidades mentales.

Cabe mencionar que, respecto a las habilidades mentales trabajadas en los deportistas según lo mencionado por Briones – Arteaga (2016), se encuentran la comunicación,

autoconocimiento, autoconfianza, motivación, atención y concentración, considerando la principal habilidad evaluada en esta investigación la motivación.

Motivación

La motivación ha sido un tema central en el campo de la psicología debido a que es considerada uno de los estímulos más importantes del comportamiento humano. Deci y Ryan (2002) la definen como “aquel proceso psicológico que impulsa a las personas a actuar para alcanzar una meta específica y persistir en la misma a través del tiempo” (p. 37). Mostrando, así como la energía, eficacia y esfuerzo se encuentran presentes en este proceso.

Desde el planteamiento que tiene Deci (1975) se puede observar que las personas presentan dos tipos esenciales de motivación a partir de los cuales pueden realizar cualquier tarea: la motivación intrínseca en las que las acciones se llevan a cabo por la satisfacción y placer que genera en la persona el llevarlas a cabo y la motivación extrínseca en la en la que las acciones de la persona son promovidas por los beneficios que le generan. Teniendo en cuenta estos dos activadores la amotivación sería la ausencia de motivación y falta de intención en la participación de una actividad.

Iso-Ahola y St.Clair (2000), establecen a la motivación como el elemento más importante que determina el comportamiento humano, por lo tanto es básico para lograr el compromiso y la adherencia al deporte. Como menciona Roberts (2001) el comportamiento humano es regulado, energizado y dirigido. De la misma forma Kanfer (1994) explica que la motivación es un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, intensidad y persistencia de la conducta. Por otro lado, Vansteenkiste y Deci (2003), manifiestan que según la calidad de motivación existente en cada persona permite explicar diferencias particulares, ya que esta forma parte de la estructura psíquica de las personas.

En los conceptos observados se puede notar la relevancia de la motivación en el logro de las metas y como esta es un activador para la superación de obstáculos, siendo ratificada su relevancia para el desarrollo de los deportistas. Es por ello que Gordillo (1992), considera que la motivación afecta directamente en el desempeño de los deportistas, aún más que otros factores presentes en los entrenamientos, con esta afirmación explica el alto índice de abandono de los adolescentes con falta de motivación, al igual que se le puede atribuir logro de los objetivos a una adecuada motivación.

Weinberg y Gould (1996), describen tres perspectivas dentro de la motivación a partir de las cuales explican los diferentes motivos que llevan a las personas a ser más persistentes en sus acciones, las perspectivas se encuentran centradas en las personas, situación y la interaccional, según la perspectiva centrada en la persona o en el rasgo. Algunas personas están más motivadas que otras por su personalidad, en función a sus características individuales; la segunda perspectiva centrada en la situación se enfoca en la variación de la motivación según la situación en la que se encuentra el individuo, dependiendo de los diversos factores externos; la tercera perspectiva es la interaccional, en la que la motivación no deriva únicamente de factores de la persona ni de factores situacionales sino de las interacciones de ambos factores.

De manera en cómo Weinberg y Gould (1996), hacen una diferencia entre los motivos, Deci y Ryan (1991), realizan una distinción entre la motivación considerada auténtica y la controlada, señalando que la motivación auténtica se atribuye al yo, generando de esta manera más confianza e interés que el otro caso; y además manifestando más persistencia, creatividad y persistencia. Deci, Ryan y Grolnick (1995), agregan también que, la motivación atribuida al yo repercute de manera positiva en la autoestima y el bienestar general; sin tener relación con el nivel de competencia que tiene la persona para la actividad.

Varios autores han generado teorías acerca de la motivación y como es el caso de Maslow (1954) que señala a la motivación como el impulso del ser humano para satisfacer sus necesidades, las cuales ordena en una pirámide comenzando por las necesidades básicas, fisiología, que conciernen a la supervivencia, luego las necesidades de seguridad, en el tercer nivel se encuentran las de afiliación, que se relacionan con nuestro carácter social y afectivo, en el cuarto nivel están las necesidades de reconocimiento relacionadas con la estima a uno mismo y en el último nivel, la cúspide, se encuentran las necesidades de autorrealización, enfocadas en el crecimiento personal. Según lo planteado por Maslow una vez que las necesidades de un nivel son cubiertas, el ser humano busca satisfacer las del siguiente. Vallarand (1991), al igual que varios de los autores mencionado anteriormente, señala tres dimensiones de la motivación: extrínseca, intrínseca y amotivación o desmotivación. Refiere que la motivación extrínseca busca satisfacer las necesidades fisiológicas y de seguridad, ubicadas en los primeros niveles de la pirámide de Maslow. En lo planteado por el autor la motivación intrínseca tiene por propósito impulsar al ser humano para mejorar, se orientan al logro de metas que generan satisfacción personal, esta motivación podría compararse con la satisfacción de los últimos niveles de la pirámide de Maslow, reconocimiento y autorrealización.

La motivación en la actividad deportiva.

Vallerard (2007), indica que los motivos que llevan a un sujeto a practicar actividad física pueden ser muy diferentes, pero depende de cuan determinantes sean para él, el que trasciendan de manera positiva o negativa. A diferencia de Vallerard que se centra en la relevancia del motivo, en el impulso que lleva a cada deportista a actuar, Cox (2008), se enfoca en las orientaciones internas que podrían tener los deportistas hacia el logro de sus objetivos o metas, su teoría motivacional describe la existencia de dos tipos de clima o contexto. Uno de ellos es la orientación a la tarea y el otro es la orientación al ego, ambas generadas por la necesidades internas del deportista, la base de la primera es el perfeccionamiento, una orientación de índole intrínseco, donde la persona entiende la persistencia como un conductor al éxito, y la base de la segunda la competitividad, donde el deportista siente que logro el éxito cuando supero a sus rivales.

En lo descrito por García y Llanes (1992) la motivación deportiva podría clasificarse en motivación inicial, motivación continua y motivación de alto rendimiento, dependiendo del nivel de la práctica deportiva y los objetivos planteados por los atletas, la motivación inicial, se origina con el impulso para comenzar a practicar una actividad deportiva; la motivación continua, es la requerida para continuar practicando el deporte una vez que ya se inició y la motivación de alto rendimiento, se encuentra relacionada con los deportistas de élite, su objetivo principal es el resultado de la competición.

Loehr (1986), estableció una serie de habilidades mentales que los deportistas deben alcanzar para llegar a lo que denomina “fortaleza mental”: autoconfianza, nivel motivacional, estar positivo, poseer control emocional, estar relajado pero energizado, tener determinación, estar mentalmente alerta, concentrado, estar plenamente responsable y confiado. De igual manera, Navarro, Canaleta, Vernet, Solé y Jiménez (2014), opinan que

existen características importantes que son parte de la motivación como: la activación, la persistencia, el vigor, la dirección y la meta. Con lo anteriormente expuesto podríamos deducir que la motivación es uno de los elementos esenciales que se debe tener en cuenta a la hora de trabajar con deportistas.

Teoría de la autodeterminación (TAD).

La autodeterminación es definida por Deci y Ryan (1985) como la capacidad o el proceso de tomar decisiones propias y controlar la propia vida. A partir de este concepto la teoría de la autodeterminación se basa en que las personas persiguen metas autodeterminadas para satisfacer sus necesidades psicológicas básicas, solucionar problemas e interactuar socialmente de una manera más eficaz.

La Teoría de la Autodeterminación (Self-Determination Theory o SDT) es una de las principales teorías motivacionales (Deci y Ryan, 2000). Su eje principal, la motivación, es uno de los determinantes más importantes e inmediatos que existe sobre el comportamiento humano, pues brinda la energía que lo dirige y regula (Cervelló, Gonzales- Cutre y Moreno, 2006).

Según lo mencionado por Deci y Ryan (1991) el comportamiento humano se encuentra motivado por tres tipos de necesidades: autonomía, competencia y relación con los demás, estas son esenciales para el crecimiento de la persona, así como para su desarrollo social, integración y bienestar personal. En lo planteado en la Teoría de la Autodeterminación por Deci y Ryan (2000) las personas buscan comprometerse de manera óptima con su entorno, y tienen una tendencia innata hacia el crecimiento personal.

Deci (1975), indica que la teoría de la autodeterminación establece que la motivación es un continuo, caracterizado por diferentes niveles de autodeterminación y tipos de

regulación, de esta manera, de mayor a menor nivel de autodeterminación se encuentran la motivación intrínseca, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y la desmotivación. De igual manera Deci y Ryan (2000) en el desarrollo de la teoría detallan que existen tres necesidades psicológicas básicas que motivan el comportamiento humano: autonomía, es la necesidad que tiene la persona de sentir que él es el origen de sus acciones; competencia, es la sensación o posesión de habilidades para realizar las actividades que se proponen y relaciones sociales, que cubre la necesidad de afecto y aceptación. La frustración de alguna de estas necesidades llegara a provocar desmotivación en el deportista, en cambio cuando son cubiertas alcanzara una motivación más autodeterminada.

La TAD realiza una distinción entre motivación autónoma y motivación controlada; Balanger, Castillo y Duda (2008), indican que ambas son intencionales, pero cuando se actúa con autonomía se realiza el ejercicio de la voluntad y se muestra la consciencia de la libertad de elegir, en cambio al actuar bajo control significa que existe presión y pasa a tratarse de algo que se debe hacer en algo de lo que se quiere hacer.

Gonzáles – Veléz (2010), buscó la relación entre la inteligencia emocional y la teoría de autodeterminación que comprende la motivación intrínseca y extrínseca. En los resultados de la investigación se pudo observar una alta relación entre autoestima y motivación, así como la existencia de una analogía entre motivación intrínseca y orientación a la tarea, mostrando cómo los deportistas que poseen mayor motivación intrínseca tendrán mayor interés en su desarrollo deportivo y su integración al equipo. Las conclusiones de Gonzáles – Vélez nos muestran la importancia de los niveles de motivación para el desempeño de los deportistas. Los investigadores Balaguer et al. (2008), sugieren la importancia de la autonomía para el desarrollo de la motivación

autodeterminada, así como la necesidad de la motivación para la satisfacción de los deportistas y el logro de un alto desempeño.

