

**FÚTBOL BASE Y PROMOCIÓN DE
VALORES EDUCATIVOS Y HÁBITOS
SALUDABLES: UN ESTUDIO
CUALITATIVO**



Luis Fornés Martínez

Tutor académico: Vicente Javier Beltrán Carrillo

Tutor profesional: Samuel Gómez Cutillas

Junio 2016

Universidad Miguel Hernández

Facultad de Ciencias Sociosanitarias

Trabajo Fin de Máster

Resumen

El objetivo de esta investigación fue detectar aspectos educativos y no educativos en el fútbol base, para acabar planteando una serie de recomendaciones específicas que sirvan para la promoción y difusión de valores educativos, de hábitos saludables, de motivación y para la persistencia en la práctica del fútbol. Se analizaron estos aspectos a través de una metodología cualitativa, en base a la teoría de la autodeterminación. Los datos de esta investigación se obtuvieron a través de la observación, haciendo uso de un diario de investigación en el cual se tomaban notas de campo en un club de fútbol de la provincia de Alicante, en su categoría cadete (16 jugadores) y en las demás relaciones sociales del mismo (directivo, cuerpo técnico, familiares, aficionados, árbitros,...). Además, se creó una hoja de observaciones cualitativas y se realizaron entrevistas en profundidad e informales. Toda la información fue transcrita literalmente del diario y de las entrevistas y el análisis de datos fue paralelo al trabajo de campo. Se hizo un análisis de contenido para comprobar las situaciones que había que potenciar y las que había que cambiar. Finalmente, se elaboraron una serie de recomendaciones específicas para la mejora del club.

Palabras clave: Fútbol base, investigación cualitativa, aspectos educativos y no educativos.

Introducción

La Ley 10/1990, de 15 de octubre, de la legislación Española sobre el Deporte, señala a la práctica del deporte como uno de los factores fundamentales en la formación y desarrollo integral de la personalidad, constituyendo una manifestación cultural que será tutelada y fomentada por los poderes públicos del Estado. Por lo que, la Administración del Estado, debe ser el primer organismo que debe promocionar la práctica del deporte entre los jóvenes, con objeto de facilitar las condiciones de su plena integración en el desarrollo social y cultural.

Y es que, el deporte es la actividad asociativa de mayor arraigo entre la juventud española. Según un sondeo realizado por el instituto de la juventud del Ministerio de Sanidad, Servicios

Sociales e Igualdad (2010) sobre “Ocio y Tiempo Libre”, un 75,3% de los jóvenes españoles de entre 14 y 19 años, practican habitualmente algún deporte.

En cuanto al fútbol, que centra el interés de esta investigación, es el deporte que mayor número de licencias federativas tiene en toda España. (Informe de licencias temporada 2013-2014. Recuperado de http://cdn1.sefutbol.com/sites/default/files/pdf/licencias_2013-2014.pdf). En lo que se refiere al total de futbolistas cadetes (Informe de licencias temporada 2013-2014. Recuperado de http://cdn1.sefutbol.com/sites/default/files/pdf/licencias_2013-2014.pdf), en la Comunidad Valenciana hay un total de 9.909 futbolistas, por 94.998 en total a nivel nacional. En cuanto al total de licencias federativas de todo el conjunto de futbolistas en todas las categorías es de 78.335 futbolistas en la Comunidad Valenciana por 714.127 futbolistas en total en el territorio nacional. Con estos datos se puede ver la importancia de este deporte en el territorio en el que nos encontramos.

Tras toda esta información, podemos entender que el fútbol interviene en la vida social, política y económica de los individuos. El fútbol se convierte en cultura de masas, en un medio para producir excitación en la sociedad, en un negocio, en un espectáculo transmitido en todo momento por los medios de comunicación, que lleva al espectador a pensar que el resultado de una competición es trascendental (González, 2004). Por lo que, el deporte profesional puede actuar como “efecto espejo” (González, 2004) de muchos jóvenes deportistas y de los agentes que les rodean (clubes, padres/espectadores y entrenadores), ya que se fijan en todas y cada una de las actuaciones de sus ídolos de nivel profesional, intentando imitarlas en su máxima expresión.

No obstante, el fútbol puede aportar aspectos educacionales, tanto positivos como negativos, que se han definido al estudiar la bibliografía relacionada. Y es que, resulta de vital importancia estudiar los aspectos que influyen en el compromiso deportivo de los jóvenes futbolistas, facilitando su participación dentro de la actividad físico-deportiva, pues como señalan los resultados mostrados de los estudios de Leo, Gómez, Sánchez Miguel, Sánchez y García Calvo (2009) existe una relación positiva y significativa entre las necesidades psicológicas básicas y el nivel de autodeterminación

con el compromiso deportivo en el mundo del fútbol. Así, se puede afirmar que un alto nivel de autodeterminación va a estar relacionado con un mayor compromiso con la práctica deportiva, y por contra niveles más bajos de autodeterminación están asociados a un menor compromiso con el deporte.

Además, este compromiso es un buen elemento para la prevención del abandono deportivo y la persistencia en el mismo, ya que cuanto mayor sea, menor será la probabilidad de dejar la práctica deportiva, mejorando así la satisfacción a la hora de realizar deporte (Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamara, y Cruz, 2007).

Son numerosos los estudios que han tratado de valorar cómo los diferentes procesos motivacionales pueden repercutir en esta persistencia o el abandono de los jóvenes deportistas. De esta forma, Pelletier, Fortier, Vallerand, y Brière (2001), comprobaron cómo la motivación intrínseca y la regulación identificada predecían positivamente la persistencia en la actividad. Del mismo modo, Guillet, Sarrazin, Carpenter, Trouilloud, y Cury (2002), comprobaron que la percepción de autonomía y competencia poseían un gran poder de predicción sobre los beneficios de la práctica en adolescentes franceses, disminuyendo la probabilidad de abandono y favoreciendo la diversión. García Calvo, Sánchez Miguel, Leo Marcos, Sánchez Oliva y Amado Alonso (2012) concluyeron estos mismos resultados en estudios más recientes con jóvenes futbolistas.

