

Facultad de Educación

Máster en Aprendizaje a lo largo de la vida en contextos multiculturales

Relación del estilo interpersonal del entrenador con el compromiso deportivo

**Un análisis en jóvenes waterpolistas aragoneses a través de la Teoría
de la Autodeterminación.**

Curso 2014 - 2015

Autor: Miguel Murillo Ezcurra

Director: Luis García González

Agradecimientos

El desarrollo de todo este trabajo no hubiera sido nunca posible sin la inestimable ayuda de mi tutor, Luis García González, y los compañeros de investigación que me han acompañado en este bonito camino, Alberto Abarca Sos, Javier Sevil Serrano, Ángel Abós Catalán y Jorge Samper Ibáñez. Al primero, agradecer su disposición para resolver todas mis dudas, fueran cuales fueran, siempre con presteza, gran atención y dedicación; aportando así toda su experiencia y conocimientos a este proyecto. A los segundos, por su cooperación altruista en la elaboración de esta investigación; no todo el mundo está dispuesto a dejar sus prioridades de lado para echar una mano. Con su apoyo, todos se han volcado en mi trabajo, me ha resultado mucho más fácil afrontar este reto. Por eso, me gustaría agradecer en estas líneas su mano tendida durante todo este tiempo.

También me gustaría reconocer la contribución del profesor Santos Orejudo Hernández, ya que sus consejos en el tratamiento informático de los datos han sido muy útiles a la hora de hacer el análisis estadístico de éstos.

Por último, pero no por ello menos importante, debo hacer una mención muy especial a todas las personas relacionadas con el mundo del waterpolo que se han prestado a colaborar en este proyecto de forma desinteresada. A los clubes, Centro Natación Helios, Estadio Miralbueno El Olivar y Stadium Casablanca; por movilizar con presteza a sus jugadores y facilitarme amablemente sus instalaciones para la administración de los cuestionarios. A la Federación Aragonesa de Natación por apoyar la idea y dar difusión a la misma. A todos los jugadores que han participado, por hacer posible que este trabajo viera la luz.

A todos vosotros, gracias.

Resumen

Fundamentado en la teoría de la autodeterminación, el objetivo de este estudio fue analizar la relación entre el estilo interpersonal de entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autodeterminada y el compromiso deportivo. Un total de 77 waterpolistas masculinos aragoneses con una edad comprendida entre los 13 y los 20 años ($M = 15.00$, $DT = 1.70$), completaron las versiones en castellano que medían el soporte de autonomía (S-SCQ), el estilo controlador (CCBS), la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas (PNSE; PTNS), la motivación deportiva (SMS) y el compromiso deportivo (SCQ). Los resultados del análisis de correlaciones y regresión lineal mostraron que estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se relacionaba positiva y significativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca y, por tanto, con niveles mayores de compromiso deportivo. Por el contrario, el estilo interpersonal controlador lo hacía con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, la desmotivación y, en consecuencia, con niveles más bajos de compromiso deportivo. Esto parece evidenciar que existen dos polos opuestos en la motivación y que los entrenadores juegan un papel importante en ella. A través de su intervención podrían ser determinantes a la hora de desarrollar el compromiso de los jugadores con este deporte y prevenir, por tanto, el abandono de la práctica deportiva.

Palabras clave

Soporte autonomía, estilo controlador, necesidades psicológicas básicas, teoría de la autodeterminación, motivación.

Abstract

Based on self-determination theory, the aim of this study was to analyze the relationship between coach interpersonal style, satisfaction and frustration of the basic psychological needs, motivation and sport commitment. A total of 77 male water polo players with ages between 13 and 20 years old ($M = 15.00$, $SD = 1.70$) completed Spanish versions of Sport Climate Questionnaire (S-SCQ), Controlling Coach Behaviors Scale (CCBS), Psychological Need Satisfaction in Exercise (PNSE), Psychological Need Thwarting Scale, (PTNS) Sport Motivation Scale (SMS) and Sport Commitment Questionnaire (SCQ). Results of this study showed that autonomy support coaching style was related positively and significantly with the satisfaction of basic psychological needs, intrinsic motivation and with higher levels of sport commitment. However, controlling coaching style was related with the frustration of the basic psychological needs, amotivation and with lower levels of sport commitment. It seems that there are two opposite poles in motivation and coaches have an important role in it. Coaches could be decisive to increase sport commitment in young players and preventing negative consequences like sport dropout.

Key words

Autonomy Support, Controlling Style, Basic Psychological Need, Self-determination Theory, Motivation.

Índice

1. Introducción	11
1.1. Motivación y origen del estudio.....	11
1.2. Planteamiento general	13
1.3. Relevancia del tema, antecedentes y estado actual	14
2. Fundamentación teórica	16
2.1. Marco teórico del estudio.....	16
2.2. Teoría de la Autodeterminación	18
2.2.1. Estilo interpersonal del entrenador.....	21
2.3. Compromiso Deportivo.....	23
2.4. Propósito de la investigación.....	24
3. Método	25
3.1. Consideraciones acerca de la investigación en contextos sociales.....	25
3.2. Muestreo y participantes	27
3.3. Instrumentos	28
3.4. Procedimiento	31
4. Análisis de datos	32
5. Resultados	33
5.1. Fiabilidad.....	33
5.2. Estadísticos descriptivos	34
5.3. Correlaciones.....	35
5.4. Regresión lineal.....	36
6. Discusión.....	38
7. Conclusiones	45
7.1. Consecuencias e implicaciones	45
7.2. Limitaciones	46
7.3. Perspectivas de futuro	47
8. Referencias bibliográficas.....	48
8.1. Lista de referencias.....	48
9. Anexos	56
9.1. Anexo I: Participantes	56
9.2. Anexo II: Cuadro variables	57
9.3. Anexo III: Carta presentación	61
9.4. Anexo IV: Consentimiento.....	62
9.5. Anexo V: Cuestionario.....	63

1. Introducción

1.1. Motivación y origen del estudio

Si bien a lo largo de mis estudios universitarios he tenido la oportunidad de formarme en diversos ámbitos relacionados con la Actividad Física y el Deporte; en los últimos años me he centrado, casi exclusivamente, en el maravilloso mundo de la Educación. Primero, realizando el Máster Universitario en Profesorado E.S.O., Bachillerato, F.P. y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas; después, cursando este Máster Universitario en Aprendizaje a lo largo de la vida en contextos multiculturales. Uno me ha capacitado para impartir clases en institutos. El otro, me ha ayudado a profundizar en aspectos de investigación. Por eso, cuando surgió la oportunidad de realizar un proyecto de investigación relacionado con la Educación Física, mi campo de especialización, no lo dude. Si, además, éste iba a ser con el grupo EFYPAF, era como lograr cuadrar el círculo; ya que, ambos, compartimos los mismos intereses y visión de la actividad física y el deporte. En definitiva, este trabajo supone para mí poder poner en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de todo el máster en un ámbito extremadamente gratificante.

A todo ello, hay que unirle mi otra gran pasión, el waterpolo. Mi relación con el mundo acuático comenzó muy temprano, con apenas cuatro años. Como cualquier niño, empecé con diversos cursillos de natación para reducir el riesgo de pasar un mal rato en el mar. Por aquel entonces, solíamos veranear junto a mis primos en un pueblo cerca de Barcelona. Por casualidad, cuando cursaba segundo de primaria y al finalizar otra campaña de natación escolar, me ofrecieron la posibilidad de incorporarme a un club de waterpolo. Casi veinte años después, aún continúo ligado a esta gran práctica deportiva. Aunque todavía sigo disfrutando dentro del agua como jugador, espero poder hacerlo muchos años más; desde hace un tiempo ejerzo como entrenador de diferentes equipos de base. A pesar de ser un entrenador principiante, me he dado cuenta de que la etapa de formación deportiva en la infancia es capital y, dentro de ella, los procesos motivacionales ocupan un lugar importante. Para mí, dichos procesos son el motor que nos hace avanzar y sobre los que se asistan los pilares fundamentales para establecer una adherencia fuerte con la actividad física y el deporte. Por todo ello, pienso que la motivación generada en las primeras edades resulta de especial importancia para la continuidad en esta modalidad deportiva.

La suma de estas dos facetas, hace que el estudio que se propone en las siguientes líneas está relacionado con la continuidad de los jóvenes jugadores con la práctica del waterpolo; atendiendo a los factores sociales que la rodean, la posible influencia de éstos con diferentes variables motivacionales y la repercusión de éstas últimas en el compromiso deportivo de jóvenes waterpolistas entre 13 y 20 años. Más concretamente, con la percepción de los jugadores sobre la influencia del entrenador en el desarrollo de los procesos motivacionales en este deporte.

Así pues, el propósito de este estudio es analizar las relaciones que se producen entre el estilo interpersonal del entrenador y determinadas variables motivacionales con el objeto de proponer estrategias de intervención que consigan mejorar el compromiso deportivo en este deporte. De hecho, desde hace tiempo, muchos investigadores han intentado comprobar si el fenómeno de abandono deportivo podía ser explicado mediante determinadas variables motivacionales. Por eso, conocer qué aspectos favorecen el compromiso deportivo puede ayudar a desarrollar estrategias de intervención que permitan prevenir dicho abandono deportivo.

En conclusión, como entrenador de categorías de base, me ha parecido pertinente centrarme en este objeto de estudio; puesto que su estudio, sin duda, me servirá para seguir ampliando mi formación como profesional. Si bien el paso de los años me otorgará una experiencia que me permita mejorar mi práctica profesional; pienso que es necesario adoptar una actitud reflexiva y conocer evidencias empíricas sobre la propia práctica, siendo críticos acerca de nuestros conocimientos y manteniendo una actitud responsable ya que nuestro trabajo tiene que ver con personas (Sicilia y Fernández-Balboa, 2005).

En resumen, se ha escogido esta temática ya que se trata de un tópico de investigación de reciente actualidad en la comunidad científica debido a la importancia que adquieren los procesos motivacionales para optimizar el compromiso deportivo. El elevado número de jugadores de waterpolo que abandonan año tras año esta práctica deportiva, unida a mi desconocimiento en teorías y estrategias motivacionales han sido varios de los motivos que nos han llevado a profundizar en este ámbito de estudio. Se ha tenido en cuenta la voz de los jugadores en este trabajo de investigación ya que las percepciones sobre el rol de su entrenador pueden diferir de la percepción del propio entrenador. Su opinión ofrece una gran información para optimizar y reorientar los entrenamientos, mejorando el compromiso por este deporte.

1.2. Planteamiento general

Lo primero, es importante resaltar que esta investigación forma parte del trabajo final del Máster de Aprendizaje a lo largo de la vida en contextos multiculturales, impartido en la Universidad de Zaragoza. Por tanto, en este estudio se ha intentado aplicar todos los conocimientos adquiridos; tales como la búsqueda y el manejo de fuentes de documentación, el diseño y metodología para abordar el problema de investigación, la planificación del proceso de recogida de datos o la interpretación de sus resultados. Dicho esto, la investigación que se presenta en este trabajo se ha desarrollado en el ámbito de la actividad física y el deporte. Su principal objetivo es intentar ayudar a mejorar las destrezas de los profesionales dedicados a la enseñanza de las actividades físicas y deportivas; concretamente, analizando si existe relación entre el estilo interpersonal de los entrenadores, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, el tipo de motivación autodeterminada y el compromiso deportivo de los jugadores de waterpolo masculinos. Con ello, se pretende contribuir a un mejor conocimiento de los motivos que pueden influir en el grado de compromiso deportivo y, por tanto, servir de base para el diseño de estrategias de intervención que ayuden a incrementarlo; disminuyendo así la probabilidad de abandono deportivo tan frecuente en las etapas de formación.

El estudio se encuentra delimitado por la teoría de la autodeterminación, una de las teorías socio-cognitivas más importantes para explicar los procesos motivacionales en el contexto físico-deportivo. A partir de la descripción de las diferentes mini-teorías que postulan la teoría de la autodeterminación y la descripción de otros trabajos de investigación que han estudiado la relación de algunas de las variables presentes en este trabajo, se plantearán unos objetivos e hipótesis de partida. Posteriormente, se detallará el método utilizado, atendiendo a una descripción del diseño, la muestra, los instrumentos y variables utilizadas y al procedimiento que se ha llevado a cabo para realizar la investigación. Los resultados hallados en el estudio permitirán verificar las hipótesis planteadas al comienzo del mismo, estableciendo una discusión general con los hallazgos encontrados y los principales estudios que se han adentrado en este ámbito de conocimiento. Además, se ha incluido un apartado en el que se explican las principales limitaciones de la investigación, así como una serie de prospectivas de futuro que pretenden abrir nuevos campos de actuación. El trabajo finaliza con la exposición de las conclusiones más relevantes que se desprenden de este estudio.

1.3. Relevancia del tema, antecedentes y estado actual

La pretensión de que los jóvenes se inicien en el deporte y sigan practicándolo a lo largo de toda la vida ha sido un tema de interés candente en las investigaciones relacionadas con la actividad física y el deporte. Sin duda, la práctica regular de ejercicio físico posee numerosos e innegables efectos positivos sobre la salud (Merino y González, 2006); tanto a nivel fisiológico (Torregrosa y Cruz, 2006), como psíquico y social (Márquez, 1995). Por ello, en los últimos años se está promoviendo entre la población numerosas iniciativas para fomentar un estilo de vida activo (Santos-Muñoz, 2005; Jiménez, Cervelló, García-Calvo, Santos-Rosa, y del Villar, 2006).

No obstante, si bien la mayoría de los jóvenes realizan alguna práctica deportiva de forma regular (García-Ferrando, 2006); diversas investigaciones revelan un significativo descenso del interés por participar en actividades físicas y deportivas durante la adolescencia (Isorna, Ruiz, y Rial, 2013; Wall y Cot, 2007). Este hecho, resulta inquietante ya que, tal y como se ha expuesto antes, puede suponer no adquirir un estilo de vida activo y saludable en la edad adulta (Cecchini, Echevarría, y Méndez, 2003; Cecchini, Méndez, y Muñiz, 2002).

Así, autores como Torregrosa y Cruz (2006) señalan que una de las mejores formas de evitar ese descenso es establecer un vínculo de compromiso con la actividad; puesto que puede contribuir a frenar el abandono. A mayor compromiso, menor probabilidad de abandonar la actividad (Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamaría, y Cruz, 2007). Por ello, en los últimos años, gran cantidad de investigaciones han intentado esclarecer cuáles pueden ser las variables más influyentes en el desarrollo de dicho compromiso.

En ese sentido, la motivación del deportista juega un papel determinante; siendo uno de los temas más recurrentes en la psicología del deporte (Moreno y Cervelló, 2010; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007). Hoy en día, se pueden encontrar estudios donde se intenta relacionar cómo los procesos motivacionales de los deportistas favorecen la aparición del compromiso deportivo (García-Calvo, Leo, Martín, y Sánchez-Miguel, 2008; Podloga et al., 2015).

Atendiendo a este hecho, parece muy relevante conocer la influencia que pueden tener los factores sociales en dichos procesos psicológicos y como éstos, a su vez, favorecen una mayor implicación en la práctica físico-deportiva (Torregrosa et al., 2007; Coterón, Franco, Pérez-Tejero, y Sampedro, 2013).

En el ámbito deportivo, uno de los factores sociales sobre el que más se ha puesto el foco es el entrenador. Su importancia en el deporte es algo que no pasa inadvertido para nadie, desde los deportistas hasta los aficionados. La figura del entrenador juega un papel fundamental en el comportamiento y en la motivación de sus deportistas (Balaguer, Castillo, y Duda, 2008; Castillo, González, Fabra, Mercé, y Balaguer, 2012). De ahí que bastantes investigaciones se hayan centrado en estudiar el efecto del clima motivacional producido por éste, la percepción que los deportistas tienen de él y su relación con el compromiso deportivo (Balaguer, Duda, y Crespo, 1999; Boixadós y Cruz, 1999; García-Calvo et al., 2008; Torregrosa, Sousa, Viladrich, Villamarín, y Cruz, 2008).

No obstante, todavía son escasos los estudios que profundizan en el “bright side” y el “dark side” de la motivación examinando el papel que juega el apoyo a la autonomía y el estilo controlador del entrenador. La importancia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas para generar consecuencias positivas, lo que se denomina en el mundo anglosajón como “bright side”, está bastante probada por diversos trabajos (Sánchez-Oliva, Leo, Sánchez-Miguel, Amado, y García-Calvo, 2010; Almagro, Sáenz-López, González-Cutre, y Moreno, 2011). Pero la frustración de las necesidades psicológicas básicas y sus posibles consecuencias negativas, “the dark side”, es un tema menos tratado. Según Deci y Ryan (2000), la frustración es algo más que la insatisfacción. El sujeto percibe que sus necesidades están sido activamente reprimidas por presiones externas, ocasionando tipos desadaptativos de motivación y malestar psicológico.

En este sentido, la inclusión de estas dos perspectivas de la motivación permite seguir ahondando en este tópico de estudio en el ámbito deportivo. Para conocimientos de los autores, este es uno de los primeros estudios en waterpolo que analiza, bajo la perspectiva de los jugadores, la influencia del entrenador en el compromiso deportivo.

2. Fundamentación teórica

2.1. Marco teórico del estudio

Actualmente, una de las principales metas de los profesionales de la actividad física y el deporte es transmitir a los jóvenes la importancia que ser físicamente activo tiene a la hora de generar estilos de vida saludables (Merino y González, 2006). No obstante, parece que el interés por el ejercicio físico decae progresivamente en la adolescencia (Cervelló, Escartí, y Guzmán, 2007), hecho por el cual desde diferentes ámbitos y organizaciones se está intentando favorecer la práctica deportiva (Jiménez, Cervelló, García-Calvo, Santos-Rosa, e Iglesias, 2007).

Si bien es cierto que las razones por las cuales las personas comienzan y persisten en las actividades físicas y deportivas son múltiples y variadas, las fundamentales suelen estar relacionadas con el deseo de experimentar competencia, mejorar las relaciones sociales o divertirse (Cantón, Mayor, y Pallarés, 1995; Martínez et al., 2012). En este punto, es donde la motivación parece tomar un rol determinante; ya que para muchos autores puede favorecer dichos aspectos y, en consecuencia, el compromiso y la permanencia en la actividad (García-Calvo et al., 2008; Moreno et al., 2007).

Aunque se pueden encontrar diferentes entramados teóricos sobre la motivación dentro de las actividades físicas y deportivas, en los últimos años se ha pasado de teorías mecanicistas a modelos sociales y cognitivos, parece que la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985; 2000) es “una de las teorías que cuenta actualmente con uno de los constructos teóricos más coherentes y sólidos para explicar la motivación humana, y más concretamente, la motivación hacia las actividades físicas y deportivas” (Molinero, Salguero, y Márquez, 2011: 288). Es más, parece claro que existe una relación positiva entre motivación y compromiso deportivo (García-Calvo et al., 2008), por lo que dicha teoría también se está utilizando como referencia para explicar tanto la persistencia como el abandono deportivo (García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, y Amado, 2011). Como apuntan Torregrosa y Cruz (2006), el compromiso, actitud que expresa el deseo y la decisión de seguir practicando, es un buen predictor del abandono; ya que cuanto mayor sea éste, la probabilidad de dejar la práctica deportiva será menor.

No obstante, en esta investigación se ha querido enfocar el concepto de compromiso de una forma más amplia. ¿Se puede abandonar una actividad estando plenamente satisfecho con ella? ¿Se puede permanecer en una actividad a pesar de experimentar insatisfacción? Estas preguntas, en principio, se salen un poco del marco expuesto por la Teoría de la Autodeterminación. Por ello, se ha introducido el modelo propuesto por Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt, y Keeler (1993); donde el compromiso viene condicionado por cinco factores. Si bien alguno de ellos está íntimamente relacionado con la Teoría de la Autodeterminación, es el caso de los constructos de diversión o coacciones sociales; aporta otros aspectos interesantes como la alternativa de participación o las inversiones personales.

En última instancia, se ha elegido como factor social la figura del entrenador y su estilo interpersonal de comunicación. Aunque es cierto que las propias creencias del sujeto u otros agentes sociales como los padres o el grupo de iguales pueden influir en los procesos psicológicos (Torregrosa et al., 2007; Coterón et al., 2013); diversos autores sostienen que el tipo de motivación que desarrollean los deportistas depende en gran medida del soporte de autonomía que crean los entrenadores (Balaguer et al., 2008; Castillo et al., 2012). El estilo interpersonal del entrenador se puede extender en un continuo desde la máxima cesión de decisiones y responsabilidades hasta el máximo control y restricciones. Según investigaciones recientes, los perfiles más cercanos al apoyo de autonomía se relacionan con la motivación intrínseca y formas de regulación más autodeterminadas (Balaguer et al., 2008; Leo, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Amado, y García-Calvo, 2009; Pulido, Leo, Chamorro, García-Calvo, 2015; Sousa, Cruz, Viladrich, y Torregrosa, 2007); mientras que los estilos más controladores, al implantar conductas autoritarias, correlacionan con tipos de motivación más extrínseca (Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012).

2.2. Teoría de la Autodeterminación

Es una teoría general de la motivación enunciada por Deci y Ryan (1985; 2000) que tiene como principal argumento la idea de que el comportamiento humano está motivado por tres necesidades psicológicas básicas, autonomía, competencia y relación con los demás. Es decir, que nuestras acciones van encaminadas a satisfacer dichas necesidades; consiguiendo de ese modo un bienestar personal pleno y un desarrollo social adecuado. El concepto de autonomía se refiere a experimentar que las acciones que se realizan son por voluntad propia. La competencia se entiende como sentir habilidad en las acciones que se llevan a cabo a través del control de su resultado. La relación con los demás, se define como socializar con otras personas, pudiendo intimar con ellas y sintiéndose integrado socialmente.

No obstante, para explicar un fenómeno como la motivación, los autores desarrollaron cuatro mini-teorías donde el concepto de las necesidades psicológicas básicas se combina con otros como el de organismo o el de la meta-teoría dialéctica.

1. *Teoría de la evaluación cognitiva*

Se centra en explicar cómo influyen los antecedentes sociales para aumentar o disminuir la motivación intrínseca a través de la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas. Sostiene que aquellos contextos sociales que conducen a sentimientos de competencia durante la acción, como el deporte; pueden ayudar a desarrollar la motivación intrínseca. Eso sí, se tienen que dar varias condiciones (Deci y Ryan, 1985). Primero, que los retos o desafíos sean adecuados; contribuyendo así a incrementar las posibilidades de generar percepción de competencia. Segundo, estos sentimientos de competencia deben ir acompañados de una sensación de autonomía, lo que en psicología se conoce como locus interno de causalidad. Es decir, es necesario otorgar posibilidades de elección y dar oportunidades para la auto-dirección. En tercer lugar, se tiene que fomentar la existencia de una buena relación con otras personas dentro de dicho contexto; ya que potenciará los dos requisitos anteriores (Moreno y Martínez, 2006). De ese modo, seguramente, el individuo desarrollará una motivación más autodeterminada hacia la actividad. De no cumplirse los aspectos nombrados, con casi toda probabilidad, la motivación desarrollada será de carácter extrínseco o, incluso, el individuo caerá en la desmotivación.

2. Teoría de la integración del organismo

Establece que la motivación es un continuo, caracterizado por diferentes niveles de autodeterminación, de tal forma que de más a menos autodeterminada se encuentra la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la desmotivación (Deci y Ryan, 1985).

La motivación intrínseca se entiende como el placer y el disfrute que produce la realización de una actividad y, por tanto, la actividad es un fin en sí misma. Este constructo describe la inclinación del sujeto por experimentar sensaciones de maestría, por tener interés en explorar los recursos y por buscar la estimulación. Estos aspectos, se consideran esenciales para el desarrollo social y cognitivo; siendo el principal origen del placer. Por tanto, la motivación intrínseca es alimentada por la percepción de competencia, aumentando ésta cuanto más eficaces nos creemos. Según varios autores (Pelletier et al., 1995; Vallerand y Rousseau, 2001), se pueden encontrar tres tipos diferentes. Por un lado, está la motivación intrínseca hacia el conocimiento, que se refiere a participar en un deporte concreto por el placer de saber más sobre él. Por motivación intrínseca hacia la ejecución se entiende participar en un deporte concreto motivados por el placer de mejorar habilidades. En tercer lugar, está la motivación intrínseca hacia la estimulación, que se define como participar en un deporte por el placer de vivir experiencias estimulantes.

La motivación extrínseca, aparece en aquellas actividades que no tienen un fin en sí mismo; sino que se realizan como un medio para lograr metas ajenas a ellas (Deci y Ryan, 2000). Para entenderla, es importante comprender previamente el concepto de interiorización. La interiorización es el proceso a través del cual se aceptan los valores establecidos por el orden social, pero que no son completamente atrayentes para el individuo. Dentro de la motivación extrínseca podemos encontrar menores o mayores niveles de interiorización. La regulación integrada es la más autodeterminada. En este tipo de regulación varias identificaciones son asimiladas y organizadas significativa y jerárquicamente, lo que significa que han sido evaluadas y colocadas congruentemente con otros valores y necesidades. No obstante, sigue siendo una forma de motivación extrínseca, ya que no se actúa por el placer inherente de la actividad.

En el siguiente nivel estaría la regulación identificada. Esta regulación implica que los comportamientos sean autónomos, pero la decisión de participar en la actividad viene dada por una serie de beneficios externos y no por el placer y la satisfacción inherente a la propia actividad. Después encontramos la regulación introyectada, que implica establecer deberes o reglas para con la acción, que están asociadas con expectativas de auto-aprobación y evitar sentimientos de culpabilidad y ansiedad.

Por último, la regulación externa. Es la forma menos autodeterminada de motivación extrínseca, y por tanto, la de mayor contraste con la motivación intrínseca. Hace referencia a cuando una persona se compromete con una actividad poco interesante sólo por conseguir una recompensa o evitar un castigo. Más allá de la regulación externa estaría la desmotivación. Ésta es el resultado de no valorar una actividad, de no sentirse competente para realizarla o de no esperar la consecución del resultado deseado; por lo que el sujeto no encuentra motivos, ni intrínsecos ni extrínsecos, que le llevan a realizarla.

3. Teoría de las necesidades psicológicas básicas

Las necesidades psicológicas básicas se definen como "nutrientes psicológicos innatos que son esenciales para un prolongado crecimiento psicológico, integridad y bienestar" (Deci y Ryan, 2000: 229). Como se ha comentado antes, son tres; autonomía, competencia y relación con los demás. Por tanto, es necesario satisfacer la autonomía, competencia y relación con los demás para alcanzar un desarrollo personal pleno. Para percibir autonomía, hay que sentir que se es el origen de las acciones, locus de control interno de causalidad. Para experimentar competencia, se deberá sentirse eficaz y controlar el resultado. Para desarrollar sentimientos positivos de relación, será necesario estar integrado dentro del entorno social y sentir que se tiene una relación positiva con los demás.

Si en vez de satisfacer las necesidades psicológicas básicas éstas se frustran, se desarrollaran consecuencias negativas. Según Deci y Ryan (2000), la frustración es algo más que la insatisfacción. El sujeto percibe que sus necesidades están sido activamente reprimidas por presiones externas, ocasionando tipos desadaptativos de motivación y malestar psicológico. Sentir que no se tiene control sobre las acciones, locus de control externo de causalidad, experimentar ineeficacia o no encajar dentro del entorno social, relaciones negativas con los demás; pueden llevar a frutar las necesidades psicológicas básicas.

4. Teoría de la orientación de causalidad

Esta teoría describe las diferencias individuales en las personas y la tendencia hacia el comportamiento autodeterminado (Deci y Ryan, 1985). Hay tres tipos de orientaciones causales, orientación autonomía, orientación control y orientación impersonal. La orientación de autonomía implica regular el comportamiento en base al propio deseo, con un nivel elevado de capacidad de elección y de iniciativa; teniendo un claro predominio el locus de control interno. Las acciones se organizan basándose en las metas personales e intereses y, por ello, el sujeto se encuentra motivado intrínsecamente.

