



**Universidad  
Zaragoza**

# Trabajo Fin de Grado

**Relación y consecuencias del estilo interpersonal del  
entrenador sobre las variables motivacionales en los  
jugadores de fútbol sala**

---

**Relationship and consequences of the interpersonal  
style of coach on the motivational variables of players  
of indoor football**

Autor

**JOSÉ ÁNGEL FELIPE FERNÁNDEZ**

Tutor

**LUIS GARCÍA GONZÁLEZ**

Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal  
Área de Didáctica de la Expresión Corporal

Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

2017

## ÍNDICE

- Resumen	Página 2
- Abstract	Página 3
1. Introducción	Página 4
2. Objetivos	Página 16
3. Hipótesis	Página 16
4. Material y Métodos	Página 17
5. Resultados	Página 24
6. Discusión	Página 27
7. Conclusión	Página 34
8. Final conclusions	Página 34
9. Propuesta de intervención	Página 35
10. Bibliografía	Página 38
11. Anexo 1: Encuestas realizadas a los participantes	Página 42
12. Anexo 2: Carta informativa a los padres, madres o tutores de los jugadores participantes en el estudio	Página 51
13. Anexo 3: Consentimiento informado para participar en el estudio	Página 52

## RESUMEN

El objetivo del presente estudio ha sido conocer la influencia de distintos factores sociales propios del entrenador en las motivaciones y necesidades psicológicas básicas, además de sus consecuencias tanto en el compromiso deportivo como en la diversión. La muestra estuvo compuesta por un total de 114 jugadores de fútbol sala de la ciudad de Zaragoza. Los participantes rellenaron los cuestionarios adaptados a las versiones en castellano que median el soporte a la autonomía (S-SCQ), el estilo controlador (CCBS), la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (EMMD), la frustración de las necesidades psicológicas básicas (PNTS), la motivación deportiva (SMS) y el compromiso deportivo (SCQ). Los resultados del análisis descriptivo correlacional evidenciaron que el entrenador que cede apoyo a la autonomía tiene relación positiva y significativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los jugadores y con una motivación más autodeterminada. A su vez, se relacionaba de manera positiva y significativa con valores más altos de compromiso y de diversión por parte de los jugadores. Por otro lado, un entrenador que tiene un estilo controlador está relacionado significativamente con la frustración de las necesidades psicológicas básicas del deportista, con la desmotivación y valores más bajos de compromiso y diversión. También se han estudiado las diferencias, según la categoría de fútbol sala en la que juegan y según el tiempo que llevan jugando a fútbol sala, siendo estas diferencias significativas en la motivación y diversión. Principios congruentes con la teoría de la autodeterminación que nos muestran la importancia de desarrollar un estilo interpersonal que apoye la autonomía del deportista para evitar la desmotivación y por consiguiente el abandono deportivo.

**Palabras clave:** Estilo interpersonal, apoyo a la autonomía, estilo controlador, necesidades psicológicas básicas, compromiso y diversión.

## **ABSTRACT**

The aim of this study has been to know the influence of different social factors of the coach on the motivations and basic psychological needs, as well as its consequences on both the athlete's sport commitment and enjoyment. The sample was composed by a total of 114 players of futsal of Zaragoza city. Participants completed questionnaires adapted to the Spanish versions for autonomy support (S-SCQ), controlling style (CCBS), satisfaction of basic psychological needs (EMMD), frustration of basic psychological needs (PNTS), sports motivation (SMS) and sport commitment (SCQ). The results of the correlational descriptive analysis showed that the coach who gives autonomy support has a significant positive relationship with the satisfaction of the basic psychological needs of the players and with a more self-determined motivation. In turn, it was significantly related to higher values of commitment and fun in the players. On the other hand, a coach who has a controlling style is significantly related to the frustration of the basic psychological needs of the athlete, with the lack of motivation and lower values of sport commitment and enjoyment. Moreover, the differences, that has been studied according to category and the experience, are significant in motivation and enjoyment. Principles are congruent with the theory of self-determination that shows the importance of developing an interpersonal style that supports the autonomy of the athlete to avoid the lack of motivation and consequently the sport drop out.

**Keywords:** Interpersonal style, support for autonomy, controlling style, basic psychological needs commitment and fun.

## 1. INTRODUCCIÓN

La actividad física y el deporte son términos que están al orden del día y a pesar de su uso como sinónimos, estos términos tienen distinto significado y constituyen dos formas distintas de estar físicamente activos. El deporte es entendido como una actividad física e intelectual de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionales como por ejemplo el fútbol, el futbito o el balonmano. Mientras que la actividad física hace referencia a actividades físicas, como por ejemplo jugar a pillar, bailar, saltar a la comba e ir en bicicleta, es decir actividades que producen movimientos corporales, que requieren un esfuerzo físico y por ello un gasto energético<sup>1</sup>.

La actividad física y el deporte tiene múltiples beneficios para aquel que lo practica tanto a nivel físico como cognitivo y social, lo que ayuda a un desarrollo integro de aquel que lo practica<sup>2</sup>. La realización de actividad física desarrollada de acuerdo a unos criterios de tipo, duración, intensidad, frecuencia y progresión además de adaptada a las posibilidades del individuo, mejora la salud de la persona y ayuda al tratamiento de enfermedades como la obesidad, la aterosclerosis y las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión, algunas enfermedades respiratorias, el cáncer y otras<sup>3</sup>.

Por otro lado diversos estudios han puesto de manifiesto que la práctica regular de la actividad física produce un aumento de la autoconfianza, sensación de bienestar y mejora del funcionamiento intelectual. Dichos efectos son muy interesantes para el tratamiento de trastornos psicológicos como la depresión o la ansiedad, además, la práctica habitual de ejercicio físico puede resultar de gran utilidad para la prevención de enfermedades mentales al hacer a los participantes menos susceptibles a los factores desencadenantes de las mismas<sup>4</sup>.

En cuanto a nivel social se refiere, el deporte es un elemento principal de potencialización de factores psicosociales entre los que destacamos el respeto por la norma, la responsabilidad y el compañerismo. También nos encontramos ante un instrumento poderoso de transformación social existiendo en él un elemento importante para el desarrollo de los individuos, niños, y adolescentes, además del aspecto de la socialización. En el mismo sentido el autor concluye que la práctica del deporte es saludable y se utiliza como un antídoto a los vicios, a la delincuencia, y a la violencia de cualquier tipo<sup>5</sup>.

En las tres últimas décadas el abundante análisis epidemiológico de la actividad física ha alcanzado conclusiones muy uniformes acerca de los beneficios de su práctica regular. A pesar de ello, la prevalencia de estilos de vida sedentarios sigue aumentando, por lo que son necesarias intervenciones de promoción de la actividad física que permitan alcanzar el objetivo de acumular al menos 30 min de actividad física de intensidad moderada en casi todos, o mejor todos, los días de la semana<sup>1</sup>.

La promoción de actividad física tiene un papel muy importante a la hora de fomentar la práctica físico deportiva entre los jóvenes. La práctica de actividad física y deporte entre los jóvenes es fundamental para crear una serie de hábitos saludables, además de una adherencia a la práctica que conlleve una continuidad de la misma en el tiempo. El mayor exponente de promoción de actividad lo encontramos en las actividades programadas de deporte extraescolar que es la fórmula más usual de práctica de actividad física entre los jóvenes. La actividad física extraescolar es aquella actividad física fuera del contexto escolar que no corresponde a las horas de Educación Física curriculares obligatorias y se realiza en el tiempo libre. Sin embargo también incluimos en esta categoría a aquellas actividades que, si bien se desarrollan en el ámbito escolar, su carácter es de participación voluntaria, lo cual implica cierto grado de motivación por parte del practicante<sup>6</sup>.

El deporte extraescolar más impartido por el profesorado es el fútbol sala, es por ello por lo que la importancia de todos estos profesionales de la actividad física es fundamental para crear una serie de hábitos deportivos que fomenten el compromiso deportivo e implicación ayudando a reducir las tasas de abandono deportivo<sup>7</sup>.

La práctica del fútbol sala como la mayoría de deportes, está influenciada en gran medida por una serie de factores sociales que apoyan al deportista. Sin embargo estos factores sociales se pueden oponer al desempeño óptimo de la práctica deportiva, debido a que estos factores pueden coartar o amenazar las motivaciones y necesidades de los deportistas, teniendo todo esto como consecuencia la aparición de conductas nocivas para el deportista e incluso llevar al mismo al abandono deportivo.

Entre estos factores destacamos el papel de alguno de sus agentes socializadores como son el entrenador, padres, madres y familiares, el público, los compañeros, los medios de comunicación... pueden afectar la calidad de la experiencia deportiva y la orientación de los valores de los jóvenes participantes.

También se ha puesto de manifiesto que los padres, tienen una gran influencia en la participación deportiva de sus hijos/as a lo largo de todo el proceso de socialización, y de manera especial en la etapa de iniciación, donde su influencia es fundamental, sin embargo a partir de los 8 años la influencia de los padres es muy importante hasta los 8 años, pues el niño está más tiempo con la familia, aún no ha establecido una red de relaciones sociales y confía en el *feedback* de los adultos para evaluar su competencia personal<sup>8</sup>.

A medida que los niños/as crecen, la influencia de los padres en las actividades deportivas se comparte con otros adultos significativos como educadores y entrenadores. Llegando a adquirir estos últimos mayor importancia<sup>8</sup>. La tarea de educadores y entrenadores es diseñar un ambiente tanto de entrenamientos como de competiciones, en que el aprendizaje, la mejora de la ejecución y el desarrollo del niño, y no los resultados, sea lo más importante. Para aumentar la motivación, los niños/as necesitan ser evaluados por su mejora y esfuerzo, y no sólo por su ejecución en comparación con la de otros deportistas<sup>9</sup>.

Estas influencias pueden afectar al participante hasta el punto de alcanzar una realidad preocupante como es el aumento del abandono deportivo durante la adolescencia. El abandono deportivo está íntimamente relacionado con los factores sociales que rodean al deportista además de su relación con las motivaciones y la atención de las necesidades psicológicas básicas del deportista<sup>10</sup>.

Los estudios de García Ferrando en 1993 y Rodríguez y col. En 2005, han demostrado que el abandono y el desinterés hacia el deporte es un tema real e importante en la población juvenil, ya que la oferta deportiva no parece dar respuesta a los intereses y motivaciones de este grupo de población<sup>11</sup> además durante la adolescencia es la etapa de la vida en la que se adquieren una serie de hábitos saludables que una vez adquiridos son difíciles de modificar<sup>12</sup>, es por ello por lo que es fundamental crear una adherencia a la práctica deportiva de este grupo de población lo que condicionara en gran manera los hábitos del resto de su vida.

Es por ello por lo que tenemos la necesidad de estudiar hasta qué punto los factores sociales, más concretamente, estilo interpersonal del entrenador apoya y ayuda al deportista en su práctica deportiva para estimularle, con el objetivo de favorecer la diversión, promocionando una óptima implicación y compromiso en la práctica deportiva, premisa fundamental para el idóneo desarrollo físico y psicosocial del sujeto.