Más estudios, los cuales nos llevan a ver los aspectos positivos que el fútbol aporta a sus jóvenes practicantes -en este caso en educación en valores-, son los de Jasso Reyes, Almanza Rodríguez, Conchas Ramírez, Rivero Carrasco, Paredes Carrera, y Jiménez Mireles (2013), en el cual se desarrollan los valores de: responsabilidad, respeto, disciplina, trabajo en equipo y compañerismo. Generando cambios significativos y reconociendo que a través de la educación deportiva (a través del fútbol) se pueden realizar cambios actitudinales y de valores en los sujetos jóvenes. *“Se presenta este proyecto con la finalidad de disminuir y erradicar este tipo de malos hábitos a través de la práctica del fútbol utilizando diferentes actividades así como la colaboración del personal docente y los padres de familia para el logro del objetivo general”* (Jasso Reyes et al.,

2013, p.105). *“Los cambios conductuales en los jóvenes conforme avanzaba el proyecto, fueron de consideración y estos llevaron al éxito del proyecto”* (Jasso Reyes et al., 2013, p.106). *“Se pudo identificar una serie de cambios en el aspecto actitudinal y de tipo axiológico que nos permite aseverar que sí es, precisamente el deporte (fútbol) y su práctica, orientada hacia la promoción de valores, un instrumento valiosísimo para alcanzar ese propósito”* (Jasso Reyes et al., 2013, p.106).

Por otra parte, Vallerand (1997) postula que la motivación tiene consecuencias afectivas, cognitivas y conductuales. Una considerable cantidad de investigaciones han examinado la relación entre las diferentes formas de motivación y varios resultados en el deporte, incluyendo los comportamientos deportivos (Chantal, Robin, Vernet y Bernache-Assollant, 2005; Donahue et al., 2006; Cecchini-Estrada, Méndez-Giménez, y Fernández-Río, 2014). Los resultados de estos estudios revelan que la motivación auto-determinada (es decir, motivación intrínseca y regulación identificada) conduce a las consecuencias más positivas, mientras que la motivación no auto-determinada (es decir, regulación externa y desmotivación) se asocia con resultados negativos.

En general, se ha podido comprobar cómo los mayores niveles de autodeterminación se relacionan con comportamientos deportivos (Chantal et al., 2005), mientras que niveles más bajos de autodeterminación se asocian con conductas antideportivas (Sánchez, Leo, Sánchez, Gómez y García, 2011).

También existen otros estudios como los de Kavussanu (2006), basándose en Eisenberg y Fabes (1998) que agrupó dos conceptos que engloban los comportamientos adecuados e inadecuados, denominando “comportamiento prosocial” a aquellas acciones que conllevan consecuencias positivas y que tienen como objetivo ayudar, animar o beneficiar a otras personas, mientras que denomina “comportamiento antisocial” a las acciones asociadas a consecuencias negativas, cuyo objetivo es dañar, perjudicar o despreciar a otras personas. Además, otros estudios muestran que a mayores niveles de autodeterminación, más comportamientos prosociales aparecen (Chantal et al., 2005). Concluyeron por lo tanto, que los niveles más altos de autodeterminación se

correspondían con la aparición de conductas prosociales y la ausencia de conductas antisociales (violencia, agresividad, xenofobia, etc.)

El análisis de estas prácticas deseables o no deseables pueden ser estudiados y relacionados basándose en una teoría fundamentada en el mundo de la ciencia, la psicología y el deporte, de la cual se han extraído los aspectos educacionales anteriormente comentados tras un exhaustivo análisis de la bibliografía existente: la Teoría de la autodeterminación.

Hoy en día en el contexto deportivo, por lo que también en el mundo del fútbol, entre el grupo de teorías más utilizadas destaca la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000). Según dicha teoría, existen diferentes tipos de motivación, reflejadas en un continuo en el que se pueden distinguir diferentes niveles de autodeterminación, estableciéndose tres bloques principales de mayor a menor autodeterminación: la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la desmotivación.

Esta teoría establece tres necesidades psicológicas básicas que deben ser cubiertas en el contexto social: autonomía, competencia y relaciones sociales. Así, los niveles de autodeterminación mostrados variarán en función de la satisfacción de estas necesidades psicológicas (Deci y Ryan, 2000). El primero de estos conceptos hace referencia a la necesidad del deportista de sentirse el origen de sus acciones, recalando en él mismo la responsabilidad de sus actos y mostrando libertad de actuación. La competencia hace referencia al sentimiento de control sobre la acción, mostrando eficacia. Por último, la necesidad de relaciones sociales está caracterizada por la sensación de conexión con los individuos del entorno (Deci y Ryan, 2000), de ahí la importancia fundamental del contexto social (diferentes significativos del club, nombrados anteriormente) para satisfacer las necesidades de autonomía, competencia y relación con los demás (Deci, Ryan, Vallerand y Pelletier, 1991).

Siguiendo con Vallerand y colaboradores, dentro de la motivación estaría el tipo de regulación de la misma, donde se encuentran la regulación integrada, la identificada, la introyectada y la externa (ordenadas de mayor a menor autodeterminación). Estos conceptos vienen ligados al

concepto de interiorización, el cual se define como el proceso a través del cual la gente acepta valores y procesos reguladores establecidos por orden social, pero no intrínsecamente atractivos (Brière et al., 1995; Deci y Ryan, 2000; Ntoumanis, 2001).

Todos estos aspectos de la teoría de la autodeterminación, nos abocarán a una serie de consecuencias tanto positivas como negativas de tipo cognitivo, afectivo y conductual: persistencia en la práctica del fútbol, promoción de hábitos saludables y de bienestar, y la promoción de valores éticos y educativos.

Con todo ello, en esta investigación se evalúa a todos estos agentes de socialización que rodean a los jóvenes deportistas en los contextos deportivos, con el propósito de conocer inicialmente el tipo de conductas/actitudes educacionales/deportivas y no educacionales / no deportivas que desarrollan, para posteriormente, implementar estrategias de prevención, ante las conductas no educacionales con el fin de mejorar la calidad del fútbol base.

