

Entorno social y motivación. Estudio para la detección de ambientes no deseables en nadadores de competición en edades de formación

Lluís Tormo i Barahona y Juan Antonio Moreno-Murcia

Universidad Miguel Hernández de Elche



Introducción

La actividad físico-deportiva regular y organizada durante la infancia y la adolescencia, a parte de los numerosos **beneficios** bio-psico-sociales propuestos por la Organización Mundial de la Salud OMS (xxxx), representa una herramienta útil para el desarrollo integral de los jóvenes (Guntín & Bernad, 2013) Cabría preguntarse cuáles son los **motivos** que llevan a las personas a formar parte de actividades estructuradas y regladas de ámbito deportivo. En un estudio sobre motivos de práctica deportiva en adolescentes valencianos, (Balaguer, Castillo, Duda, Quested, & Morales, 2011a) concluyeron que los motivos más importantes de los jóvenes para practicar deporte eran la mejora de la salud, divertirse, estar en buena forma y hacer amigos. Los menos importantes eran ganar, ser como una estrella del deporte y agradar a los padres. También encontraron diferencias en cuanto a género, mostrando los chicos mayor grado que las chicas aspectos de aprobación social y de demostración de capacidades y cualidades mientras que las chicas informaban de un interés mayor de aspectos sociales como hacer o estar con los amigos. A pesar de ello son numerosos los estudios que indican que es durante la adolescencia cuando se incrementa sustancialmente el fenómeno de **abandono** de práctica deportiva. Según Cervelló (1996) citado por Salguero et al., (2003) el abandono deportivo se define como “aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta” (p. 1). Se encuentra presente en todas las modalidades deportivas en demasiadas ocasiones y los investigadores en psicología del deporte aúnan esfuerzos para profundizar en el estudio de este fenómeno y sus causas. Salguero et al., (2003) recogieron una serie de estudios realizados desde mediados de los años 70 donde se resaltaba este fenómeno y sus principales causas Orlick (1973; 1974), Sapp y Haubenstricker (1978), Robertson (1981), Petlichkoff (1982), Tippin et al., (1983), White y Coakley (1986), Seefeldt (1989) y Escartí et al., 1992). Estos autores estudiaron el abandono deportivo en edades de formación en diferentes modalidades deportivas. Vitaeller et al., (xxxx) publican un estudio sobre abandono deportivo en nadadores andaluces donde el 56% de los deportistas muestreados habían experimentado el fenómeno de abandono deportivo y situaban la edad media en los 19,33 años. Los estudios publicados actualmente siguen en la línea de estas investigaciones e indican que las **causas** más destacadas sobre abandono prematuro de práctica deportiva se atribuyen fundamentalmente al carácter altamente competitivo de las pruebas en el ámbito federativo en categorías inferiores, con el consiguiente énfasis en la victoria a cualquier precio, necesidad de evitar la derrota, además también se atribuye este abandono a la deficiente estructura administrativa y pobres recursos disponibles, y los conflictos de intereses, exceso de entrenamiento, falta de disfrute, excesiva presión, amenaza de aptitud percibida a lo largo del proceso.

La **natación** es una actividad físico-deportiva que reúne un gran número de población y es practicada en distintos ámbitos y con diferentes fines. La natación de competición exige una gran dedicación de sus participantes, dedicando gran número de horas a los largos entrenamientos y una alta presión durante las competiciones ya que la actuación de los atletas es juzgada de manera muy arbitraria. Además, tantas horas y vivencias dedicadas a la práctica establece un vínculo entre el entrenador, el adolescente y el entorno familiar en los que se viven muchos momentos de tensión, que resulta, cuanto menos, interesante pararse a mirar como es esta relación y qué efectos tiene sobre la motivación del deportista.