La influencia del entrenador es fundamental para el desarrollo del deportista siendo un agente social importante a la hora de apoyar, ayudar y educar al deportista en la práctica deportiva. Es por ello por lo que existe la necesidad imperiosa de conocer más de cerca como el rol de entrenador puede ayudar a satisfacer o frustrar las necesidades y motivaciones de los jugadores teniendo unas consecuencias u otras sobre su conducta presente y futura en la realización de actividad física.

Basándonos en todo lo expuesto, y durante mi formación académica, he tenido la oportunidad de trabajar con diferentes grupos de niños y niñas de edades dispares, realizando diferentes actividades, aunque de entre estas actividades ha predominado el fútbol sala. Durante el desarrollo de estas actividades siempre he observado una diferencia significativa de implicación en la práctica por parte de los deportistas, es por ello por lo que me he cuestionado en innumerables ocasiones la razón de ser de dicha diferencia en la intervención del participante. Otro tema fundamental relacionado con la implicación que siempre ha suscitado mi interés es el compromiso deportivo del deportista. En cualquier equipo podemos observar cómo hay jugadores que nunca faltan a entrenar otros que por el contrario encuentran enseguida razones para ausentarse de los entrenamientos...Es esa diferencia en el compromiso deportivo la que va a ayudar a alcanzar una continuidad en la práctica deportiva convirtiéndose un en habito de bienestar importante para el óptimo desarrollo del deportista. Es por ello, por lo que con la realización de este estudio quiero conocer la influencia que tiene el entrenador en el compromiso deportivo y que variables tiene a su alcance este agente social para modificar dicho contenido.

En este sentido, es especialmente importante tener en cuenta la enorme influencia que pueden tener los factores sociales en los procesos psicológicos desarrollados por los jóvenes deportistas y la enorme relevancia que estas variables pueden tener en el compromiso deportivo e implicación que muestren los jugadores adolescentes<sup>1</sup>.

En segundo lugar, durante mi desarrollo profesional como entrenador de futbol sala principalmente, siempre me he considerado como un buen motivador, pero, ¿Qué es la motivación?, ¿Cómo se motiva?, ¿Cuáles son las variables motivacionales fundamentales? Con este documento académico pretendo conocer más a fondo todo lo relacionado con la motivación del deportista, más concretamente con la teoría de la autodeterminación<sup>13</sup>. Dicha teoría determina en qué medida las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades.

Por otro lado pretendo analizar los factores sociales que influyen en la motivación, hasta las consecuencias que tiene esta motivación pasando y reflexionando acerca de los tipos de motivación existentes y su forma de regulación. Considero que siendo un buen conocedor del tema podré obtener una visión más específica que me ayude a la hora de mi desarrollo profesional en cualquier ámbito de la enseñanza deportiva.

Además, desde que comencé a estudiar con el objetivo de enseñarle a otros diferentes contenidos, he sentido predilección por todo lo relacionado con la metodología de enseñanza, es decir, la forma de enseñar, con lo que tras el análisis de las conclusiones extraídas de este estudio pretendo diseñar una serie de pautas metodológicas con las que trabajar en consonancia con el objetivo fundamental de ser capaz de formar deportistas aptos para desarrollar actividades físico deportivas con un alto grado de voluntariedad, autonomía y competencia que ayuden a sentir al deportista placer, por la realización del deporte, alcanzando una buena implicación y un compromiso deportivo, fundamental para la adherencia a la práctica deportiva.

### **Fundamentación teórica**

La práctica regular de actividad físico-deportiva debería ser una constante a lo largo de la vida de todas las personas por los numerosos beneficios que reporta<sup>14</sup>. Sin embargo nos encontramos con que los estilos de vida sedentarios siguen prevaleciendo ante la práctica deportiva, esto resulta especialmente preocupante cuando afecta a los sectores más jóvenes de la población, dado que niños y adolescentes se encuentran en una etapa fundamental para la adquisición de hábitos de vida activos y saludables<sup>15</sup>. Además, una gran parte de los niños y adolescentes no cumplen las recomendaciones referentes a la práctica de actividades físicas moderadas e intensas<sup>16</sup>.

Por otro lado el abandono de la práctica es una realidad preocupante que afecta principalmente a los adolescentes<sup>17</sup>. El más importante motivo que provoca el abandono de la práctica de actividad física en los jóvenes que la realizaban es por la falta de tiempo. A este motivo le siguen, en orden de importancia, porque prefieren hacer otras actividades en su tiempo libre y por pereza y por desgana<sup>10</sup>.

Centrándonos en las razones por las que los jóvenes se inician y continúan realizando actividad física podemos observar que son variadas aunque destacan razones como la diversión, la mejora de habilidades, pasar tiempo con los amigos o hacer nuevos

amigos<sup>18</sup>. Hay estudios que han aglutinado estos motivos, resumiendo todas las razones por las que se practica actividad física en 3 dimensiones fundamentales como son: motivos de aprobación social y demostración de capacidad, motivos de salud y motivos de afiliación o sociales<sup>19</sup>.

El elemento central alrededor del cual giran todas las razones por las que las personas realizan práctica deportiva es la motivación, la cual se entiende como el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la persistencia, los resultados obtenidos e incluso del abandono<sup>20</sup>.

Existen gran número de teorías sobre la motivación en la práctica físico deportiva, de todas ellas la más aceptada debido a la solidez de sus argumentos, es la teoría de la autodeterminación<sup>13</sup> esta teoría constituye un modelo explicativo de la motivación humana que ha sido aplicado a diversos ámbitos, entre ellos, la actividad físico-deportiva.

### **Teoría de la autodeterminación (TAD)**

La TAD es una macro-teoría de la motivación humana que tiene relación con el desarrollo y funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales. La teoría analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o auto-determinadas, es decir, el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección<sup>13</sup>. Se defiende que si en su interacción con el medio, las personas regulan sus conductas de forma voluntaria y volitiva, se favorecerá la calidad de la implicación y el bienestar, mientras, que si por el contrario, el ambiente actúa de forma controladora, esta tendencia innata se verá frustrada y se desarrollará el malestar<sup>21, 22</sup>. Dicha teoría sostiene que existen tres tipos de motivación que forman parte de un continuo. Hablamos de la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la desmotivación. La motivación intrínseca se define como aquella relacionada con la necesidad de explorar el entorno, la curiosidad y el placer que se experimenta al realizar una actividad, sin recibir una gratificación externa directa. El desarrollo de la actividad en sí constituye el objetivo y la gratificación. La motivación extrínseca está determinada por agentes externos o recompensas y la desmotivación se corresponde con la falta absoluta de motivación, tanto intrínseca como extrínseca. El tipo de motivación está determinado por la satisfacción o frustración de las necesidades

psicológicas básicas del sujeto. Existen tres necesidades psicológicas básicas innatas, como son la autonomía, la competencia y la relación con los demás. Estas necesidades psicológicas son la base de la auto-motivación, del desarrollo y la integración de la personalidad, así como del bienestar personal y desarrollo social del sujeto<sup>23</sup>.

La necesidad de competencia se entiende como la necesidad que tiene el sujeto de sentirse eficaz a la hora de realizar cualquier acción en el entorno que le rodea. La de autonomía se refiere a que sea el propio deportista el que tome su propia iniciativa y sus propias decisiones y la relación con los demás hace referencia a que el sujeto necesita sentirse valorado por otros sujetos significativos como padres o entrenadores y considerado por el grupo<sup>24</sup>. La satisfacción de estas necesidades en el contexto físico-deportivo llevará al practicante a experimentar estados de motivación intrínseca, caracterizados por la búsqueda del disfrute durante la práctica. Por el contrario, la frustración de dichas necesidades generará una mayor motivación extrínseca (convirtiéndose la actividad solamente en un medio para conseguir algo) o incluso desmotivación<sup>25</sup>.

La TAD es una teoría general de la motivación y de la personalidad que ha evolucionado a través de cuatro mini-teorías. Estas 4 mini teorías son: la teoría de la evaluación cognitiva, la teoría de integración orgánica, la teoría de necesidades básicas y la teoría de las orientaciones de causalidad. Todas ellas tienen en común el concepto de necesidades psicológicas básicas y surgieron con la necesidad de explicar diferentes conceptos motivacionales<sup>9</sup>.

### Teoría de la Evaluación Cognitiva

La teoría de la evaluación cognitiva es presentada por Deci y Ryan<sup>13</sup> como una subteoría dentro de la teoría de la autodeterminación, que tiene el objetivo de especificar los factores que explican la variabilidad de la motivación intrínseca.

La teoría propone diferentes variables que predicen el nivel de motivación intrínseca de una persona<sup>9</sup>

- Cuando los individuos participan en una actividad que han elegido y sobre la que tienen control, mejorará la motivación intrínseca.

- En relación a la competencia, ésta indica cómo se siente el individuo con respecto a determinados dominios de su vida. Cuanto mayor grado de eficacia y control sientan los individuos sobre una actividad más cerca estaremos de la motivación intrínseca
- Los factores extrínsecos que se perciben como informativos respecto a la competencia percibida y el feedback positivo, promueven la motivación intrínseca, mientras que los factores extrínsecos que se perciben como elementos de control, o la desmotivación percibida como incompetencia, disminuyen la motivación intrínseca.
- En los individuos motivados hacia la tarea tendrá una mayor influencia la motivación intrínseca, ya que toman parte en ella pura diversión, mientras que aquellos con una orientación hacia el ego probablemente no estarán intrínsecamente motivados, ya que sienten mayor presión y control por la consecución de los objetivos dentro de la actividad.

### Teoría de la Integración Orgánica

Esta subteoría se introdujo para detallar las diferentes formas de motivación extrínseca y los factores contextuales que promueven o impiden la interiorización e integración de éstos en la regulación de las conductas<sup>23</sup>.

Ryan y Deci establecen una taxonomía donde la motivación se estructura en forma de un continuo que abarca los diferentes grados de autodeterminación de la conducta. Este continuo de la motivación abarca desde la conducta no-autodeterminada, hasta la conducta auto-determinada. El recorrido de un tipo de conducta a otra abarca tres tipos fundamentales de motivación: la desmotivación, la motivación extrínseca y la motivación intrínseca. A su vez, cada uno de estos tipos de motivación tiene su propia estructura y está regulado por el sujeto de forma interna o externa.

### Teoría de las necesidades psicológicas básicas

Uno de los conceptos fundamentales de la teoría de la autodeterminación es el de necesidades psicológicas básicas definidas como algo innato, universal, y esencial para la salud y el bienestar<sup>22, 23</sup>. Es decir, las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) son un aspecto natural de los seres humanos que se aplican a todas las personas, sin tener en cuenta el género, grupo o cultura. En la medida en que las necesidades son satisfechas continuamente, las personas funcionarán eficazmente y se desarrollarán de una manera óptima, tendrán un crecimiento psicológico, obtendrán un desarrollo social y personal<sup>26</sup>, pero en la medida en que no se consigan dichas necesidades, las personas mostrarán evidencia de enfermedad o funcionamiento no óptimo. En la teoría de la autodeterminación, las necesidades constituyen los mediadores psicológicos que influirán en los tres principales tipos de motivación, motivación intrínseca, motivación extrínseca y desmotivación, que a su vez influirán sobre la personalidad, los aspectos afectivos, etc.