La investigación de este trabajo se va a llevar a cabo partiendo de la pregunta, ¿son o no son educativas las prácticas que se están llevando a cabo en las escuelas de fútbol base? Esta pregunta va a tener relevancia e importancia en las distintas realidades sociales del club de fútbol sobre el que se realizará la investigación y se actuará sobre los diferentes estamentos y secciones de la misma, desde los propios jugadores (categoría cadete), hasta la dirección del club, pasando por entrenadores, padres y familiares,...

Por lo tanto, el objetivo de la presente investigación es analizar, desde la teoría de la autodeterminación, las prácticas adecuadas y desaconsejadas en este club, para acabar planteando una serie de recomendaciones específicas que sirvan para la promoción y difusión de valores educativos, de hábitos saludables, de motivación y para la persistencia en la práctica del fútbol.

Método

Participantes

La muestra de este estudio pertenece a jugadores de fútbol de categoría cadete de un club perteneciente a la provincia de Alicante. La muestra está formada por 16 jugadores de fútbol de

categoría regional, con ficha federativa, de género masculino y con edades comprendidas entre los 14 y los 16 años ($M= 15,05$, $DT = 0,49$).

Las edades de la muestra han sido seleccionadas teniendo en cuenta que los sujetos menores de 12 años no son capaces de diferenciar entre los constructos de habilidad y esfuerzo, lo cual no les permite juzgar su competencia en los entornos de logro (Nicholls y Miller, 1984; Nicholls, 1989).

Además de los jugadores de fútbol, la muestra también ha constado de los familiares de los mismos, que acudían a partidos y entrenamientos; el equipo directivo del club; el equipo técnico; los equipos rivales y familiares de estos a los que se enfrentaban; árbitros,...

Por último, recalcar que por motivos éticos se han utilizado pseudónimos para referirse a personas concretas, así no desvelar su identidad.

Procedimiento y técnicas de obtención de información

Para llevar a cabo la recogida de datos, se desarrolló un protocolo de actuación para que la obtención de datos fuera similar en todos los participantes. Asimismo, se estructuró un procedimiento para conseguir evitar cualquier tipo de problema o contratiempo que a continuación se pasa a exponer.

En primer lugar se contactó con los entrenadores y directivos del club. Se les explicaron los objetivos del trabajo, pidiéndoles el pertinente permiso para que sus deportistas participaran en el mismo (como la entidad estaba en el listado de empresas de prácticas de la UMH no hubo inconveniente).

Asimismo, a través de una autorización familiar (ver Anexo 1), se puso al corriente a los padres y madres de dicha investigación, de sus objetivos y de la utilización de los datos obtenidos, rogándoles que la devolvieran firmada si aceptaban que sus hijos participaran en la misma. También se hacía hincapié en que si en algún momento de la investigación el jugador quisiera abandonarla, podría hacerlo sin ningún inconveniente y de manera libre.

Se comentó a todos los participantes en la investigación que la información recabada, las

respuestas que dieran en sus entrevistas, etc. serían confidenciales, de uso exclusivo y privado para la elaboración del trabajo de investigación, por lo que podrían expresarse de manera libre y sincera, sin temor a que sus declaraciones fueran conocidas por los demás.

La principal técnica de obtención de datos utilizada en el estudio fue la observación. Al observar, se hacía uso de un diario de investigación, en el cual se tomaban notas de campo, cualquier tipo de anotación o apunte necesario y relevante (in situ) para el desarrollo de la investigación, para luego pasarlo a las hojas de observación (en el caso que fuera necesario).

Se disponía de una hoja de observación cualitativa (ver Anexo 2) para la toma de datos, la cual estaba compuesta por: la observación a analizar (en caso de observarla de manera implícita, o tras suponerla de manera explícita e indagar para conocerla); si es positiva o negativa; el tipo de motivación que conlleva; el mediador al cual implica; y el factor social que la provoca.

Para llevar a cabo esta observación, se concretaron las fechas con el club. Estas fueron establecidas durante los meses de Febrero a Mayo de 2016, ya que se consideró que estas fechas eran la más adecuadas para conseguir detalles más propicios para los objetivos del trabajo, puesto que, a esas alturas de la temporada, ya se ha establecido unos lazos bastante notables en los entrenamientos y partidos, y los jugadores han tenido tiempo de interactuar entre ellos y con el entrenador. Las observaciones se llevaron a cabo durante los entrenamientos semanales (lunes y jueves de 19:00 a 20:30) y los partidos de competición del fin de semana (diferentes horarios).

A lo largo del trabajo, se realizaron diferentes entrevistas: entrevistas en profundidad y estructuradas (ver Anexo 3), las cuales iban cogiendo forma dependiendo de las anotaciones que se iban tomando y de los datos que se iban recabando en las hojas de observación y diario, buscando una finalidad concreta y siendo grabadas con dispositivo móvil (iPhone 6), ya que se preveía que iban a ser más largas; y entrevistas informales, en las cuales se tomaban notas in situ a preguntas realizadas ipso facto, que surgían al observar algún factor importante de la investigación.

Análisis de datos

En la investigación cualitativa se profundiza mucho en la toma de datos, ya que la muestra es reducida. Por ello, para el tratamiento de los datos en este ámbito cualitativo, se tiene en cuenta las experiencias de vida o testimonios de las personas en los que expresan sus ideas, experiencias, opiniones, valores, sentimientos, etc. Por ello, los datos suele ser muy subjetivos y van a depender de una adecuada interpretación por parte del investigador, ahondando en la propia realidad en la que viven las personas objeto de estudio (realidad social relativa, realidad percibida, capacidad simbólica y de interpretación del ser humano). Los datos son textos u opiniones con un gran grado de interpretación subjetiva. Hay una información muy amplia pero de pocos sujetos.

En el trabajo, toda la información fue transcrita literalmente del diario y de las entrevistas.

El análisis de datos fue paralelo al trabajo de campo, recabando y extrayendo así la información más importante y relevante tras cada observación.