La orientación al control implica regirse por las directrices que indican cómo comportarse. Es decir, implica actuar bajo las conductas sociales imperantes. Cuando predomina esta orientación, las acciones se realizan por obligación. Este tipo de orientación también incluye a las personas que tienden a creer que son incapaces de conseguir los resultados esperados puesto que se sienten incompetentes para dominar las situaciones; experimentando éstas como algo dificultoso. Por tanto, suele ir asociada con un locus de control externo. La orientación de causalidad impersonal y la desmotivación surgen por la falta de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Implica focalizar en indicadores de ineeficacia y no comportarse intencionadamente.

2.2.1. Estilo interpersonal del entrenador

En el punto de partida de la Teoría de la Autodeterminación hallamos lo que se denomina antecedentes sociales. Con este término, se hace referencia a los factores humanos del medio social donde se desenvuelve el individuo. Es decir, aquellos agentes externos que interactúan con el sujeto y ayudan a desarrollar su perfil motivacional. La Teoría de la Autodeterminación entiende que los individuos son organismos activos que interaccionan con el medio (Ryan y Deci, 2000) en que se encuentran y, por ello, las personas que están alrededor ejercen una fuerte influencia. Dentro del contexto de la actividad física y del deporte, los factores sociales más relevantes son el entrenador, los compañeros y los familiares de los practicantes. Cada uno de ellos, puede llegar a ser fundamental para la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas. El estilo interpersonal del entrenador se puede extender en un continuo desde la máxima cesión de decisiones y responsabilidades hasta el máximo control y restricciones (Deci y Ryan, 1987).

En un extremo, se encontrarían los comportamientos que apoyan la autonomía. Éstos se caracterizan por ofrecer oportunidades, estimular la autonomía del deportista, considerar su perspectiva, proporcionar feedback significativo e importante y por minimizar las demandas externas. En el otro, aquellas actitudes que ejercen control. Éstas se caracterizan por el uso controlador de recompensas, por utilizar la atención condicional negativa, ejercer intimidación y por un control excesivo de la vida personal del deportista. En la Teoría de la Autodeterminación, el apoyo a la autonomía favorece la satisfacción de las necesidades psicológicas (González, Castillo, García-Merita, y Balaguer, 2015), motivaciones más autodeterminadas y, por tanto, un compromiso deportivo más alto. En cambio, actitudes más controladoras pueden llegar a frustrar las necesidades psicológicas básicas (Castillo et al., 2012), desarrollando una menor motivación autodeterminada y, en consecuencia, niveles más bajos de compromiso.

2.3. Compromiso Deportivo

El modelo de Compromiso Deportivo fue diseñado por Scanlan et al. (1993) para tratar de explicar por qué las personas continúan practicando deporte aún cuando no todas las condiciones son favorables; puesto que el compromiso es una construcción psicológica de uso común en el deporte para referirse al deseo y la decisión de seguir participando. Por tanto, se perfila como un factor potencial para explicar y proporcionar directrices para prevenir el abandono en el deporte.

Este modelo, surge del estudio de las relaciones románticas, ya que algunos investigadores asumían que si los integrantes de la pareja están contentos con su relación, era más probable que ésta continuase. No obstante, este argumento no podía responder a dos preguntas interesantes: ¿Por qué persisten algunas relaciones a pesar de la insatisfacción? ¿Por qué terminan algunas relaciones satisfactorias? En base a esto, los autores han establecido cinco factores clave que anteceden al compromiso deportivo y lo regulan. La diversión, que se define como una respuesta afectiva positiva a la experiencia deportiva que refleja sentimientos generalizados como el placer, el gusto y la diversión. Las alternativas de participación, que se entienden como la percepción de que hay alternativas más interesantes que la actividad en la que se está participando. Las inversiones personales, que se definen como los recursos personales que se han puesto o se ponen en la actividad que no se puede recuperar si la participación en ésta se suspende. Las coacciones sociales, que hacen referencia a las expectativas o normas sociales que crean sentimientos de obligación de permanecer en la actividad. Las oportunidades de participación, que se definen como aquellas oportunidades que sólo se presentan si se participa de forma continua en la actividad.

Según el modelo, aquellos sujetos que perciban diversión, pocas alternativas de participación, elevadas inversiones personales, ciertas coacciones sociales e importantes oportunidades de participación; estarán más comprometidos (Scanlan et al., 1993).

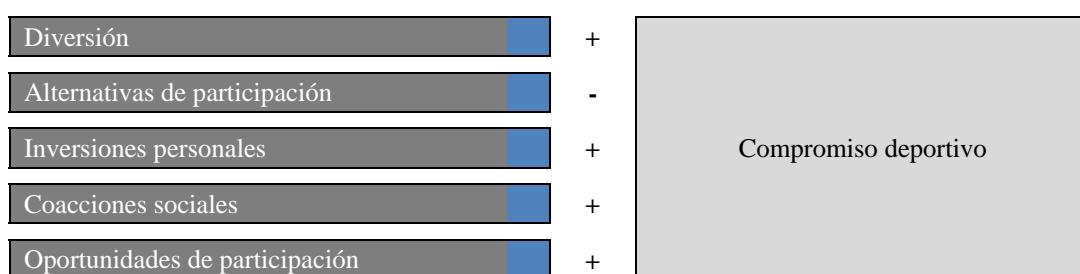


Figura 1. Relaciones del Modelo de Compromiso Deportivo propuesto por Scanlan et al. (1993)

2.4. Propósito de la investigación

A día de hoy, aunque en el contexto deportivo español existen bastantes estudios que han mostrado las relaciones analizadas entre dichas variables; pocos de estos trabajos han atendido a la secuencia completa mencionada en la Teoría de la Autodeterminación: factores sociales, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y consecuencias. Por todo ello, el objetivo principal del estudio fue *analizar la relación entre el estilo interpersonal de entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, la motivación y el compromiso deportivo.*

		TEORÍA AUTODETERMINACIÓN		CONSECUENCIAS	
FACTORES SOCIALES	ESTILO INTERPERSONAL	NPB	MOTIVACIÓN	COMPROMISO	
Apoyo Autonomía	Satisfacción	Autonomía Competencia Relaciones	Motivación Intrínseca Motivación Extrínseca Desmotivación	Diversión Alternativas Inversiones Coacciones Oportunidades	Compromiso Deportivo
Estilo Controlador	Frustración				

Figura 2. Esquema de la Teoría de la Autodeterminación adaptado a nuestro estudio

Hipótesis

Como aspecto novedoso, se ha intentado comprobar si se puede hablar de dos caras dentro de la teoría de la autodeterminación; puesto que, últimamente, algunos autores consideran que la frustración de las necesidades psicológicas va más allá de una mera falta de satisfacción de éstas.

Atendiendo al “bright side” de la motivación, la hipótesis de trabajo postuló una secuencia de relaciones, de manera que la percepción de los jugadores de un apoyo a la autonomía del entrenador se relacionará con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y éstas, a su vez, con la motivación más autodeterminada. Por último, se espera que dichas formas de motivación más autodeterminadas se relacionen positivamente con el compromiso deportivo.

Por otro lado, en relación al “dark side” de la motivación, la hipótesis de trabajo plantea una secuencia de relaciones, en la que la percepción de los jugadores de un estilo controlador del entrenador se relacionará con la frustración de las necesidades psicológicas básicas y éstas, a su vez, con la motivación menos autodeterminada y la desmotivación. Por último, se espera que las formas de motivación menos autodeterminadas y la desmotivación se relacionen negativamente con el compromiso deportivo.

3. Método

3.1. Consideraciones acerca de la investigación en contextos sociales

Antes de describir el diseño que se ha utilizado en el desarrollo de esta investigación, es preciso hablar, aunque sea de forma breve, de tres conceptos claves que, desde un punto de vista teórico, es necesario diferenciar; método científico, diseño metodológico y metodología. Tal y como señalan algunos autores, hablar de investigación y de ciencia supone hablar de método y de garantías en ese método (Cubo, Domínguez, Luengo, Martín y Ramos, 2011).

En primer lugar y englobando al resto de conceptos señalados, se encuentra el método científico. Si se atiende a lo expuesto por Sabirón (2006), el método científico es un proceso regular, explícito y repetible. Es decir, son aquellas condiciones, comunes a todas las ciencias, que hay que respetar para que el resultado de una investigación pueda ser considerado científico. No obstante, es pertinente señalar que ante la disparidad de objetos de estudio, el método científico es plural en sus concreciones; pero siempre, como se ha dicho al principio, único en sus condiciones.

Desde el punto de vista del paradigma positivista, donde se sitúa este trabajo, la investigación científica tiene como objetivo la formulación de hipótesis, bien causales o de covariación. Las hipótesis causales tienen como objetivo explicar la relación entre dos variables, independiente (causa) y dependiente (efecto). Por el contrario, las hipótesis de covariación tienen como objetivo explicar las relaciones que se establecen entre dos o más variables; expresadas habitualmente en términos de grado de asociación, o magnitud de dependencia. Estas variables no son manipuladas por el investigador como si ocurría en las hipótesis causales; sino que se manifiestan de forma espontánea en contextos naturales (Cubo et al., 2011).

En el siguiente escalón, encontramos el diseño metodológico. Entendemos por diseño la forma en la que llevamos a la práctica el método científico. Podemos encontrar diseños apriorísticos, método científico clásico, aquellos donde no se cambia nada durante el proceso; y diseños emergentes, aquellos donde se pueden producir cambios durante el proceso (Sabirón, 2006).

En el presente estudio y dado el objetivo de la investigación, se ha utilizado un diseño de carácter selectivo o ex post facto de corte transversal. Parece lógico decantarse por un diseño selectivo ya que tanto los diseños experimentales como cuasiexperimentales buscan siempre testar la eficacia de una intervención; incluso aquellos donde solo se trabaja con medidas post (León y Montero, 2003). Como únicamente se ha hecho una recogida de datos, fotografía fija de un momento puntual, el corte del estudio es transversal (García-Jiménez y Alvarado, 2000).

Concretamente, este trabajo toma un diseño selectivo retrospectivo, puesto que, tal y como se ha dicho antes, el objetivo es saber qué causa el compromiso deportivo. Con esta estrategia se pretende reconstruir los hechos. Primero se mide la variable dependiente, el compromiso deportivo, y después se busca hacia atrás posibles explicaciones, las variables independientes. Si se halla una covariación sistemática entre determinadas variables, se podrá decir que existe cierta relación entre ellas (León y Montero, 2003).

Dentro de los diseños retrospectivos, esta investigación es de grupo único. Mientras que en los diseños retrospectivos simples o de comparación de grupos, el objetivo es similar al de la lógica experimental, encontrar posibles variables independientes que expliquen la variable dependiente; en este diseño se persigue el estudio de las relaciones existentes entre las variables. Por tanto, no se establecen comparaciones entre los diferentes niveles de la variable independiente respecto a la variable dependiente, sino que se establecen correlaciones entre las variables. Como lo que se quiere estudiar es la covarianza o correlación entre la variable dependiente y la variable independiente; conviene que todos los posibles valores de las dos variables estén bien representados. Para ello, se debe aumentar el tamaño y representatividad de la muestra; consiguiendo así que todos los posibles valores de las variables implicadas estén representados en un grupo único con el que se va a trabajar.

Entendemos por metodología, cuantitativa o cualitativa, al tratamiento que hacemos del dato. Está totalmente ligada a la finalidad y objetivos del estudio, puesto que dependiendo de cuáles sean éstos, el investigador se debe inclinar por una u otra. Dado el carácter positivista de este trabajo, se ha creído conveniente optar por un análisis de datos con técnicas cuantitativas; operando numéricamente con los datos recabados a través de diferentes instrumentos/medidas auto reportadas. Para ello, una vez recogidos, se procederá a realizar un análisis mediante estadística descriptiva e inferencial.

3.2. Muestreo y participantes

Tal y como exponen Cubo et al. (2011); una de las finalidades de una investigación encuadrada dentro del paradigma positivista es poder generalizar los resultados obtenidos. Para ello, son necesarios dos requisitos fundamentales. Primero, si se quiere extraer conclusiones generalizables al conjunto de la población, es imprescindible haber utilizado un procedimiento de muestreo adecuado que garantice la representatividad de la muestra. Es decir, que la muestra utilizada conserve las características comunes que definen a la población objeto de estudio (Pardo y Ruiz, 2007). Segundo, que el diseño posea validez externa. Es decir, que los resultados puedan ser extrapolados a la totalidad de la población objeto de estudio (Cubo et al., 2011).

En este trabajo se ha querido investigar a los jóvenes waterpolistas de género masculino de la Comunidad Autónoma de Aragón. Definida la población, se ha abarcado desde la categoría infantil hasta la júnior, se pasó a delimitar la muestra. Debido a que el número de practicantes en nuestra región es muy reducido y, además, está concentrado en su totalidad en Zaragoza; se ha pretendido abarcar a la totalidad de la población objeto de estudio. Por tanto, no se ha creído oportuno aplicar procedimientos de muestreo probabilístico. En su lugar, se ha realizado un muestreo de conveniencia; seleccionando los casos disponibles (Cubo et al., 2011). En base a las licencias federativas de la temporada en vigor, 2014 - 2015, se hizo una estimación inicial de cuántos participantes podían componer la muestra. Al final, se consiguió que ésta supusiera casi el 91% de la población; es decir, 77 participantes (ver anexo I) sobre 85 posibles.

En el estudio participaron un total de 77 waterpolistas masculinos con edades comprendidas entre los 13 y los 20 años ($M = 15.00$, $DT = 1.70$). Los participantes practicaban waterpolo de competición en diversos clubes aragoneses, entrenando una media de 3.82 días ($DT = 0.99$) y 8.88 horas semanales ($DT = 3.27$); estando todos federados, sin excepción, en la Federación Aragonesa de Natación. La muestra fue recogida de los tres clubes deportivos de Aragón que quisieron tomar voluntariamente parte en la investigación; Centro Natación Helios, Estadio Miralbueno El Olivar y Stadium Casablanca.