La competencia referida al deseo de las personas de sentirse capaces de producir resultados esperados e intentar prevenir los resultados no esperados. La competencia no es una habilidad lograda sino un sentimiento de confianza y efectividad en la acción.<sup>27</sup>

La relación social se identifica con un sentimiento de conexión con los otros, y de ser aceptado por los otros; esta necesidad tan solo tiene relación con las preocupaciones relacionadas con el bienestar, la seguridad y la unidad de los miembros de una comunidad.<sup>23</sup>

La autonomía que se refiere al deseo de las personas de ser el origen de sus comportamientos. La autonomía involucra interés e integración de los valores. Cuando son autónomos, los individuos experimentan su conducta como una expresión del ego. Podemos poner el ejemplo de aquellas personas que realizan ejercicio físico y quieren tomar sus propias decisiones sobre qué ejercicios quieren realizar, conociendo sus propias necesidades y mostrando un mayor control de la conducta que realizan.<sup>9</sup>

### Teoría de orientaciones de la causalidad

Esta teoría explica las diferencias individuales de las personas y la tendencia hacia el comportamiento autodeterminado de cada una de ellas. En ella se describen tres tipos de

orientaciones causales que guían la regulación de los individuos: la orientación de control, la orientación de autonomía y la orientación impersonal.

La orientación de control incluye la conducta de las personas en las que existe un control en el entorno o dentro de ellos mismos. Cuando esto sucede, las acciones se realizan por obligación, afectando a aquellas personas que tienden a creer que son incapaces de conseguir los resultados esperados, puesto que no se sienten capaces de dominar las situaciones, experimentando estas como algo dificultoso. Por lo que se asocian al locus de control externo.

La orientación de autonomía incluye a aquellos individuos que tienen un alto grado de capacidad de elección, de iniciación y regulación de la conducta, con un predominio del locus de control interno. Organizan sus acciones basándose en sus metas personales e intereses, y se encuentran intrínsecamente motivados.

La orientación impersonal se encuentra en personas que experimentan su conducta más allá del control intencional de la misma. Las personas con predominio de esta orientación tienden a creer que son incapaces de regular su conducta de forma fiable para conseguir los resultados esperados. Los individuos se sienten incompetentes e incapaces para dominar las situaciones. Ellos experimentan las tareas como algo dificultoso y los resultados como algo independiente de la conducta. Creen que el origen del control es desconocido o puede ser el antojo de algún agente externo. La orientación impersonal está a menudo en relación con los sentimientos depresivos o altos grados de ansiedad. Esta orientación aparece por ausencia de apoyo a las necesidades psicológicas básicas<sup>25</sup>

Uno de los factores sociales que más influye en la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas de los deportistas es el estilo interpersonal del entrenador<sup>28</sup>

### **Estilo interpersonal del entrenador**

Los contextos sociales pueden facilitar el desarrollo del bienestar psicológico y el crecimiento óptimo del deportista o por el contrario dificultarlo, a través de la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas<sup>29</sup>. Según el modelo de motivación extrínseca e intrínseca de Vallerand<sup>30</sup>, existen una serie de factores sociales

que van a influir en el grado de satisfacción de las necesidades psicológicas contribuyendo a alcanzar en mayor o menor medida la autodeterminación.

En el ámbito de la actividad física y el deporte, los agentes sociales fundamentales incluidos en el contexto social son los padres, madres, familiares, amigos y entrenadores<sup>8</sup>. Entre citados agentes destaca la figura del entrenador que actúa como guía en la práctica deportiva. Los factores sociales que rodean la figura del entrenador, en los que focalizamos nuestra atención, en este estudio son el estilo interpersonal del mismo y el apoyo a la autonomía con el que dota su intervención didáctica. Como muestra el trabajo de Balaguer<sup>28</sup> la percepción por parte del deportista del uso de un estilo controlador por parte del entrenador actúa de predictor positivo de la frustración de las tres necesidades psicológicas básicas, es decir, en la medida en que los factores sociales, en este caso el estilo controlador del entrenador promuevan la autonomía, competencia y las relaciones sociales de los jugadores se alcanzará la motivación autodeterminada.<sup>13,31</sup>

Por otro lado en función de que el entrenador apoye o no la autonomía del participante, este alcanzará en mayor o menor medida la satisfacción de las necesidades de autonomía y relación percibidas y a su vez actuaron como predictoras positivas de la motivación autodeterminada, la cual, a su vez, mostró relaciones positivas con la autoestima y la satisfacción con la vida lo que conlleva que el deportista realiza la práctica por la satisfacción y el placer inherente de la propia actividad.<sup>28,32</sup> Esta motivación positiva lleva a una serie de consecuencias importantes, como la persistencia en la práctica deportiva, el bienestar<sup>28</sup> y el disfrute del deportista<sup>33</sup>.

Sin embargo, en los entornos en los que nos encontramos con un estilo interpersonal de carácter controlador por parte del entrenador se promueve la frustración de las necesidades psicológicas que conllevan la desmotivación y el malestar, que a su vez puede acarrear una pérdida de interés de la práctica deportiva y su posterior abandono<sup>32</sup>.

Los profesores o entrenadores que promueven un estilo interpersonal de apoyo a la autonomía animan a sus deportistas a tener iniciativa, fomentan y valoran la toma de decisiones, proponen actividades interesantes explicándoles para qué sirven, y se ponen en su lugar para entenderles, sin juzgarles y siendo flexibles con ellos. Sin embargo, los entrenadores que utilizan un estilo controlador tienden a imponer directrices que establecen cómo comportarse, comparan a sus deportistas, juzgan sus capacidades

basándose solamente en los resultados, presionan a sus deportistas y no se interesan por los intereses y necesidades.

### **Compromiso deportivo**

El abandono deportivo ha sido y es un hecho que preocupa a responsables e investigadores. Por ello, favorecer la persistencia en la práctica deportiva se está convirtiendo en un objetivo fundamental a alcanzar por parte de profesores, pedagogos y entrenadores<sup>34</sup>. Un aspecto común para alcanzar dicha persistencia en la práctica es la motivación que juega un papel importante para alcanzar la adherencia en la práctica deportiva incluso para evitar el abandono<sup>9</sup>. Alcanzar la persistencia en la práctica deportiva es fundamentalmente debido al compromiso deportivo que tiene y/o adquiere el deportista durante su etapa formativa.

El compromiso deportivo es entendido como una disposición psicológica que representa el deseo y la decisión de seguir participando en el deporte<sup>35</sup>. Éste viene determinado por el grado de diversión que obtiene el deportista de la participación deportiva, las inversiones personales, las oportunidades de participación y las coacciones sociales, además de la influencia de las alternativas de participación y el apoyo social<sup>36</sup>. El grado de diversión es el predictor más fuerte de compromiso deportivo puesto que cuanto mayor sea la diversión de un deportista mayor será el deseo de continuar en la práctica deportiva. Por otro lado, el factor de las alternativas de implicación se muestra como un factor que predice de manera negativa el compromiso deportivo<sup>37</sup>.

Para alcanzar el compromiso deportivo es fundamental atender adecuadamente las necesidades psicológicas de los jugadores, además, de alcanzar una motivación autodeterminada del sujeto para alejar los sentimientos de desmotivación que puedan conducir al sujeto hacia un abandono deportivo<sup>34</sup>.

## **2. OBJETIVOS**

El objetivo principal del estudio es conocer la influencia de los factores sociales propios del entrenador en las motivaciones y necesidades psicológicas básicas, además de sus consecuencias tanto en el bienestar del deportista como en el compromiso deportivo e implicación.

Los objetivos específicos del estudio son:

- Realizar una evaluación diagnóstica de cómo afecta el estilo interpersonal del entrenador en el jugador de fútbol sala.
- Estudiar la percepción que tienen los jugadores de fútbol sala acerca del estilo controlador del entrenador, sus necesidades psicológicas básicas, sus motivaciones, su compromiso deportivo y diversión.
- Conocer las diferencias entre los deportistas de diferentes categorías y cómo varía su percepción de la motivación, compromiso y satisfacción a lo largo de los años.
- Diseñar una propuesta metodológica de intervención para promover la diversión, el compromiso deportivo e implicación.

## **3. HIPÓTESIS**

El estilo interpersonal del entrenador tiene un papel determinante en las necesidades psicológicas básicas y en la motivación del deportista influyendo en su diversión y en su compromiso deportivo. De manera que un estilo controlador por parte del entrenador estará relacionado con la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez conllevará una motivación de carácter extrínseco que puede tener consecuencias nefastas para el deportista como el abandono deportivo o el desinterés por la práctica físico deportivas.

Sin embargo, un estilo interpersonal que apoye la autonomía se relacionará positivamente con la satisfacción y atención de las necesidades psicológicas básicas que a su vez estará íntimamente relacionado con una motivación de carácter autodeterminado que conllevará la diversión en la práctica físico deportivo, además de un compromiso deportivo, creando una adherencia a la práctica físico-deportiva.

Por otro lado, existirá una evolución en la motivación y en el disfrute de los deportistas conforme su edad, categoría y experiencia deportiva aumenten. Estando más motivados, disfrutando más al inicio de su andadura deportiva y reduciéndose esa motivación y disfrute conforme su edad avanza.

#### **4. MATERIAL Y MÉTODOS**

##### **Diseño del estudio**

Se trata de un estudio de carácter descriptivo correlacional de tipo transversal, de modo que no tiene continuidad en el tiempo, pero se realiza una evaluación diagnóstica con la que poder realizar una futura intervención.

##### **Población y ámbito de estudio**

Se incluyeron en el estudio un total de 114 sujetos, todos varones, de las categorías Infantil, Cadete, Juvenil y Senior de dos Clubs Deportivos de ámbito regional. Esto se observa más detalladamente en la tabla 1.

**Tabla 1. Población de estudio**

	<b>Club 1</b>	<b>Club 2</b>	<b>TOTAL</b>
<b>Infantil</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>33</b>
<b>Cadete</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>29</b>
<b>Juvenil</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>26</b>
<b>Senior</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>26</b>
<b>TOTAL</b>	<b>54</b>	<b>60</b>	<b>114</b>

##### **Variables**

Las variables que he estudiado para la realización del estudio se detallan a continuación:

- **Información futbolística:**

- Categoría
- Años de práctica futbolística

- **Factores sociales:**
  - Percepción del apoyo a la autonomía del entrenador.
  - Percepción del estilo controlador del entrenador.
- **Necesidades psicológicas básicas:**
  - Frustración de las NPB
    - Autonomía
    - Competencia
    - Relación social
  - Satisfacción de las NPB
    - Autonomía
    - Competencia
    - Relación social
- **Motivación**
  - Motivación autodeterminada
    - Motivación intrínseca: Expectativa, Conocimiento y Logros
    - Motivación extrínseca: Regulación interna, Regulación externa y Regulación introyectada
  - Desmotivación
- **Consecuencias:**
  - Compromiso deportivo
    - Diversión
    - Compromiso

## **Instrumentos**

Las variables han sido medidas y evaluadas mediante 6 test (Anexo 1) que se encuentran validados por las autoridades correspondientes y conocidos en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte como voy a explicar a continuación:

- **La percepción del estilo de apoyo a la autonomía del entrenador**, se evalúa mediante la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte (**S-SCQ**)<sup>38</sup> que tiene sus orígenes en el Health Care Climate Questionnaire (HCCQ)<sup>39</sup>. Desde la pregunta 1 hasta la 15 se evalúa la percepción que tienen los deportistas sobre el grado de apoyo a la autonomía ofrecido por su entrenador. Previas investigaciones han confirmado la fiabilidad de este instrumento tanto en su versión larga<sup>39</sup> como en su versión corta.<sup>40</sup> Las preguntas son evaluadas del 1 al 7, donde el 1 corresponde a totalmente en desacuerdo, el 4 indeciso y el 7 totalmente de acuerdo. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *Cuando juego a fútbol (entrenamientos, partidos...)* y una de las preguntas incluidas en este test es: *“Mi entrenador me ofrece distintas alternativas y opciones”*.
- **La percepción del estilo controlador del entrenador** se evaluó mediante la versión española<sup>41</sup> de la escala de Conductas Controladoras del Entrenador (**CCBS**)<sup>42</sup>. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *Cuando juego a fútbol (entrenamientos, partidos...)* Un ejemplo de cada subescala respectivamente es: *“Mi entrenador sólo utiliza premios o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento”* Los ítems se evalúan del 1 a 7 donde 1 es totalmente en desacuerdo y 7 totalmente de acuerdo.
- **La frustración de las necesidades psicológicas básicas (NPB)** se evaluó mediante la versión española<sup>43</sup> de la Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas (**PNTS**)<sup>44</sup>. Se divide en tres subescalas que evalúan el grado en el que los deportistas perciben que se frustran sus necesidades de competencia, de autonomía y de relación social. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *Cuando juego a fútbol (entrenamientos, partidos...)* Un ejemplo de ítems estas subescalas son: *“Me siento frustrado como futbolista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial”* (competencia), *“Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en fútbol”* (autonomía), *“Siento que hay personas de fútbol a las que no les gusto”*(relación social). Los

ítems son evaluados del 1 al 7 desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo.

- **La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB)** se evaluó mediante Medidores Motivacionales en el Deporte (**EMMD**)<sup>45</sup>. Este test tiene en cuenta tres factores: autonomía, competencia, y relación social. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *Cuando juego a fútbol (entrenamientos, partidos...)* Un ejemplo de estos factores son los siguientes ítems respectivamente: *“Me dejan tomar decisiones”* (autonomía), *“Cuando se trata de jugar al fútbol siento mucha confianza en mí mismo”* (competencia), *“Me siento bien con las personas con las que entreno”* (relación social). Las preguntas son evaluadas del 1 al 5 donde el 1 corresponde a totalmente en desacuerdo, el 3 indeciso y el 5 totalmente de acuerdo.
- **La motivación autodeterminada** se evaluó con la versión española del Cuestionario de la Escala de Motivación Deportiva<sup>46, 47</sup> y tiene sus orígenes en el (SMS)<sup>48</sup> Diversas investigaciones han confirmado la fiabilidad del instrumento tanto con muestras españolas<sup>46, 47</sup> como canadienses<sup>48</sup>. En este test se tiene en cuenta: expectativas, conocimientos, logros, regulación interna, regulación externa, regulación introyectada y desmotivación del sujeto. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *¿Por qué juegas a fútbol?* Un ejemplo de ítem que evalúa cada uno de estos factores son: *“Por la satisfacción que me produce realizar algo excitante”* (expectativa), *“Por la satisfacción de aprender algo más sobre el fútbol”* (conocimiento), *“Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles o técnicas de entrenamiento”*(logro), *“Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente”* (regulación interna), *“Porque me permite ser valorado por la gente que conozco”* (regulación externa), *“Porque es absolutamente necesario practicar fútbol si se quiere estar en forma”* (regulación introyectada), *“Solía tener buenas razones para practicar fútbol pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo”* (desmotivación). Los ítems son evaluados del 1 al 7 desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo.

- **El compromiso deportivo** se evaluó con la versión española del *Sport Commitment Questionnaire (SCQ)*<sup>49</sup>. En este caso nos interesa: compromiso deportivo y diversión deportiva. El cuestionario estaba encabezado por la frase: *Me gusta jugar a futbol porque...* Un ejemplo de cada uno de los ítems que evalúan dichos factores son: “*Sería duro para mi dejar de jugar a fútbol esta temporada* (compromiso deportivo), “*Me divierto jugando a fútbol esta temporada*” (diversión). Las preguntas son evaluadas del 1 al 5 desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo.

## Descripción del procedimiento

El estudio ha sido llevado a cabo de durante los meses de Marzo a Junio de 2017. El procedimiento que se ha llevado a cabo en este estudio se detalla en la Figura 1.

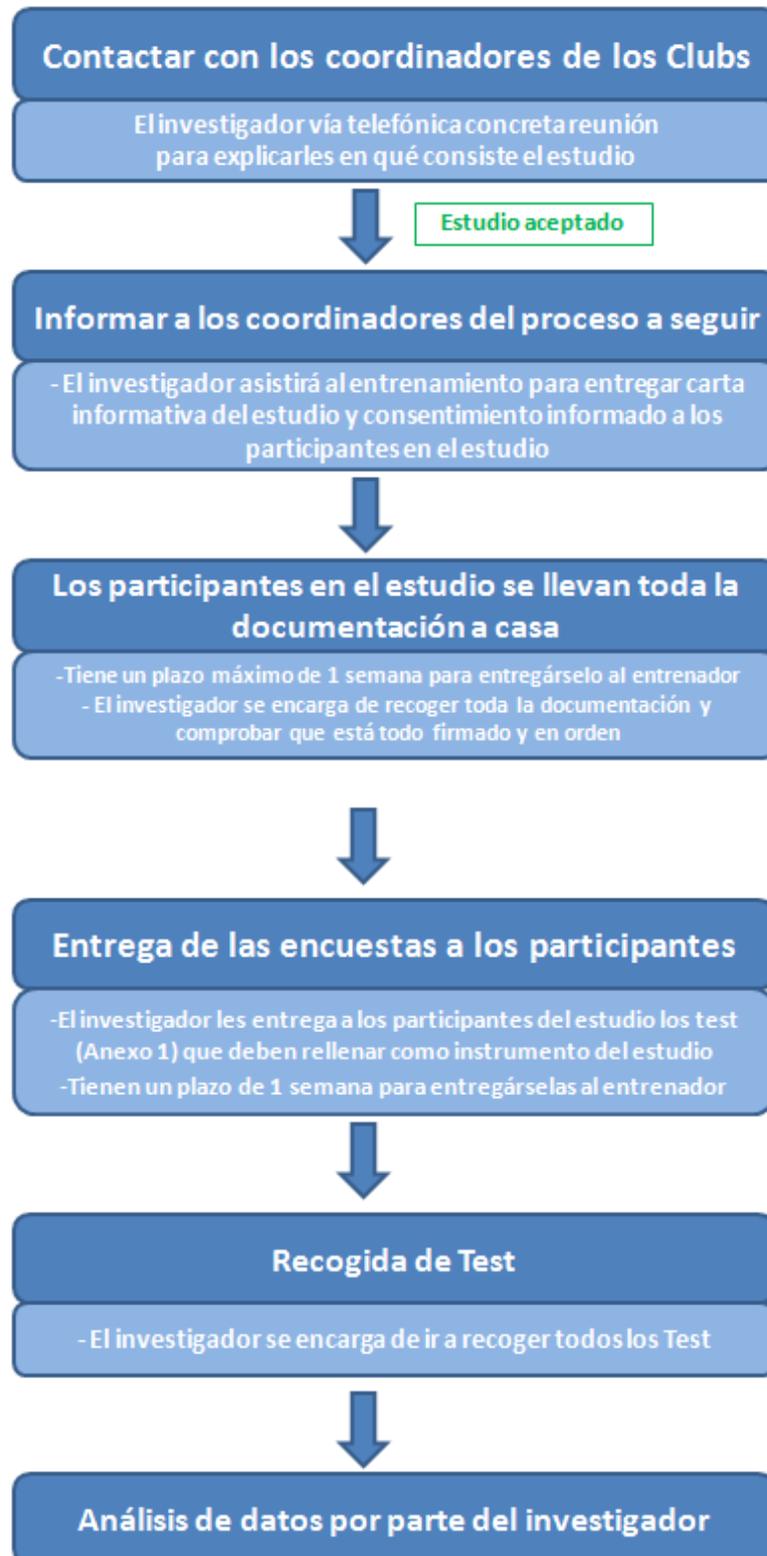


Figura 1. Procedimiento llevado a cabo para realizar el estudio

El primer paso por parte del investigador (alumno del Grado de Ciencias de la Actividad Física y Deporte) ha sido contactar con los coordinadores de los clubs, clubs con los que iba a trabajar, vía telefónica para concretar una reunión en la que se les informó del objetivo del estudio y del procedimiento a seguir.

Una vez aceptada su participación en el proyecto, el investigador informó a los coordinadores que advirtieran e informaran a los entrenadores del proyecto (de la categoría infantil, cadete, juvenil y senior de cada club) del que iban a formar parte, además de que avisaran de la asistencia del investigador a sus entrenamientos ya que se iba a entregar una carta informativa sobre el estudio (Anexo 2) en la que se explicaba el propósito y las características del mismo. Además se entregaba a cada equipo los consentimientos informados para que fuesen firmados por los tutores (padre, madre o tutor legal) o por el mismo participante en caso de que fuese mayor de edad (Anexo 3).

Los jugadores tenían un plazo máximo de una semana para entregárselo a su entrenador. El investigador se encargaba de ir al entrenamiento del club a recoger toda la documentación.

Cuando todos los consentimientos informados estaban firmados, se les entregaba a los participantes del estudio (jugadores de los equipos de los clubs) las encuestas (test) que debían completar como instrumentos del estudio. (Anexo 1).

Los jugadores se llevaban la documentación a casa y así la realización de la encuesta era de manera totalmente individual, sin la presencia ni del entrenador ni del investigador desarrollándose de manera confidencial sin ninguna distracción ni presión.

Al igual que los consentimientos informados, los participantes tenían un plazo de una semana para entregarle las encuestas a su correspondiente entrenador y posteriormente el investigador principal iba a recoger todos los tests.

### **Aspectos éticos**

Los jugadores de ambos clubs incluidos en el estudio han sido informados sobre el mismo y para ello han tenido que firmar previamente un consentimiento informado (Anexo 3)

Los datos de los jugadores incluidos en el estudio son confidenciales de acuerdo a la normativa vigente de protección de datos. Los jugadores son etiquetados con un

número. Toda la información recogida sobre los mismos ha sido etiquetada con ese código de modo que en ningún momento se releva la identidad del jugador.

### **Análisis estadístico**

Todas las variables del estudio han sido recogidas en una tabla de Microsoft Excel® y posteriormente ha sido exportada al programa PASW Statistics 18®, con el cual se han realizado los análisis estadísticos que se detallan a continuación:

- Para saber si los datos siguen una distribución normal y si es posible realizar la prueba T-student y ANOVA realizamos el test de Kolgomorov-Smirnov.
- Las variables cuantitativas se describen con medidas de posición, principalmente media y desviación estándar. Las pruebas estadísticas realizadas, para conocer si existen diferencias estadísticamente significativas, han sido T-student para muestras independientes cuando la variable es dicotómica y ANOVA cuando tenemos más de dos variables a contrastar.
- Para conocer la correlación entre las variables cuantitativas realizamos la prueba estadística de correlación de Pearson.