Se realizó un análisis de contenido en el que existieron componentes de estrategias deductivas e inductivas (Hsieh y Shannon, 2005). En primer lugar se utilizaron las deductivas, partiendo de la teoría de la autodeterminación y basándose en sus principios. Luego, una vez que se empezó a analizar la información concreta codificada dentro de cada categoría preestablecida, la información era bastante diversa y se analizó inductivamente, de modo que diversas subcategorías emergieron de los datos.

Tras este proceso, se planteó un mapa conceptual explicativo de esos datos. Este diagrama que mostraba las categorías, subcategorías y códigos del estudio, fue revisado por el tutor académico. Juntos se discutió toda la información hasta que llegó a un sistema de categorías definitivo que daba sentido a los datos según el marco teórico y el objetivo del estudio. Con todo esto se ha simplificado información, se ha interpretado y se ha dado sentido a los datos.

Resultados y discusión

En el siguiente apartado se exponen los resultados obtenidos tras el análisis de los datos recogidos, en función de las categorías preestablecidas y expuestas anteriormente. Además, se

muestran algunos de los fragmentos transcritos más representativos de las entrevistas realizadas a los sujetos para corroborar los datos.

Persistencia en la práctica del fútbol

En cuanto a la persistencia en la práctica del fútbol, tras el análisis de los datos se observaron varios aspectos que intensificaban de manera notable la consecución de este objetivo.

Tanto los jugadores, como los padres de los mismos, comparten el pensamiento que practican fútbol por motivos puramente intrínsecos y regulados de manera identificada, con lo que ayuda a la relación social de los sujetos y a tener una mayor autonomía. *“Práctico este deporte porque me siento bien, me ayuda a desestresarme y me libera de los estudios”*. Los padres dicen que *“me gusta que mi hijo practique actividad física porque él se siente bien, es feliz con los amigos y es lo que le gusta”*; *“él decide lo que quiere hacer y nosotros lo apoyamos, siempre que sea positivo para él”*. Y es que diferentes estudios, entre los que se encuentran los de García et al. (2012) comprobaron cómo la motivación intrínseca y la regulación identificada predecían positivamente la persistencia en la actividad deportiva y que los niveles altos de autodeterminación predecían una disminución en el abandono deportivo.

Otro de los aspectos que ayuda a la consecución de la persistencia en el fútbol es el apoyo a la autonomía por parte del entrenador: *“voy a dejarles hacer una posesión que querían hacer hoy”*; el calentamiento pre-partido lo hacen de manera autónoma y libre, decidiendo lo que hacer en cada momento; etc. Esta situación hace que la motivación intrínseca por parte de los jugadores aumente y su nivel de autonomía y competencia también.

Además, por otro lado, aunque directamente relacionado, durante la toma de datos hubo un aspecto curioso que mostraba el compromiso de todos los componentes del club que se estaba investigando. Cuando había entrenamientos en condiciones climatológicas adversas (lluvia, frío, viento,...) no faltaba ningún jugador ni miembro del cuerpo técnico –a no ser que fuera por enfermedad o causa mayor justificada por los padres vía telefónica– al mismo. Esto denotaba el

compromiso, ilusión y sacrificio que ponían todos y cada uno de los componentes del equipo y la motivación intrínseca hacia la práctica de este deporte.

Estos dos últimos aspectos comentados se ven relacionados según diferentes estudios. Y es que, según Guillet, Sarrazin, Carpenter, Trouilloud, y Cury (2002), la percepción de autonomía y competencia posee un gran poder de predicción sobre la disminución de la probabilidad de abandono y favoreciendo la diversión en adolescentes. Además, Leo et al. (2009) afirmaron que un alto nivel de autodeterminación va a estar relacionado con un mayor compromiso con la práctica deportiva, y a su vez, Sousa et al. (2007) confirman que el compromiso es un buen elemento para la prevención del abandono deportivo, ya que *“cuanto mayor sea, menor será la probabilidad de dejar la práctica deportiva, mejorando así la satisfacción a la hora de realizar deporte”* (Sousa et al, 2007).

El caso más destacable de esta categoría fue el de un jugador de este equipo que anteriormente jugaba en otro y lo tuvo que dejar porque lo trataban mal y lo vejaban. El padre dice: *“un día llegó la hora de ir al entreno y mi hijo me dijo que no quería ir, que se quería dejar el fútbol porque allí no era feliz, que lo trataban muy mal...”*. Un amigo del padre le recomendó que viniera a este equipo y aceptó. Ahora el padre dice: *“desde que mi hijo está aquí ha recuperado la ilusión por el fútbol y es feliz aquí”*. Aquí se muestra la evolución de una situación en la que el jugador practicaba fútbol con una motivación regulada de manera introyectada (en el otro equipo iba por obligación hasta que no pudo más), seguidamente la desmotivación hizo que abandonara este deporte, para que por último, el buen hacer de este club, consiguiera que el jugador persistiera en la práctica y su motivación cambiara y fuera regulada de manera identificada, ya que ahora se siente a gusto y feliz de nuevo, y practica *“por amor al fútbol”*, según él.

Abandono de la práctica del fútbol

Esta categoría se preestableció como aspecto negativo y contrario a la anterior, para intentar detectar aspectos que pudieran llevar al abandono de este deporte por parte de algún sujeto.

Durante la observación y toma de datos no ha habido indicios que aporten clarividencias hacia la consecución de este aspecto, no hay directamente relación con actuaciones de este tipo, lo que no quiere decir que no puedan surgir de manera indirecta en un futuro.

Promoción de hábitos saludables

En cuanto a la promoción de hábitos saludables, los comentarios de los jugadores y de algunos padres presentan relación con la regulación identificada. Son conscientes de que el fútbol puede ser importante para su salud o la de sus hijos y este es un aspecto que favorece su compromiso con este deporte. La mayor parte de los jugadores comentaban en las entrevistas que *“practico este deporte porque me gusta y porque me aporta una mejor salud”*, al igual que algunos padres también expresaban el motivo de práctica de sus hijos -entre otros- a este aspecto, diciendo que *“es importante que practiquen para que se diviertan, mejoren en salud y se aparten de malos hábitos”*.