Componentes de la teoría de la autodeterminación.

La teoría de la autodeterminación traza un contraste entre la motivación controlada y la motivación autónoma. Una persona que actúa con determinación, predisposición y voluntad, se encuentra actuando con mayor autonomía, en este caso está presente la sensación de que puede elegir. A diferencia de cuando la persona actúa bajo presión y con la sensación de que dicha acción debe ser llevada a cabo, ésta se está rigiendo por una motivación más controlada.

Ambos tipos de motivación son de carácter intencional a pesar de presentar diferentes procesos regulatorios. Hay que destacar que las personas con una motivación más autónoma presentarán niveles más altos de funcionamiento y de ajuste a nivel personal en relación a las personas con un estilo más controlado (Balanger, Castillo y Duda, 2008).

Las motivaciones citadas anteriormente abarcan diferentes regulaciones, dentro de la motivación autónoma se encuentran la regulación intrínseca y la regulación identificada; y la motivación controlada se encuentra compuesta por la regulación introyectada y la regulación extrínseca.

Motivación intrínseca.

En la regulación intrínseca, la motivación se produce por el compromiso de la persona con una actividad, generado por el disfrute y el placer que esta le produce. Deci y Ryan (1985), mencionan que en esta regulación la actividad es un fin en sí misma.

La motivación intrínseca manifiesta de una manera muy acertada el potencial positivo de la naturaleza humana, lo que es aprender, explorar y utilizar la creatividad,

Harter (1978), señala que la tendencia de los humanos, vista desde el nacimiento y a lo largo de la vida, es ser inquisitivos y curiosos, aun en ausencia de la recompensas específicas, es por ello que esta regulación muestra el accionar más efectivo de la persona, actúa movida por su motivación intrínseca, sin espera mayor recompensa que su satisfacción personal.

Regulación Identificada.

La regulación identificada se trata de una conducta autónoma, sin embargo, las condiciones que determinan la decisión de participar en alguna actividad se dan en base a los beneficios externos que encuentra en lo que realiza y no por la satisfacción y el disfrute propio de la actividad.

Ntoumanis (2001), menciona que debido a la autodeterminación presente en esta regulación existe menor presión, conflicto y sentimiento de culpabilidad existentes en las situaciones llevadas a cabo por motivaciones controladas.

Regulación Introyectada.

Deci y Ryan (2000), señalan a la culpa como una característica base de la regulación introyectada, este tipo de regulación implica establecer normas o deberes para generar la acción, la introyección se asocia con expectativas de autoaprobación y evasión de sentimientos de culpabilidad, vergüenza y ansiedad. En muchos casos la persona que actúa bajo este tipo de motivación busca mejorar del ego, como es el caso del orgullo.

Motivación extrínseca.

La regulación externa se caracteriza porque la conducta surge como respuesta a un incentivo externo (Deci y Ryan, 2000, pp. 68-78) es por ello que la persona actúa buscando una recompensa o intentando evitar un castigo, comprometiéndose de esta manera con una actividad que considera poco interesante.

Deci y Ryan (2000), indican que la motivación extrínseca se encuentra subdividida en diferentes regulaciones, las cuales son la regulación o motivación introyectada y la identificada.

Desmotivación.

La desmotivación es definida como la ausencia total de regulaciones intrínsecas y extrínsecas, estado en el que el individuo no encontraría sentido de seguir practicando la actividad que realiza. Deci y Ryan (2000), señalan que la falta de intención de realizar una actividad es característica de la desmotivación y en caso de que la persona la realice será de una manera desorganizada y acompañada de sentimientos de miedo, frustración y depresión.

Deportistas adolescentes.

El deporte es una actividad que suele incentivarse en los niños y adolescentes debido a los beneficios físicos y psicológicos que este genera, muchos de estos jóvenes llegan a consolidar su formación deportiva y dominar la disciplina que eligieron; en esta fase, la práctica del deporte se centra en el aprendizaje y la búsqueda de logros individuales o grupales, dependiendo de la disciplina que hayan escogido. Walling y Duda (1995), indican la relevancia de enseñar a los jóvenes en edad escolar la importancia de tener un estilo de vida saludable, resaltando esto como una de las funciones principales de los psicólogos deportivos.

El Grupo Internacional de Trabajo sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz (2008), señala que el deporte es una herramienta clave para lograr el bienestar de las personas, ya que potencia y desarrolla sus fortalezas al destacar los objetivos que pueden lograr, de esta manera potencia y motiva a los individuos.

Investigadores como García Ferrando (1998), intentaron profundizar en que es lo que lleva a los jóvenes a continuar con su práctica deportiva o a abandonarla, a través de su investigación empírica establece como principales motivos para iniciar y continuar una práctica deportiva son: la necesidad de realizar ejercicio físico, divertirse y pasar el tiempo, afinidad y gusto por el deporte, encontrarse con amigos, mantener y mejorar la salud, mantenerse en buen estado físico y evadir problemas emocionales. Por otro lado, las razones que los llevan a no practicar deporte o al abandono son: la falta de tiempo, cansancio por estudio o trabajo, falta de afinidad con el deporte elegido, falta de motivación en la escuela para continuar con la práctica de su deporte, motivos de salud o lesiones deportivas y no encontrar beneficio a corto plazo en la práctica deportiva

De modo similar Gould, Fletz, Horm y Weiss (1982), profundizaron en las causas que suscitan el abandono deportivo en los jóvenes, a partir de su investigación realizaron la siguiente clasificación: debido que no son tan buenos en el deporte elegido como esperaban, la práctica del deporte resultó no ser suficientemente divertida, no les gusta el entrenador, dificultades para soportar la presión o querían hacer otro deporte.

En las investigaciones de ambos autores podemos observar que en su mayoría las causas que llevan a los jóvenes a iniciar y continuar su práctica deportiva nacen de la motivación intrínseca como es la afición por el deporte y disfrute por la práctica, o de la regulación identificada como en caso de la satisfacción de las relaciones sociales generadas en el deporte y la mejora en la salud física.

De igual manera los motivos que llevan a los jóvenes a abandonar la práctica deportiva se desarrollan generalmente debido a la ausencia de motivación o desmotivación que nace por las dificultades ya sean emocionales, físicas o propias del ambiente generadas en la práctica.

Adie, Duda y Ntoumains (2008), mencionan que cuando un deportista se desenvuelve en un ambiente autodeterminado, que está enfocado en promover el desarrollo de sus capacidades, logra cumplir con los objetivos que se propone y tiene una proyección a largo plazo. Apoyando con esto la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (1985).

Desarrollo de los deportistas en instituciones deportivas privadas.

Las instituciones deportivas son organizaciones que reúnen a deportistas, socios, entrenadores, padres de familia y aficionados para la práctica de una o más disciplinas deportivas. Reyes (2006), detalla el que las principales responsabilidades de estas instituciones son “Captar entrenadores y técnicos deportivos calificados para la formación integral del deportista, participar en competencias nacionales e internacionales en coordinación con la Federación Deportiva Nacional correspondiente, gestionar estratégicamente su organización para su desarrollo en el largo plazo” (pp. 87-94).

Por otra parte, El Instituto Peruano del Deporte (IPD, 2018) también alberga a los deportistas que pertenecen a Instituciones deportivas privadas ya que se encuentran inscritos en el IPD y son reconocidos por sus federaciones deportivas. A pesar de ellos, estos atletas no reciben apoyo económico ni la infraestructura que se les otorga a los deportistas de las instituciones deportivas ya que cuentan con mayor poder adquisitivo con el que pueden acceder a las condiciones necesarias para el desarrollo de su deporte, sin la ayuda del sector público.

Mageau y Vallerand (2003), señalan que ser un deportista o atleta joven es un factor positivo en el desarrollo, pero de igual manera puede ser causante de estrés y presión, por lo que es importante tanto el entrenamiento emocional que se les otorga a los deportistas como un ambiente adecuado para apoyar su práctica.

Antecedentes Investigativos.

Quispe y Alferez (2017), midieron la relación entre motivación deportiva y autoestima en estudiantes de una institución educativa en Huascabamba, aplicaron la Escala de Motivación Deportiva de (SMS/EMD) de Pelletier (1995) y Balaguer, Castillo y Duda (2003; 2007) a 30 estudiantes de 4to y 5to grado. En los resultados de la investigación los autores mencionan que existe relación entre la motivación y autoestima. Por otro lado, el nivel de motivación deportiva promedio que obtuvieron fue de 53.1% siendo la motivación intrínseca la predominante en la práctica deportiva de ese grupo de edad.

Herrera (2015), planteo la relación de las variables de contexto motivacional, calidad de motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel que pertenecen a instituciones de tipo público y privado, aplicó la escala Teacher as social context (TASCQ) creada por Skinner y Belmont (1992), el cuestionario diseñado por Lonsdale, Hodge y Rose (2008) y la Escala de Satisfacción con la Vida SWLS de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985) aplicado a 119 deportistas pertenecientes al programa de Centros de Alto Rendimiento del IPD y a 115 deportistas de Clubes Privados de Lima, cuyas edades se encontraban entre los 14 y 35 años.

La investigadora observo que los deportistas pertenecientes a clubes privados poseían una alta motivación autónoma a pesar de que esta no era promovida por sus entrenadores, por lo que concluye que esta era generada debido al contexto de sus entrenamientos. Por otro lado, no encontró relación entre el tiempo de práctica otorgado a las disciplinas con el nivel de su motivación. Concluye en que el clima motivacional relacionado con la calidad de la motivación y el bienestar subjetivo tienen una implicancia importante en el desarrollo de las diferentes actividades deportivas.

En su investigación Herrera (2015), resalta la importancia de la motivación tanto interna como externa para el desarrollo de los deportistas. Por otro lado Moreno, Cervelló y Gonzáles (2006), trataron de establecer relaciones entre la Teoría de las Metas de Logro de Nicholls y la teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan en deportistas adolescentes de 12 a 16 años que practicaban diferentes disciplinas, Los resultados de la investigación indican que la orientación a la tarea tiene una clara relación con la motivación autodeterminada, como es el caso de la motivación intrínseca y la regulación identificada, y que la orientación al ego muestra una relación positiva con la motivación no autodeterminada, como es el caso de la motivación extrínseca y la regulación identificada.