## **5. RESULTADOS**

Los resultados globales de las encuestas o Test se exponen en la tabla 2.

**Tabla 2. Estadísticos descriptivos de los Test realizados por los participantes**

<b>Variables</b>	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b>Apoyo a la autonomía</b>	5.57	0.74	3.20	6.87
<b>Estilo controlador del entrenador</b>	2.47	1.13	1.00	6.00
<b>Frustración de las NPB</b>	2.96	1.15	1.08	5.92
- <b>Autonomía</b>	3.13	1.27	1.00	6.50
- <b>Competencia</b>	2.98	1.30	1.00	5.25
- <b>Relación social</b>	2.76	1.24	1.00	6.75
<b>Satisfacción de las NPB</b>	3.92	0.43	3.00	4.78
- <b>Autonomía</b>	3.34	0.74	1.38	4.75
- <b>Competencia</b>	4.05	0.53	2.43	5.00
- <b>Relación social</b>	4.38	0.53	3.00	5.00
<b>Motivación intrínseca</b>	5.64	0.81	3.27	2.33
<b>Motivación extrínseca</b>	4.39	1.05	2.33	6.50
<b>Desmotivación</b>	2.92	1.49	1.00	6.00
<b>Compromiso deportivo</b>	4.29	0.72	2.00	5.00
<b>Diversión</b>	4.06	0.99	1.00	5.00

La correlación entre las variables del estudio se detalla en la tabla 3.

**Tabla 3. Correlación entre las variables del estudio**

	Apoyo a la autonomía	Estilo controlador del entrenador	Frustración de la NPB			Satisfacción de las NPB			Motivación intrínseca	Motivación extrínseca	Desmotivación	Compromiso deportivo	Diversión
			Autonomía	Competencia	Relación social	Autonomía	Competencia	Relación social					
<b>Apoyo a la autonomía</b>	1												
<b>Estilo controlador del entrenador</b>	-0.179	1											
<b>Frustración de las NPB</b>													
- Autonomía	-0.385*	0.685*	1										
- Competencia	-0.282*	0.511*	0.698*	1									
- Relación social	-0.238*	0.651*	0.723*	0.776*	1								
<b>Satisfacción de las NPB</b>													
- Autonomía	0.603*	0.420*	-0.276*	-0.216*	0.012	1							
- Competencia	0.050	-0.002*	-0.123	-0.310*	-0.119	0.206*	1						
- Relación social	0.170	-0.279*	-0.373*	-0.475*	-0.521*	0.170	0.381*	1					
<b>Motivación intrínseca</b>	0.404*	0.470	-0.069	-0.110	-0.055	0.325*	0.399*	0.204*	1				
<b>Motivación extrínseca</b>	0.160	0.322*	0.175	0.050	0.060	0.280*	0.146	0.211*	0.279*	1			
<b>Desmotivación</b>	-0.145	0.452*	0.500*	0.599*	0.534*	0.125	-0.383*	-0.336*	-0.228*	0.332*	1		
<b>Compromiso deportivo</b>	0.461*	-0,100	-0.229*	-0.193*	-0.321*	0.301*	0.345*	0.512*	0.511*	0.295*	-0.310*	1	
<b>Diversión</b>	0.420*	-0,980	-0.395*	-0.486*	-0.423*	0.425*	0.117	0.602*	0.150	0.421*	-0.142	0.556*	1

\*La correlación es estadísticamente significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

En la tabla 4, se muestran los estadísticos descriptivos (media y desviación estándar) de los tests (o encuestas) en función del tiempo que llevan los participantes jugando a fútbol sala, más o menos de 10 años, y el nivel de significación (T-Student)

**Tabla 4. Estadísticos descriptivos y nivel de significación de los Test en función del tiempo que llevan jugando a fútbol sala**

	Menos de 10 años jugando a fútbol (N=58)		Más de 10 años jugando a fútbol (N=56)		P
	Media	DT	Media	Desviación	
Apoyo a la autonomía	5.59	0.78	5.54	0.70	0.711
Estilo controlador del entrenador	2.55	1.22	2.37	1.02	0.407
Frustración de las NPB	2.89	1.15	3.03	1.15	0.521
- Autonomía	3.40	1.28	3.17	1.27	0.782
- Competencia	2.85	1.29	3.12	1.31	0.276
- Relación social	2.72	1.23	2.80	1.25	0.720
Satisfacción de las NPB	3.99	0.43	3.84	0.41	0.073
- Autonomía	3.42	0.80	3.25	0.67	0.236
- Competencia	4.11	0.55	4.45	0.52	0.203
- Relación social	4.45	0.52	4.31	0.54	0.172
Motivación intrínseca	5.75	0.85	5.54	0.77	0.174
Motivación extrínseca	4.58	1.02	4.19	1.06	0.046*
Desmotivación	3.06	1.61	2.78	1.34	0.310
Compromiso deportivo	3.71	0.52	3.32	0.61	0.000*
Diversión	4.25	0.88	3.87	1.09	0.043*

\*Diferencias estadísticamente significativas

Los resultados de los Test (media (desviación estándar)) en función de la categoría de fútbol sala a la que pertenecen los participantes, independientemente del Club Deportivo en el que jueguen, y el grado de significación (ANOVA) se exponen en la tabla 5.

**Tabla 5. Estadísticos descriptivos y nivel de significación de los Test en referencia a la categoría de fútbol sala en la que juegan**

	<b>Infantil</b>	<b>Cadete</b>	<b>Juvenil</b>	<b>Senior</b>	<b>P</b>
	<b>M(DT)</b>	<b>M(DT)</b>	<b>M(DT)</b>	<b>M(DT)</b>	
Apoyo a la autonomía	5.86 (0,66)	5.25 (0,6)	5.65 (0,57)	5.46 (0,89)	0.007*
Estilo controlador del entrenador	2.99 (1,50)	2.18 (0,65)	2.46 (1,16)	2.13 (0,66)	0.008*
Frustración de las NPB	3.15 (1,39)	2.62 (0,80)	2.89 (1,18)	3.15 (1,09)	0.008*
- Autonomía	3.20 (1.48)	3.16 (1.21)	3.15 (1.37)	2.99 (0.96)	0.934
- Competencia	3.20 (1.48)	2.61 (1.01)	2.73 (1.23)	3.36 (1.30)	0.091
- Relación social	3.06 (1.49)	2.09 (0.56)	2.78 (1.27)	3.11 (1.18)	0.005*
Satisfacción de las NPB	4.05 (0,43)	3.88 (0,36)	4.00 (0,36)	3.70 (0,48)	0.238
- Autonomía	3.76 (0.65)	2.90 (0.80)	3.40 (0.61)	3.23 (0.59)	0.000*
- Competencia	4.03 (0.54)	4.11 (0.60)	4.20 (0.45)	3.86 (0.48)	0.125
- Relación social	4.36 (0.55)	4.67 (0.28)	4.43 (0.50)	4.02 (0.56)	0.000*
Motivación intrínseca	5.76 (0.93)	5.71 (0.53)	5.61 (0.96)	5.48 (0.79)	0.572
Motivación extrínseca	5.05 (0.89)	4.45 (0.82)	4.17 (1.08)	3.72 (0.99)	0.000*
Desmotivación	3.93 (1,64)	2.33 (1,02)	2.42 (1,51)	2.82 (1,49)	0.000*
Compromiso	4.31 (0,62)	4.42 (0,63)	4.56 (0,57)	3.86 (0,89)	0.002*
Diversión	4.36 (0,53)	4.13 (0,73)	4.38 (0,79)	3.29 (1,44)	0.000*

\*Diferencias estadísticamente significativas

## 6. DISCUSIÓN

Durante el estudio se ha pretendido analizar los factores sociales y motivacionales que influyen en la diversión del deportista además de en la adherencia a la práctica de actividades físico-deportivas de jóvenes deportistas; para ello, se trataron de testar los postulados teóricos establecidos por la teoría de la autodeterminación. En este sentido, se analizó el efecto del estilo interpersonal del entrenador percibido por los deportistas (considerado como un factor social) sobre la satisfacción o frustración de sus necesidades psicológicas básicas, con qué tipo de motivación se relaciona y cuáles son las consecuencias que todo ello conlleva. Consecuencias contrapuestas como son el compromiso deportivo y el abandono de la práctica también se han evaluado en el estudio. Finalmente se ha valorado la diversión que el deportista siente al jugar a fútbol sala en función de cuál es el estilo interpersonal que promueve su entrenador.

La mayoría de los estudios que existen hasta la fecha<sup>9, 37</sup> se han centrado en comprobar algunas de las relaciones propuestas por la teoría de la autodeterminación, pero no analizan la secuencia completa: factores sociales-necesidades psicológicas

básicas-motivación-consecuencias. Es por ello que este estudio permite profundizar un poco más en el mecanismo motivacional que podría regir los procesos de adherencia a la práctica deportiva además de los procesos que afectan a la diversión durante dicha práctica.

Analizando la primera hipótesis que plantea nuestro estudio la cual afirma que el estilo controlador por parte del entrenador estará relacionado con la frustración de necesidades psicológicas básicas conllevando a su vez una motivación de carácter extrínseco que puede tener consecuencias nefastas para el deportista como el abandono deportivo o en su defecto una ausencia de compromiso deportivo y desmotivación. En la tabla 3 podemos observar una relación positiva estadísticamente significativas entre un estilo controlador del entrenador con la frustración de las necesidades psicológicas básicas viéndose frustradas tanto la percepción de autonomía y la percepción de competencia como las relaciones sociales, de modo que, se confirma la primera parte de la hipótesis. A su vez en la misma tabla podemos observar como un estilo controlador está correlacionado positiva y significativamente con la motivación extrínseca, además de estar también relacionado con la desmotivación del deportista de manera significativa, y esto, en un gran número de ocasiones supondrá un abandono de la práctica físico deportiva. Por lo tanto, podemos confirmar la última parte de nuestra hipótesis. Esto es debido a que el estilo controlador tiende a imponer tanto tareas como patrones de conducta lo que hace sentir al deportista al margen de la toma de decisiones, coartando su creatividad, frustrando su necesidad de autonomía y haciendo que este menos motivado por la realización de actividad físico deportiva. Además, al tratarse de un estilo interpersonal que tiende a comparar socialmente a unos y otros, centrándose principalmente en el resultado, el entrenador limita la percepción de competencia por parte del deportista y también, esa comparación social no ayuda a hacer que los jugadores compitan unos contra otros haciendo ver a sus compañeros como enemigos lo que coacciona las relaciones sociales del deportista haciendo que esté menos motivado por ir a entrenar. Igualmente un entrenador que promueve un estilo controlador tiende a intimidar, gritar y castigar al deportista frustrando y desmotivando al deportista. Por consiguiente un jugador frustrado y desmotivado tenderá a no divertirse durante la práctica físico deportiva además de que estará poco comprometido con la práctica.

Dichos resultados concuerdan con un estudio realizado en 2012 por Isabel Castillo et al<sup>29</sup> donde la percepción de un estilo controlador por parte del entrenador actuaba de predictor positivo de la motivación de carácter extrínseco y de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, donde cada una de estas necesidades a su vez se relacionaba con la desmotivación.