Promoción de hábitos no saludables

Aunque curioso, como se verá a continuación, en este apartado hay una mayor cantidad de aspectos a controlar en comparación con el apartado anterior, donde se supone que debe haber más al ser un aspecto positivo, el cual se busca satisfacer con la práctica de este tipo de actividades deportivas.

El principal aspecto relevante de esta categoría, es la contradicción que se vive en cuanto a los objetivos que buscan los padres para sus hijos y lo que ellos les muestran y les hacen ver. En el apartado anterior, se ve como el objetivo de muchos de los padres, es que sus hijos practiquen deporte por salud, como hábito de vida saludable y *“que se aparten de malos hábitos”*, cuando por el contrario, ellos en las gradas y ante la mirada atenta de sus descendientes, consumen bebidas alcohólicas (cerveza) y tabaco sin ser conscientes de lo que esta situación puede acarrear, pudiendo hacer presente en el jugador/hijo una desmotivación hacia los hábitos saludables y de bienestar.

Otro aspecto importante que se observó fue que en muchos entrenamientos no tienen petos para poder llevar a cabo la distinción de diferentes equipos, por lo que –incluso en invierno a bajas

temperaturas– los jugadores deben quitarse las sudaderas para poder diferenciarse en la simulación de partidos u otros ejercicios similares, con el consiguiente riesgo de contraer enfermedades relacionadas con el frío y tener que apartarse de la práctica por un tiempo, poniendo en peligro su salud más inmediata. Además, esto lleva a la motivación extrínseca de los jugadores que puede acabar en desmotivación y abandono de la práctica.

Por último, en cuanto a aspectos negativos relacionados con la salud, tanto en padres, jugadores, como en el propio club, se ha observado una desmotivación hacia la alimentación. Una falta de control en un aspecto importante como este, ya que al preguntar a muchos de los jugadores, contestaban con un claro y preocupante “no desayuno nada antes de venir, quizás un vaso de leche y ya está”. Este aspecto puede llevar a consecuencias como la baja competencia por parte del jugador al carecer de los nutrientes necesarios para poder sostener la carga de un partido completo.

Promoción de valores éticos / educativos

En esta categoría es donde más aspectos se han podido observar, tanto positivos como negativos. Uno de los primeros casos de valores en este equipo se encontró en relación al jugador menos competente del mismo. En diferentes entrevistas, todos los jugadores, cuerpo técnico, padres y club, coinciden en un mismo nombre relacionado con el jugador menos hábil del equipo, “Pepe”. Incluso él mismo, cuando se le preguntó dijo que “*yo sé que soy el peor*”. Esta situación sería compleja de llevar y podría causar una percepción de competencia baja en el jugador más acentuada si no fuera porque los implicados lo respetan al máximo y no quieren decirlo (aunque accedieran a decirlo en privado en las entrevistas). Los propios compañeros dicen que “*todos somos capaces de hacer lo mismo, no hay nadie mejor que otro*”, cuando luego la realidad no muestra lo mismo. Aquí se están favoreciendo los valores sociales como el respeto, la igualdad y el compañerismo. Además, en este entorno se ve una situación contraria a la que expresaban Webster y Whitmeyer (1999), donde defendían que “*la evaluación de la competencia es una constante entre los iguales, entre los compañeros de juego. La aceptación por los otros depende, en buena medida, del nivel de habilidad. De este modo, y especialmente durante la adolescencia, el grupo de iguales establece*

condiciones sociales y ejerce un rol importante en la configuración de la metapercepción de los compañeros” (Webster y Whitmeyer, 1999), ya que aunque saben que no es igual de competente que el resto, hay una gran aceptación hacia él.

Otro caso destacable es el del jugador “Manuel”, un claro ejemplo de los valores del compañerismo, compromiso, respeto por compañeros y rival, disciplina y trabajo en equipo. Lo da todo dentro y fuera del campo con una actitud encomiable hasta su último aliento y dice que *“me encanta el fútbol, lo hago por pasión”*. El entrenador dice de él que *“es un jugador al que nunca nadie le podrá reprochar nada en absoluto”*. Su motivación intrínseca y la regulación identificada y sus altos niveles de autodeterminación hacen de él un jugador comprometido ante todo, como defienden Leo et al. (2009), los cuales muestran en sus estudios que un mayor nivel de autodeterminación va a estar relacionado con un mayor compromiso con la práctica deportiva.

Por otra parte, un aspecto interesante fue la buena relación que se encontró -durante la observación- entre un árbitro y los jugadores. El primero, tenía una alta capacidad de comunicación, el cual hablaba con los jugadores antes de amonestarlos, de manera amistosa y calmando cualquier tipo de ambiente de crispación, mostrando así su motivación intrínseca intentando educar al adolescente, ya que es su trabajo, sin un sentimiento de exceso de poder por ser el árbitro. Además, como defiende Kavussanu (2006), basándose en Eisenberg y Fabes (1998), hacía uso de un comportamiento prosocial, tratando de justificar sus decisiones, llevando a cabo así acciones que *“conllevan consecuencias positivas y que tienen como objetivo ayudar, animar o beneficiar a otras personas”*(Kavussanu, 2006), consiguiendo así que no se percibieran estas mismas acciones como arbitrarias e impuestas.

Siguiendo con los comportamientos prosociales, hay estudios que mostraron que *“los niveles más altos de autodeterminación se correspondían con la aparición de conductas prosociales y la ausencia de conductas antisociales”* (Sánchez et al., 2011). Esta afirmación se cercioró al observar uno de los partidos que disputó el equipo. Ganaban 0-1 al líder invicto, les empataron, pero los jugadores entonaron el *“vamos a sacar esto, que juntos podemos”* (unión,

compañerismo,...). El entrenador, en vez de ordenarles ir atrás para no perder el punto que se podía conseguir fuera de casa contra el líder, les dejó libertad para ir a por el partido y lo ganaron 2-3. Hubo dos expulsados y fue un partido tenso, pero no hubo ningún gesto de mala educación por parte de los jugadores del club de la investigación. Al final del partido comentaban que *“sí, el entrenador nos da libertad en los partidos para decidir, dentro de un orden y cuando las cosas tengan sentido”*, *“si es por el bien del equipo está permitido tomar decisiones libremente”*. Y el entrenador, antes de comenzar el segundo tiempo les dijo que *“si veis una mejor solución de lo que yo os digo, adelante”*. Aquí se puede ver el alto nivel de autodeterminación que –como el estudio nombrado anteriormente indica– lleva a tener unas conductas prosociales y evitar las antisociales.