Las conclusiones obtenidas muestran que las regulaciones más autodeterminadas se enfocan más en la superación personal y el desarrollo de sus habilidades; en cambio las regulaciones menos autodeterminadas se generarían debido a la necesidad de demostrar poseer una mayor capacidad que los demás.

Otro autor que realizó una investigación revisando las mismas teorías fue Gonzáles – Veléz (2010), quien indaga acerca de la relación existente entre la inteligencia emocional, la teoría de autodeterminación y la teoría de las metas del logro. que comprende la motivación intrínseca y extrínseca.

En los resultados de la investigación se puede observar una alta relación entre autoestima y motivación, así como también se realizó una analogía entre motivación intrínseca y orientación a la tarea, mostrando como los deportista que poseen mayor motivación intrínseca tendrán mayor interés en su desarrollo deportivo y su integración al equipo, las conclusiones de Gonzáles – Vélez (2010), evidencian como mientras más predominante sea la motivación intrínseca su impacto es mayor en el desempeño de los deportistas y su desarrollo en deportes grupales.

Rodriguez (2017), analizo la relación entre el estilo motivacional del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, la calidad motivacional, comparando los efectos de la motivación autodeterminada y la controlada, la vitalidad subjetiva y el agotamiento físico y emocional. La investigación se realizó en 118 deportistas escolares.

En los resultados de la investigación se encontró que mientras mayor era la autonomía percibida por los deportistas y su motivación era más autodeterminada existía una mayor vitalidad subjetiva. Por el contrario, se encontró que mientras el control era mayor por parte del entrenador se generaba una motivación más controlada y eso tenía un efecto leve en el agotamiento físico y emocional. Siendo de esta manera la autonomía y la motivación autodeterminada factores que impulsaban el bienestar y desempeño de los deportistas.

Muyor, Moreno, Aguila, Sicilia y Orta (2009), analizaron la motivación en los deportistas a través de la TAD, enfocándose en las diferencias según la práctica deportiva previa, edad y sexo en 727 deportistas entre los 18 y 75 años.

A través de los resultados obtenidos pudieron concluir que los hombres tienen mayor grado de desmotivación que las mujeres, en lo referente al tiempo de práctica observaron que los deportistas que tenían más tiempo realizando actividad física poseían un mayor grado de motivación autodeterminada y respecto a la edad se evidencio que mientras más años tenían los deportistas el grado de desmotivación disminuía.

De manera similar Núñez, Martín-Albo y Navarro (2007) examinaron los resultados de la Escala de Motivación Deportiva de Vallerand, Blais, y Pelletier (1995) en 496 deportistas, 314 hombres y 182 mujeres, entre 14 y 37 años. Según los resultados obtenidos en la investigación se pudo observar que los hombres presentan una mayor amotivación y regulación externa debido a ello una de las principales conclusiones de los

investigadores fue que los hombres presentan una motivación menos autodeterminada que las mujeres.

Los investigadores Balanger et al. (2007), también realizaron un análisis de la Escala de Motivación Deportiva en 301 deportistas españoles de alto nivel competitivo con edades entre los 14 y 45 años. En los resultados de su estudio se observó diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la motivación extrínseca, donde los hombres resaltaron una mayor motivación externa que las mujeres, en cambio no se encontraron diferencias significativas en las subescalas de motivación intrínseca.

Hipótesis

Existen diferencias en las motivaciones autónoma y controlada en función de la disciplina deportiva grupal practicada en una institución deportiva de Arequipa.



CAPITULO II

Diseño de Investigación

El presente estudio es de tipo descriptivo y comparativo, porque se pretende establecer características propias de acuerdo con la modalidad de la práctica deportiva grupal. Asimismo, es del tipo transversal, porque la evaluación a los participantes se realizó en un momento determinado, sin evaluaciones posteriores. Tiene una estrategia asociativa, porque se busca relacionar características o variables entre sí. Este estudio tiene un diseño comparativo, puesto que se comparó la motivación entre tres grupos de deportistas (Ato, López y Benavente, 2013).

Técnicas e instrumentos

El instrumento utilizado es el Cuestionario de Motivación en el Deporte el cual es una adaptación a nuestro contexto del Cuestionario en Educación Física (CMEF) realizada por Pulido et al. (1995). Originalmente el cuestionario se encontraba en francés, fue traducido y validado al español por diferentes estudios (Balaguer, Castillo, y Duda, 2007; Guzman, Carratala, Garcia-Ferriol, y Carratala, 2010; Lopez, 2000; Nunez, Martin-Albo, y Navarro, 2007), la adaptación utilizada a en esta investigación fue realizada por Balanger et al. (2005). Este cuestionario se encuentra basado en la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985; 2000; Ryan y Deci, 2000) y desarrollado originalmente en el ámbito educativo, para tratar de analizar la motivación intrínseca, identificada, introyectada, externa y desmotivación de los adolescentes. Esta escala consta de 20 ítems los cuales se dividen en las cinco dimensiones de la siguiente manera:

-Motivación intrínseca: 1, 6, 11, 16.

-Motivación identificada: 2, 7, 12, 17.

-Motivación Introyectada: 3, 8, 13, 18.

-Motivación Externa: 4, 9, 14, 19.

-Desmotivación: 5, 10, 15, 2

El Cuestionario de Motivación en el Deporte, es conocido en el Perú, así como en otros países, en los cuales se realizaron diferentes estudios donde se analizaron sus propiedades psicométricas. En el 2014 fue aplicada en Lima por Vernal a 234 deportistas, hombres y mujeres, pertenecientes al programa de Centros de Alto Rendimiento e Instituciones Deportivas Privadas. La muestra estuvo compuesta por 126 mujeres y 108 cuyas edades fluctuaban entre los 14 y 25 años, que cursaban estudios en universidades públicas y privadas de Lima, en diversas áreas profesionales. El análisis ítem-test encontró correlaciones altamente significativas para cada uno de los reactivos ($p < 0.01$). Del mismo modo los coeficientes de alfa de Cronbach son $\alpha = .72$, $\alpha = .69$, $\alpha = .76$, $\alpha = .59$, $\alpha = .73$, $\alpha = .71$

Población y muestra

La población se encuentra conformada por 100 deportistas adolescentes entre hombres y mujeres que practican las disciplinas de baloncesto, voleibol y fútbol en el club privado comprendidos entre los 12 y 16 años.

Se realizó un muestreo no probabilístico y por conveniencia, puesto que la investigadora tuvo el acceso a la población completa, por lo tanto, la muestra propuesta fue de 100 deportistas adolescentes.

Criterios de inclusión.

Los criterios de inclusión fueron que los deportistas debían pertenecer a la liga juvenil de la institución deportiva, practicar un deporte competitivo grupal, encontrarse entre los 12 y 16 años de edad y haber asistido los días de la evaluación.

Criterios de exclusión.

Como criterios de exclusión se tuvo en cuenta, el no haber llenado forma correcta la escala y el no haber asistido a sus entrenamientos los días que se realizó la evaluación; por lo que durante el proceso se retiraron 25 deportistas por no haber asistido a sus entrenamientos los días de la evaluación y 4 por haber llenado la escala de motivación de manera incorrecta.

La muestra final del estudio fue de 71 adolescentes deportistas. La muestra estuvo conformada por 21 adolescentes mujeres (29.17%) y de 51 adolescentes (70.83%), con una edad media de 14.07 años. Se observó que las adolescentes mujeres presentan edades menores ($M = 13.52$, $DE = 1.47$) que los adolescentes varones ($M = 14.29$, $DE = 0.81$). La muestra estuvo distribuida en las tres disciplinas elegidas resultando que en la disciplina de voleibol se evaluaron a 10 adolescentes de las cuales el 100% fueron mujeres. Respecto a la disciplina de baloncesto se evaluaron a 30 adolescentes, de los cuales 11 fueron mujeres (36.70%) y 19 hombres (63.30%). Por último, en fútbol fueron evaluados 32 adolescentes, de los cuales 100% fueron hombres. Se evaluó las horas de entrenamiento, resultando que la muestra evaluada tiene una media de 9.98 horas de entrenamiento semanales. Se observó que las adolescentes mujeres tienden a entrenar más tiempo ($M = 10.05$, $DE = 3.82$) que los adolescentes varones ($M = 9.95$, $DE = 5.83$).

Estrategia de recolección de datos

En la realización de la recolección de los datos se pidió una autorización firmada por parte de los padres de los deportistas pertenecientes a la institución deportiva para poder evaluarlos. Luego de ello se asistió a los entrenamientos de las diferentes disciplinas en calidad de socia durante los meses de diciembre y enero, cada encuesta tuvo una duración de 10 a 15 minutos por persona y pueden tener una aplicación grupal. Posteriormente, se

calificaron las evaluaciones por medio de una parrilla de Excel, creada por la investigadora para obtener los resultados de forma más rápida. Por último, se creó una base de datos en una hoja de cálculo de Excel para el ordenamiento de los datos.

Criterios de Procesamiento de Información

Al crear la base de datos en una hoja de cálculo de Excel se procedió a procesar los datos con el programa estadístico SPSS. Para el procesamiento de los datos se utilizó la estadística descriptiva, reportando frecuencias absolutas, porcentajes y medidas de tendencia central, como la media y la mediana, y medidas de dispersión, como la desviación estándar y el rango.

Para la prueba de hipótesis se aplicó la estadística inferencial. Con el fin de seleccionar las pruebas estadísticas más adecuadas para los datos recolectados se utilizó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk. Los resultados para esta prueba indicaron que los datos no están normalmente distribuidos, exceptuando a la variable motivación extrínseca. Sin embargo, para un mejor ajuste estadístico se utilizaron las pruebas no paramétricas, siendo las pruebas de Mann-Whitney, para comparar grupos independientes, la correlación de Spearman, para correlacionar dos variables.