Tras la extracción de los resultados y focalizando nuestra atención en la segunda hipótesis de estudio la cual proponía que un estilo interpersonal que apoye la autonomía se relacionará positivamente con la satisfacción y atención de las necesidades psicológicas básicas que a su vez estará íntimamente relacionado con una motivación de carácter autodeterminado que conllevará la diversión en la práctica físico deportivo, además de un compromiso deportivo, creando una adherencia a la práctica físico deportiva. Podemos certificar y confirmar dicha hipótesis puesto que, como observamos en la tabla 3, un estilo interpersonal del entrenador, el cual se caracteriza por apoyar la autonomía del deportista está relacionado significativamente y de manera positiva con una motivación de carácter intrínseco, además de estar relacionado a su vez con una satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deportista siendo esta relación de carácter significativo en el caso de la autonomía. Además, dicha relación no termina ahí sino que podemos afirmar que un estilo interpersonal que apoye la autonomía tiene una relación positiva y significativa con el compromiso deportivo y la diversión durante la práctica como se expone en la tabla 3. Por otro lado, como podemos observar en la tabla 3, el compromiso deportivo está directamente relacionado con la diversión de manera significativa, por lo que podemos confirmar por completo la hipótesis planteada al inicio del estudio.

Por lo tanto, con todo lo expuesto anteriormente, podemos confirmar lo propuesto por Ryan y Deci<sup>13, 23</sup> en la teoría de la autodeterminación en cuyo trabajo relacionan positivamente estilo de apoyo a la autonomía por parte del entrenador con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca, el compromiso deportivo y la diversión. También con estos datos apoyamos resultados similares obtenidos en otros trabajos como el de Balaguer, I, Castillo, I. y Duda, J. L<sup>28</sup>, donde se relaciona positivamente el apoyo a la autonomía con la atención a las necesidades psicológicas básicas siendo esa relación con una mayor intensidad en la necesidad de autonomía. A su vez en dicho estudio se relaciona de manera positiva la atención a las necesidades psicológicas básicas con la motivación autodeterminada

siendo esta motivación autodeterminada un predictor positivo de bienestar del deportista.

Asimismo, en la tabla 3 podemos observar como un estilo interpersonal que realiza un apoyo a la autonomía está correlacionado negativa significativamente con la frustración de las necesidades básicas con lo que podemos afirmar que un entrenador que apoya la autonomía de los jugadores no solo va a satisfacer las necesidades psicológicas básicas de los mismos sino que además va a evitar la frustración de las mismas resultados congruentes en relación al trabajo realizado por Isabel Castillo et al<sup>29</sup> donde se puede observar que la atención a la autonomía por parte del entrenador evita la frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Del mismo modo analizando la tabla 3 podemos concluir que tanto la diversión como el compromiso deportivo están relacionados de manera significativamente negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas. Con lo que podríamos decir que un estilo interpersonal por parte del entrenador que frustre las necesidades psicológicas básicas de los deportistas coartará la diversión y el compromiso deportivo de los mismos que a su vez puede producir la desmotivación del sujeto puesto que se relaciona de manera significativamente positiva la desmotivación con la frustración de necesidades. También podemos ver en esta misma tabla como existe una relación negativa, aunque no sea de manera significativa, entre el estilo controlador y las variables diversión y compromiso por lo que podemos afirmar que desarrollando un estilo interpersonal que imponga y controle en exceso estaremos coartando la diversión y el compromiso deportivo de nuestros deportistas. Todo ello es debido a que el estilo de apoyo a la autonomía cede responsabilidades a los jugadores, además de que les otorga poder en la toma de decisiones fomentando en ellos la iniciativa lo que hace que se sientan más autónomos y motivados a la hora de desarrollar su práctica físico deportiva. Igualmente nos encontramos ante un estilo interpersonal que utiliza metodologías de carácter indagatorio como por ejemplo la resolución de problemas lo que hace que los alumnos se interesen más por el aprendizaje, estando más motivados y sintiéndose más competentes a la hora de enfrentarse a situaciones reales del juego. Por otro lado, el estilo de apoyo a la autonomía se caracteriza por una mayor preocupación por el proceso y el esfuerzo personal lo que ayuda al deportista a centrarse en su mejora personal sin importar el resultado del partido o del juego propuesto ayudando a que se sientan más competentes, motivados por su progreso y satisfechos por el trabajo

realizado. También al tratarse de un estilo que promueve el aprendizaje colaborativo entre los participantes, el entrenador ayuda al deportista a que se sienta apreciado y socialmente aceptado por parte de sus compañeros lo que satisface esa necesidad de relación social. De este modo podemos ver como el estilo de apoyo a la autonomía satisface desde diferentes ángulos las necesidades y motivaciones del deportista lo que conlleva una serie de consecuencias positivas como son el compromiso deportivo y la diversión.

Además de toda la información expuesta hasta el momento, la cual nos ha ayudado a apoyar y certificar las dos primeras hipótesis que nos habíamos planteado, también pretendemos conocer las diferentes entre los deportistas de diferentes categorías y cómo varía su percepción de la motivación, compromiso y satisfacción a lo largo de los años. Es por ello por lo que nos centramos en validar la última de las hipótesis propuesta para el estudio la cual predecía la existencia de una evolución en la motivación, compromiso y en el disfrute de los deportistas conforme su edad, categoría y experiencia deportiva aumenten. Encontrándonos con deportistas más motivados, comprometidos y que disfrutaban más al inicio de su andadura deportiva y reduciéndose esa motivación, compromiso y disfrute conforme su edad avanza.

En lo que a la motivación se refiere podemos observar como en la tabla 5 disminuye la motivación tanto de carácter intrínseco como extrínseco siendo esta última la que presenta diferencias estadísticamente significativas conforme los jugadores van subiendo de categoría, pudiendo así confirmar parte de la última hipótesis propuesta. Todo ello puede ser debido a que comienzan realizando la actividad por presiones, reconocimientos sociales o recompensas y conforme avanza su trayectoria van perdiendo el interés por la práctica.

En cuanto a las categorías de fútbol sala, podemos observar en la tabla 5 como los jugadores de la categoría Senior son los sujetos con un menor grado de compromiso deportivo existiendo entre las categorías diferencias estadísticamente significativas. Del mismo modo, en la tabla 5, se expone la existencia de otra diferencia estadísticamente significativa entre los jugadores de las categorías estudiadas destacando que los jugadores de la categoría senior son los que menos se divierten a la hora de practicar la disciplina. Con estos datos obtenidos podemos certificar parte de la hipótesis a contrastar puesto que conforme ha avanzado la andadura deportiva de los sujetos han ido perdiendo tanto compromiso como diversión llegando hasta los valores más bajos al

final de su trayectoria deportiva. Esto puede ser debido por una parte a una mayor exigencia deportiva de la categoría senior, lo que hace sentir más presión a los deportistas haciendo que se diviertan menos, por otro lado al ser deportistas de una edad avanzada tienen más responsabilidades que los jugadores de menor edad y es por eso por lo que disponen de menos tiempo para la práctica del fútbol sala y por ello se comprometen en menor medida con la práctica físico deportiva.

Finalmente, en lo que respecta experiencia deportiva y centrando nuestra atención en la tabla 4 podemos ver como existen diferencias estadísticamente significativas entre la diversión de los jugadores que llevan practicando el fútbol sala menos de 10 años y los que superan la década. Con lo que podemos afirmar que los jugadores con menos experiencia disfrutan más con la práctica del fútbol sala que los más expertos. Lo mismo sucede con la motivación aunque de carácter extrínseco en la cual los jugadores que llevan menos de 10 años de práctica están más motivados que los que llevan más de 10 años y esto es estadísticamente significativo. Con dichos resultados podemos confirmar la última hipótesis a contrastar puesto que observamos una evolución en las motivaciones, compromiso y disfrute de los deportistas. Esto puede deberse a que los jugadores se encuentran desgastados por la práctica deportiva y por la interrelación de factores sociales como pueden ser el estilo interpersonal de los distintos entrenadores que han ido teniendo a lo largo de su trayectoria deportiva.

## **Limitaciones del estudio**

La principal limitación del estudio ha sido la recogida de datos. El hecho de que las encuestas fuesen en papel y que los jugadores se llevasen a casa la documentación para rellenarla, además de previamente firmar los consentimientos, ha retrasado la recogida de los datos puesto que a muchos se les olvidaba traerlo y no lo traían en la fecha prevista. Pensando en dicha limitación, se podría solucionar de dos maneras distintas. Una de las posibles opciones futuras para mejorar este aspecto es realizar las encuestas vía informática u online mediante doodle ya que los participantes en el estudio son personas jóvenes muy integradas en la era de la tecnología de modo que realizar la encuesta online podría ser una opción, aunque tampoco aseguraríamos que lo hiciesen en el periodo de tiempo propuesto. La otra opción, en la cual sí que recogeríamos los test en el tiempo propuesto, es repartir las encuestas a principio del entrenamiento y darles 10-15 minutos para que personalmente cada uno la conteste y tras esto recogerlas.

Por otro lado, el tamaño de la muestra puede ser otro factor limitante. En este caso, el estudio no tiene un tamaño de muestra reducido pero sí limitante por varios motivos. El primero de ellos es que todos los participantes incluidos en el estudio son del género masculino de modo que si se incluyese el género femenino y tuviésemos en cuenta ambos géneros en el estudio, éste sería más enriquecedor e interesante. Otra limitación es que sólo se han incluido dos clubs en el estudio por lo que no podríamos decir que esto fuese representativo de la ciudad de Zaragoza. Sería necesario incluir muchos más clubs para que la muestra fuese realmente significativa y por lo tanto extrapolable a la población. Por último, también podría ser una limitación el hecho de que los equipos de fútbol sala estudiados son de la misma ciudad y quizá sería interesante analizar otros clubs situados en comunidades autónomas distintas o incluso en otros países.

Este estudio ha incluido variables, como los distintos tipos de motivación y las necesidades psicológicas básicas, que podrían ser la base de futuras investigaciones que pretendan estudiar todo esto de manera más amplia y con mayor número de muestra.

Finalmente, otra de las limitaciones es el tipo de estudio. Se trata de un estudio transversal de modo que sólo podemos tener en cuenta las relaciones y diferencias entre las variables estudiadas mientras que no podemos conocer su evolución en el tiempo al no tratarse de un estudio longitudinal de modo que no podemos establecer direcciones causales.

## **7. CONCLUSIONES**

El estilo interpersonal del entrenador tiene un papel fundamental en el funcionamiento psicológico de los deportistas afectando tanto a motivaciones como a sus necesidades psicológicas. El entrenador que cede apoyo a la autonomía satisface las necesidades psicológicas básicas de los jugadores, fundamentalmente la necesidad de autonomía, y estos tienen una motivación más autodeterminada. Como consecuencia los jugadores están más adheridos y comprometidos con la práctica deportiva y además disfrutan más durante la realización de la actividad. Sin embargo, un entrenador que tiene un estilo controlador frustra las necesidades de sus deportistas los cuales se sienten desmotivados y muestran desinterés por la práctica físico-deportiva lo cual genera un abandono de la práctica. Es por ello por lo que resulta fundamental desarrollar un estilo interpersonal que favorezca la autonomía de los jugadores.

Todas estas variables, principalmente compromiso deportivo y diversión, también están influenciadas por el tiempo que los jugadores llevan realizando fútbol sala y en relación a esto la categoría en la que se encuentran.