3.3. Instrumentos

En este estudio se han utilizado las versiones españolas de distintos instrumentos, validadas previamente en poblaciones semejantes y en el ámbito deportivo, para evaluar el estilo interpersonal del entrenador, la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autodeterminada y el compromiso deportivo (ver anexo II).

Percepción del estilo de apoyo a la autonomía del entrenador, se evaluó mediante el Cuestionario de Clima en el Deporte (S-SCQ) diseñado por Balaguer, Castillo, Duda, y Tomás (2009). Dicho cuestionario se validó con 301 deportistas de diferentes modalidades y mide el grado en el que los deportistas perciben que sus entrenadores apoyan su autonomía. Está compuesto por 15 ítems relacionados con el factor apoyo a la autonomía (e.g., “Mi entrenador me ofrece distintas alternativas y opciones”). Cada ítem se inicia con la frase: “Cuando juego a waterpolo...” y las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de siete puntos, que oscila desde nada verdadero (1), hasta muy verdadero (7).

Percepción del estilo controlador del entrenador, se evaluó con la versión española (Castillo et al., 2014) de la Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS) desarrollada por Bartholomew, Ntoumanis, y Thøgersen-Ntoumani (2010). Dicho cuestionario se validó con 373 jugadores de fútbol y mide la percepción que los deportistas tienen del estilo interpersonal controlador del entrenador. Está compuesto por 15 ítems divididos en cuatro factores: el uso controlador de recompensas con cuatro ítems (e.g., “Mi entrenador solo utiliza premios y/o halagos para hacerme entrenar más duro”), atención condicional negativa con cuatro ítems (e.g., “Mi entrenador me acepta menos, si le he decepcionado”), intimidación con cuatro ítems (e.g., “Mi entrenador me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas”) y el excesivo control personal con tres ítems (e.g., “Mi entrenador intenta controlar lo que hago en mi tiempo libre”). Cada ítem se inicia con la frase: “Cuando juego a waterpolo...” y las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que oscila desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (7).

Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, se evaluó mediante la Escala de Mediadores Motivacionales en el Deporte (EMMD) desarrollada por González-Cutre et al. (2007). Dicho cuestionario se validó con 474 deportistas de diferentes modalidades y mide el grado en el que los waterpolistas perciben que se satisfacen sus necesidades de competencia, autonomía y relación con los demás. Está compuesto por 23 ítems agrupados en tres factores: competencia con siete ítems (e.g., “Creo que estoy entre los más capaces cuando se trata de waterpolo”), autonomía con ocho ítems (e.g., “Me dejan tomar decisiones”) y relación con los demás con ocho ítems (e.g., “Me siento bien con las personas con las que entreno”). Cada ítem está precedido por la frase “Cuando juego a waterpolo...” y las respuestas se recogen en una escala tipo Likert, cuyo rango de puntuación oscila entre *totalmente en desacuerdo* (1) y *totalmente de acuerdo* (6).

Frustración de las necesidades psicológicas básicas, se evaluó mediante la versión española (Balaguer et al., 2010) de la Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas (PNTS) desarrollado por Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, y Thøgersen-Ntoumani (2011). Dicho cuestionario mide el grado en el que los waterpolistas perciben que se frustran sus necesidades de competencia, de autonomía y de relación con los demás. Está compuesto por 12 ítems agrupados en tres factores: competencia con cuatro ítems (e.g., “Me siento frustrado como waterpolista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial”), autonomía con cuatro ítems (e.g., “Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en waterpolo”) y relación con los demás con cuatro ítems (e.g., “Siento que hay personas del waterpolo a las que no les gusto”). Cada ítem se inicia con la siguiente frase: “Cuando juego a waterpolo...” y las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de 7 puntos con un rango que oscila desde *totalmente en desacuerdo* (1) a *totalmente de acuerdo* (7).

Motivación autodeterminada, para valorar las distintas posibilidades de motivación de los waterpolistas implicados en la investigación, se utilizó la versión traducida al castellano (Balaguer, Castillo y Duda, 2007) de la Escala de Motivación Deportiva (SMS) diseñada por Pelletier et al. (1995). Este instrumento consta de 28 ítems agrupados en 7 factores. Tres de estos factores hacen referencia a diferentes tipos de motivación intrínseca; al logro con cuatro ítems (e.g., “Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades”), a las expectativas con cuatro ítems (e.g., “Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando waterpolo”) y al conocimiento con cuatro ítems (e.g., “Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento”). Otros tres factores están relacionados con la motivación extrínseca; regulación identificada con cuatro ítems (e.g., “Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos”), regulación introyectada con cuatro ítems (e.g., “Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo”) y regulación externa con cuatro ítems (e.g., “Porque me permite ser valorado por la gente que conozco”). El último factor de la escala lo componen cuatro ítems que valoran la desmotivación (e.g., “No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en el waterpolo”). Cada ítem es procedido por la frase “¿Por qué juegas a waterpolo?” y las respuestas se recogen en una escala tipo Likert, cuyo rango de puntuación oscilaba entre *totalmente en desacuerdo* (1) y *totalmente de acuerdo* (5).

Compromiso deportivo, se evaluó con la versión española (Sousa et al., 2007) del Cuestionario de Compromiso Deportivo (SCQ) desarrollado por Scanlan et al. (1993). Dicho cuestionario se validó con 473 jugadores de fútbol y mide el grado de compromiso deportivo que tienen los waterpolistas. Está compuesto por 28 ítems divididos en seis factores: compromiso deportivo con seis ítems (e.g., “Estoy decidido a seguir practicando waterpolo la próxima temporada”), diversión con cuatro ítems (e.g., “Me divierto haciendo waterpolo esta temporada”), alternativas de participación con tres ítems (e.g., “Me gustaría hacer otras actividades en lugar de hacer waterpolo”), coacciones sociales con siete ítems (e.g., “Creo que debo seguir haciendo waterpolo para agradar a mi padre”), inversiones personales con cuatro ítems (e.g., “Me esfuerzo mucho para hacer waterpolo esta temporada”) y oportunidades de participación con cuatro ítems (e.g., “Si dejase de hacer waterpolo echaría de menos los momentos divertidos que he pasado esta temporada”). Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que oscila desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (5).

3.4. Procedimiento

En primer lugar, se mantuvo una reunión con el responsable del área de waterpolo de la Federación Aragonesa de Natación. La intención era presentar la investigación y ver si los técnicos y directivos federativos la consideraban interesante. Se comentaron los objetivos del estudio y sus posibilidades como herramienta de ayuda. Con el beneplácito de la federación, se pasó a organizar la toma de datos; respetando siempre la Declaración de Helsinki (2008) con relación al cumplimiento de las normas éticas en investigación.

El coordinador federativo propuso la idea de aprovechar las finales de las competiciones regionales de las diferentes categorías para que los deportistas realizaran los cuestionarios. En dicha cita se reúnen los cuatro clubes de la ciudad. Durante los play-off de la categoría cadete e infantil, prácticamente se pudo llegar a toda la muestra. Solamente se tuvo que visitar puntualmente a dos clubes para que los jugadores de edad juvenil y júnior cumplimentaran los cuestionarios.

A pesar de informar tanto a clubes como a padres de los objetivos del estudio, solicitando el consentimiento de participación (ver Anexo III), era necesario ya que se trataba de menores de edad; se consideró oportuno que todos los jugadores firmaran un documento donde expresaban que participaban en el estudio de forma voluntaria (ver Anexo IV).

Por último, mencionar que todos los cuestionarios (ver Anexo V) fueron cumplimentados en espacios diáfanos, gracias a que los clubes cedieron salas bien habilitadas con sillas y mesas. En el proceso de cumplimentación de los cuestionarios, se contó, en todo momento, con la presencia del investigador principal del estudio. Asimismo, ni de entrenadores ni de responsables estuvieron presentes. Con ello, se pretendía crear un ambiente idóneo donde los jugadores pudieran responder con total sinceridad. Además, se recordó antes de comenzar que los cuestionarios eran totalmente anónimos y que sólo los investigadores tendrían acceso a los datos; salvaguardando en todo momento la confidencialidad de los participantes. Durante la recogida de la información, aproximadamente 15-20 minutos, el investigador principal instó a los participantes a leer con detenimiento las preguntas y resolvió cuantas dudas se le plantearon.

4. Análisis de datos

Para el tratamiento de los datos recogidos en esta investigación se utilizó el programa estadístico SPSS 21.0. Lo primero que se hizo fue un análisis de fiabilidad de los cuestionarios. Para comprobarla, se ha atendido al concepto de consistencia interna. Ésta se entiende como la congruencia entre las respuestas que dan los sujetos a los distintos ítems de la prueba. Para comprobarlo, existen diferentes procedimientos. En este estudio, se ha utilizado el coeficiente alfa de Cronbach, método basado en la covariación de los ítems. Se basa el análisis de la variación conjunta o concomitante, covarianza, de las respuestas que dan los sujetos a los distintos ítems del test (Cubo et al., 2011).

A continuación, se realizaron los análisis descriptivos mediante el uso de la media y la desviación típica. Después, se analizó las correlaciones entre las distintas variables del estudio. Con este análisis, se pretende saber cómo son las relaciones entre las variables; queriendo comprobar si existe relación entre dos variables más allá del azar. El concepto de correlación se refiere al grado de variación conjunta existente entre dos o más variables. Si se da una relación lineal positiva entre dos variables, significa que dichas variables varían de forma similar. Es decir, si el sujeto ha puntuado alto en una, puntuará también alto en la otra. Si es una relación lineal negativa significa que los valores van en sentido opuesto; si se puntúa alto en una, se puntúa bajo en la otra. Concretamente, se han utilizado el coeficiente de correlación de Pearson (Pardo y Ruiz, 2007).

Seguidamente, se llevó a cabo un análisis de regresión para comprobar la capacidad predictiva de los estilos interpersonales del entrenador sobre el resto de las variables. El análisis de regresión lineal, al igual que las correlaciones, es una técnica estadística utilizada para estudiar la relación entre variables. En la investigación social, el análisis de regresión lineal se utiliza para predecir fenómenos. Suele utilizarse para explorar y cuantificar la relación entre una variable llamada dependiente o criterio y una o más variables independientes o predictoras; así como desarrollar una ecuación lineal con fines predictivos (García-Jiménez y Alvarado, 2000). El análisis se ha hecho mediante la introducción por pasos sucesivos, ya que se ha creído que era lo más conveniente al englobar la secuencia completa mencionada en la teoría de la autodeterminación: factores sociales, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y consecuencias. Por último, mencionar que previamente se comprobaron los supuestos de colinealidad de las variables utilizadas en este análisis.

5. Resultados

5.1. Fiabilidad

A continuación se muestran los resultados obtenidos para la fiabilidad. El Cuestionario de Clima en el Deporte (S-SCQ) reveló un alfa de Cronbach de .92. En la Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS), el alfa de Cronbach obtenido fue de .68 para el uso controlador de recompensas, .74 para la atención condicional negativa, .77 para la intimidación y .76 para el excesivo control personal. La consistencia interna total de la variable conductas controladoras fue de .86. Para la Escala de Mediadores Motivacionales en el Deporte (EMMD), el alfa de Cronbach obtenido fue de .85 para la competencia, .77 para la autonomía y .87 para la relación con los demás. La consistencia interna total para la variable satisfacción de las necesidades psicológicas básicas fue de .87. Por el contrario, la Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas (PNTS), mostró un alfa de Cronbach de .69 para la competencia, .55 para la autonomía y .57 para la relación con los demás. La consistencia interna total para la variable frustración de las necesidades psicológicas básicas fue de .81. En cuanto a la Escala de Motivación Deportiva (SMS), el alfa de Cronbach obtenido fue de .85 para la motivación intrínseca a las expectativas, .84 para la motivación intrínseca al conocimiento y .82 para la motivación intrínseca al logro. La consistencia interna total para el constructo de motivación intrínseca fue .93. En cuanto a los valores del Alfa de Cronbach de la motivación extrínseca, la regulación identificada obtuvo un valor de .86, la regulación introyectada un valor de .78 y la regulación externa un valor de .61. La consistencia interna total para el constructo de motivación extrínseca fue de .85. Por último, el coeficiente del Alfa de Cronbach para la desmotivación obtuvo un valor de .84. El Cuestionario de Compromiso Deportivo (SCQ), el alfa de Cronbach obtenido fue de .94 para la diversión, .80 para las alternativas de participación y .74 para las coacciones sociales, .57 para las inversiones personales, .50 para las oportunidades de participación y .73 para el compromiso deportivo. Dada la baja fiabilidad que mostraron los factores inversiones personales y oportunidades de participación, inferiores al valor recomendado de .70; fueron eliminados en el posterior análisis de los resultados.

A la luz de los datos obtenidos, podemos afirmar que los cuestionarios utilizados en la investigación son fiables; ya que mostraron valores aceptables, por encima de .70 (McMillan, 2008). Si bien es cierto que algún constructo queda por debajo de las puntuaciones mínimas recomendadas .60 (Lowenthal, 2001); las variables utilizadas en el estudio siempre están por encima de .70, suficiente para establecer una consistencia interna aceptable en el ámbito de la investigación en psicología (Nunnally y Bernstein, 1995). Por ello, en el posterior análisis se ha decidido, respetando siempre lo expuesto en el marco teórico, agrupar ciertas sub-escalas en variables más amplias. Las variables con las que se operará serán el estilo de apoyo a la autonomía, el estilo controlador, satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca, motivación extrínseca, desmotivación, diversión, alternativas de participación, coacciones sociales y compromiso deportivo.

5.2. Estadísticos descriptivos

En la tabla 1, se muestran los estadísticos descriptivos de la media y la desviación típica de cada variable.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	Rango
Estilo apoyo autonomía	4.19	1.48	1-7
Estilo controlador	1.86	0.99	1-7
Satisfacción necesidades psicológicas	2.99	0.65	1-5
Frustración necesidades psicológicas	2.13	0.84	1-7
Motivación intrínseca	4.61	1.28	1-7
Motivación extrínseca	3.07	1.35	1-7
Desmotivación	1.80	1.53	1-7
Diversión	3.82	0.98	1-7
Alternativas de participación	1.74	1.06	1-7
Coacciones sociales	1.85	0.8	1-7
Compromiso deportivo	3.36	1.00	1-7

Como se puede observar, las puntuaciones en estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca están por encima de la mediana; mientras que diversión y compromiso están cerca de ella. Por el contrario, el estilo interpersonal controlador, la desmotivación, las alternativas de participación y las coacciones sociales tienen valores relativamente bajos.

5.3. Correlaciones

En la tabla 2, se puede apreciar el análisis de correlaciones bivariadas de las variables incluidas en el estudio.

Tabla 2. Correlaciones entre las variables del estudio

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Estilo apoyo autonomía											
2. Estilo controlador		-.369**									
3. Satisfacción NPB		.532**	-.012								
4. Frustración PNB		-.452**	.575**	-.268*							
5. Motivación intrínseca		.291*	-.232*	.430**	-.248*						
6. Motivación extrínseca		.203	.158	.343**	.077	.368**					
7. Desmotivación		-.544**	.454**	-.513**	.470**	-.401**	-.062				
8. Diversión		.591**	-.486**	.302**	-.529**	.271*	.061	-.580**			
9. Alternativas de participación		-.392**	.521**	-.246*	.452**	-.423**	-.009	.565**	-.481**		
10. Coacciones sociales		.116	.413**	.287*	.222	-.013	.572**	.145	-.047	.208	
11. Compromiso deportivo		.381**	-.356**	.299**	-.270*	.453**	.168	-.524**	.477**	-.547**	-.068

**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Entre los resultados, y siguiendo la secuencia establecida por la TAD, se puede destacar que el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía está relacionado positiva y significativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas ($r = .532$), con la motivación intrínseca ($r = .291$), con la diversión ($r = .591$) y con el compromiso deportivo ($r = .381$). Del mismo modo, correlaciona negativamente con el estilo controlador ($r = -.369$), la frustración de las necesidades psicológicas básicas ($r = -.452$), la desmotivación ($r = -.544$) y las alternativas de participación ($r = -.392$). En cuanto al estilo controlador, está estrechamente relacionado de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas ($r = .575$), con la desmotivación ($r = .454$), las alternativas de participación ($r = .413$) y con las coacciones sociales ($r = .413$). En cambio, correlaciona de forma negativa con la motivación intrínseca ($r = -.232$), la diversión ($r = -.486$) y el compromiso deportivo ($r = -.356$).

También se pueden observar correlaciones importantes entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación intrínseca ($r = .430$), así como con la diversión ($r = .302$) y el compromiso deportivo ($r = .299$). Lo mismo ocurre con la frustración de las necesidades psicológicas básicas y la desmotivación ($r = .470$) y ésta primera con las alternativas de participación ($r = .452$). Además, se puede ver como la motivación intrínseca está muy relacionada con el compromiso ($r = .453$) o como la motivación extrínseca lo hace con las coacciones sociales ($r = .572$). Sin embargo, parece que la desmotivación se asocia positivamente con las alternativas de participación ($r = .565$) pero negativamente con la diversión ($r = -.580$) y el compromiso ($r = -.524$). A su vez, las alternativas de participación se relacionan negativamente con la diversión ($r = -.481$) y el compromiso deportivo ($r = -.547$). Por último, la diversión se relaciona significativamente con el compromiso deportivo ($r = .477$).

5.4. Regresión lineal

Viendo las correlaciones entre las variables, se ha hecho una regresión lineal para comprobar el modelo de la Teoría de la Autodeterminación propuesto por Deci y Ryan (1985, 2000).

Tabla 3. Análisis de regresión del “bright side” de la motivación

Variables	Coeficientes no estandarizados		Coeficiente tipificado		
	B	Erro típico	Beta	Cambio en R^2	Sig.
VD Compromiso Deportivo					
Paso 1 Desmotivación	-.343	.064	-.524	.274	.000
Paso 2 Desmotivación	-.267	.067	-.407		.000
Motivación intrínseca	.227	.081	.289	.070	.006
VD Motivación intrínseca					
Paso 1 Satisfacción NPB	.852	.206	.430	.185	.000
VD Satisfacción NPB					
Paso 1 Estilo Apoyo Autonomía	.232	.043	.532	.283	.000
Paso 2 Estilo Apoyo Autonomía	.266	.045	.611		.000
Estilo Controlador	.138	.067	.213	.039	.042

Los resultados obtenidos arrojan la idea de que la motivación intrínseca explica un 7.0% de la varianza del compromiso deportivo ($R^2 = .070$); mientras que la desmotivación, de forma negativa, el 27.4% ($R^2 = .247$). A su vez, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas explica un 18.5% ($R^2 = .185$) de la varianza de la motivación intrínseca. Por último, la varianza de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas es explicada por el estilo de apoyo a la autonomía, en un 28.3% ($R^2 = .283$), y por el estilo controlador, en un 3.9% ($R^2 = .039$).

Tabla 4. Análisis de regresión del “dark side” de la motivación

Variables	Coeficientes no estandarizados		Coeficiente tipificado		
	B	Erro típico	Beta	Cambio en R^2	Sig.
VD Compromiso Deportivo					
Paso 1	Desmotivación	-.343	.064	-.524	.274
Paso 2	Desmotivación	-.267	.067	-.407	.000
	Motivación intrínseca	.227	.081	.289	.070
VD Desmotivación					
Paso 1	Satisfacción NPB	-1.215	.235	-.513	.263
Paso 2	Satisfacción NPB	-.987	.225	-.417	.000
	Frustración NPB	.656	.174	.359	.119
Frustración NPB					
Paso 1	Estilo Controlador	.483	.079	.575	.331
Paso 2	Estilo Controlador	.397	.082	.473	.000
	Estilo Apoyo Autonomía	-.157	.055	-.278	0.67

Los resultados obtenidos en la tabla 4 arrojan la idea de que la motivación intrínseca explica un 7.0% de la varianza del compromiso deportivo ($R^2 = .070$); mientras que la desmotivación, de forma negativa, el 27.4% ($R^2 = .247$). A su vez, la frustración de las necesidades psicológicas básicas explica un 11.9% de la varianza de la desmotivación ($R^2 = .119$); mientras que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas el 26.3% ($R^2 = .263$). A su vez, la varianza de la frustración de las necesidades psicológicas básicas es explicada por el estilo controlador, 33.1% ($R^2 = .331$), y por el estilo de apoyo a la autonomía, 6.7% ($R^2 = .067$).

6. Discusión

El objetivo principal del estudio fue analizar la incidencia del estilo interpersonal de entrenador, en las necesidades psicológicas básicas, la motivación y el compromiso deportivo, bajo el “bright side” y el “dark side” de la motivación. Este trabajo pretende profundizar en la secuencia postulada en la teoría de la autodeterminación, factores sociales, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y consecuencias (Deci y Ryan, 1985; 2000), en jóvenes waterpolistas.

Como primera hipótesis de estudio se planteó que percepción de los jugadores de un apoyo a la autonomía de sus respectivos entrenadores se relacionaría con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. A su vez, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas lo haría con la motivación más autodeterminada. Por último, se esperaba que dichas formas de motivación más autodeterminadas se relacionaran positivamente con el compromiso deportivo. Esta primera hipótesis pretendía comprobar los postulados del “bright side” de la motivación (Deci y Ryan, 1987; Ryan y Deci, 2000).

En base a los resultados obtenidos en nuestro estudio, donde podemos comprobar que se producen estas relaciones entre variables y donde podemos ver cómo este “bright side” de la motivación se desarrolla: el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía está relacionado positiva y significativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, con la motivación intrínseca, con la diversión y con el compromiso deportivo; podríamos establecer que esta primera hipótesis se confirma.

Lo primero que habría que mencionar es la relación que existe entre el estilo interpersonal del entrenador y las necesidades psicológicas básicas. En base a los resultados obtenidos, es clara la existencia de una relación fuerte y positiva entre el estilo de apoyo a la autonomía y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Otros trabajos han sugerido conclusiones similares (Pulido et al., 2015; González et al., 2015). En un estudio realizado por Álvarez, Estevan, Falcó y Castillo (2013) con taekwondistas de élite, los resultados revelaron que el apoyo a la autonomía predijo la satisfacción de las necesidades de competencia, autonomía y relación.

Si a esta idea le sumamos que los deportistas que perciben un estilo de apoyo a la autonomía muestran una relación significativa pero negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas; se puede afirmar que aquellos entrenadores que poseen unas actitudes más cercanas a dicho estilo, además de fomentar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, evitan su frustración. Es decir, que el estilo de apoyo a la autonomía puede actuar como factor protector. En esta línea, un estudio de Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2013) con jóvenes deportistas concluía que el apoyo a la autonomía por parte del entrenador predecía negativamente la desmotivación. Además, establecía como factor social más influyente al entrenador por encima de padres o compañeros; aspecto que resalta la importancia de estudiar los comportamientos del entrenador.

Siguiendo la secuencia de la Teoría de la Autodeterminación, parece clara la relación entre las necesidades psicológicas básicas y los niveles de motivación autodeterminada experimentados por los jugadores. En nuestro estudio, aquellos que afirman sentir una mayor satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, muestran unos niveles de motivación más autodeterminadas. Las variables de motivación intrínseca y satisfacción de las necesidades psicológicas básicas correlacionan significativamente, tal y como otras investigaciones apuntan (Balaguer et al., 2008; Gené y Latinjak, 2014). En este sentido, según Moreno, Cervelló, Marcos y Martín (2010), es más probable experimentar una motivación intrínseca hacia una actividad si durante su realización se producen sentimientos de autonomía, competencia y relación con los demás.

Por último, parece que la motivación intrínseca se relaciona con consecuencias positivas como la diversión o el compromiso deportivo; algo que la Teoría de la Autodeterminación postula y que otras investigaciones ya habían señalado (Almagro et al., 2011). Asimismo, autores como Leo, Gómez, Sánchez-Miguel, Sánchez y García-Calvo (2009) demostraron en jóvenes futbolistas que altos niveles de motivación autodeterminada estaban relacionados con un mayor compromiso deportivo; aconsejando fomentar actitudes como el disfrute y placer en la propia práctica como medios fundamentales para mejorar la adherencia.

Para completar este análisis, se llevaron a cabo varias regresiones lineales con la intención de saber si alguna variable podía predecir significativamente el compromiso deportivo. Siguiendo la secuencia expuesta en la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985; 2000), el análisis de regresión ha mostrado que el compromiso deportivo es predicho por la motivación intrínseca, ésta por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y, en última instancia, por el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía. Esta secuencia es apoyada también por García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y Amado (2012). No obstante, en su estudio con jóvenes jugadores de futbol, baloncesto, balonmano y voleibol los resultados mostraron que las necesidades psicológicas básicas tenían una mayor relación y capacidad predictiva que el nivel de autodeterminación, sobre la diversión e intención de persistencia; algo que vuelve a poner el énfasis en la necesidad de fomentar las necesidades psicológicas básicas.

Por tanto y atendiendo a los resultados obtenidos de los análisis de correlación y de las regresiones lineales, se puede afirmar que la secuencia expuesta por la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2000) se cumple. El estilo interpersonal de apoyo a la autonomía está relacionado positiva y significativamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, con la motivación intrínseca, con la diversión y con el compromiso deportivo. De hecho, Pulido, Sánchez-Oliva, Amado, González-Ponce y Sánchez-Miguel (2014) llevaron a cabo una investigación con jóvenes deportistas de diferentes modalidades con el objetivo de examinar la influencia de los procesos motivacionales en diversas consecuencias. Mediante un modelo de ecuaciones estructurales concluyeron que las motivaciones más autodeterminadas venían predichas por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el apoyo a éstas. Además, estas variables ejercían como predictoras de la diversión y de la persistencia. Por tanto, dichos autores corroboraron el importante papel del entrenador en la generación de consecuencias positivas. Además, aunque no fue objeto de estudio, todas estas variables también correlacionan positiva y significativamente entre ellas; algo que diversos estudios ya habían confirmado (Almagro et al., 2011).

En resumen, tal y como se expresa en el trabajo realizado por Sánchez-Oliva et al. (2010), parece vital favorecer durante las primeras etapas de la vida deportiva la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Es más, estos autores proponen una serie de estrategias que ayudarían a lograr este objetivo. El aprendizaje cooperativo, fomentar el esfuerzo o premiar la superación personal parecen aspectos relevantes que el entrenador debería tener en cuenta durante su intervención. Además, actitudes como valorar a todos los miembros del grupo por igual y favorecer la cooperación entre ellos son útiles. No se debe olvidar que una buena relación con los miembros del entorno refuerza lo expuesto anteriormente. Otras propuestas que plantean son los desafíos óptimos, feedback que promueva la eficacia y libertad a la hora de realizar las tareas. Todas estas conductas del entrenador relacionadas con el apoyo a la autonomía irían encaminadas a desarrollar la motivación intrínseca y, por tanto, la aparición de consecuencias positivas como la diversión o el compromiso deportivo.

Como segunda hipótesis de estudio se planteó que la percepción de los jugadores de un estilo controlador del entrenador se relacionaría con la frustración de las necesidades psicológicas básicas. A su vez, la frustración de las necesidades psicológicas básicas lo haría con la motivación menos autodeterminada y la desmotivación. Por último, se esperaba que las formas de motivación menos autodeterminadas se relacionaran negativamente con el compromiso deportivo. Al igual que en el primer caso, esta hipótesis pretendía comprobar si tal y como afirmar algunos autores (Deci y Ryan, 1987; Ryan y Deci, 2000; Balaguer et al., 2012), se puede describir un “dark side” de la motivación.

En base a los resultados obtenidos en nuestro estudio, donde podemos comprobar que se producen estas relaciones entre variables y donde podemos ver cómo este “dark side” de la motivación se desarrolla: el estilo controlador está estrechamente relacionado de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, con la desmotivación, las alternativas de participación y con las coacciones sociales.; podríamos establecer que esta segunda hipótesis se confirma.

En base a los datos obtenidos, se puede afirmar que la relación entre el estilo controlador y la frustración de las necesidades psicológicas básicas es importante. Aunque todavía queda mucho por estudiar en este sentido, algunas investigaciones recientes ya apuntan en esta dirección. En un estudio de Castillo et al. (2012) con jugadores de fútbol infantiles, se observó la estrecha relación entre el estilo controlador actuaba como predictor positivo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas.

La siguiente relación interesante es la que se da entre la frustración de las necesidades psicológicas básicas y la desmotivación. Se aprecia como los jugadores que experimentan una frustración de sus necesidades psicológicas básicas muestran unos niveles de desmotivación mayores. Relaciones similares aunque en otros contextos se encontraron en el estudio que Pulido, Sánchez-Oliva, Amado, González-Ponce y Leo (2013) desarrollaron con entrenadores de distintas disciplinas deportivas. Sus resultados demostraron la relación positiva y significativa entre frustración de las necesidades psicológicas básicas y la desmotivación.

Por último, parece que la desmotivación se relaciona de forma negativa con el compromiso deportivo. De hecho, los resultados de este estudio sitúan a esta variable como la que más porcentaje de la varianza del compromiso explica. Es decir, se puede afirmar que aquellos jugadores que están desmotivados no pretenden seguir comprometidos con el waterpolo; lo que aumentará la probabilidad de abandonar la práctica de este deporte.

Algo por otra parte lógico, ya que la desmotivación se entiende como una actitud de pasotismo y no valoración de la actividad, de no sentirse competente para realizarla o de no esperar la consecución del resultado deseado. Todo ello lleva a que el sujeto no encuentre motivos, ni intrínsecos ni extrínsecos, que le lleven a realizarla y, por tanto, a comprometerse con ella. Esta actitud concuerda con lo expuesto por González-Ponce, Sánchez-Miguel, Amado, Chamorro y Pulido (2012) en su investigación con árbitros de baloncesto. Estos autores exponían que el mayor predictor del agotamiento emocional, consecuencia negativa muy relacionada con el abandono prematuro de la práctica deportiva (Garcés de los Fayos, 1993), fue la desmotivación.

Para completar este análisis, se llevaron a cabo varias regresiones lineales con la intención de saber si alguna variable podía predecir significativamente pero negativamente el compromiso deportivo. Siguiendo la secuencia expuesta en la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985; 2000), el análisis de regresión ha mostrado que el compromiso deportivo es predicho negativamente por la desmotivación, ésta por la frustración de las necesidades psicológicas básicas y, en última instancia, por el estilo interpersonal controlador. Esto concuerda con lo expuesto por Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch y Thøgersen-Ntoumani (2011) en su investigación con mujeres deportistas sobre el estilo controlador y la frustración de las necesidades psicológicas básicas. En él, dichos autores exponen que el estilo controlador incide en la frustración de las necesidades psicológicas básicas y está, a su vez, predice la aparición de conductas desadaptativas como la depresión o los trastornos alimentarios.

Por tanto y atendiendo a los resultados obtenidos en los análisis de correlación y regresión lineal, se puede afirmar que la secuencia expuesta por la teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000) se cumple. El estilo controlador está estrechamente relacionado de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, con la desmotivación, las alternativas de participación y con las coacciones sociales. En cambio, correlaciona de forma negativa con la motivación intrínseca, la diversión y el compromiso deportivo.

Todo ello va en la línea de lo expuesto por un reciente estudio de Sánchez-Oliva, Sánchez-Miguel, Pulido, López-Chamorro y Cuevas (2014). Aunque el contexto es distinto ya que la investigación se realiza con docentes, las variables utilizadas son similares y se apoya en los postulados de la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2000). En dicha investigación se observó que la frustración de las necesidades psicológicas básicas predecía positivamente consecuencias negativas la desmotivación o el agotamiento emocional, mientras que lo hacía negativamente con aspectos positivos como la motivación intrínseca. En base a ello, los autores resaltan la importancia que adquieran la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas para optimizar la motivación. Hecho que vuelve a poner de manifiesto la necesidad de fomentar en los entrenadores conductas que apoyen la autonomía.

Estos resultados apoyan lo expuesto en la Teoría de la Autodeterminación, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas desarrolla un funcionamiento efectivo y ayuda a experimentar consecuencias positivas. Por el contrario, cuando éstas son frustradas, el funcionamiento efectivo de las personas disminuye y estas sufren consecuencias negativas. Además, se empieza a intuir que la frustración de las necesidades no refleja únicamente la percepción de que la satisfacción de las necesidades es baja, sino que además la satisfacción de las necesidades está siendo obstruida o frustrada activamente en un contexto determinado (Bartholomew et al., 2011). Si a esto le unimos que parece que los estilos interpersonales del entrenador influyen en la percepción que los jugadores tienen de dicha satisfacción o frustración y, por tanto, en la motivación autodeterminada y el compromiso deportivo desarrollado; sería lógico pensar que intervenciones que actúen sobre el estilo de interrelación del entrenador pueden ayudar a prevenir las consecuencias negativas y favorecer las positivas (Sousa et al., 2007).

En definitiva, si bien este trabajo pone de manifiesto la importancia de promocionar conductas de apoyo a la autonomía por parte del entrenador; parece que esto no es suficiente. Es necesario empezar a incidir en la relevancia de reducir aquellas conductas relacionadas con un comportamiento controlador, ya que ambas se pueden dar de forma continuada o alternada por parte de los entrenadores. Estrategias tan usadas como los premios tangibles o recompensas condicionadas, así como las amenazas, las fechas límite, las directivas, las evaluaciones bajo presión o las metas impuestas; son poco compatibles con el desarrollo de consecuencias positivas.

7. Conclusiones

7.1. Consecuencias e implicaciones

A partir de los resultados obtenidos, se puede concluir la importancia que tiene que el entrenador apoye las tres necesidades psicológicas básicas a través de estrategias de intervención que ofrezcan oportunidades, estimulen la autonomía del deportista y consideren su perspectiva. Todo ello, puede redundar en un mayor compromiso hacia la práctica del waterpolo. Por el contrario, prolongar en el tiempo actitudes relacionadas con el control, pueden llegar a frustrar las necesidades psicológicas básicas, desarrollando una menor motivación autodeterminada y, en consecuencia, niveles más bajos de compromiso deportivo. Esto, según la literatura científica, tarde o temprano, acabaría desembocando en abandono. Por ello, sería muy recomendable desechar costumbres como el uso controlador de recompensas, la utilización de atención condicional negativa, la intimidación constante o el control excesivo de la vida personal del deportista.

Tomando en consideración este aspecto, la formación inicial y continua de los entrenadores de waterpolo, sobre estrategias y teorías motivacionales, se muestra como una línea prioritaria que los cursos de formación impartidos por las instituciones federativas deberían asumir. Su buen desempeño como conductores de grupos puede mediar en la adopción de patrones de conducta más adaptativos, autónomos y saludables de sus deportistas; favoreciendo, además, el compromiso deportivo.

7.2. Limitaciones

No haber hecho un análisis de ecuaciones estructurales con el modelo teórico propuesto a pesar de tener datos para ello, supone una limitación importante. Si bien es cierto que las regresiones lineales planteadas suponen un primer paso, haber introducido en el análisis el modelo de ecuaciones estructurales hubiera dado más consistencia a las hipótesis planteadas. Los modelos de ecuaciones estructurales permiten probar y estimar relaciones a partir de datos estadísticos. Esta técnica combina el análisis factorial con la regresión lineal con el objetivo de probar el grado de ajuste de unos datos observados a un modelo hipotetizado; expresando dichas relaciones mediante un diagrama de senderos. De ese modo, se habrían obtenido valores pertenecientes a cada relación, y más importante, un estadístico que expresa el grado en el que los datos se ajustan al modelo propuesto, confirmando su validez. No se ha realizado por el tamaño reducido y limitado de la muestra, ya que no permitía hacerlo convenientemente.

Por otro lado, la baja consistencia interna en determinados constructos de alguno de los cuestionarios utilizados también ha limitado el análisis posterior, no pudiendo detallarlo todo lo que se hubiera querido. Este hecho no ha permitido enfocar desde un punto de vista tridimensional las necesidades psicológicas básicas, dejando ocultas las relaciones individuales de cada una de ellas con otros constructos como el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía o los tipos de motivación autodeterminada. Lo mismo ha ocurrido con los cuatro constructos que formaban la variable estilo interpersonal controlador. Alguno de ellos no mostraba la suficiente consistencia interna y, por tanto, se tuvo que utilizar únicamente la variable estilo controlador. Todo ello, tal y como se ha comentado al principio, ha imposibilitado realizar un análisis más minucioso y detallado.

Por último, si bien se pretendía introducir el modelo teórico de compromiso deportivo propuesto por Scalan et al. (1993); la baja fiabilidad de alguno de los constructos ha cercenado dicha posibilidad. Al igual que pasara con otros, la escasa consistencia interna de alguno de ellos ha obligado a desecharlos en el análisis posterior. No obstante, los que si mostraron propiedades aceptables han contribuido a reforzar las hipótesis planteadas y la secuencia general de la Teoría de la Autodeterminación. El análisis de correlaciones, repasar tabla 2, muestra como las coacciones sociales tienen una relación positiva y significativa con la motivación extrínseca, como la diversión se relaciona con la motivación intrínseca o como las alternativas de participación lo hacen con la desmotivación.

7.3. Perspectivas de futuro

A pesar de haber bastantes investigaciones relacionadas con la Teoría de la Autodeterminación, parece que el modelo todavía tiene recorrido. Como se ha comentado antes, pocos trabajos dentro del ámbito español han estudiado la secuencia completa enunciada en dicha teoría. Aunque esta investigación ha tratado de realizar más aportaciones en este sentido, todavía hay margen para continuar el camino. Sin duda, un problema conduce a otros que pueden ser estudiados en otras investigaciones y el conjunto de todas ellas dará una visión más completa de los procesos motivacionales en la práctica físico deportiva.

Por las características de este trabajo aspectos como posibles diferencias por género en las variables estudiadas o por edad, no han podido ser abordadas ante la falta de sujetos. El escaso número de jugadores de waterpolo en la Comunidad de Aragón ha imposibilitado recoger una muestra más amplia que hubiera permitido realizar dichos análisis. Para futuras investigaciones podría resultar interesante ampliar el número de participantes para poder observar si existen diferencias entre chicos y chicas; consiguiendo a la vez una mayor validez externa. También sería apropiado comprender cómo evolucionan los procesos motivacionales mediante algún estudio de corte longitudinal que, además, permitiría incluir posibles intervenciones; multiplicando de esta manera las posibilidades.

8. Referencias bibliográficas

Las referencias utilizadas en este trabajo de investigación han sido citadas, tanto en el texto como en su apartado correspondiente, conforme a lo dispuesto por el estilo de la American Psychological Association (2010); intentando de ese modo facilitar al lector la localización de las fuentes de información.

8.1. Lista de referencias

- Almagro, B.J., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., y Moreno, J.A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *International Journal of Sport Science*, 7, 250-265.
- Álvarez, O., Estevan, I., Falcó, C., y Castillo, I. (2013). Efectos del apoyo a la autonomía del entrenador en taekwondistas españoles de élite. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 8(1), 59-70.
- American Psychological Association (2010) *Publication manual of the American Psychological Association* (6th. Ed.). Washington.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J.L. (2007). Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*, 24, 197-207.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J.L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17, 123-139.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J.L., y Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del cuestionario de clima en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 73-83.
- Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., Ródenas, L.T., Rodríguez, A., García- Merita, M., y Ntoumanis, N. (2010). Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas, en el contexto deportivo: Análisis de las propiedades psicométricas. *VII Congreso Iberoamericano de Psicología*. Oviedo, Asturias. 20-24 julio.

- Balaguer, I., Duda, J.L., y Crespo, M. (1999). Motivational climate and goal orientations as predictors of perceptions of improvement, satisfaction and coach ratings among tennis players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9, 381-388.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J., y Duda, J.L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1619-1629.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., Ryan, R.M., Bosch, J.A., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-Determination Theory and Diminished Functioning: The Role of Interpersonal Control and Psychological Need Thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(11), 1460-1476.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., Ryan, R.M., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 75-102.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 193-216.
- Boixadós, M., y Cruz, J. (1999). Intervención conductual en entrenadores de fútbol alevines. En F. Guillén (ed.): *La psicología del deporte al final del milenio* (pp. 423-431). Las Palmas de Gran Canaria: Servicio Publicaciones de la Universidad.
- Cantón, E., Mayor, L., y Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, 59-75.
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., Mercé, J., y Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas, y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-146.
- Castillo, I., Tomás, I., Ntoumanis, N., Bartholomew, K., Duda, J.L., y Balaguer, I. (2014). Psychometric properties of the Spanish version of the Controlling Coach Behaviors Scale in the sport context. *Psicothema*, 26(3), 409-414.

- Cecchini, J.A., Echevarría, L.M., y Méndez, A. (2003). *Intensidad de la motivación hacia el deporte en la edad escolar*. Oviedo: Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Universidad de Oviedo.
- Cecchini, J.A., Méndez, A., y Muñiz, J. (2002). Motivos de práctica deportiva en escolares españoles. *Psicothema, 14*, 523-531.
- Cervelló, E., Escartí, A., y Guzmán, J. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal. *Psicothema, 19*(1), 65-71.
- Coterón, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J., y Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en Educación Física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte, 22*(1), 151-157.
- Cubo, S., Domínguez, E., Luengo, R., Martín, B., y Ramos, J.L. (2011). *Métodos de investigación y análisis de datos en ciencias sociales y de la salud*. Madrid: Pirámide
- Deci, E.L., y Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E.L., y Ryan, R.M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*, 1024-1037.
- Deci, E.L., y Ryan, R.M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry, 11*, 227-268.
- Declaración de Helsinki de la Asociación Médica Mundial (2008). *Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Recuperado de <http://www.wma.net/s/ethicsunit/helsinki.htm>
- Garcés de los Fayos, E.J. (1993). Frecuencia de burnout en deportistas jóvenes: Estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Deporte, 4*, 55-63.
- García-Calvo, T., Leo, F.M., Martín, E., y Sánchez-Miguel, P.A. (2008). El compromiso deportivo y su relación con factores disposicionales y situacionales contextuales de la motivación. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 12*(4), 45-58.

- García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P.A., Leo, F.M., Sánchez-Oliva, D., y Amado, D. (2011). Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25(7), 266-276.
- García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P.A., Leo, F.M., Sánchez-Oliva, D., y Amado, 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.
- García-Ferrando, M. (2009). Veinticinco años de análisis del comportamiento deportivo de la población española (1980-2005). *Revista Internacional de Sociología*, 64(44), 16-38.
- García-Jiménez, M.V., y Alvarado, J.M. (2000). *Métodos de investigación en Psicología: experimental, selectivo y observacional*. Barcelona: EUB.
- Gené, P.S., y Latinjak, A.T. (2014). Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 49-56.
- González, L., Castillo, I., García-Merita, M., y Balaguer, I. (2015). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades psicológicas y bienestar: Invarianza de un modelo estructural en futbolistas y bailarines. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 121-129.
- González-Cutre, D., Martínez, C., Alonso, N., Cervelló, E., Conte, L., y Moreno, J.A. (2007). Las creencias implícitas de habilidad y los mediadores psicológicos como variables predictoras de la motivación autodeterminada en deportistas adolescentes. Presentado en *II Congreso virtual-presencial de investigación en la actividad física y el deporte*. Álava, País Vasco. 24 noviembre.
- Isorna, M., Ruiz, F., y Rial, A. (2013). Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. *Cultura, Ciencia, Deporte*, 8(23), 93-102.
- Jiménez, R., Cervelló, E.M., García-Calvo, Santos-Rosa, F. J., y del Villar, F. (2006). Relaciones entre las metas de logro, la percepción del clima motivacional, la valoración de la educación física, la práctica deportiva extraescolar y el consumo de drogas en estudiantes de educación física. *Revista Mexicana de Psicología*, 23(2), 253-265.

- Jiménez, R., Cervelló, E., García-Calvo, T., Santos-Rosa, F. J., e Iglesias, D. (2007). Estudio de las relaciones entre motivación, práctica deportiva extraescolar y hábitos alimenticios y de descanso en estudiantes de Educación Física. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(2), 385-401.
- Leo, F.M., Gómez, F.R., Sánchez-Miguel, P.A., Sánchez, D., García-Calvo, T. (2009). Análisis del compromiso deportivo desde la perspectiva de la teoría de autodeterminación, en jóvenes futbolistas. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 23, 79-93.
- Leo, F.M., Sánchez-Miguel, P.A., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2009). Influence of the motivational climate created by coach in the sport commitment in youth basketball players. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 375-378.
- León, O., y Montero, I. (2003). *Métodos de investigación en Psicología y Educación* (3^a ed.). Madrid: McGraw-Hill.
- Lowenthal, K. M. (2001). *An introduction to psychological test and scales* (2^a Ed.). Philadelphia: Psychology Press.
- Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la Actividad Física. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48(1), 185-206.
- Martín-Albo, J., Núñez, J.L., y Navarro, J.G. (2003). La evolución motivacional como criterio discriminante en los deportes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35, 1-23.
- Martínez, A.C., Chillón, P., Martín-Matillas, M., Pérez, I., Castillo, R., Zapatera, B., Vicente-Rodríguez, G., Casajús, J.A., Álvarez-Granda, L., Romero, C., Tercedor, P., y Delgado-Fernández, M. (2012). Motivos de práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: Estudio AVENA. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 16(1), 392-398.
- McMillan, J.H. (2008). *Assessment Essentials for Standards-Based Education*. New York: Corwin Press.

- Merino, B., y González, E. (Coords) (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia y Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Molinero, O., Salguero, A., y Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: Estado de la cuestión. *International Journal of Sport Science*, 25, 288-304.
- Moreno, J.A., y Cervelló, E.M. (2010). *Motivación en la actividad física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen
- Moreno, J.A., Cervelló E., y González-Cutre, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 35-51.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., Marcos, P., y Martín, E. (2010). Importancia de la valoración del comportamiento autónomo del practicante para el disfrute en programas de ejercicio físico acuático. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(1), 57-70.
- Moreno, J.A., y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54.
- Nunnally, J.C., y Bernstein, I.J. (1995). *Teoría psicométrica*. Madrid: McGraw-Hill.
- Pardo, A., & Ruiz, M.A. (2007). *Análisis de datos con SPSS 13 base*. Madrid: McGraw-Hill.
- Pelletier, G., Tuson, D.M., Fortier, M.S., Vallerand, R.J. Brière, N.M., y Blais, M.R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: the Sport Motivation Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(7), 35 -53.
- Podloga, L., Gustafsson, H., Skoog, T., Westine. M., Wernere, S., y Alricssonf, M. (2015). Need satisfaction, motivation, and engagement among high-performance youth athletes: A multiple mediation analysis. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 1-19.
- Pulido, J.J., Leo, F.M., Chamorro, J.L., y García-Calvo, T. (2015) ¿Apoyan los entrenadores la motivación de sus deportistas? Diferencias en la percepción del comportamiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 139-145.

- Pulido, J.J., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., González-Ponce, I., y Leo, F.M., (2013). Frustración de las necesidades psicológicas básicas, autodeterminación y burnout en entrenadores: Incidencia sobre la intención de persistencia. *Habilidad Motriz*, 41, 21-28.
- Pulido, J.J., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., González-Ponce, I., y Sánchez-Miguel, P.A. (2014). Influence of motivational processes on enjoyment, boredom and intention to persist in young sportspersons. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36(3), 135-149.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., y Cruz, J. (2013). El apoyo a la autonomía generada por entrenadores, compañeros y padres y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. *Anales de Psicología*, 29(1), 243-248.
- Ryan, R.M., y Deci, L.D. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychological Association*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R.M., y Deci, E.L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 319-338.
- Sabirón, F. (2006). *Métodos de investigación etnográfica en Ciencias Sociales*. Zaragoza: Mira Editores.
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F.M., Sánchez-Miguel, P.A., Amado, D., y García-Calvo, T. (2010). Relación del clima motivacional creado por el entrenador con la motivación autodeterminada y la implicación hacia la práctica deportiva. *International Journal of Sport Science*, 6, 177-195.
- Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P.A., Pulido, J.J., López-Chamorro, J.M., y Cuevas, R. (2014). Motivación y burnout en profesores de educación física: incidencia de la frustración de las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 75-82
- Santos Muñoz, S. (2005). La Educación Física escolar ante el problema de la obesidad y el sobrepeso. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 5(19), 179-199.

- Scanlan, T.K., Simons, J.P., Carpenter, P.J., Schmidt, G.W., y Keeler, B. (1993). The sport commitment model: Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 15*, 16-38.
- Sicilia, A., y Fernández-Balboa J.M. (2005). *La otra cara de la enseñanza. La Educación Física desde una perspectiva crítica*. Barcelona: INDE.
- Sousa, C., Cruz, J., Viladrich, C., y Torregrosa, M. (2007). Efectos del programa de asesoramiento personalizado a entrenadores (PAPE) en el compromiso deportivo y abandono de futbolistas jóvenes. *Motricidad. European Journal of Human Movement, 19*, 97-116.
- Sousa, C., Torregrosa, M., Viladrich, C., Villamarín F., y Cruz, J. (2007). The commintment of young soccer players. *Psicothema, 19*, 256-262.
- Torregrosa, M., y Cruz, J. (2006). El deporte infantil como base de la carrera deportiva de adultos activos y deportistas de élite. En E.J. Garcés de los Fayos, A. Olmedilla y P. Jara (eds.): *Psicología y deporte* (pp. 585-602). Murcia: Diego Marín.
- Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., García-Mas, A., y Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología, 39*, 227-237.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., y Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictor del compromiso deportivo en futbolistas jóvenes. *Psicothema, 2*, 254-259.
- Vallerand, R.J., y Rousseau, F.L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (2^a ed., pp. 389-416). Nueva York: John Wiley & Sons.
- Wall, M., y Cot, J. (2007). Developmental activities that lead to dropout and investment in sport. *Physical Education and Sport Pedagogy, 12*, 77-88.

9. Anexos

9.1. Anexo I: Participantes

	INFANTIL				CADETE				JUVENIL				JUNIOR			
	2002		2001		2000		1999		1998		1997		1996		1995	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
CN Helios	2	0	4	0	6	9	0	6	0	15	5	0	1	0	6	0
EM El Olivar	8	0	7	0	15	6	0	3	0	8	1	0	0	0	1	0
St. Casablanca	1	0	8	0	9	7	0	1	0	8	3	0	0	0	3	3
TOTALES	11	0	19	0	30	22	0	10	0	32	9	0	1	0	10	3
																5

Figura 3. Participantes divididos por clubes de procedencia, categoría y género.

9.2. Anexo II: Cuadro variables

VARIABLE	INSTRUMENTO	REFERENCIA ORIGINAL	VALIDACIÓN	FACTORES	Nº ÍTEM	CONTEXTO
Clima motivacional entrenador	Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2)	(Newton, Duda y Yin, 2000)	(Balaguer, I. Guivernau, M. Duda, J. L. Crespo, M. 2003)	Clima - Tarea Clima - Ego	33 ítems	Deporte
	Medida de la percepción del clima motivacional generado por el docente en Educación Física (MCMDEF)	(Papaioannou, Tsigilis y Kosmidou, 2007)	(Cervelló, E. M. Moreno-Murcia, J. A. Martínez Galindo, C. Ferriz, R. y Moya, M., 2011)	Aproximación a la maestría Aproximación al rendimiento Evitación del rendimiento Aprobación social del profesor	24 ítems	Educación Física
Estilo interpersonal entrenador	Cuestionario de Clima en el Deporte (S-SCQ)	(Balaguer, Castillo, Duda y Tomás, 2009)	-	Grado de autonomía percibida	15 ítems	Deporte
	Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS)	(Bartholomew, Ntoumanis y Thøgersen-Ntoumani, 2010)	(Castillo, I. Tomás, I. Ntoumanis, N. Bartholomew, K. Duda, J. L. Balaguer, I., 2010)	Uso controlador recompensas Atención condicional negativa Intimidación Excesivo control personal	15 ítems	Deporte

Figura 4.1. Cuadro variables y cuestionarios que las miden

VARIABLE	INSTRUMENTO	REFERENCIA ORIGINAL	VALIDACIÓN	FACTORES	Nº ÍTEM	CONTEXTO
Necesidades Psicológicas Básicas	Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (PNTS)	(Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thøgersen-Ntoumani, 2011)	(Balaguer, I. Castillo, I., Mercé, J. Ródenas, L.T. Rodríguez, A., García- Merita, M. y Ntoumanis, N. 2010)	Competencia Relaciones Autonomía	12 ítems	Entrenamiento
	Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas (PNSE)	Wilson, Rogers, Rodgers, y Wild (2006)	(Moreno-Murcia, J. A., Marzo, J. C., Martínez, C., y Conte, L., 2011)	Competencia Relaciones Autonomía	18 ítems	Entrenamiento
	Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES)	(Vlachopoulos y Michailidou, 2006)	(Sánchez, J. M. y Núñez, J. L. 2007)	Competencia Relaciones Autonomía	12 ítems	Ejercicio Físico
	Escala de Mediadores Motivacionales (EMM)	(García-Calvo, T. Sánchez, P. A.; Leo, F. M.; Sánchez, D., y Gómez, F. R., 2010)	-	Competencia Relaciones Autonomía	18 ítems	Deporte
	Escala de Mediadores Motivacionales en el Deporte (EMMD)	(González-Cutre, D. Martínez Galindo, C. Alonso, N. Cervelló, E. Conte, L. y Moreno, J. A., 2007)	-	Competencia Relaciones Autonomía	23 ítems	Físico-Deportivo

Figura 4.2. Cuadro variables y cuestionarios que las miden

VARIABLE	INSTRUMENTO	REFERENCIA ORIGINAL	VALIDACIÓN	FACTORES	Nº ÍTEMES	CONTEXTO
Motivación Autodeterminada	Sport Motivation Scale (SMS)	(Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière y Blais, 1995)	(Balaguer, Castillo y Duda, 2007)	MI al logro MI a las Expectativas MI al conocimiento Regulación identificada Regulación introyectada Regulación externa Desmotivación	28 ítems	Deporte
	<i>Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ)</i>	(Lonsdale, Hodge, y Rose, 2008)	(Moreno-Murcia, J. A., Marzo, J. C., Martínez, C., y Conte, L., 2011)	MI conocimiento MI estimulación MI consecución Regulación integrada Regulación identificada Regulación introyectada Regulación externa Desmotivación	36 ítems	Deporte
	Motives for Physical Activity Measure Revised (MPAM-R)	(Ryan, Frederick, Lepes, Rubio, y Sheldon, 1997)	(Moreno, J. A. Cervelló, E. y Martínez Camacho, A. 2007)	Competencia Apariencia Fitness Disfrute Social	30 ítems	Deporte
	Escala de Motivación Situacional (SIMS)	(Guay, Vallerand, y Blanchard, 2000)	(Martín-Albo, J. Núñez, J. L. Navarro, J. G., 2009)	Motivación intrínseca Regulación identificada Regulación externa Desmotivación	16 ítems	Deporte

Figura 4.3. Cuadro variables y cuestionarios que las miden

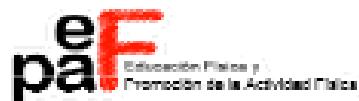
VARIABLE	INSTRUMENTO	REFERENCIA ORIGINAL	VALIDACIÓN	FACTORES	Nº ÍTEMES	CONTEXTO
Grado de Compromiso Deportivo	Sport Commitment Questionnaire (SCQ)	(Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt y Keeler, 1993)	(Sousa, C. Torregrosa, M. Viladrich, C. Villamarín F. y Cruz, J., 2007)	Alternativas de Participación Compromiso Deportivo Inversiones Personales Coacciones Sociales Implícacion Diversión	27 ítems	Deporte
	Escala de Grado de Compromiso Deportivo (EGCD)	(Orlick, 2004)	(Belando, N. Ferriz-Morell, R. y Moreno-Murcia, J. A., 2012)	Compromiso Actual Compromiso Futuro	11 ítems	Deporte

Figura 4.4. Cuadro variables y cuestionarios que las miden

9.3. Anexo III: Carta presentación



Universidad
Zaragoza



CARTA INFORMATIVA PARA PADRES Y MADRES

Zaragoza, mayo de 2015

Estimado Sr. / Sra.:

Mediante esta carta queremos informarle sobre el proyecto de investigación que se va a realizar en las categorías de base del waterpolo aragonés por el Grupo de Investigación Educación Física y Promoción de la Actividad Física (EFYPAF), en asociación con la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza y con la estrecha colaboración de la Federación Aragonesa de Natación.

Este estudio tiene como objetivo averiguar si existen correlaciones entre el estilo interpersonal del entrenador, el tipo de motivación desarrollada por los jugadores y el compromiso deportivo de éstos. Para ello, durante el mes de mayo se pedirá a los participantes que llenen una serie de cuestionarios. Dichos cuestionarios, están validados por expertos y han sido empleados en otras investigaciones con grupos poblacionales de las mismas características.

Con la intención de que la investigación tenga un carácter representativo dentro del waterpolo aragonés de base, le agradeceríamos que autorizara a su hijo a participar en el estudio. Por supuesto, todos los datos obtenidos a lo largo del trabajo serán confidenciales.

Esperando su colaboración y dándole las gracias de antemano se despide cordialmente,

Fdo.: Luis García González (coordinador del proyecto).



Página | 1

9.4. Anexo IV: Consentimiento



**Universidad
Zaragoza**



CONSENTIMIENTO PARA LA PARTICIPACIÓN EN EL PROYECTO

TÍTULO DEL PROYECTO:

"Estilo interpersonal del entrenador, motivación y compromiso deportivo en el waterpolo de base aragonés."

He leído la hoja de información/autorización que se nos ha entregado sobre el estudio y accedo voluntariamente a participar en el mismo.

NOMBRE Y APELLIDOS

FIRMA

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	



Página | 2

9.5. Anexo V: Cuestionario

A continuación, vas a ver una serie preguntas relacionadas con el waterpolo. Nuestra intención es conocer tu opinión acerca de distintos aspectos relacionados con tu práctica diaria de este deporte. Por supuesto, no hay respuestas verdaderas ni falsas; solamente queremos saber lo que piensas.

Por favor, lee despacio y con atención cada una de las preguntas y contesta lo que más se acerque a tu opinión.

Muchas gracias por participar.

AÑO DE NACIMIENTO	2002	2001	2000	1999	1998	1997	1996	1995
CATEGORÍA	Infantil		Cadete		Juvenil		Junior	
CLUB	CN Helios		EM El Olivar		EW Zaragoza		St. Casablanca	
GÉNERO	Femenino				Masculino			
¿Participaste en el Campeonato de España por federaciones territoriales con la selección de Aragón?								
¿Cuántas temporadas llevas jugando a waterpolo?								
Número de días y horas que entrenas a la semana								

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cómo se comporta tu entrenador contigo mientras practicas waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

Cuando juego a waterpolo (entrenamientos, partidos,...):

	Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Mi entrenador me ofrece distintas alternativas y opciones	1	2	3	4	5	6	7
2. Me siento comprendido por mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
3. Tengo la posibilidad de poder comunicarme fácilmente con mi entrenador mientras estoy entrenando	1	2	3	4	5	6	7
4. Mi entrenador hace que yo confíe en mi habilidad para hacerlo bien en waterpolo	1	2	3	4	5	6	7
5. Me siento aceptado/a por mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
6. Mi entrenador se asegura que yo realmente entienda cuál es mi papel en el equipo y de lo que tengo que hacer	1	2	3	4	5	6	7
7. Mi entrenador me anima a que le pregunte lo que quiera saber	1	2	3	4	5	6	7
8. Confío mucho en mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
9. Mi entrenador responde a mis preguntas con esmero (detenidamente y en detalle)	1	2	3	4	5	6	7
10. A mi entrenador le interesa saber la forma en que me gusta hacer las cosas	1	2	3	4	5	6	7
11. Mi entrenador maneja muy bien las emociones de la gente	1	2	3	4	5	6	7
12. Mi entrenador se preocupa de mí como persona	1	2	3	4	5	6	7
13. No me sienta nada bien la forma en la que me habla mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
14. Mi entrenador trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas	1	2	3	4	5	6	7
15. Me siento capaz de compartir mis sentimientos con mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7

S-SCQ

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cómo se comporta tu entrenador contigo mientras practicas waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

Cuando juego a waterpolo (entrenamientos, partidos,...):

Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
--------------------------	-------------------	---------------	----------	------------	----------------	-----------------------

- | | |
|---|---------------|
| 1. Mi entrenador es poco amistoso conmigo cuando no me esfuerzo en ver las cosas a su manera | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 2. Mi entrenador me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 3. Mi entrenador solo utiliza premios y/o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 4. Mi entrenador me apoya menos cuando no estoy entrenando o jugando bien en los partidos | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 5. Mi entrenador intenta controlar lo que hago en mi tiempo libre | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 6. Mi entrenador amenaza con castigarme para “mantenerme a raya” durante el entrenamiento | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 7. Mi entrenador trata de animarme (motivar) prometiéndome premios si lo hago bien | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 8. Mi entrenador me presta menos atención cuando está disgustado conmigo | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 9. Mi entrenador me acobarda (me intimida) para conseguir que haga lo que él quiere que haga | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 10. Mi entrenador trata de entrometerse en aspectos de mi vida fuera del waterpolo | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 11. Mi entrenador solo utiliza premios y/o halagos para conseguir que termine todas las tareas que ha puesto durante el entrenamiento | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 12. Mi entrenador me acepta menos si le he decepcionado | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 13. Mi entrenador me avergüenza delante de los demás si no hago las cosas que él quiere que haga | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 14. Mi entrenador solo utiliza premios y/o halagos para hacerme entrenar más duro | 1 2 3 4 5 6 7 |
| 15. Mi entrenador espera que toda mi vida se centre en el waterpolo | 1 2 3 4 5 6 7 |

CCBS

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cómo te sientes mientras practicas waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

Cuando juego a waterpolo (entrenamientos, partidos,...):

	Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Indeciso	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Realmente me gusta la gente con la que entreno	1	2	3	4	5
2. Soy muy bueno en waterpolo	1	2	3	4	5
3. Me llevo bien con los compañeros	1	2	3	4	5
4. Creo que estoy entre los más capaces cuando se trata de waterpolo	1	2	3	4	5
5. Me dejan tomar decisiones	1	2	3	4	5
6. Me permiten elegir actividades (ejercicios)	1	2	3	4	5
7. Me siento bien con las personas con las que entreno	1	2	3	4	5
8. Cuando se trata de jugar a waterpolo, siento mucha confianza en mí mismo	1	2	3	4	5
9. Considero a la gente con la que entreno como amigos míos	1	2	3	4	5
10. Tengo libertad para decidir realizar actividades por mi cuenta en los entrenamientos	1	2	3	4	5
11. La gente en los entrenamientos se preocupa por mí	1	2	3	4	5
12. Suelo encontrarme a gusto cuando juego a waterpolo	1	2	3	4	5
13. Se tiene en cuenta mi opinión	1	2	3	4	5
14. Está permitido incluir otros ejercicios en los entrenamientos, además de los que nos dice el entrenador	1	2	3	4	5
15. Considero cercana a mí a la mayoría de la gente con la que entreno	1	2	3	4	5
16. Al entrenador le interesa lo que aporto en los entrenamientos	1	2	3	4	5
17. Me permiten diseñar nuestros propios ejercicios	1	2	3	4	5
18. Suelo encontrarme cómodo en lugares donde se practica waterpolo	1	2	3	4	5
19. Me siento integrado con la gente con la que entreno	1	2	3	4	5
20. Los compañeros en los entrenamientos se muestran amables conmigo	1	2	3	4	5
21. Me siento seguro cuando se trata de jugar a waterpolo	1	2	3	4	5
22. Confío en mi fuerza física	1	2	3	4	5
23. Después de explicar las actividades el entrenador me deja trabajar solo	1	2	3	4	5

EMMD

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cómo te sientes mientras practicas waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

Cuando juego a waterpolo (entrenamientos, partidos,...):

Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
--------------------------	-------------------	---------------	----------	------------	----------------	-----------------------

1. Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
2. Hay situaciones en el waterpolo que me hacen sentir ineficaz	1 2 3 4 5 6 7
3. En el waterpolo me siento presionado para comportarme de una forma determinada	1 2 3 4 5 6 7
4. En el waterpolo me siento rechazado por los que me rodean	1 2 3 4 5 6 7
5. Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en el waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
6. Me siento frustrado como waterpolista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial	1 2 3 4 5 6 7
7. Me siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en el waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
8. En el waterpolo siento que los demás no me tienen en cuenta	1 2 3 4 5 6 7
9. En el waterpolo hay situaciones que me hacen sentir incapaz	1 2 3 4 5 6 7
10. Siento que hay personas del waterpolo a las que no les gusto	1 2 3 4 5 6 7
11. En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en el waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
12. Tengo la sensación de que otras personas del waterpolo me envidian cuando tengo éxito	1 2 3 4 5 6 7

PNTS

A través de las siguientes frases, queremos que expreses los motivos por los que practicas waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

¿Por qué juegas a waterpolo?

	Totalmente en desacuerdo	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante	1	2	3	4	5	6	7
2. Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre waterpolo	1	2	3	4	5	6	7
3. Solía tener buenas razones para practicar waterpolo, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo	1	2	3	4	5	6	7
4. Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
5. No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en el waterpolo	1	2	3	4	5	6	7
6. Porque me permite ser valorado por la gente que conozco	1	2	3	4	5	6	7
7. Porque en mi opinión, es una de las mejores formas de conocer gente	1	2	3	4	5	6	7
8. Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
9. Porque es absolutamente necesario practicar waterpolo si se quiere estar en forma	1	2	3	4	5	6	7
10. Por el prestigio de ser un waterpolista	1	2	3	4	5	6	7
11. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo	1	2	3	4	5	6	7
12. Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos	1	2	3	4	5	6	7
13. Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva	1	2	3	4	5	6	7
14. Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5	6	7

15. Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades	1 2 3 4 5 6 7
16. Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista	1 2 3 4 5 6 7
17. Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida	1 2 3 4 5 6 7
18. Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
19. No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte	1 2 3 4 5 6 7
20. Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
21. Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase	1 2 3 4 5 6 7
22. Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte	1 2 3 4 5 6 7
23. Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes	1 2 3 4 5 6 7
24. Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos	1 2 3 4 5 6 7
25. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en el waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
26. Porque siento que debo realizar con regularidad waterpolo	1 2 3 4 5 6 7
27. Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)	1 2 3 4 5 6 7
28. A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos	1 2 3 4 5 6 7

SMS

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cuales son los motivos que hacen que continúes practicando waterpolo. Por favor, lee bien el enunciado de cada apartado y rodea con un círculo la respuesta que más se ajuste a lo que tú crees.

	Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Indeciso	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Me divierto jugando a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
2. Juego a waterpolo para agradar a mis amigos	1	2	3	4	5
3. Dedico mucho tiempo al waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
4. Me siento orgulloso de decir a los demás que juego a waterpolo	1	2	3	4	5
5. Si abandonase el waterpolo echaría de menos a mi entrenador	1	2	3	4	5
6. Estoy muy dedicado en jugar a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
7. Creo que debo seguir jugando a waterpolo para que la gente no piense que soy un “rajado”	1	2	3	4	5
8. Me gusta jugar a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
9. Me gustaría hacer otras actividades en lugar de jugar a waterpolo	1	2	3	4	5
10. Haría cualquier cosa para seguir jugando a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
11. Creo que debo seguir jugando a waterpolo para agradar a mi entrenador	1	2	3	4	5
12. Sería duro para mí dejar de jugar a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
13. Si abandonase el waterpolo echaría de menos los momentos divertidos que he pasado jugando a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5
14. Me lo paso bien jugando a waterpolo esta temporada	1	2	3	4	5

15.Si abandonase el waterpolo echaría de menos a mis compañeros	1 2 3 4 5
16.Me siento feliz de jugar a waterpolo esta temporada	1 2 3 4 5
17.Estoy decidido a seguir jugando al waterpolo la próxima temporada	1 2 3 4 5
18.Creó que hay otras actividades más interesantes que el waterpolo	1 2 3 4 5
19.Para jugar a waterpolo he tenido que renunciar a otras actividades	1 2 3 4 5
20.Juego a waterpolo para poder estar con mis amigos	1 2 3 4 5
21.Creó que debo seguir jugando a waterpolo porque mis padres han invertido mucho (tiempo, dedicación, dinero, etc.)	1 2 3 4 5
22.Creó que debo seguir jugando a waterpolo para agradar a mi madre	1 2 3 4 5
23.Creó que debo seguir jugando a waterpolo para agradar a mi padre	1 2 3 4 5
24.Me esfuerzo mucho para jugar a waterpolo esta temporada	1 2 3 4 5
25.Si abandonase el waterpolo echaría de menos ser jugador	1 2 3 4 5
26.Creó que hay otras actividades más divertidas que el waterpolo	1 2 3 4 5
27.Creó que debo seguir jugando a waterpolo porque he invertido mucho (tiempo, dedicación, dinero, etc.)	1 2 3 4 5
28.Quiero seguir jugando a waterpolo esta temporada	1 2 3 4 5

SCQ