En la actualidad la ciencia sugiere que las personas tienen pensamientos, emociones comportamientos en función de sus valores, creencias y motivaciones y estas variables intervienen en el proceso de **socialización**. Los individuos pueden regular estos pensamientos, emociones y conseguir un comportamiento más prosocial o antisocial (Hodge y Lonsdale, 2011). Según estos autores en deporte estos comportamientos se encuentran en comportamientos proactivos que son definidos como actos dirigidos a beneficiar o apoyar al otro, por ejemplo animar a un compañero de equipo, o por el contrario comportamientos antisociales que están dirigidos a perjudicar o dañar a otra persona, como por ejemplo presionar a un atleta para que haga las cosas de una determinada manera. Hasta la fecha, la investigación de ámbito deportivo se ha centrado en estudiar las relaciones entre la percepción del estilo interpersonal del entrenador, la influencia de los padres y madres y los ambientes grupales de los equipos. Por ello **surge la necesidad de estudiar** cual es el resultado de las percepciones de los deportistas relacionando los tres agentes. **Este estudio se centra** en los diferentes **agentes sociales** que intervienen en el deporte competitivo en edades de formación; el **estilo interpersonal del entrenador, el rol de los padres y el efecto de los compañeros** de grupo, y la relación a nivel motivacional que estos agentes tiene sobre el deportista.

La **Teoría de la Autodeterminación** (Ryan y Deci, 1985; 2000) plantea como un aspecto clave el papel que ejercen activamente las personas sobre su crecimiento personal y bienestar integral a partir de la satisfacción de tres **necesidades psicológicas básicas** (NPB), autonomía, competencia y relaciones con los demás. Según esta teoría el entorno social y las personas que lo conforman son un elemento fundamental que puede influir en la satisfacción o por el contrario frustración de estas necesidades psicológicas. Los conceptos ambientales para la satisfacción o frustración de las necesidades son los llamados *apoyo a la autonomía* (AA) donde un individuo en posición de autoridad (e.g., un entrenador, un padre, etc) está en disposición de ponerse en lugar de otro (un deportista, un alumno, hijo, etc) facilitando información y herramientas apropiadas y significativas donde se producen oportunidades de

decisión donde se minimiza al mismo tiempo la presión sobre este (Isoard-Gauthier, Guillet-Descas, y Lemyre, 2012). De esta manera no solo se satisficará la autonomía sino que al mismo tiempo las necesidades de competencia y relación también serían satisfechas. El otro concepto ambiental se conoce como *estilo controlador* (EC) en este caso la figura de autoridad controla de forma directiva sin dar oportunidades al otro individuo para tomar decisiones, frenando su autonomía y aumentando la presión (Matosic, Cox, & Amorose, 2014).

Según el concepto original de Deci (1975) se sugiere que las personas tienen dos formas fundamentales de **motivación** cuando tienen que realizar cualquier actividad: la motivación intrínseca (MI) donde el comportamiento durante el desarrollo de la actividad se lleva a cabo por la satisfacción y el disfrute inherente de la propia participación y la motivación extrínseca (ME) donde el motivo de participar en dicha actividad es promovido por los beneficios consecuentes de dicho comportamiento separados de la propia participación. Se entiende que existe una forma de no motivación donde hay una ausencia de ella acompañada de cierta falta de intencionalidad en la participación de la actividad concreta a realizar. Esta teoría podría ser un buen predictor para detectar las razones por las que los nadadores/as están implicados en forma de regulaciones motivacionales más o menos autodeterminadas. El término de regulaciones motivacionales se referiría a los motivos para la acción, es decir, el porqué de la conducta. Siguiendo a la SDT este nivel de motivación autodeterminada se podría deber al grado en el apoyo a la autonomía en su contexto social (Ryan y Deci, 2000a). Además, Deci y Ryan (1985) indican que existe un continuo que va desde la no motivación, seguido de los estilos de regulación controlados (p. e., regulación externa y regulación introyectada) para llegar a regulaciones autónomas y autodeterminadas (p. e., regulación identificada, regulación integrada y MI). La regulación externa respondería a aquellas conductas que son controladas por agentes externos, como un refuerzo de carácter material, exigencias impuestas por otros o evitar un castigo. La regulación introyectada corresponde a actuar motivado por exigencias autoimpuestas (orgullo, vergüenza, autoculpabilidad) que, aunque los motivos son internos carecen de causalidad interna y son concebidos como dirigidos de forma externa. La regulación identificada agrupa actividades que son elegidas libremente y con interés pero por razones que están dirigidas a conseguir consecuencias que tienen valor personal (p. e., realizar un entrenamiento intenso por la consecuencia en la mejora del rendimiento). La regulación integrada es la regulación externa más internalizada que existe, se produce cuando la acción a realizar es acorde con los valores y necesidades de la persona.

(Vallerand (1997, 2001) se basa en la Teoría de la Autodeterminación y da un paso más desarrollando el **Modelo Jerárquico de la Motivación Intrínseca y Extrínseca** y considera que los

tipos de motivación se dan en las personas a tres niveles generales organizados jerárquicamente, nivel inferior situacional (o de estado), nivel contextual y nivel superior global (o de personalidad). El modelo considera que la motivación en un nivel puede influir sobre los demás, además los factores sociales influyen sobre las percepciones de autonomía, competencia y relaciones sociales y esto tiene un impacto que puede ser positivo o negativo sobre la motivación, en función de dichas percepciones. Por último, el modelo destaca que los diferentes tipos de motivación conllevarán diferentes consecuencias.....

Atendiendo a la SDT, los estilos interpersonales de los entrenadores favorecen la satisfacción o frustración de las NPB afectando al nivel de motivación autodeterminada del deportista. Un estilo controlador estará relacionado con motivaciones externas mientras que estilos de apoyo a la autonomía estarán más relacionados con motivación intrínseca y desarrollo armónico de los deportistas.

El **burnout** es un indicador de malestar definido dentro de un marco multidimensional y psicosocial que se caracteriza por las dimensiones de agotamiento físico y emocional, disminución del sentido de realización personal, y la desvalorización de la participación en el deporte (Raedeke, Lunney y Venables, 2002) que está muy relacionado desde hace muchos años con el abandono deportivo prematuro (Dale y Weinberg, 1989).

Los entrenadores se dedican a potenciar las cualidades físicas y desarrollar las destrezas técnicas y tácticas de los jóvenes deportistas, además los padres pretenden que las expectativas generadas sobre sus hijos se satisfagan. Estas influencias afectan en la evolución deportiva de los niños, pudiendo integrarse en el deporte de ámbito competitivo, o por el contrario, haciendo que “se quemen” y abandonen. La unidad familiar incide en gran medida en el desarrollo del joven deportista, influyendo desde la situación social, económica, cultural y generando valores, creencias, actitudes y pautas comportamentales. Los niños que deciden libremente su participación en competiciones presentan menores deseos de abandonar que aquellos que no tienen esta posibilidad.

Las investigaciones proporcionan información y datos sobre el papel facilitador de los diferentes agentes sociales que intervienen en la motivación de los deportistas, CITA sugieren que sería necesario realizar investigaciones que analizaran el efecto que el estilo controlador de estos agentes ejerce sobre la motivación y sus regulaciones y las posibles relaciones en el abandono deportivo prematuro en deportistas de competición. Por tanto, y porque han sido pocas las investigaciones encontradas/publicadas que analicen las relaciones entre los diferentes agentes sociales, las regulaciones motivacionales y finalmente el aburrimiento y burnout, el **objetivo** de este estudio es poner a prueba estas relaciones de una muestra de nadadores y nadadoras valencianos federados/as en edades de formación. Tomando como referencia las investigaciones revisadas la **hipótesis** presume que 1) la

percepción de estilo controlador (EC) actuará como predictor positivo sobre regulaciones externas motivacionales. 2) deportistas que sienten más control en los diferentes agentes sociales marcarán predicciones positivas sobre desmotivación y burnout. 3) de los diferentes agentes sociales los padres serían los que más influencia tienen en los deportistas, por lo que alta percepción de EC en padres con baja percepción de EE en entrenadores supondrían relación positiva en aburrimiento y regulaciones externas.

Método

Participantes

Los participantes serán unos 267 nadadores/as, de los cuales 127 eran chicos y 140 chicas de edades comprendidas entre los 12 y los 18 años ($M = 14.26$; $DT = 1.61$) con licencia territorial en 12 clubes de la Comunidad Valenciana y participantes en las diferentes competiciones organizadas por la FNCV (Federación de Natación de la Comunidad Valenciana) y la RFEN (Real Federación Española de Natación).

Medidas

Estilo controlador entrenador, familia, compañeros/as. Se diseñó una adaptación de la *Escala de Estilo controlador*, (Moreno-Murcia, Huéscar, Andrés y Sánchez, en prensa) que quedó compuesta por 9 ítems que median en un único factor el estilo controlador percibido por los deportistas en 4 dimensiones diferentes, entrenador/a, compañeros/as, el padre y la madre. Para ello se adaptó la escala original pero a cada ítem se le otorgaba una posible respuesta para cada dimensión en una columna diferente. Durante el procedimiento de “pase” de cuestionarios a los deportistas, y atendiendo a las edades y dificultad de comprensión de este cuestionario y sus características, se decidió solicitar a los deportistas que contestaran cada ítem después de ser explicado poniendo un ejemplo para cada uno de los ítems y dimensiones. Los ítems (eg. “Habla continuamente y no permite que realicemos aportaciones en los entrenamientos/casa” fueron medidos a través de una escala tipo Likert cuyas opciones eran 1 (*Seguro que no*) a 5 (*Seguro que sí*).

Regulación de conducta en el deporte. Se utilizó el *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire* (BRSQ) de Lonsdale, Hodge, y Rose (2008), validado al contexto español por Balaguer, Castillo, Duda, Quested y Morales (2011) que consta de 24 ítems que miden la motivación intrínseca con frases como (e.g. “Porque disfruto haciéndolo” “ porque me gusta”) la regulación integrada (e.g. “Porque forma parte de quien soy yo”); la regulación identificada (e.g. “Porque los beneficios que recibo de la natación son importantes para mí”); la regulación introyectada (e.g. “Porque me sentiría avergonzado/a si lo dejase”); la regulación externa (e.g. “Porque si no lo hiciese otros no estarían contentos conmigo”)

y la desmotivación (e.g. “Pero me pregunto porque sigo”). La frase introductoria utilizada fue: “Practico natación...” Se utilizó una escala tipo Likert de (*Nada es Verdad*) a (*Muy verdadero*).

Burnout. Se evaluó mediante la versión española (Balaguer, Castillo, Duda, Quested, Morales, 2011) del cuestionario de burnout (BO) en deportistas, *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ, por sus siglas en inglés); (Raedeke y Smith, 2011). 15 Ítems de un cuestionario que se dividen en tres sub-escalas de 5 ítems cada una de ellas que mide en los deportistas el cansancio físico y emocional (e.g., “Me siento físicamente agotado/a por la natación”), devaluación de la actividad (e.g., “No me implicó tanto en la natación como solía hacerlo”) sentido del logro reducido (e.g., “No estoy consiguiendo demasiado en la natación”). Las respuestas se recogieron en una escala tipo Likert de 5 puntos con un rango que oscila desde el (1) *nunca*, hasta el (5) *siempre*.

Diseño y Procedimiento

Una vez de terminada la muestra objeto de estudio se contactó con los responsables directivos y técnicos de los clubes para informar sobre la realización del estudio y sus objetivos y solicitar la participación de sus deportistas. Se informó y solicitó autorización a los padres/madres de los deportistas mediante modelo de carta informativa y autorización de menores de edad solicitando la devolución de la carta firmada en caso de no estar interesados/as en participar en la investigación. Los cuestionarios se realizarán de forma individual en una sala tranquila en los centros de entrenamiento. El autor del estudio se desplazó a cada centro, explicó a los deportistas el objetivo del estudio y remarcó la importancia de contestar los cuestionarios de forma sincera y entendiendo bien las preguntas antes de contestar. Se enfatizó sobre el anonimato y voluntariedad de la participación. Se dedicó un intervalo de 20-30 minutos a contestar los cuestionarios. En los clubes con gran número de participantes fueron separados en dos grupos de edades para la mejora de la comprensión y desarrollo de la prueba.

Análisis de datos

Se realizarán estadísticos descriptivos de todas las variables objeto de estudio (medias y desviaciones típicas) y las correlaciones bivariadas. También se analizará la consistencia interna de cada factor por medio del coeficiente de alfa de Cronbach. A continuación se realizará un análisis de clúster jerárquico con método Ward y se identificaron dos perfiles motivacionales, deportistas de perfil motivacional autodeterminado medio-alto (clúster 1) y deportistas de un perfil motivacional autodeterminado alto (clúster 2) tras utilizar todas las variables del cuestionario BRSQ. A continuación, con las mismas variables se trató de confirmar la solución de perfiles hallada por medio de un análisis de conglomerados de K medias. Para examinar las características de cada perfil motivacional de acuerdo a los comportamientos controladores por parte de los entrenadores, iguales, padres y madres, el sentido

reducido del logro, el agotamiento emocional / físico y la devaluación de la actividad, se realizaron análisis de varianza multivariados (MANOVA). Estos análisis se efectuaron mediante el paquete estadístico SPSS 24.0.

Referencias

- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Queded, E., & Morales, V. (2011a). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(24), 305-319.
<https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02505>
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Queded, E., & Morales, V. (2011b). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(24), 305-319.
<https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02505>
- Dale, J., & Weinberg, R. S. (1989). The Relationship Between Coaches' Leadership Style and Burnout. *Sport Psychologist*, 3(1), 1.
- Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (1993). Frecuencia De Burnout En Deportistas Jovenes: Estudio Exploratorio. *Revista de Psicología del Deporte*, (4), 55.
- Guntín, S. E. V., & Bernad, B. M. (2013). *La actividad física en los adolescentes: Un valor para crecer y vivir sanos*. Ediciones Díaz de Santos.
- Hodge, K., & Lonsdale, C. (2011). Prosocial and antisocial behavior in sport: The role of coaching style, autonomous vs. controlled motivation, and moral disengagement. *Journal of sport and exercise psychology*, 33(4), 527-547.
- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Lemyre, P.-N. (2012). A Prospective Study of the Influence of Perceived Coaching Style on Burnout Propensity in High Level Young Athletes: Using a Self-Determination Theory Perspective. *The Sport Psychologist*, 26(2), 282-298.
<https://doi.org/10.1123/tsp.26.2.282>

Matosic, D., Cox, A. E., & Amorose, A. J. (2014). Scholarship status, controlling coaching behavior, and intrinsic motivation in collegiate swimmers: A test of cognitive evaluation theory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(1), 1-12. <https://doi.org/10.1037/a0031954>

Raedeke, T. D., Lunney, K., & Venables, K. (2002). Understanding athlete burnout: coach perspectives. *Journal of Sport Behavior*, (2), 181.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Salguero del Valle, A., Tuero del Prado, C., González Boto, R., & Márquez, S. (2003). *Factores que inducen al abandono de la natación de competición: validación del cuestionario de causas de abandono de la práctica deportiva para jóvenes nadadores*. Recuperado a partir de <http://buleria.unileon.es/xmlui/handle/10612/3591>

The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument Development and Initial Validity Evidence | *Journal of Sport and Exercise Psychology*. (s. f.). Recuperado 25 de abril de 2017, a partir de <http://journals.humankinetics.com/doi/abs/10.1123/jsep.30.3.323>