Promoción de valores no éticos / no educativos

En el lado opuesto se encuentra la promoción de valores no éticos o no educativos. El primer caso y siguiendo con el partido que se estaba poniendo de ejemplo en el epígrafe anterior, está el equipo rival al que se enfrentaba el club de la investigación. Ese equipo que era líder invicto y que consumó su primera derrota en toda la liga aquel día. Me pareció curioso como investigador observar que los padres cuyos hijos perdieron, cuando el partido estaba a punto de terminar y ya una vez terminado, empezaron a soltar improperios de todo tipo, tanto a árbitro como a padres de los rivales: "árbitro eres un h... de p..."; "vosotros tranquilos que ya se sabe de dónde venís, que sois unos folloneros" (a los padres contrarios); etc. Se les dijo que lo que había que intentar era enseñar a los niños y educarlos también en la derrota porque estos (los niños) también estaban insultando a los jugadores rivales. Tras estas palabras un padre se abalanzó sobre mí y estuvieron a punto de pegarme incluso.

Se sacó como conclusión que se estaba cumpliendo lo que el estudio de Sánchez et al. (2011) defiende, que los niveles bajos de autodeterminación se corresponden con la aparición de conductas antisociales, ya que se observó claramente que los padres y el entrenador de este equipo rival eran muy directivos, solo buscaban la victoria y, por lo tanto, los jugadores tenían un nivel bajo de autodeterminación y una clara orientación al ego, debido a una baja autonomía para los

jugadores a la hora de tomar decisiones en el partido, competencia percibida que no se ajustaba a la realidad (creen que son los mejores porque nunca han perdido y creen que no pueden perder bajo ningún concepto) y una baja relación social con los demás jugadores y padres.

Otro caso llamativo fue el de la madre de "Pepe" que gritaba en voz alta desde la grada *"saca a mi hijo ya y quita a otro, que es igual o mejor que ellos"*, cuando en realidad su hijo es uno de los que todos los compañeros nombraron cuando se les pidió dos nombres de los menos capaces. Aquí se observa como *"en esta interacción, los deportistas construyen una imagen de la percepción de competencia derivada de sus progenitores, la meta-percepción de los padres"* (Cecchini, Méndez y Fernández, 2014), por lo que el propio jugador podría establecer una falsa percepción de competencia, viéndose reflejada una realidad distorsionada en la opinión de su familiar.

Además, en relación con este caso anterior, un par de familiares tienen la costumbre de criticar los cambios del entrenador, sobre todo cuando van a entrar "Pepe" y "Juan" (los más limitados). Critican cuando juegan o cuando van a entrar al campo, en voz alta,... Comentaban cosas como que "ya van a sacar a este" o "ahora sacan a "Pepe" y esa banda será un coladero, perdemos fijo". Esto podría afectar negativamente a la percepción de competencia de estos jugadores si lo oyen e incluso de llevarlos a la desmotivación y, por lo tanto, de manera indirecta, al abandono de la práctica deportiva.

Por último, se encontró el caso de "El trío", tres jugadores a los que se les permite tener un comportamiento negativo y ellos lo hacen, porque saben que son muy buenos y van a jugar siempre. Uno de los propios componentes de este "trío" comenta [en tono risueño] que *"si tuviera que cambiar algo de los entrenamientos los haría más serios, porque somos un grupo de amigos y nos los tomamos en broma, no tan en serio"*; el otro dice que *"lo tomamos en broma porque nos gusta el cachondeo...mientras lo hagamos bien el entrenador no nos dice nada"*. Mientras tanto, los compañeros no lo ven de la misma manera, ya que expresan que *"muchas veces estos tres deciden*

lo que hacemos en los entrenos". Y por otro lado, el entrenador hizo ver que *"cuando el trío no viene a entrenar esto es una balsa de aceite"*.

En este último caso, "El trío" hace un uso irresponsable y negativo de la autonomía concedida, cree que tiene un poder que en realidad no le corresponde y puede afectar al clima del equipo, por lo que esto puede acarrear una baja competencia por parte del grupo y una desmotivación de los compañeros afectados, ya que la motivación de estos tres sujetos es totalmente extrínseca y solo buscan el sentirse ellos importantes y verse reconocidos.

Conclusiones

En este apartado se han planteado una serie de recomendaciones específicas que sirvan para la promoción y difusión de valores educativos, de hábitos saludables, de motivación y para la persistencia en la práctica del fútbol, teniendo en cuenta los resultados obtenidos y discutidos anteriormente, para paliar cualquier aspecto negativo y enfatizar los positivos en este club.

Es positivo comprobar como el equipo dispone de unos niveles altos de autodeterminación (alta autonomía, competencia y relación social), que van a ayudar a que el ambiente sea positivo en su mayoría, a que la persistencia en la práctica sea mayor, y a la aparición de conductas prosociales y la ausencia de conductas antisociales.

Aunque no se hayan encontrado aspectos relevantes en el apartado de abandono de la práctica del fútbol, se deberían controlar aspectos relacionados con los bajos niveles de autodeterminación o bajo compromiso, de manera asidua, ya que aunque no existan estos problemas, no quiere decir que no puedan surgir de manera indirecta en un futuro.