## **8. FINAL CONCLUSIONS**

The interpersonal style of the coach has a fundamental role in the psychological functioning of athletes affecting both motivations and their psychological needs. The coach who gives support to autonomy satisfies the basic psychological needs of players, mainly autonomy need and their motivations are more self-determined. As a consequence the players are more adherent and committed to the sport practice and more enjoy during the activity develop. However, a coach that has a controller interpersonal style frustrated the needs of their athletes who feel unmotivated and disinterested by the physical-sport practice which generates an abandonment of the practice. This is reason why it is fundamental to develop an interpersonal style that favors the autonomy of the players.

All these variables, mainly sporting commitment and fun, are also influenced by the time that players are playing football and in relation to the category in which they are.

## 9. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Deducimos en el estudio que un entrenador que cede soporte de autonomía a sus jugadores va a satisfacer sus necesidades psicológicas básicas consiguiendo que tengan una mayor motivación autodeterminada influyendo directamente en la diversión y en el compromiso deportivo. Como consideramos fundamental que nuestros deportistas tengan un arraigo y que sientan un bienestar por la práctica físico deportiva identificamos la necesidad de desarrollar una serie de pautas con las que el entrenador puede dotar su intervención didáctica cediendo un soporte de autonomía a sus jugadores. Para que el docente pueda desarrollar dicho soporte de autonomía es necesario que haga sentir a sus pupilos que son competentes y autónomos ayudando a su vez a que tenga una buena relación con las personas que les rodean. Nos centraremos entonces en exponer una serie de directrices metodológicas con las que es conveniente guiar la práctica deportiva de los participantes para desarrollo íntegro de sus necesidades y motivaciones.

<b>PARA HACER SENTIR COMPETENTES A LOS JUGADORES</b>	
<b>ESTRATEGIAS</b>	<b>EJEMPLOS PRÁCTICOS</b>
<b>Utilizar metodologías de enseñanza de carácter indagatorio como la resolución de problemas o el descubrimiento guiado</b>	El objetivo de este juego es que tenéis que conseguir llevar la pelota hasta la línea de fondo rival habiéndola tocado todos los miembros del equipo.
<b>Dar feedback positivos o utilizar la técnica “sándwich” en la que tras reforzar positivamente corregimos algún aspecto de la ejecución.</b>	Buen pase pero recuerda golpear con el interior, ¡sigue así!
<b>Dar instrucciones claras y dotarlas con reglas de acción fundamentales de las tareas propuestas tanto en la información inicial como en el feedback</b>	Para la información inicial: Para la realización de esta tarea es fundamental levantar la cabeza y golpear con el interior.  Para el feedback: Recuerdo levantar la cabeza y golpear con el interior

<b>Adaptar las tareas al nivel del deportista. Para atender la diversidad y hacer sentir al jugador capaz de superar los problemas que se le presentan.</b>	Plantear tareas con diferentes niveles de ejecución donde los jugadores con menor habilidad puedan superar alguno de los niveles
<b>Ayudar al deportista durante aprendizaje corrigiendo</b>	Acercarnos al deportista para saber si tiene alguna duda o para corregirle algún aspecto de su ejecución.
<b>Crear un clima de aprendizaje donde los jugadores no tengan miedo a equivocarse.</b>	Hacer conscientes a los jugadores de que estamos ahí para aprender y equivocarnos. Cuando un jugador falle no le machaco sino que le animo a seguir intentándolo.
<b>Utilizar premios y no castigos.</b>	Cuando algún jugador tiene un comportamiento que queremos desechar. Premiaremos al resto permitiéndoles elegir la siguiente tarea a realizar.

<b>PARA APOYAR LA AUTONOMÍA DE LOS JUGADORES</b>	
<b>ESTRATEGIAS</b>	<b>EJEMPLOS PRÁCTICOS</b>
<b>Dar diferentes opciones y evitar la imposición fomentando la libre elección tanto para seleccionar las tareas como para su realización.</b>	Para trabajar el pase podéis elegir entre jugar rondos o posesiones. Si lo preferís lo podemos hacer por parejas.  Vamos a realizar tiros a puerta podéis tirar desde donde queráis con la parte del pie que creáis más conveniente.
<b>Ceder responsabilidades y poder de decisión a los jugadores</b>	Otorgar funciones y roles dentro del equipo. (dirigir el calentamiento, encargado de material...) y dar libertad de elección del tipo de tareas a realizar o de las normas a seguir durante la tarea.

<b>Utilizar feedback interrogativo promoviendo la reflexión del participante haciendo consciente su conducta en cada momento.</b>	¿Dónde está el espacio? Por ello ¿hacia dónde realizaras el movimiento? ¿Por qué?
<b>Explicar el porqué y el para qué sirven las tareas que realizamos.</b>	Vamos a trabajar los pases porque este fin de semana fallamos un montón. Para mejorarlos vamos a hacer una posesión
<b>Fomentar la iniciativa y creatividad de nuestros jugadores</b>	En esta tarea quiero que creéis regates
<b>El entrenador debe de ser un guía que base su enseñanza en el esfuerzo, el crecimiento personal dando mayor importancia al proceso frente al resultado</b>	Muy bien jugado, habéis hecho un grandísimo trabajo, el gol ya llegará

<b>PARA FAVORECER LA RELACIÓN SOCIAL DE NUESTROS JUGADORES</b>	
<b>ESTRATEGIAS</b>	<b>EJEMPLOS PRÁCTICOS</b>
<b>Hacer sentir a todos los jugadores que son importantes y participes tanto en partidos como en entrenamientos.</b>	Dar minutos a todos equitativamente haciendo que participen del mismo modo.  Dar las mismas oportunidades de participación a todos
<b>Evitar en cualquier caso la discriminación y favoritismos.</b>	No reforzar positivamente siempre a los mismos dejando al resto desatendidos
<b>Fomentar la cooperación entre los jugadores.</b>	Realizar juegos cooperativos para que colaboren unos con los otros. Por ejemplo el naufragio.
<b>Ser cercano con los jugadores y preocuparse por ellos no solo en el plano deportivo sino también en el personal.</b>	Hablar con los jugadores fuera del entrenamiento, saber cómo se sienten, que les gusta...

## 10. BIBLIOGRAFÍA

1. Castillo I, Balaguer I, García-Merita M. Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Rev Psicol del Deporte*. 2007; 16(2):201–10.
2. Joint Position Statement: nutrition and athletic performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. American College of Sports Medicine, American Dietetic Association, and Dietitians of Canada. 2000; 32(12), 2130.
3. Delgado Fernández M, Tercedo Sánchez P. Actividad Física para la Salud: Reflexiones y Perspectivas.
4. Marquez S. Beneficios psicológicos de la actividad física. *Rev Psicol Gen Apl*. 1995;48(1):185–206.
5. Ramírez W, Vinaccia S, Ramón G. El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Rev Estud Soc*. 2004;(18):67–75.
6. Luengo Vaquero, C.. Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 2007; 7(27).
7. Campos Izquierdo A, González Rivera MD. El alumnado en la práctica de las actividades físico-deportivas extraescolares de los centros educativos de Educación Primaria. *Rev Transm del Conoc Educ y la Salud*. 2010;2(6):576–602
8. Boixadós, M., y Valiente, L. Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de psicología del deporte*, 2007; 7(1).
9. Moreno, J. A. Cervelló, E. y González-Cutre, D. Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 2007; 1(25), 35-51
10. Moreno, J. M., Cerezo, C. R., y Guerrero, J. T. Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de educación*, 2010; 353, 495-519.
11. Mollá Serrano, M. La influencia de las actividades Extraescolares en los Hábitos deportivos de los Escolares. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 2007; 7(27).
12. Goldstein, M., and Heaven, P. C. Perceptions of the family, delinquency, and emotional adjustment among youth. *Personality and individual differences*, 2000; 29(6), 1169-1178.
13. Deci, E. L, and Ryan, R. M. The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*. 1985; 19(2), 109-134.
14. 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

15. Cavill, N., Biddle, S. y Sallis, J. F. Health enhancing physical activity for young people: statement of consensus of the United Kingdom expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science*, 2001; 13, 20-25
16. Tammenlin, T., Ekelund, U., Remes, J. and Nayha, S. Physical activity and sedentary behaviours among Finnish youth. *Medicine and Science in Sports & Exercise*, 2007; 39, 1067-1074.
17. Balaguer, I., y Castillo, I. Actividad física, ejercicio físico y deporte en la adolescencia temprana. *Estilos de vida en la adolescencia*, 2002; 19, 37-64
18. Balaguer. *Estilos de vida en la adolescencia*. 2002; Ed 1, Valencia: Promolibro.
19. Castillo, I. Socialización de los estilos de vida y de la actividad física: Un estudio piloto con jóvenes valencianos. *Universidad de Valencia: Tesis de licenciatura*. 1995
20. Moreno, J.A.; Cervello, E.; Martínez, A. Validación de la Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física: Diferencias por motivos de participación. *Anales de psicología*, Murcia, v. 23, n. 1, p. 167-176, 2007
21. Deci, E. L. and Ryan, R. M. The " what" and " why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 2000; 11(4), 227-268.
22. Deci, E. L. and Ryan, R. M. Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. *Handbook of self-determination research*, 2002; 3-33.
23. Ryan, R. M., and Deci, E. L. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 2000; 25(1), 54-67.
24. Arias, A. G., Castuera, R. J., Arroyo, M. P. M., González, L. G., Navarrete, B. M., and Álvarez, F. D. V. Análisis de la motivación intrínseca a través de las necesidades psicológicas básicas y la dimensión subjetiva de la toma de decisiones en jugadores de voleibol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2010; vol 1, 5(1), 29.
25. Moreno Murcia J.A, Conte Marín L, Borges Silva F y González-Cutre D. Necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y propensión a la experiencia autotélica en el ejercicio físico. *Revista Mexicana de Psicología*, 2008; 25(2).
26. Moreno Murcia JA, Conte Marín L, Bordes Silva F, González-Cutre D, Necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y propensión a la experiencia autotélica en el ejercicio físico. *Revista Mexicana de Psicología* 2008; 25, 305-312. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016308010>. Fecha de consulta: 3 de agosto de 2017
27. Sánchez-Oliva, D.; Leo, F. M.; Sánchez-Miguel, P. A.; Amado, D.; García-Calvo, T. Relación del climamotivacional creado por el entrenador con la motivación autodeterminada y la implicación hacia la prácticadeportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2010; 20(6), 177-195. <http://www.cafyd.com/REVISTA/02001.pdf>
28. Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte* 2008; 17(1), 123-139.