CAPITULO III

Descripción de los resultados

Tabla 1

Descriptivos horas de entrenamiento por sexo

	Femenino		Masculino		Total	
	M	DE	M	DE	M	DE
Horas de entrenamiento	10.05	3.82	9.95	5.83	9.98	5.30

En la tabla 1 se aprecia la edad y las horas de entrenamiento entre ambos sexos. Se observa que las adolescentes mujeres tienen una edad promedio de 13.52 años, mientras que los adolescentes varones tienen una edad promedio de 14.29 años. Se observa que la edad promedio de la muestra evaluada es de 14.07 años.

Por otro lado, se observa que la muestra evaluada tiene un promedio de 9.98 horas de entrenamiento. Se aprecia que las adolescentes mujeres entrenan más horas ($M = 10.05$, $DE = 3.82$) que los adolescentes varones ($M = 9.95$, $DE = 5.83$).

Tabla 2
Frecuencia por sexo

	n	%
Femenino	21	29.2 %
Masculino	51	70.8 %

Se puede observar que en la tabla 2 se distribuye la muestra por el sexo de los deportistas. Se aprecia que el 29.2% de la muestra es de sexo femenino y que el 70.8% es de sexo masculino.

Tabla 3
Frecuencia por edad

	n	%
12	9	12.5 %
13	5	6.9 %
14	38	52.8 %
15	12	16.7 %
16	8	11.1 %

En la tabla 3 se observa la distribución por edad de los deportistas. Según los resultados obtenidos la mayor parte de los deportistas se encuentran en la edad de 14 años (52.8%), y los deportistas de 13 años conforman la menor parte de la muestra (6.9%).

Tabla 4
Frecuencias por disciplina deportiva

	n	%
Voleibol	10	13.9 %
Baloncesto	30	41.7 %
Futbol	32	44.4 %

Se puede observar que en la tabla 4 se distribuye la muestra por la disciplina deportiva practicada. Se observa que la mayor cantidad de deportistas practican futbol (44,4%), seguidos por baloncesto (41.7%) y por ultimo una menor de cantidad de deportistas practican voleibol (13.9%).

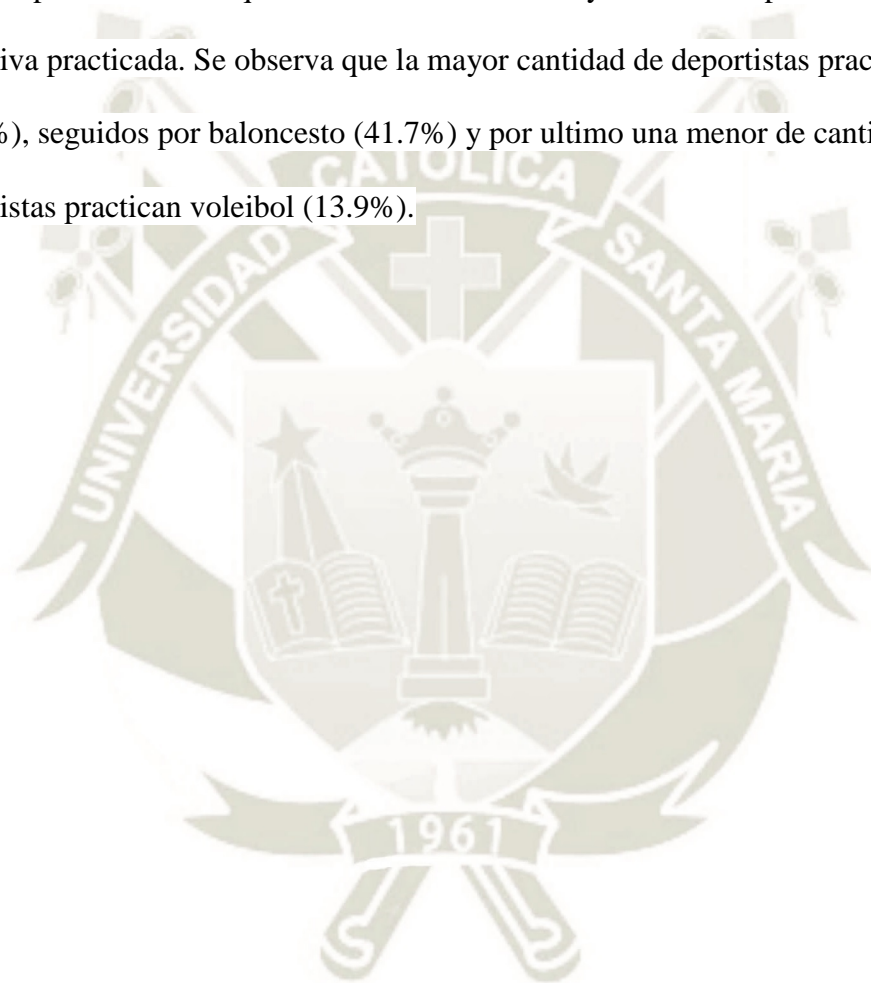


Tabla 5
Distribución de las dimensiones de la motivación

	n	%
Motivación intrínseca		
Bajo	5	6.9 %
Alto	67	93.1 %
Motivación extrínseca		
Bajo	47	65.3 %
Alto	25	34.7 %
Regulación identificada		
Bajo	6	8.3 %
Alto	66	91.7 %
Regulación introyectada		
Bajo	48	66.7 %
Alto	24	33.3 %
Desmotivación		
Bajo	61	84.7 %
Alto	11	15.3 %
Total	72	100.0%

En la tabla 5 se observa la distribución de las dimensiones de la motivación. En cuanto a la motivación intrínseca, la mayoría de los deportistas presento puntajes altos (93.1%). En la motivación extrínseca, la mayor parte de los obtenidos fueron bajos (65.3%). Referente a la regulación identificada, la mayor parte de los deportistas saco puntajes altos (91.7%). Respecto a la regulación introyectada, la mayoría de los deportistas saco puntajes bajos (66.7%). En cuanto a la desmotivación, la mayor cantidad de resultados fueron bajos (84.7%).

Tabla 6
Distribución de las motivaciones

	n	%
Motivación autónoma		
Bajo	5	6.9 %
Alto	67	93.1 %
Motivación controlada		
Bajo	50	69.4 %
Alto	22	30.6 %
Total	72	100.0%

En la tabla 6 se observa la distribución de los factores de la motivación, donde se puede analizar que el 93,1% de los deportistas tiene puntajes altos en motivación autónoma. Respecto a la motivación controlada, un 69,4% de los deportistas tienen puntajes bajos. Siendo la motivación autónoma la predominante.

Tabla 7

Asociación de las dimensiones de la motivación con el sexo de los deportistas

	Femenino		Masculino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Motivación intrínseca						
Bajo	1	1.4 %	4	5.6 %	5	6.9%
Alto	20	27.8 %	47	65.3 %	67	93.1%
$\chi^2 = 0.219, p = 0.640$						
Motivación extrínseca						
Bajo	14	19.4 %	33	45.8 %	47	65.3%
Alto	7	9.7 %	18	25.0 %	25	34.7%
$\chi^2 = 0.025, p = 0.874$						
Regulación identificada						
Bajo	1	1.4 %	5	6.9 %	6	8.3%
Alto	20	27.8 %	46	63.9 %	66	91.7%
$\chi^2 = 0.495, p = 0.482$						
Regulación introyectada						
Bajo	16	22.2 %	32	44.4 %	48	66.7%
Alto	5	6.9 %	19	26.4 %	24	33.3%
$\chi^2 = 1.210, p = 0.271$						
Desmotivación						
Bajo	20	27.8 %	41	56.9 %	61	84.7%
Alto	1	1.4 %	10	13.9 %	11	15.3%
$\chi^2 = 2.533 p = 0.111$						

En la tabla 7 se observa la asociación entre las categorías de las motivaciones y el sexo de los deportistas. Se puede observar que en lo que respecta a la motivación intrínseca no existe asociación estadísticamente significativa con el sexo. Del mismo modo, en lo que respecta a la motivación extrínseca, no se observa asociación estadísticamente significativa respecto al sexo de los deportistas. Asimismo, la regulación identificada no se halla asociación con el sexo de los deportistas. También se observa que, la regulación introyectada no se encuentra relacionada con el sexo. Por último, se puede apreciar que la desmotivación no tiene relación estadísticamente significativa con el sexo de los deportistas.

Tabla 8

Comparación de Mann-Whitney de motivación entre sexo

	Femenino		Masculino		U	p
	M	DE	M	DE		
Motivación Intrínseca	16.29	3.74	16.88	3.10	503.5	.693
Motivación Extrínseca	10.10	3.86	10.08	3.36	548	.881
Regulación Identificada	16.10	3.45	15.65	3.19	590	.501
Regulación Introyectada	9.57	2.84	9.94	3.83	511.5	.769
Desmotivación	5.90	3.30	7.63	3.92	371.5	.038*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

En la tabla 8 se aprecia la comparación de las regulaciones de la motivación por sexo. Se utilizó la prueba estadística de Mann-Whitney puesto que los datos no cumplían el supuesto de normalidad. Se observa que no existe diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres respecto a la motivación intrínseca ($U = 503.5$; $p = .693$), motivación extrínseca ($U = 548$; $p = .881$), regulación identificada ($U = 590$; $p = .501$), regulación introyectada ($U = 511.5$; $p = .769$). Sin embargo, se observa que si existe diferencia estadísticamente significativa respecto a la desmotivación ($U = 371.5$; $p = .038$). Esto nos indica que los adolescentes varones evaluados presentaron mayor desmotivación ($M = 7.63$; $DE = 3.92$) que las adolescentes mujeres ($M = 5.90$; $DE = 3.30$).

Tabla 9
Distribución de motivaciones

	Femenino		Masculino		Total	
	n	%	n	%	n	%
Motivación autónoma						
Bajo	1	1.4 %	4	5.6 %	5	6.9%
Alto	20	27.8 %	47	65.3 %	67	93.1%
$\chi^2 = 0.219, p = 0.640$						
Motivación controlada						
Bajo	17	23.6 %	33	45.8 %	50	69.4%
Alto	4	5.6 %	18	25.0 %	22	30.6%
$\chi^2 = 1.850, p = 0.174$						

Por otro lado, en la tabla 9 se observa que la motivación autónoma no tiene relación con el sexo de los deportistas evaluados. Del mismo modo, la motivación controlada no presenta relación con el sexo de los participantes. En esta tabla también se puede apreciar que la motivación autónoma es la predominante.

Tabla 10

Asociación de las dimensiones de motivación con la disciplina deportiva grupal

	Voleibol		Baloncesto		Futbol		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Motivación intrínseca								
Bajo	0	0.0 %	1	1.4 %	4	5.6 %	5	6.9%
Alto	10	13.9 %	29	40.3 %	28	38.9 %	67	93.1%
$\chi^2 = 0.219, p = 0.640$								
Motivación extrínseca								
Bajo	8	11.1 %	15	20.8 %	24	33.3 %	47	65.3%
Alto	2	2.8 %	15	20.8 %	8	11.1 %	25	34.7%
$\chi^2 = 5.380, p = 0.068$								
Regulación introyectada								
Bajo	8	11.1 %	19	26.4 %	21	29.2 %	48	8.3%
Alto	2	2.8 %	11	15.3 %	11	15.3 %	24	91.7%
$\chi^2 = 0.966, p = 0.617$								
Regulación identificada								
Bajo	0	0.0 %	2	2.8 %	4	5.6 %	6	66.7%
Alto	10	13.9 %	28	38.9 %	28	38.9 %	66	33.3%
$\chi^2 = 1.745, p = 0.418$								
Desmotivación								
Bajo	10	13.9 %	26	36.1 %	25	34.7 %	61	84.7%
Alto	0	0.0 %	4	5.6 %	7	9.7 %	11	15.3%
$\chi^2 = 2.967, p = 0.227$								

En la tabla 10 se puede observar las relaciones entre las dimensiones de la motivación con la disciplina deportiva grupal. Se observa que en lo que respecta a las dimensiones de la motivación, no hay relación estadísticamente significativa con la disciplina deportiva grupal. Por lo que se puede indicar que las dimensiones de la motivación no varían entre las tres disciplinas deportivas grupales evaluadas.



Tabla 11
Asociación entre motivaciones y disciplina deportiva grupal

	Voleibol		Baloncesto		Futbol		Total	
	n	%	N	%	n	%	n	%
Motivación autónoma								
Bajo	0	0.0 %	1	1.4 %	4	5.6 %	5	6.9%
Alto	10	13.9 %	29	40.3 %	28	38.9 %	67	93.1%
$\chi^2 = 2.880, p = 0.237$								
Motivación controlada								
Bajo	8	11.1 %	20	27.8 %	22	30.6 %	50	69.4%
Alto	2	2.8 %	10	13.9 %	10	13.9 %	22	30.6%
$\chi^2 = 0.641, p = 0.726$								

En la tabla 11 se puede observar las relaciones que existen entre los dos tipos de motivación y la disciplina deportiva grupal evaluada. Se aprecia que, al igual que en la tabla 8, ambas motivaciones no tienen relaciones estadísticamente significativas respecto a la disciplina deportiva grupal evaluada. En esta tabla también se puede apreciar que la motivación autónoma es la predominante.



Tabla 12

Correlación Spearman entre variables estudiadas

	1	2	3	4	5	6	7
1. Horas de entrenamiento	—	.057	-.020	-.069	-.039	-.145	-.132
2. Edad		—	.230	-.032	-.040	.160	.044
3. Mot. Intrínseca			—	-.064	.640***	-.057	-.353**
4. Mot. Extrínseca				—	.157	.503	.188
5. Reg. Identificada					—	-.016	-.277*
6. Reg. Introyectada						—	.267*
7. Desmotivación							—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la presente tabla se aprecian las correlaciones entre las dimensiones de la motivación, las horas de entrenamiento y la edad de los adolescentes. Se aprecia que las dimensiones de la motivación no tienen relación significativa con las horas de entrenamiento y la edad. Sin embargo, se observa que las horas de entrenamiento tienen una relación negativa leve con la regulación introyectada ($\rho = -.145$) y con la desmotivación ($\rho = -.132$), sin llegar a ser estadísticamente significativo. Del mismo modo, la edad se presenta una relación leve con la regulación introyectada ($\rho = .160$) y con la motivación intrínseca ($\rho = .230$). En general se observa que las horas de entrenamiento presentan una tendencia negativa respecto a las dimensiones de la motivación. Por otro lado, la edad muestra una tendencia positiva respecto a la motivación intrínseca, introyectada y desmotivación, pero muestra una tendencia negativa respecto a la motivación extrínseca e identificada.

Discusión

La presente investigación se enfoca en el análisis de la motivación de los deportistas adolescentes de una institución deportiva de Arequipa. Mestre, Brotóns y Álvaro (2002), señalan que los clubes son los principales promotores deportivos, ya que se encargan del reclutamiento y preparación de los deportistas que se inician en las diferentes disciplinas, brindándoles no solo entrenamiento físico, sino que también en muchos casos entrenamiento emocional.

Tras revisar los resultados obtenidos se puede afirmar que no existen diferencias significativas respecto a los niveles de motivación entre los deportistas de las diferentes disciplinas grupales. Los practicantes de voleibol, fútbol y baloncesto presentan niveles similares en cuando a las motivaciones intrínseca y extrínseca y a las regulaciones identificados e introyectada, así como niveles bajos de desmotivación.

Estos resultados pudieron ser generados debido a que en la mayoría de las disciplinas son practicadas por hombres y mujeres y todos se encuentran en una etapa parecida de desarrollo, entre la adolescencia temprana y adolescencia media.

Allen, Porter, McFarland y McElhaney (2007), hacen énfasis en que entre los 11 y 12 años, la influencia que ejerce el grupo de compañeros hacia los adolescentes alcanza su punto más alto, disminuyendo a partir de los 13 años mientras se van acercando a la adolescencia media. La mayoría de los evaluados se encuentran entre los 14 y 15 años, motivo por el cual pudieron darle una importancia menor a la aprobación externa, siendo uno de los factores por los que presentaron una motivación externa por debajo de la media.

Erikson (1983), expone que entre los 13 y 15 años la necesidad de pasar tiempo con los pares es notoria, lo cual serviría como un factor motivacional para que los adolescentes pasarán su tiempo libre practicando disciplinas grupales, en las cuales comparten un interés

común con sus compañeros, denotando así la presencia de regulación identificada en la práctica deportiva. Erikson (1983) también hace énfasis en que entre los 16 y 18 años la búsqueda de la identidad es más fuerte, por lo que los jóvenes prestan mayor atención a que es lo que quieren en realidad y cuáles son las actividades que les generan placer. Considerando lo descrito anteriormente se puede concluir en que el hecho de que los adolescentes evaluados dediquen un promedio de 9 horas semanales a la práctica voluntaria de sus disciplinas, manifiesta la presencia de motivación intrínseca.

Asimismo, los adolescentes de sexo femenino y masculino mostraron niveles similares en cuanto a la motivación extrínseca e intrínseca y las regulaciones identificadas e introyectada. Los varones presentaron mayor grado de motivación intrínseca y regulación introyectada; y las mujeres presentaron una mayor regulación identificada, pero no se llegó a tener ninguna diferencia estadísticamente significativa.

En el estudio realizado por Amorose y Horn (2000), se encontró que los hombres puntuaban más alto que las mujeres en cuanto a la motivación intrínseca a diferencia de Pelletier et al. (1995) quienes encontraron que las mujeres tenían mayor puntaje en cuanto a motivación intrínseca y más bajo en motivación extrínseca que los adolescentes varones. Balanger et al. (2007), obtuvieron resultados similares, en su investigación los hombres resaltaron una mayor motivación externa que las mujeres, no obstante, no encontraron diferencias significativas en las subescalas de motivación intrínseca.

Vernal (2014), investigó la motivación y el bienestar en los deportistas pertenecientes al instituto peruano del deporte, obteniendo resultados similares a los de la presente investigación, puesto que no encontró diferencias significativas entre el género masculino y femenino en las diferentes motivaciones y regulaciones.

Donde sí se encontró una diferencia estadísticamente significativa fue en la puntuación de la desmotivación, los varones presentaron una mayor desmotivación que las mujeres, resultado que es apoyado por los resultados de la investigación de Pelletier et al. (1995) quienes demostraron con sus resultados que las deportistas de sexo femenino presentaron un menor grado de desmotivación que los de sexo masculino.

Diferentes investigaciones presentaron los mismos resultados, como es el caso de la realizada por Muyor et al. (2009) quienes afirmaron que los hombres puntuaban un mayor grado de desmotivación que las mujeres. Nuñez et al. (2007) determinaron que los hombres presentan un mayor nivel de desmotivación que las mujeres al igual que de motivación externa, siendo la motivación del sexo masculino menos autónoma que la de las mujeres.

En cuando a la relación entre la cantidad de horas de práctica deportiva, la edad de los deportistas y las dimensiones de motivación de los practicantes no se encontró correlación, en cambio se observó una relación negativa leve con la motivación introyectada y la desmotivación, pero sin llegar a ser estadísticamente significativo. A partir de este resultado a pesar de la ausencia de la relación más profunda se podría aducir que mientras menor sea el grado de desmotivación, los deportistas dedican más horas a su práctica deportiva. Sin embargo, al no tener mayores resultados no se puede atribuir la cantidad de horas dedicadas a la práctica deportiva a ninguna dimensión de la motivación.

Cabe mencionar que los deportistas de las tres disciplinas presentan un estilo de motivación altamente autodeterminada, eso significa que los deportistas están practicando su disciplina impulsados por metas intrínsecas, o por el placer de realizarlo como se da en la motivación autónoma.

Fortier, Vallerand, Brière y Provencher (1995), profundizaron en la autoderminación de la motivación, para ello investigaron las diferencias de la motivación en diferentes contextos deportivos, en 77 practicantes cuyas edades se encontraban entre los 11 y 16 años, concluyendo que debido que en los centros deportivos la práctica deportiva es voluntaria se presenta un alto nivel de motivación autónoma, a diferencia de los atletas que realizan las mismas actividades pero de manera profesional, en cuyo caso se presentó mayor regulación identificada y desmotivación. Como se puede observar presentan resultados similares a la presente investigación, apoyando la hipótesis de que la falta de presión u obligación para practicar una disciplina deportiva que se da en instituciones deportivas privadas, fomenta la motivación autónoma o en un defecto contribuye a los bajos índices de la motivación controlada.

Herrera (2015), observo que los deportistas pertenecientes a instituciones deportivas privadas poseían una alta motivación autónoma, atribuyendo sus resultados al contexto de los entrenamientos, lo cual puede ser aplicado de igual manera a la presente investigación, debido a que la institución deportiva privada ofrece a los deportistas diversas facilidades y un ambiente que facilita y promueve la práctica deportiva, como son las canchas bien implementadas, entrenadores especializados, horarios flexibles para que puedan desarrollar su práctica y equipo para que puedan trabajar su condición física. Aparte de los mencionados anteriormente la institución deportiva privada se esfuerza por promocionar la práctica constante de la actividad física, generando interés en los adolescentes a partir de la promoción de actividades de integración y diferentes beneficios por pertenecer a las diferentes disciplinas grupales.

Todas las características mencionadas anteriormente son pertenecientes a la regulación identificada. Al explicar esta regulación Decy y Ryan (2002) indican que se trata de una regulación dentro de la motivación extrínseca, que no brinda sentimientos de

interés o placer, pero tampoco es generada a partir de presiones ni control externo, dado que la actividad es realizada con un mayor sentido de autonomía ya que la persona se identifica con el valor de la actividad.

Bakker, Whiting y Van der Brung (1993) hacen énfasis en que si el deportista es consciente de los beneficios que le trae la práctica deportiva, y maneja la situación manteniendo su interés por su actividad deportiva separado de los beneficios, la motivación intrínseca no se verá afectada, por el contrario el disfrute y apreciación de los beneficios podría convertirse en un comportamiento internalizado, teniendo de esta manera la regulación identificada, aun siendo parte de la motivación extrínseca, un grado significativo de autoderminación y fomentar de manera positiva la práctica deportiva como es el caso de los deportistas evaluados.

Como señalan Deci y Ryan (2000) mientras más internalizado este un comportamiento, existe una mayor autonomía lo cual deriva en mayor bienestar. De igual manera los autores sugieren que los mismos deportistas y sus expectativas son quienes se presionan más hacia el alcance sus propias metas. Cabe señalar que la presencia de presión o un fuerte impulso son considerados positivos para el logro de las metas siempre que el comportamiento deportivo sea elegido por cada deportista de manera autónoma.

En base a lo mencionado anteriormente se puede inferir que los resultados obtenidos los cuales puntúan una alta motivación autónoma son positivos para el desarrollo de la práctica deportiva de los evaluados.

De la misma manera que el bajo puntaje en cuanto a la motivación controlada también indicaría la presencia de un enfoque positivo hacia la disciplina elegida por los practicantes. Dado que la motivación controlada según lo indicado por Deci y Ryan (2000) es generada del establecimiento de normas y deberes, expectativas de autoaprovación o la

evitación de sentimiento de culpa, ansiedad o castigo. Siendo probable que cuando la acción es movida por la regulación introyectada o la motivación extrínseca, la persona no dedique la cantidad de atención e energía necesarias para realizar la actividad de manera adecuada, dado que la considera como poco interesante.

Estos resultados podrían deberse a que la institución deportiva ofrece beneficios y facilidades a los deportistas, más no un apoyo económico real. Asimismo, el hecho de no realizar la práctica no generaría a los deportistas ningún malestar externo, como podría ser el caso de un castigo o reprobación externa. De igual manera ha sido comprobado que los deportistas eligieron practicar cada disciplina con libertad y que ellos deciden la cantidad de horas que le dedicarán a su práctica y cuáles serán sus horarios, ya que la institución deportiva no exige número de horas para la pertenencia al equipo o para obtener la posibilidad de competir.

Moreno, Cervello y Gonzales - Cutre (2006), sugieren que mientras la motivación intrínseca sea mayor los deportistas demostraran más interés en su desarrollo deportivo y la integración de su equipo, por lo que la presencia en de la motivación intrínseca en los practicantes de deportes grupales es altamente beneficioso para el equipo.

De manera similar Rodriguez (2017), observa que mientras mayor es la autonomía percibida por lo deportistas y su motivación es más autodeterminada, existe una mayor vitalidad subjetiva y autonomía, siendo estos factores que impulsan el desempeño y el bienestar de los deportistas.

Quispe y Alferez (2017), analizaron la motivación en adolescente de 14 y 15 años que realizaban actividad deportiva, en sus resultados exponen que la motivación intrínseca es la predominante para la práctica deportiva en ese grupo de edad.

Otro aspecto a resaltar son los resultados bajos en cuando a desmotivación, ya que, a pesar de ser más notoria en el sexo masculino, se obtuvieron resultados muy por debajo de la media en el grupo evaluado en general. Siendo la desmotivación descrita por Deci y Ryan (2000), como la ausencia de regulaciones extrínsecas e intrínsecas, y considerada como uno de los factores más de abandono a la práctica deportiva; esta puntuación sería considerada positiva para la continuidad de los deportistas adolescentes de la institución deportiva.

Vemos entonces en las investigaciones revisadas con anterioridad que los adolescentes deportistas tienden a presentar una mayor motivación autodeterminada. Al igual que los efectos positivos que genera la presencia de esta motivación tanto en el desempeño individual de cada deportista como en la cohesión y funcionamiento del equipo en las disciplinas grupales.

Concluyendo en que la puntuación alta en motivación autodeterminada, medianamente baja en motivación controlada y baja en cuanto a motivación, presente en los deportistas de las disciplinas grupales de la institución deportiva, explica el interés de los adolescentes hacia el deporte y es un predictor de su buen desempeño y permanencia en sus respectivas disciplinas, en caso de que la motivación intrínseca y la regulación identificada sigan siendo fomentadas.

Conclusiones

Primera: La motivación deportiva no difiere significativamente entre las distintas disciplinas evaluadas, por lo que se puede concluir que la motivación no está relacionada con la disciplina deportiva grupal que una persona practique.

Segunda: Se observa que los deportistas varones presentan un alto nivel en motivación intrínseca, regulación introyectada y desmotivación, mientras que las deportistas mujeres presentan niveles más altos en motivación extrínseca y regulación identificada.

Tercera: No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres respecto a la motivación deportiva.

Cuarta: Se encontró que la motivación intrínseca, la regulación introyectada y la desmotivación tienen tendencia positiva respecto a la edad de los deportistas. Por lo que mientras los evaluados sean mayores estas se incrementan.

Quinta: La regulación introyectada y la desmotivación presentaron una tendencia negativa respecto a las horas de entrenamiento.

Sugerencias

Primera: Se sugiere realizar investigaciones sobre la motivación autónoma y controlada en deportistas en diferentes niveles de desarrollo, como serían alto nivel y alto rendimiento.

Segunda: Para futuras investigaciones referentes al tema se propone ampliar la muestra, abarcando no solo deportistas pertenecientes a instituciones deportivas sino también a los deportistas adscritos al Instituto Peruano del Deporte o los que lo practiquen en diferentes estadios.

Tercera: Desarrollar un programa de motivación en la institución deportiva, para incrementar la motivación autónoma en los deportistas y mejorar su desempeño.

Cuarta: Investigar las causas que generan el incremento tanto de la motivación intrínseca como de la desmotivación en los deportistas adolescentes de mayor edad.

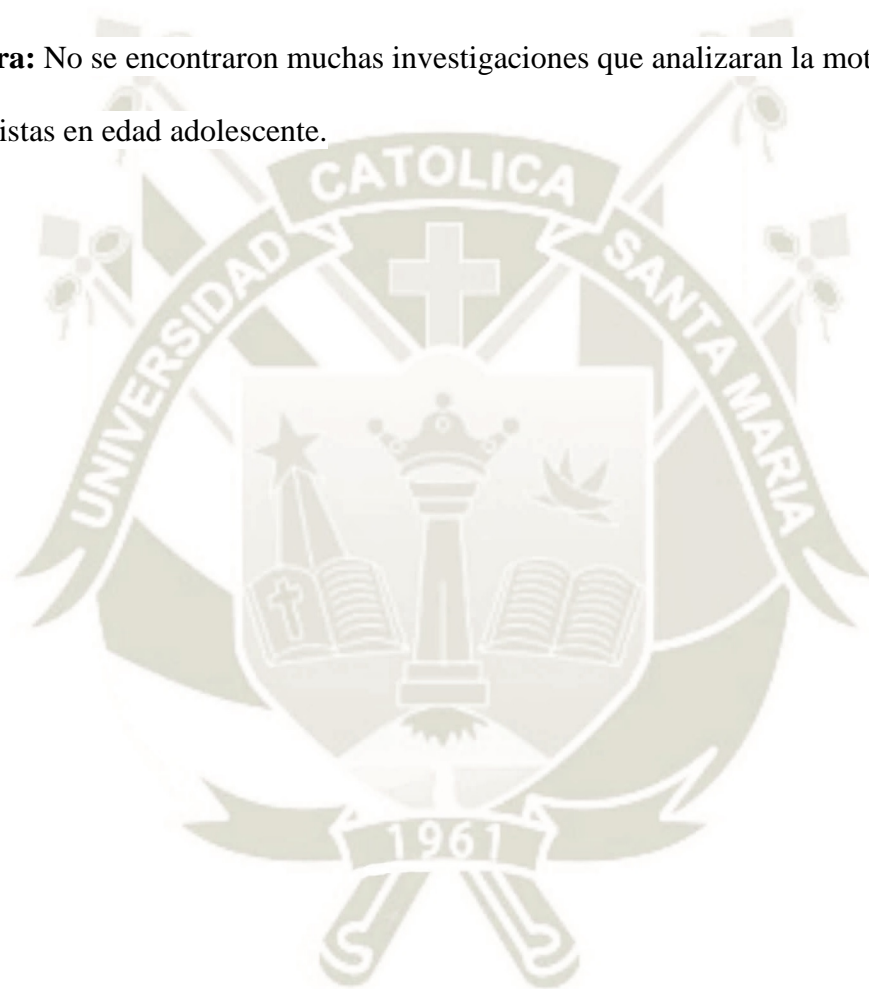
Quinta: Sería conveniente agregar variables dependientes como indicadores desempeño o abandono, para profundizar la información sobre el efecto de los diferentes tipos de motivación.

Limitaciones

Primera: La población estuvo compuesta en un número pequeño de deportistas por lo que en gran parte no se logró obtener resultados significativos.

Segundo: Los deportistas fueron evaluados después de que culminaran sus entrenamiento por lo que resulto complicado que enfocaran su atención plena en la evaluación.

Tercera: No se encontraron muchas investigaciones que analizaran la motivación de deportistas en edad adolescente.



Referencias

- Adie, J., Duda, J., y Ntoumains, N. (2008). Autonomy support basic needs satisfaction and the optimal functioning of adult male and female participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32, 189-199.
- Allen, J, Porter, M, McFarland, C, McElhaney, K, y Marsh, P. (2007). The relation of Attachment security to adolescents paternal and peer relationships, depression and externalizing behavior. *Child Development*.
- Amorose, A, & Horn, T. (2000). Intrinsic motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of the coaches' behavior. *Journal Of Sport and Exercise Psychology*, 22, 63-84.
- Atkinson, J., & McClelland, D. (1948). The projective expression of needs, II. The effect of different intensities of the hunger drive on Thematic Apperception. *Experimental Psychology*, 643-658.
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de la Psicología*, vol. 29, 1038-1059.
- Bakker, F, Whiting, H, y Van der Brug, H. (1993). Psicología del Deporte: Conceptos y Aplicaciones. *Madrid: Ediciones Morata*.
- Balanger, I. C. (2007). Propiedades Psicométricas de la Escala de Motivación en Deportistas Españoles. *Revista Mexicana de Psicología*. Vol. 24. México, 197-207.
- Balanger, I., Castillo, I., y Duda, J. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Psicología del Deporte*, 17, 123-139.
- Bandura, A. (1997). *El ejercicio del control*. New York.

- Briones-Arteaga, E. (2016). Psicología en el deporte. *Revista Científica Dominio de las Ciencias*, 323-334.
- Cantón, E. (2001). Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. *Cuadernos de psicología del deporte*, 27-38.
- Canton, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del psicologo*, 237-245.
- Carron, A. (1990). Cohesiveness in sport groups. Interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 123-138.
- Cox, R. (2009). Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones. Madrid: Médica Panamericana.
- Cruz, J. (1997). Psicología del deporte. Madrid: Síntesis.
- Cruz, J., y Riera, J. (1991). Psicología del Deporte. Aplicaciones y perspectivas. En J. Cruz, & J. Riera, *Psicología del Deporte. Aplicaciones y perspectivas* (págs. 43-55). Barcelona: Martinez Roca.
- Csikszentmihalyi, M. y. (1968). The measurement of flow in everyday life; Toward a theory of emergent motivation. *Developmental perspectives on motivation*, 57-97.
- Deci, E, y Ryan, R. (1991). A motivational aproach to self: Integration inpersonality. *Nebraska Symposium on Motivación. Vol 1, 38*, 237-288.
- Deci, E, y Ryan, R. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social y el Bienestar. *Revista Americana de la Psicología*.

Deci, E, Ryan, M, y Grolnick, W. (1997). *Internalization Whithin the family*. New York: In J, E. Grusec and L. Kuczynski.

Deci, E. (1975). *Intrinsic motivation* . New York: Plenum.

Deci, E., y Ryan, R. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Deci, E., y Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. New York: Plenum Press.

Deci, E., y Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits; Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 227-268.

Deci, E., y Ryan, R. (2002). *Handbook of self-determination research*. Nueva York: University Of Rochester Press.

Deporte, M. d. (20 de 12 de 1991). *Real Decreto de Federaciones Deportivas Españolas y Registro*. Obtenido de Consejo Superior de Deportes:
<https://www.csd.gob.es/es/csd/organizacion/legislacion-basica/federaciones-deportivas-espanolas>

Erikson, E. (1983). *Identidad, Juventud y crisis*. Buenos Aires: Paidós .

Field, A., Miles, J., y Field, Z. (2012). *Discovering Statistics Using R*. Londres: Sage Publication LTD.

Fortier, M, Vallerand, R., Briere, N., y Provencher, P. (1995). Competitive and recreational sport structures and gender: Test of their relationship with sport motivation. *International Journal Of Sport Psychology*, 26, 24-39.

- García, J., y Llanes, R. (1992). La motivación deportiva: Principios Generales y Aplicaciones. *El entrenador español* . 52, 43-46.
- García, M., Puig, N., & Largadera, F. (1998). *Sociología del Deporte*. Madrid: Alianza Editorial.
- González-Veléz, J. (2010). *Inteligencia Emocional y Motivación en el Deporte*. Gran Canaria-España: Universidad de las Palmas de la Gran Canaria.
- Gordillo, A. (1992). Orientaciones psicológicas en la Iniciación deportiva. *Revista de Psicología del deporte*, 27-36.
- Gould, D, Feltz, D., Horn, T., y Weiss, W. (1982). *Participation motives in competitive youth swimmers*. Ottawa: Mental training for coaches and athletes.
- Grupo Internacional de Trabajo sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz. (2008). Aprovechamiento del poder del Deporte para el Desarrollo y la Paz: recomendaciones a los gobiernos.
- Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental model. *Human Development*, 1 , 661-669.
- Heider, F. (1944). Social perception and social casuality. *Psychological Review*, 358-374.
- Herrera, X. (2015). Percepción de contexto, motivación y satisfacción con la vida en deportistas de alto nivel. Lima: Pontificia Universidad Católica de Perú.
- Instituto Peruano del Deporte IPD. (2018). *Instituto Peruano del Deporte IPD*. Obtenido de www.ipd.gob.pe: <http://www.ipd.gob.pe/45-tipo-visitante/deportista-calificado>
- Iso - Ahola, S. E., & S. Clair, B. (2000). Toward a theory of exercise motivation. *Quest*, 131- 147.

Kanfer, R. (1994). *Motivation*. Oxford: Blackwell Publishers.

Loerh, J. (1986). *Mental toughness training for sports. Achieving athletic excellence*.

Lexington: Stephen Greene Press.

Mageau, G., y Vallerand, R. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model.

Journal of Sport Sciences, 883-904.

Maslow, A. (1951). *Jerarquía de las Necesidades*. México: FCE.

Maslow, A. (1954). *Motivación y Personalidad*. España: Ediciones Dias de Santos.

Mestre, J, Álvaro, M., y Brotons, J. (2002). La gestión deportiva: Clubes Y Federaciones.

INDE Publicaciones.

Moreno, J., Cervelló, E., y Gonzáles - Cutre, D. (2006). *Analizando la motivación en el*

deporte: un estudio de la teoría de la autodeterminación Colegio Oficial de

Psicología de Andalucía Occidental. Murcia: Colegio Oficial de Psicología de

Andalucía Occidental, Universidad del Valle.

Muyor, J., Moreno, J., Silicia, A., Aguila, C. y Orta, A. (2009). Perfiles motivacionales de

los usuarios en centros deportivos. *Anales de la psicología vol. 9*, 160-168.

Nascimberne, F. y Nachón, C. (2001). Introducción a la Psicología del Deporte. El factor

mental en el deporte y la actividad física: perspectivas actuales. En C. Nachón, & F.

Nascimberne, *Introducción a la Psicología del Deporte. El factor mental en el*

deporte y la actividad física: perspectivas actuales. Buenos Aires: Libros del

Rojas, Universidad de Buenos Aires.

Navarro, J., Canaleta, X., Vernet, D., Solé, X., y Jiménez, V. (2014). Motivación,

desmotivación, sobremotivación y daños colaterales. *Actas de las XX JENUI*, 467-

474.

- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 225-242.
- Núñez, J. M.-A. (2007). Propiedades psicométricas de la Versión Española de la Escala de Motivación Deportiva. *Revista de la psicología del deporte vol. 16*, 211-223.
- Parlebas, P. (1989). *Perpectiva de la Educación Física Moderna*. Unisport, Malaga
- Pelletier, L, Kim, M, Michelle, S, Vallerand, R, Briere, N, y Blais, M. (1995). Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Pulido, J., Sanchez - Olival, D., Gonzales - Ponce, I., Amado, D., Montero, C. y García-Calvo, T. (2007). Adaptación y validación de un cuestionario para valorar la motivación en el contexto deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, vol. 15, 3, 17-26
- Quispe, J., y Alferez, J. (2017). *Correlación entre motivación deportiva y autoestima en estudiantes de la institución educativa N° 56261 Huascabamba*. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín.
- Real Academia Española. (2019). *Real Academia Española*. Obtenido de <http://www.rae.es/>
- Reyes, M. (2006). Política Deportiva: factores reales del sistema deportivo. *Liberabit*, 87-84.
- Roberts, G. (2001). Understanding the dynamics of motivation in Physical activity: The influence of achievement goals on motivation processes. *Advances in motivation in sport and exercise*, 1-50.

- Rodriguez, J. (2017). *Estilo motivacional, necesidades psicológicas básicas, tipos de motivación, vitalidad y agotamiento en deportistas escolares*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Romero-Carrasco, A., Garcia-Mas, A., y Brustad, R. (2009). Estado del Arte y Perspectiva Actual del Concepto de Bienestar Psicológico en Psicología del Deporte. *Redalyc*, 335-347.
- Ryan, R., Kuhl, J., y Deci, E. (1997). Nature and autonomy: Organization view of social and neurobiological aspects of selfregulation in behavior and development. *Development and Psychopathology*, 701-728.
- Sale, C., Guppy, A., y El - Sayed, M. (2000). Individual differences, exercise and leisure activity in predicting affective well-being in young adults. *Ergonomisc*, 10.
- Vallarand, R. (1991). Motivtion and Education: The Self-Determination Perspective. *Educational psychologist*, 325-346.
- Vansteenkiste, M., y Deci, E. (2003). Competitvely contingent rewards and intrinsic motivation: Can losers remain motivated? *Motivation and Emotion*, 273-299.
- Vernal, A. (2014). Motivación y bienestar en deportistas destacados adscritos al apoyo del Instiruto Peruano del Deporte. *Pontificia Universidad Católica del Perú*.
- Walling, M., y Duda, J. (1995). Goals and their associations with beliefsabout success in and perceptions of the purposes of physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, 140-156.
- Weinberg, R., y Gould, D. (1996). *Fundamentos de la psicología del seporte*. Barcelona: Ariel.

White, R. (1959). Motivation reconsidered: The concept of coompetence. *Psychol Rev*,
297-333.



Anexos

Anexo 1 Cuestionario de motivación en el deporte (CMD)

Cuestionario de Motivación en el Deporte (CMD)

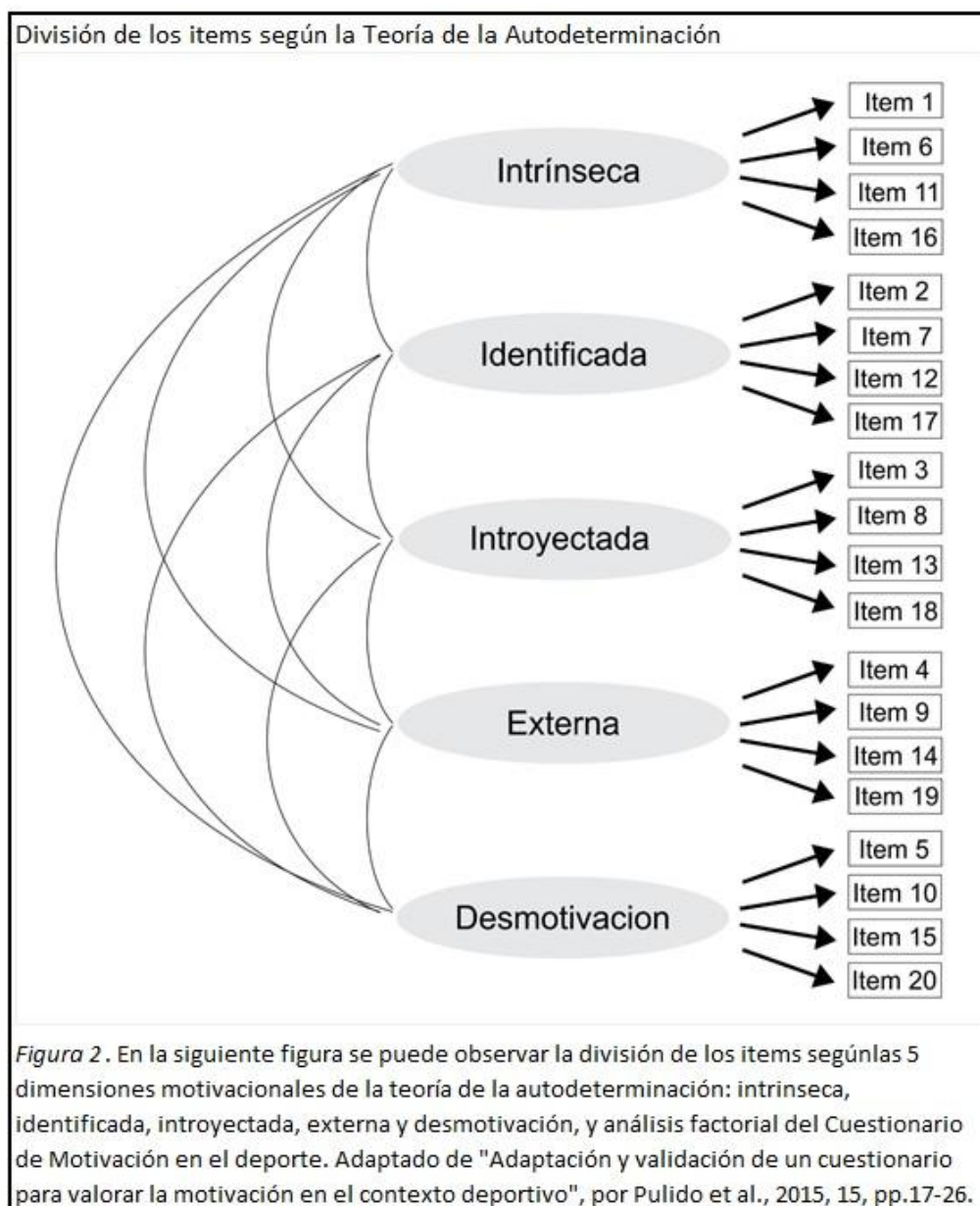
Edad: _____ Sexo: _____ Disciplina: _____ Cantidad de horas a la semana que dedicas a la práctica de tu disciplina: _____

En la siguiente escalas marcar una "X" Siguiendo la numeración según cuan verdadero sea para ti.

- 1: Totalmente falso**
2: Falso
3: Ni falso ni verdadero
4: Verdadero
5: Totalmente verdadero

Yo practico deporte...	1	2	3	4	5
1.- Porque es divertido.					
2.- Porque puedo aprender habilidades que podría usar en otras áreas de mi vida.					
3.- Porque es lo que debo hacer para no sentirme mal conmigo mismo.					
4.- Porque está bien visto por el entrenador y los compañeros.					
5.- Pero no comprendo por qué practico deporte.					
6.- Porque me resulta agradable e interesante.					
7.- Porque valoro los beneficios que puede tener para desarrollarme como persona.					
8.- Porque me siento mal si no lo hago.					
9.- Porque quiero que los demás piensen que soy un buen deportista.					
10.- Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo.					
11.- Porque me lo paso bien realizando los ejercicios.					
12.- Porque, para mí, es una de las mejores formas de conseguir capacidades útiles para mi futuro.					
13.- Porque lo veo necesario para no sentirme mal conmigo mismo.					
14.- Porque quiero que mis compañeros valoren lo que hago.					
15.- No lo sé, tengo la impresión de que es inútil seguir practicándolo.					
16.- Por la satisfacción que siento al practicarlo.					
17.- Porque me aporta conocimientos y habilidades que considero importantes.					
18.- Porque me siento mal conmigo mismo si falto a los entrenamientos.					
19.- Para demostrarles al entrenador y mis compañeros mi interés.					
20.- No lo sé claramente, porque no me gusta nada.					

Anexo 2 División de los ítems según la teoría de la autodeterminación



Anexo 3 Matriz de datos

X	EDAD	SEXO	DEPORTE	HRS	MOT_INT	MOT_EXT	MOT_IDEN	MOT_INTRO	DESMOT
1	12	0	0	12.5	14	6	15	8	4
2	14	0	0	7.5	15	13	16	12	7
3	12	0	0	12.5	12	11	15	8	4
4	12	0	0	12.5	12	11	16	8	4
5	13	0	0	14	14	8	15	10	7
6	14	0	0	16	20	4	13	8	4
7	14	0	0	15	20	4	13	8	4
8	14	0	0	13	20	11	20	12	4
9	13	0	0	7.5	16	11	16	11	7
10	12	0	0	12.5	17	17	15	7	6
11	14	1	1	14	17	12	18	14	4
12	15	1	1	10	18	15	15	7	5
13	14	1	1	3	20	12	20	10	8
14	14	1	1	7.5	18	15	19	15	4
15	15	1	1	4	18	9	12	8	5
16	14	1	1	4	14	12	11	12	13
17	12	1	1	27	20	6	18	8	8
18	14	1	1	7.5	19	11	17	8	4
19	14	1	1	10	18	9	17	9	5
20	13	1	1	2	14	13	16	16	10
21	14	1	1	5	18	6	15	4	14
22	15	1	1	4	19	9	16	11	8
23	14	1	1	6	20	18	20	15	8
24	15	1	1	7	19	13	14	4	4
25	15	1	1	5	18	10	17	11	4
26	14	1	1	10	14	15	14	12	14
27	14	1	1	10	17	10	14	18	4
28	14	1	1	2	18	8	12	17	4
29	14	1	1	15	19	12	18	11	6
30	12	0	1	2	19	12	19	8	4
31	14	0	1	12	17	13	15	10	7
32	14	0	1	9	18	4	20	4	4
33	12	0	1	10	12	11	12	10	11
34	16	0	1	8	20	8	20	11	4
35	15	0	1	8	19	17	20	16	5
36	15	0	1	14	20	11	20	11	4
37	16	0	1	9	6	8	6	10	18
38	12	0	1	6	17	14	16	13	4
39	16	0	1	3	20	6	19	12	6
40	12	0	1	7	14	12	17	4	6
41	14	1	2	8	17	10	16	12	8
42	16	1	2	10	11	10	10	9	6
43	16	1	2	24	17	13	16	12	5
44	16	1	2	30	17	8	17	4	4
45	15	1	2	13	19	15	19	14	13
46	16	1	2	12	19	9	15	9	4
47	15	1	2	13	15	15	14	11	14
48	16	1	2	13	19	12	18	13	8
49	15	1	2	5	17	10	8	16	16
50	15	1	2	15	18	4	14	8	6
51	15	1	2	17	20	11	17	9	5
52	14	1	2	8	5	8	7	15	20
53	14	1	2	9	11	10	12	14	11
54	14	1	2	9	14	13	14	12	12
55	14	1	2	8	20	4	20	4	8
56	14	1	2	12	11	7	12	8	5
57	13	1	2	9	18	10	20	8	4
58	14	1	2	1.5	18	8	19	6	4
59	14	1	2	4	20	7	17	9	4
60	13	1	2	12	20	10	18	7	7
61	14	1	2	10	12	10	13	8	10
62	14	1	2	20	16	8	15	9	5
63	14	1	2	12	20	9	18	5	4
64	14	1	2	12	17	8	19	6	8
65	14	1	2	9	18	13	15	12	7
66	14	1	2	7	14	5	11	8	9
67	14	1	2	8	17	17	19	15	13
68	14	1	2	8	15	8	12	7	6
69	14	1	2	12	15	5	15	6	4
70	14	1	2	8	20	4	19	4	4
71	14	1	2	8	20	12	20	13	10
72	14	1	2	8	13	6	16	4	13