También es importante seguir conduciendo la motivación de los componentes del club hacia la motivación intrínseca y la regulación identificada, haciéndoles ver lo positivo de pensar como piensan: *"práctico este deporte porque me siento bien, me ayuda a desestresarme y me libera de los estudios"*; *"me gusta que mi hijo practique actividad física porque él se siente bien, es feliz con los amigos y es lo que le gusta"*. De vez en cuando, llevar a cabo estas sencillas preguntas como las

elaboradas en las entrevistas, pueden dar información privilegiada sobre estados de ánimo y motivación.

Uno de los aspectos más relevantes encontrados, y por lo tanto importante tenerlo en cuenta, es el apoyo a la autonomía aportado por parte del entrenador. Se recomienda seguir haciendo uso de él de una manera controlada y eficaz, ya que esta situación hace que la motivación intrínseca por parte de los jugadores aumente y su nivel de autonomía y competencia también. Se debe saber cercar los límites, en todo momento, para que los jugadores no hagan un uso irresponsable de la autonomía concedida. Dentro de este aspecto, habría que controlar el apoyo a la autonomía que se le da a “El trío”, puesto su uso irresponsable de la autonomía hace peligrar la cohesión del grupo y otros aspectos indirectos relacionados con ello. Debería haber una reunión privada con estos tres jugadores para hacerles ver de una manera amistosa y respetuosa la importancia que puede tener para el resto de los compañeros la actitud de estos, tanto en los entrenamientos como en otras situaciones dentro del club, y hacerles ver que ellos mismos han corroborado que son los que crean esa situación incómoda con palabras como: *“si tuviera que cambiar algo de los entrenamientos los haría más serios, porque somos un grupo de amigos y nos los tomamos en broma, no tan en serio”* y *“lo tomamos en broma porque nos gusta el cachondeo...mientras lo hagamos bien el entrenador no nos dice nada”*.

Una de las recomendaciones que puede ayudar a hacer más fuerte la unión del grupo, es poner como ejemplo de valores positivos a “Manuel”, ya que acapara todos los aspectos que un buen jugador, compañero, pupilo e hijo debe tener. Sin hacer un uso excesivo de este recurso, ya que puede levantar envidias por parte del resto.

Además, y dentro de este ámbito de aspectos a perpetuar, habría que controlar la situación de “Pepe”, del cual los propios compañeros dicen que *“todos somos capaces de hacer lo mismo, no hay nadie mejor que otro”*, cuando luego la realidad no muestra lo mismo. Seguir favoreciendo estos valores de respeto, igualdad y compañerismo, y tener en cuenta que en estas edades en

cualquier momento pueden cambiar y volverse en su contra, como se ha visto en la investigación de Webster y Whitmeyer (1999), por lo que se deberá tener un control cercano de ello.

Otro ejemplo de situación que se debe seguir potenciando, es la relación entre árbitros y jugadores, ya que a lo largo de la observación se pudo comprobar como cuando los respetas y ayudas, conlleva consecuencias positivas y te ayuda a establecer conductas prosociales, evitando así las antisociales.

En cuanto a uno de los principales aspectos contradictorios a mejorar, sería la antítesis observada entre dos situaciones claramente diferenciadas y adversas por parte de los familiares, que tal vez ellos no han tenido conciencia de ella. El compromiso de los padres con la salud de sus hijos es alto cuando les preguntas es alto, pero cuando actúan no lo es. Responden que quieren que sus hijos “*se aparten de malos hábitos*”, cuando ellos están viendo los partidos –bajo la mirada atenta de sus hijos– consumiendo alcohol y tabaco, algo que los propios hijos/jugadores pueden llegar a no entender o relacionarlo en un futuro como actuación a seguir cuando vayan a disfrutar de un evento deportivo. Por lo que se debería intentar erradicar esta situación, o al menos limitar.

Siguiendo con aspectos de responsabilidad y salud, todos los estamentos sociales del club (directiva, cuerpo técnico, padres, etc.) deberían atender y preocuparse en cierta medida por la situación de los entrenamientos de los jugadores. Al menos una vez al mes preguntar o interesarse por si hay alguna necesidad que cubrir y si no se puede cubrir por parte de uno de ellos, intentar llegar a una solución, porque como se comprobó en la observación, los jugadores entrenaban en manga corta para distinguirse por falta de petos, en invierno cerrado, bajo el frío y la lluvia. Además, se debería llevar un control coordinado entre club, cuerpo técnico y padres sobre la alimentación pre y post partido de los jugadores, ya que no existe. En este caso se le dará al club unos consejos alimenticios para las diferentes categorías del mismo, advirtiéndole que son recomendaciones aproximadas y que los requerimientos individualizados deben ser evaluados por un experto nutricionista.

Por otra parte, a los padres y jugadores se les debe hacer ver el ejemplo de deportividad que dan y no deben dar, no asemejándose a los otros equipos (poniendo ejemplos de partidos en el que haya habido o haya en un futuro conflictos), sino seguir dando la misma buena imagen que aportan a cada encuentro. Además, de seguir educando a los jugadores, tanto en la victoria como en la derrota, como se está haciendo hasta el momento.

Por último, cabría explicar a los padres que cualquier opinión que tengan sobre las decisiones del club o del cuerpo técnico, se atenderán en privado cuando lo precisen y sin necesidad de tener que hacer comentarios de ninguna índole en las gradas en voz alta que puedan agravar cualquier situación existente.

Referencias

BOE. Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte. (Ref. [BOE-A-1990-25037](#)).

Brière, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R. Y Pelletier, L. G. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: L'échelle de Motivation dans les Sports (ÉMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 645-489.

Cecchini, J.A., Méndez, A. y Fernández, J. (2014). Meta-percepciones de competencia de terceros significativos, competencia percibida, motivación situacional y orientaciones de deportividad en jóvenes deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 23 (2), 285-293.

Chantal, Y., Robin, P., Vernat, J-P. y Bernache-Assollant, I. (2005). Motivation, sportpersonship, and athletic aggression: A mediational analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 233-249.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.

Deci, E. L., Ryan, R. M., Vallerand, R. J., & Pelletier, L. G. (1991). Motivation and education: The self-determination perspective. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 325-346.

- Donahue, E. G, Miquelon, P., Valois, P., Goulet, C., Buist, A. y Vallerand, R. J. (2006). A motivational model of performance-enhancing substance use in elite athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 511-520.
- Eisenberg, N. & Fabes, R. A. (1998). Prosocial development. En Eisenberg, N. (Ed.), *Handbook of child psychology*. Vol 3: Social, emotional, and personality development (pp. 701-778). New York: Wiley.
- García Calvo, T., Sánchez Miguel, P.A., Leo Marcos, F.M., Sánchez Oliva, D. y Amado Alonso, D. (2012). Análisis del grado de diversión e intención de persistencia en jóvenes deportistas desde la perspectiva de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*. 21(1), 7-13.
- González, C. (2004). El deporte, una potencial herramienta formativa. *Apunts*, 77, 97-101.
- Guillet, E., Sarrazin, P., Carpenter, P. J., Trouilloud, D. y Cury, F. (2002). Predicting persistence or withdrawal in female handballers with social exchange theory. *International Journal of Psychology*, 37(2), 92-104.
- Hsieh, H.F. y Shannon, S. E. (2005). Three Approaches to Qualitative Content Analysis. *Qualitative Health Research*, 15 (9), 1277-1288.
- Informe de licencias temporada 2013-2014. Recuperado de http://cdn1.sefutbol.com/sites/default/files/pdf/licencias_2013-2014.pdf
- Jasso Reyes, J., Almanza Rodríguez, C.R, Conchas Ramírez, M., Rivero Carrasco, J., Paredes Carrera, R. y Jiménez Mireles, D.J. (2013). Estrategia de promoción de valores a través del fútbol en la escuela «Frida Kahlo» de la ciudad. *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 105-106.
- Juventud en Cifras. Ocio y Tiempo Libre. Actualizado diciembre 2010. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Recuperado de: <http://www.injuve.es/observatorio/ocio-y-tiempo-libre/tiempo-medio-disponible-actividades-a-realizar>

- Kavussanu, M. (2006). Motivational predictors of prosocial and antisocial behaviour in football. *Journal of Sports Sciences*, 24(6), 575-588.
- Leo, F. M., Gómez, F. R., Sánchez Miguel, P. A., Sánchez, D. y García Calvo, T. (2009). Análisis del compromiso deportivo desde la perspectiva de la teoría de autodeterminación, en jóvenes futbolistas. *European Journal of Human Movement*, 23, 79-93.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA, US: Harvard University Press.
- Nicholls, J. G., y Miller, A.T. (1984). Development and its discontents. The differentiation of the concept of ability. En J.G. Nicholls (Ed.), *The development of achievement motivation* (pp. 185-218), Greenwich, CT: JAI Press.
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J. y Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Sánchez, D., Leo, F. M., Sánchez, P. A., Gómez, F. R. y García, T. (2011). Teoría de la autodeterminación y comportamientos prosociales en jóvenes jugadores de fútbol. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 103, 1.er trimestre, pp. 31-37.
- Sousa, C., Torregrosa, M., Viladrich, C., Villamarn F., y Cruz, J. (2007). *The commitment of young soccer players*. *Psicothema*, 19, 256-262.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En M. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (pp. 271-360). Nueva York: Academic Press.
- Webster Jr, M., & Whitmeyer, J. M. (1999). A theory of second-order expectations and behavior. *Social Psychology Quarterly*, 17-31.

Anexos

Anexo 1

Autorización para tomar fotografías o videos, filmar, grabar o realizar una entrevista

Yo, _____, con DNI: _____ autorizo a Luis Fornés Martínez, como alumno del Master de Rendimiento Deportivo y Salud, de la Universidad Miguel Hernández de Elche, para que tome fotografías, vídeos, grabaciones de sonido o realice entrevistas de mi hijo _____, y pueda usar dicho material en cualquier forma para cumplir con sus propósitos del TFM (Trabajo Final de Master) dirigido a un trabajo cualitativo sobre el fútbol base de aspectos educativos y no educativos, a través de la metodología cualitativa.

Todas las fotografías, vídeos, grabaciones de sonido, entrevistas escritas, etc., solo se utilizarán para este fin con el objeto de sacar el mayor provecho a los aspectos educativos (tanto deportivos, como cotidianos) de vuestros jóvenes deportistas.

En el momento que el sujeto quiera abandonar la investigación durante el transcurso de la misma, podrá hacerlo libremente.

Firma: _____ Fecha: _____

Anexo 2

HOJA DE OBSERVACIÓN CUALITATIVA CONSECUENCIAS:

- **Persistencia en la práctica del fútbol:**
 - Positivo:
 - Motivación:
 - Necesidades psicológicas básicas:
 - Factores sociales:
 - Positivo:
 - Motivación:
 - Necesidades psicológicas básicas:
 - Factores sociales:
 - Positivo:
 - Motivación:
 - Necesidades psicológicas básicas:
 - Factores sociales:
 - Positivo:
 - Motivación:
 - Necesidades psicológicas básicas:
 - Factores sociales:

Anexo 3

ENTREVISTA (/ /)

JUGADORES:

1. ¿Por qué practicas este deporte? ¿Por qué vienes a practicar? ¿Por qué te gusta venir?
(por sentirte bien, por necesidad, por salud, por obligación, por culpa, porque te obligan,...)
2. ¿Te sientes capaz de hacer lo mismo que tus compañeros? ¿Crees que alguno de ellos no es capaz de hacer lo mismo que los demás? Dime dos nombres (de los menos capaces).
3. ¿Te diviertes en los entrenos? ¿Qué cambiarías?
4. ¿Tenéis capacidad de decidir lo que queréis hacer en los entrenos? ¿Y en los partidos?

PADRES:

5. ¿Cuál es el objetivo de que tu hijo esté aquí? ¿Qué busca él y que buscas tú para él viniendo a entrenar y jugar?
6. ¿Por qué te gusta que practique AF? ¿Qué beneficios le aporta según tu opinión?
7. Buscar algo positivo de valores (compañerismo, disciplina, trabajo en equipo, respeto, responsabilidad).