29. Castillo I, González L, Fabra P, Mercé J, y Balaguer. Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2012; 12(1), 143-146
30. Vallerand, R. J. A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. *Advances in motivation in sport and exercise*. 2001; 263-320
31. Ryan, R. M., and Deci, E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 2000; 55(1), 68
32. Ryan, R. M., and Deci, E. L. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 2000; 25(1), 54-67.
33. Murcia, J. A. M., de San Román, M. L., Galindo, C. M., Alonso, N. and González-Cutre, D. Peers' influence on exercise enjoyment: A self-determination theory approach. *Journal of sports science and medicine*, 2008; 7(1), 23.
34. García-Calvo, T., Sánchez Miguel, P. A., Leo Marcos, F. M., Sánchez Oliva, D. y Amado Alonso, D. Incidencia de la Teoría de Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2011; 7(25).
35. Scanlan, T. K., Simons, J. P., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W. y Keeler, B. The sport commitment model: Measurement development for the youth-sport domain. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 1993; 15, 16-38.
36. Scanlan, T. K., Russell, D. G, Beals, K. P. and Scanlan, L. A. Project on elite athlete commitment: A direct test and expansion of the sport commitment model with elite amateur sportsmen. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2003; 25,377-401.
37. Leo, F. M., Gómez, F. R., Sánchez Miguel, P. A., Sánchez, D. y García Calvo, T. Análisis del compromiso deportivo desde la perspectiva de la teoría de autodeterminación, en jóvenes futbolistas. *European Journal of Human Movement*, 2009; 23.
38. Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L. y Tomás, I. Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 2009; 18(1).
39. Williams, G. C., Grow, V. M., Freedman, Z. R., Ryan, R. M and Deci, E. L. Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of personality and social psychology*, 1996; 70(1), 115.
40. Reinboth, M., Duda, J. L. and Ntoumanis, N. Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 2004; 28 (3), 297-313
41. Castillo, I., Fabra, P., Marcos, D., González, L., Bartholomew, K.J., Fuentes, A., y Balaguer, I. El Estilo Controlador del Entrenador: Análisis de las propiedades psicométricas. *Simposio sobre "Adaptación y Validación de Cuestionarios en Psicología del Deporte". VII Congreso Iberoamericano de Psicología*. 2010; Oviedo, Asturias. 20-24 julio.

42. Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N. and Thøgersen-Ntoumani, C. The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2010; 32(2), 193-216.
43. Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., Ródenas, L. T., Rodríguez, A., García-Merita, M. y Ntoumanis, N. Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas, en el contexto deportivo: Análisis de las propiedades psicométricas. *VII Congreso Iberoamericano de Psicología*. 2010
44. Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., and Thøgersen-Ntoumani, C. The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2010; 32, 193-216.
45. Moreno Murcia, J. A., González-Cutre Coll, David, Chillón Garzón, Mariana y Rojas, Nicolás, Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 2008; 25(2).
46. Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. La Escala de Motivación Deportiva: una nueva medida de la motivación intrínseca, motivación extrínseca y no-motivación (Análisis psicométrico de la versión española). *Resúmenes del II Congreso Internacional de Psicología aplicada al Deporte*. 2003; 165, Madrid: Dykinson, S.L.
47. Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*. 2007; 24 (2).
48. Pelletier, L. G., Tuson, K. M., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Briere, N. M., and Blais, M. R. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of sport and Exercise Psychology*, 1995; 17(1), 35-53.
49. Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*, 1993; 15(1), 1-15.



## 11. ANEXO 1: Encuestas realizadas a los participantes

En este documento, se detallan una serie de preguntas relacionadas con la práctica habitual de fútbol sala. Sería muy interesante conocer todas tus respuestas sobre este tema para realizar nuestro estudio.

Por favor, lee atentamente todas las preguntas y respóndelas rodeando con un círculo la elegida.

Antes de comenzar con la encuesta propiamente dicha, me gustaría que rellenases una serie de datos personales:

**Año de nacimiento:**

**Edad:**

**Género:**

**Categoría de fútbol sala en la que juegas:**

**Cuántos años llevas jugando a fútbol:**

**Club al que perteneces:**

A través de las siguientes frases, queremos que expreses cómo se comporta tu entrenador contigo mientras practicas fútbol. 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.

### S-SCQ: Valoración de la Percepción del Estilo de Apoyo a la Autonomía

Cuando juego a fútbol (Entrenamientos, partidos...)	Totalmente 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 fútbol	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 por mí como persona	1	2	3	4	5	6	7
13. No me sienta nada bien la forma en que me habla mi entrenador	1	2	3	4	5	6	7
14. Mi entrenador trata de entender cómo 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

## CCBS: Valoración de la Percepción del Estilo Controlador del Entrenador

Cuando juego a fútbol (Entrenamientos, partidos...)	Totalmente 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 al ver las cosas a su manera	1	2	3	4	5	6	7
2. Mi entrenador me grita delante de otros para que haga determinadas cosas	1	2	3	4	5	6	7
3. Mi entrenador sólo 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 (motivarme) 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 fútbol	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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7

## PNTS: Valoración de la frustración de las necesidades psicológicas básicas

Cuando juego a fútbol (Entrenamientos, partidos...)	Totalmente 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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7
2. Hay situaciones en el fútbol que me hacen sentir ineficaz	1	2	3	4	5	6	7
3. En el fútbol me siento presionado para comportarme de una forma determinada	1	2	3	4	5	6	7
4. En el fútbol 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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento frustrado como futbolista 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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7
8. En el fútbol siento que los demás no me tienen en cuenta	1	2	3	4	5	6	7
9. En el fútbol hay situaciones que me hacen sentir incapaz	1	2	3	4	5	6	7
10. Siento que hay personas del fútbol 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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7
12. Tengo la sensación de que otras personas del fútbol me envidian cuando tengo éxito	1	2	3	4	5	6	7

## EMMD: Valoración de la Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas

Quando juego a fútbol (Entrenamientos, partidos...)	Totalmente desacuerdo	Bastante 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 fútbol	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 fútbol	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 fútbol, 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 fútbol	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 apporto 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 fútbol	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 fútbol	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

## SMS: Valoración de la Motivación Autodeterminada

¿Por qué juegas a fútbol?	Totalmente 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 aprende algo más sobre fútbol	1	2	3	4	5	6	7
3. Solía tener buenas razones para practicar fútbol 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 fútbol	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 fútbol si se quiere estar en forma	1	2	3	4	5	6	7
10. Por el prestigio de ser un futbolista	1	2	3	4	5	6	7
11. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mi mismo	1	2	3	4	5	6	7
12. Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando alguno 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 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 fútbol	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 del fútbol	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 esta 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 fútbol	1	2	3	4	5	6	7
26. Porque siento que debo realizar con regularidad fútbol	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

## SCQ: Valoración del Compromiso Deportivo

Me gusta jugar a fútbol porque	Totalmente desacuerdo	Bastante desacuerdo	Indeciso	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Me divierto jugando al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
2. Juego a fútbol para agradar a mis amigos	1	2	3	4	5
3. Dedico mucho tiempo al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
4. Me siento orgulloso de decir a los demás que juego a fútbol	1	2	3	4	5
5. Si abandonase el fútbol echaría de menos a mi entrenador	1	2	3	4	5
6. Creo que debo seguir jugando al fútbol para agradar a mi entrenador	1	2	3	4	5
7. Sería duro para mí dejar el fútbol esta temporada					
8. Si abandonase el fútbol echaría de menos los momentos divertidos que he pasado jugando al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
9. Me lo paso bien jugando al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
10. Si abandonase el fútbol echaría de menos a mis compañeros	1	2	3	4	5
11. Me siento feliz de jugar al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
12. Estoy decidido a seguir jugando al fútbol la próxima temporada	1	2	3	4	5
13. Creo que hay otras actividades más interesantes que el fútbol	1	2	3	4	5
14. Para jugar a fútbol he tenido que renunciar a otras actividades	1	2	3	4	5
15. Juego a fútbol para poder estar con mis amigos	1	2	3	4	5
16. Creo que debo seguir jugando al fútbol porque mis padres han invertido mucho (tiempo, dedicación, dinero... etc)	1	2	3	4	5

17. Creo que debo seguir jugando al fútbol para agradar a mi madre	1	2	3	4	5
18. Creo que debo seguir jugando al fútbol para agradar a mi padre	1	2	3	4	5
19. Me esfuerzo mucho para jugar a fútbol esta temporada	1	2	3	4	5
20. Si abandonase el fútbol, echaría de menos ser jugador	1	2	3	4	5
21. Creo que hay otras actividades más divertidas que el fútbol	1	2	3	4	5
22. Creo que debo seguir jugando al fútbol porque he invertido mucho (tiempo, dedicación, dinero... etc)	1	2	3	4	5
23. Quiero seguir jugando al fútbol esta temporada	1	2	3	4	5

## **12. ANEXO 2: CARTA INFORMATIVA A LOS PADRES, MADRES Y/O TUTORES DE LOS JUGADORES PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO**

Estimadas familias:

Desde la Universidad de Zaragoza estamos llevando a cabo un estudio de investigación para conocer cuál es la influencia del estilo interpersonal de los entrenadores del club en las motivaciones y necesidades psicológicas básicas de los jugadores. Con este estudio pretendemos conocer el motivo de sus comportamientos, saber si los jugadores se divierten con la práctica deportiva, incluso conocer si se encuentran comprometidos con dicha práctica. El objetivo del estudio es comprender cuales son dichas razones y a qué se deben, para posteriormente proponer una serie de pautas de actuación que ayuden a los profesionales a plantear tareas y/o conductas más adecuadas en sus entrenamientos, y de este modo evitar que se produzcan casos de frustración o de abandono de la práctica deportiva. No debemos olvidar que el rol del entrenador es vital para la buena práctica deportiva del niño ya que su correcto desarrollo será esencial en los primeros años de su vida deportiva, de modo que unos buenos consejos y entrenamientos favorecerán el desarrollo físico, psíquico y social del deportista.

Antes de iniciar el proyecto necesitamos el consentimiento del padre/madre o tutor. Para ello le pedimos que autorice que su hijo/a cumplimente un pequeño cuestionario destinado a conocer aspectos relacionados con el entrenamiento que desarrollan en el club. Por ello os solicitamos que cumplimentéis esta hoja y que vuestro hijo/a la entregue en el centro deportivo/club (bien a su entrenador o si no fuese posible al coordinador).

Ante cualquier duda, quedo a su disposición para que me preguntéis lo que sea necesario. También debe conocer que puede retirarse del estudio en el momento que quiera sin tener que dar ninguna explicación y esto no repercutirá a su hijo/a en absoluto. En ningún momento se relevará la identidad de los participantes ya que todos los datos del estudio serán estrictamente anónimos y confidenciales según la Ley de Protección de Datos.

Agradeciendo vuestra colaboración, recibid un cordial saludo.

Firma del padre/madre o tutor (con DNI):

### **13. ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN EL PROYECTO**

#### **TÍTULO DEL ESTUDIO**

Análisis de la conducta del entrenador de fútbol sala: Su impacto en las necesidades psicológicas básicas y en la motivación de los participantes.

#### **AUTORIZACIÓN**

D./Dña. \_\_\_\_\_ (con DNI \_\_\_\_\_),  
padre/madre o tutor del alumno/a \_\_\_\_\_ (con DNI \_\_\_\_\_),  
AUTORIZA la participación de su hijo/a en el proyecto de investigación orientado al desarrollo de programas de entrenamientos adecuados desde los centros deportivos. Afirmo que tanto mi hijo/a como yo hemos leído la hoja de información que se nos ha entregado y he comprendido el objetivo del estudio, su interés y sus características. Por lo tanto, hemos recibido suficiente información acerca del mismo y doy mi consentimiento para la participación de mi hijo/a en el mismo.

Para que así conste, firmo el presente consentimiento en Zaragoza a \_\_\_ de \_\_\_ de 2017.

Firma del padre/madre o tutor:

Firma del participante: