

UNIVERSIDAD DE OVIEDO

Departamento de Psicología

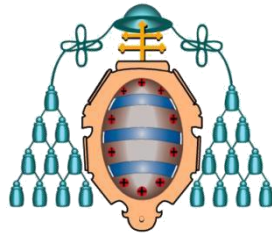
TESIS DOCTORAL

**INFLUENCIA DE VARIABLES CONTEXTUALES Y
DISPOSICIONALES COMO CONDICIONANTES
PARA FAVORECER LOS RESULTADOS
DEPORTIVOS**

Programa de Doctorado en Psicología

Enrique Iglesias Martínez

2017



UNIVERSIDAD DE OVIEDO

Departamento de Psicología

TESIS DOCTORAL

**INFLUENCIA DE VARIABLES CONTEXTUALES Y
DISPOSICIONALES COMO CONDICIONANTES PARA
FAVORECER LOS RESULTADOS DEPORTIVOS**

Autor

Enrique Iglesias Martínez

Directores

Paloma González Castro

José Antonio Cecchini Estrada

RESUMEN DEL CONTENIDO DE TESIS DOCTORAL

1.- Título de la Tesis	
Español/Otro Idioma: Influencia de variables contextuales y disposicionales como condicionantes para favorecer los resultados deportivos	Inglés: Influence of contextual variables and dispositions as factors conditioning to improve sports results

2.- Autor	
Nombre: Enrique Iglesias Martínez	DNI/Pasaporte/NIE:
Programa de Doctorado: Psicología	
Órgano responsable: Universidad de Oviedo	

RESUMEN (en español)

Durante los últimos años, la psicología ha desarrollado y consolidado su presencia en el ámbito del deporte, tanto en la práctica deportiva y entrenamiento, como en la propia competición. Factores personales como la motivación de los deportistas, niveles de estrés y ansiedad; y factores ambientales relacionados con la cohesión o el clima, han cobrado gran importancia.

La investigación previa, ha tratado de analizar variables como el *clima motivacional* (de maestría asociado valores como la satisfacción, interés y motivación intrínseca; y de ejecución asociado a afectividad negativa, presión y comparación social), *las orientaciones de meta* (a la tarea, cuando la competencia se define en términos propios o autorreferenciados; al yo o al ego, cuando la competencia se basa en criterios externos y en la búsqueda de aprobación social), *las necesidades psicológicas básicas del deporte* (de competencia, autonomía y relación con los demás) o la cohesión de grupo. También, algunos estudios han tenido en cuenta otras variables como el perfil de personalidad (neuroticismo, psicoticismo y extraversión), la motivación o la ansiedad del deportista.

Con el objetivo de profundizar en este ámbito, esta tesis doctoral pretende identificar las relaciones entre el clima motivacional, orientaciones de meta, necesidades psicológicas básicas del deporte, cohesión, personalidad, motivación y ansiedad, para concretar aquellas que juegan un papel clave en la optimización de la práctica y rendimiento deportivo.

Para alcanzar este objetivo general, se seleccionó como deporte objeto de estudio el fútbol (practicado por hombres y mujeres) y se realizaron tres estudios que plantearon objetivos específicos. Dos de los estudios, se encuentran en proceso de revisión en dos revistas científicas pertenecientes al ranking JCR (*Journal Citation Report*).

El primer estudio estableció dos objetivos específicos, analizar la relación entre el clima motivacional, la orientación de meta, la cohesión y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deporte en futbolistas. Además, trató de analizar como algunas variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión, predecían las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relación. Los resultados destacaron la relación entre el clima de maestría, la orientación a la tarea y las tres necesidades psicológicas básicas del deporte. La variable que mejor predijo las necesidades psicológicas fue el clima de maestría.

El segundo estudio, planteó como objetivos específicos, analizar la relación entre el clima motivacional percibido, la motivación, las orientaciones de meta y la personalidad teniendo en cuenta las diferencias en función del sexo (hombres y mujeres) y en función de la categoría deportiva (desde los 12 años a adultos). En España las categorías son: *infantil, cadete, juvenil, regional y primera división*.

Al mismo tiempo, se trató de determinar en qué medida la personalidad y el clima motivacional predecían las orientaciones de meta y la motivación. Los resultados pusieron de manifiesto que el neuroticismo y el psicoticismo se relacionan negativamente con el clima motivacional de maestría que es el mejor predictor de la motivación. Además, en función del sexo se observó que las mujeres obtenían mejores puntuaciones en el clima de maestría y, en función de la categoría disminuía la extraversión a medida que aumentaba la categoría profesional.

El tercer estudio, planteó analizar la relación entre la ansiedad estado, el clima motivacional y las orientaciones de meta en futbolistas. También, trató de concretar en qué medida el clima motivacional y las orientaciones de meta predecían la ansiedad estado. En este tercer estudio destacó la relación entre el clima de maestría, la orientación a la tarea y la ansiedad estado. Concretamente, en la medida en que aumenta la puntuación en el clima de maestría y la orientación a la tarea, disminuye la ansiedad.

Finalmente, se puede concluir que el clima motivacional y las orientaciones de

meta juegan un papel clave en relación a otras variables personales del deportista como su personalidad, motivación y ansiedad. El entrenador puede en este sentido generar un clima que favorezca y optimice el rendimiento de los deportistas. Teniendo esto en cuenta, cabe subrayar la importancia de profundizar en el estudio de este tipo de variables con el fin de continuar la identificación de aquellas que favorecen el rendimiento deportivo.

RESUMEN (en inglés)

Over the past few years, psychology has developed and consolidated its presence in the area of sport, both in sports practice and training and in competition itself. Personal factors -such as motivation, stress levels and anxiety- and environmental factors related to cohesion or climate have gained great importance.

Previous research has aimed at analyzing variables such as *motivational climate* (mastery, associated to values such as satisfaction, interest and intrinsic motivation and for execution; and execution, associated to negative affectivity, pressure and social comparison), *goal orientations* (task, when the competence is defined in own or self-referential terms; ego-involving, when the competence is based on external criteria and the search for social acceptance), *basic psychological needs in sport* (for competence, autonomy and relation to others) or group cohesion. Some studies have also considered other variables such as personality profiles (neuroticism, psychoticism and extraversion), motivation or anxiety on the part of the sportsperson.

In pursuit of a deeper insight into this area, this doctoral thesis aims at identifying relations between motivational climate, goal orientations, basic psychological needs in sport, cohesion, personality, motivation and anxiety, in order to work out those that have a key role in optimizing sports practice and performance.

In order to reach this general objective, football (practiced by men and women) was selected as the sport under analysis and three studies were carried out with three specific objectives. Two of the studies are under revision by two scientific journals in the JCR (Journal Citation Report) ranking.

The first study established two specific objectives. First, analyzing relations among motivational climate, goal orientation, cohesion and satisfaction of basic psychological needs in footballers. Second, analyzing how some psychological

variables, such as motivational climate, goal orientations and cohesion predicted psychological needs for competence, autonomy and relatedness. Results highlighted the relation among mastery-involving climate, task orientation and the three basic psychological needs in sport. The best predicting variable for psychological needs proved to be mastery climate.

The second study had as its first objective the analysis of the relations among perceived motivational climate, motivation, goal orientations and personality, considering differences in gender (male and female) and category (U13 to Senior). In Spain's categories are: *infantil, cadete, juvenil, regional and primera division*).

It also aimed at determining to what extent personality and motivational climate could predict goal orientations and motivation. Results showed that neuroticism and psychoticism negatively relate to mastery motivational climate, which is the best predictor for motivation. As for gender, it was observed that women scored higher in mastery climate. Concerning categories, extraversion decreased as they increased.

The third study sought to analyze relations among state, motivational climate and goal orientation in footballers. It also aimed at working out to what extent as scores in mastery climate and goal orientation increase, anxiety reduces.

It may finally be concluded that motivational climate and goal orientations take a key role related to other personal variables in sportspeople, such as personality, motivation and anxiety. Coaches may in this sense generate a climate to enhance and favour performance among athletes. Taking this into account, the importance of a deeper study of these variables in order to identify those favouring sports performance must be highlighted.

SR. DIRECTOR DE DEPARTAMENTO DE _____/

SR. PRESIDENTE DE LA COMISIÓN ACADÉMICA DEL PROGRAMA DE DOCTORADO EN _____

Agradecimientos

En primer lugar, me gustaría dedicar esta tesis doctoral, al Doctor Luis Álvarez Pérez, empezamos todo esto juntos, y a mí me toca terminarlo. Gracias por todo.

A la Dra. Paloma González Castro, por todo el apoyo que he recibido, por esa confianza depositada en mí, por todo lo que me has enseñado, porque gracias a ti estoy hoy aquí, por dedicarme tu tiempo, tu esfuerzo y tu experiencia.

Muchas gracias al Doctor Jose Antonio Cechini Estrada, por codirigirme y permitir con tu trabajo, que pueda presentar esta tesis.

A la Dra Marisol Fernández Cueli, por tu gran aportación, muchas gracias por todo tu trabajo y dedicación.

Agradecer a mi familia. A mis hermanos, a mis padres y a Olimpia. Gracias Pilar, por la educación y valores que me has trasmitido, sin la cual nada tendría sentido.

A mis amigos, esa familia que he elegido, y que tengo la suerte que siempre están a mi lado.

Finalmente, agradecer sinceramente a todos aquellos que han colaborado en la realización de este trabajo (Universidad de Oviedo, entidades deportivas, entrenadores, futbolistas...).

Índice

Introducción.....	1
Objetivos.....	6
Estudio 1	8
Relación entre clima motivacional, orientaciones de meta, necesidades psicológicas básicas y cohesión en futbolistas profesionales	
Resumen	9
Introducción	11
Método	14
Resultados	18
Referencias	27
Estudio 2	34
Relaciones entre la personalidad de los futbolistas, sus orientaciones de meta y motivación y variables contextuales como el clima motivacional	
Resumen	35
Introducción	37
Método	41
Resultados	44
Discusión.....	46
Referencias	52

Estudio 3.....	58
Relación entre el clima motivacional, las orientaciones de meta y la ansiedad en futbolistas	
Resumen.....	59
Introducción.....	61
Método.....	64
Resultados.....	67
Discusión.....	69
Referencias.....	73
Discusión de resultados.....	81
Limitaciones y líneas futuras.....	94
Conclusiones.....	95
Referencias bibliográficas.....	97

Introducción

La práctica de actividad física tiene beneficios sobre las dimensiones fisiológica, psicológica y social de quienes la realizan (Carazo-Vargas y Moncada-Jiménez, 2015), de ahí, que el fomento de este tipo de práctica sea a priori un objetivo dentro de la sociedad actual. Sin embargo, en el deporte de competición, por ejemplo, si el deportista no es capaz de canalizar positivamente el estrés y la ansiedad le afectará negativamente a nivel personal y social (García-Naviera y Ruiz-Barquín, 2015), influyendo en su vulnerabilidad física, intelectual y psicosocial (Romero, 2015).

Por este motivo, la idea de que toda práctica física favorece y mejora, no es del todo cierta. La práctica deportiva creará una conducta adaptativa, una norma y unos conocimientos que, en función de la meta perseguida, influirá, formará y educará al deportista en uno u otro camino, es decir, el ser humano al encontrarse en un constante proceso de regulación de conductas y relaciones, pretenderá una adaptación eficaz a nivel individual y colectiva que le permita vivir con bienestar (Uriarte, 2014). Con lo que, el deporte puede no ser la mejor contribución para conseguir objetivos verdaderamente educativos en el adolescente, y lo que debería examinarse no es el deporte en sí mismo, sino la estructura de logro o el contexto motivacional que sufre el deportista (Cecchini, González, y Contreras, 2004). El entrenador puede jugar un papel significativo como agente socializante, al proporcionar a sus alumnos experiencias positivas en el deporte de competición. Para ello debe enfatizar los logros autoreferenciados que se relacionan con el dominio de la habilidad, la diversión, el esfuerzo y el interés por la actividad en sí misma, sin concederle ningún valor subordinado a los resultados objetivos de la competición en relación a los demás (Cecchini et al., 2004).

Partiendo de esta premisa, el estudio de las variables contextuales (como el clima motivacional) que rodean a los deportistas y que generan el entrenador, padres y entorno, resulta primordial de cara a profundizar en la mejora de la práctica deportiva. Además, en los equipos deportivos, existen diversas características psicológicas relacionadas con los procesos grupales fundamentales para mejorar la eficacia y el rendimiento en los deportes colectivos, como son la cohesión, la cooperación deportiva, la eficacia colectiva, el liderazgo deportivo, etc. Todas estas características poseen una gran relevancia, en la medida en que pueden influir y modificar el resultado de la competición deportiva (Leo, Sánchez, Sánchez, Amado, y García, 2011).

Las investigaciones previas en esta línea han puesto de manifiesto como el clima motivacional llamado de maestría (o de tarea) se relaciona con múltiples consecuencias positivas: mayor esfuerzo, interés, competencia, actitudes positivas, disfrute e intención de practicar deporte (Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007), o como el clima que motivacional llamado de ejecución (o centrado en el ego) podría dar lugar a patrones desadaptativos (González-Cutre, Sicilia, Moreno, y Fernández-Balboa, 2009). Además, ha sido ampliamente probado cómo la figura del entrenador juega un papel fundamental en el comportamiento y en la motivación de sus deportistas (Baric y Bucik, 2009).

Por otro lado, estas variables contextuales, también tienen relación con diversas características psicológicas relacionadas con los procesos grupales fundamentales que mejoran la eficacia y el rendimiento en los deportes colectivos y que pueden modificar e influir tanto el resultado de la competencia deportiva (Marcos, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Alonso, y García-Calvo, 2011), como los estilos de vida saludables (Kyle, Hernández-Mendo, Reigal-Garrido, y Morales-Sánchez, 2016).

En todas las áreas de funcionamiento que implica el deporte de competición, intervienen variables psicológicas que tienen una notable importancia (García, Rodríguez, Andrade, y Arce, 2006; Gimeno, Buceta, y Pérez-Llantada, 2007), el conocimiento, estudio y entrenamiento de estas habilidades psicológicas específicas podría favorecer muy especialmente la proyección de posibles futuros talentos deportivos (Gimeno et al., 2007). Por este motivo resulta esencial el estudio de las variables psicológicas tanto contextuales como disposicionales, dentro del ámbito deportivo.

La psicología ha desarrollado y consolidado su presencia en todo el espectro de la práctica deportiva competitiva, profesional y amateur. En la actualidad, el psicólogo del deporte actúa tanto en el aspecto individual del deportista, como en el grupal y en el entorno deportivo. A lo largo de los años, este crecimiento se ha reflejado en un mayor interés sobre el análisis y el conocimiento de las variables que intervienen en el rendimiento deportivo y que condicionan la ejecución y resultado alcanzado. De ahí, la necesidad de identificar las variables psicológicas que permiten a los deportistas optimizar su comportamiento y rendimiento. La detección de las variables clave en este ámbito deportivo, permitirá al mismo tiempo desarrollar intervenciones ajustadas a los perfiles detectados. Todo este proceso de análisis y estudio, debe ser riguroso y científico de cara a profundizar en esta rama del conocimiento y trabajar de forma fiable y sustentada empíricamente en el contexto deportivo (Morilla, Gómez, Jiménez, y Tejada, 2002). Cantón (2010) destaca, por un lado, la importancia de poseer un conocimiento exhaustivo y especializado en psicología y, por otro lado, la relevancia de contar con conocimientos que nos permitan comprender mejor la dinámica psicológica de un deporte particular.

En este contexto, esta tesis doctoral trata de estudiar cómo se comportan determinadas variables psicológicas, en un deporte concreto como es el fútbol y en el grupo de deportistas que lo practican.

Concretamente, dentro del marco de la teoría de las metas de logro sobre el clima motivacional (Newton, Duda, y Yin, 2000), se estudian las dos dimensiones del clima, el clima de maestría (o de tarea) y el clima de ejecución (o centrado en el ego) y dentro de ellas las seis categorías del clima motivacional (aprendizaje cooperativo, esfuerzo-mejora, papel importante, castigo por error, reconocimiento desigual y rivalidad entre los miembros del grupo). También, se incluyen como variables de estudio las dos dimensiones de la orientación de meta (ego y tarea), la cohesión de grupo y las necesidades psicológicas básicas del deporte (la necesidad de competencia, la necesidad de autonomía y la necesidad de relación; Deci y Ryan, 2000). Así mismo, se incorporan otras variables personales como el perfil de personalidad del deportista (neuroticismo, psicoticismo, extraversión; Eysenck y Eysenck, 1987) y la ansiedad estado o situacional que pueden aportar información relevante de cara al diseño de programas de entrenamiento que potencien el rendimiento de los deportistas, garantizando al mismo tiempo la salud y el bienestar de los mismos (Carrasco, García-Mas, y Brustad, 2009).

Por otro lado, la práctica de fútbol femenino ha experimentado un importante aumento en la última década tanto a nivel nacional como internacional (Oyón, Franco, Rubio, y Valero, 2016). Este hecho demanda análisis desde las diferentes áreas científicas, desde las que se aborda el hecho deportivo. Por lo tanto, se pretende comparar la existencia de diferencias significativas en los factores psicológicos estudiados entre los varones y mujeres deportistas, ya que los estudios en este campo

son más escasos. Todo esto nos ha llevado a realizar un estudio conjunto, en el que analizamos como el género puede ser variable moduladora de la orientación de metas disposicional, personalidad, cohesión, ansiedad, motivación autodeterminada y de la percepción que los sujetos tienen del clima motivacional percibido.

En resumen, este trabajo de tesis doctoral pretende identificar las relaciones entre el clima motivacional, orientaciones de meta, necesidades psicológicas básicas del deporte, cohesión, personalidad, motivación y ansiedad, para estudiar aquellas que juegan un papel clave en la optimización de la práctica, el bienestar del deportista y el rendimiento deportivo.

Objetivos

Este trabajo de tesis doctoral plantea como objetivo general, identificar dentro del contexto del fútbol, las relaciones entre el clima motivacional, las orientaciones de meta, las necesidades psicológicas básicas del deporte, la cohesión, la personalidad, la motivación y la ansiedad; para concretar aquellas que juegan un papel clave en la optimización de la práctica y rendimiento deportivo.

Para alcanzar este objetivo general, realizaron tres estudios que plantearon los siguientes objetivos específicos.

Estudio 1:

- Analizar la relación entre el clima motivacional, la orientación de meta, la cohesión y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deporte en futbolistas.
- Concretar en qué medida el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión, predicen las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relación.

Estudio 2:

- Analizar la relación entre el clima motivacional percibido, la motivación, las orientaciones de meta y la personalidad teniendo en cuenta las diferencias en función del sexo (hombres y mujeres) y en función de la categoría deportiva (infantil, cadete, juvenil, regional y primera división).
- Determinar en qué medida la personalidad y el clima motivacional predicen las orientaciones de meta y la motivación.

Estudio 3:

- Analizar la relación entre la ansiedad estado, el clima motivacional y las orientaciones de meta en futbolistas.
- Concretar en qué medida el clima motivacional y las orientaciones de meta predecían la ansiedad estado.

Estudio 1

Relación entre clima motivacional, orientaciones de meta, necesidades psicológicas básicas y cohesión en futbolistas profesionales

Resumen

Antecedentes: En el rendimiento deportivo influyen variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta, las necesidades psicológicas básicas del deporte y la cohesión del equipo. Este estudio plantea como objetivo examinar la relación entre este conjunto de variables psicológicas (clima motivacional, la orientación de meta, las necesidades psicológicas básicas del deporte y la cohesión) en varones y mujeres futbolistas. **Método:** Participaron 176 futbolistas de entre 12 y 26 años que compiten en clubs profesionales de la Liga Española de Fútbol. Todos ellos realizan cuatro cuestionarios dirigidos a valorar el clima motivacional (de maestría y ejecución), las orientaciones de meta (a la tarea o al yo), las necesidades psicológicas (de competencia, autonomía y relación) y la cohesión (de tarea-grupal o de grupo-social). **Resultados:** Los análisis de correlación y regresión reflejan relaciones significativas, destacando la relación entre el clima de maestría, la orientación a la tarea y las tres necesidades psicológicas básicas del deporte. Además, la variable que mejor predice las necesidades psicológicas es el clima de maestría. **Conclusiones:** La presencia de un clima motivacional de maestría se relaciona significativamente con otras variables psicológicas positivas para la práctica deportiva.

Palabras-clave: Clima motivacional, orientaciones de meta, cohesión, deporte colectivo.

**Relations among motivational climate, goal orientation, basic psychological needs
and cohesion in professional footballers**

Abstract

Background: Psychological variables such as motivational climate, goal orientations, basic psychological sport needs and team cohesion have an influence on sports performance. This study aims at examining the relationships among that set of psychological variables (motivational climate, goal orientation, basic psychological sport needs and cohesion) in male and female footballers. **Method:** Participants were 176 footballers, aged 12 to 26, competing with professional clubs in the Spanish Football League. They all took four questionnaires aimed at evaluating the motivational climate (mastery and execution), goal orientations (task and ego-involving), psychological needs (for competence, autonomy and relation) and cohesion (group-task or group-social). **Results:** The analyses of correlation and regression show significant relations, particularly that between mastery climate, task orientation and the three basic psychological needs in sport. Furthermore, the best variable in predicting psychological needs is mastery (involving) climate. **Conclusions:** The presence of a perceived mastery (involving) motivational climate is significantly related to other positive psychological variables for sport practice.

Key-words: motivational climate, goal orientations, cohesion, team sport.

Introducción

Existen diversas características psicológicas relacionadas con los procesos grupales que mejoran la eficacia y el rendimiento en los deportes colectivos y que pueden modificar e influir en el resultado de la competencia deportiva (Franco-Álvarez, Coterón-López, Gómez, Brito, y Martínez-González, 2017). Por este motivo, el análisis de las variables psicológicas en el contexto deportivo, constituye una de las áreas de mayor crecimiento en los últimos años (León-Prados, Fuentes, y Calvo, 2014).

Entre estas variables psicológicas se encuentra el clima motivacional, término introducido por Ames (1992) para describir el ambiente que crea el entrenador en el contexto deportivo, y en el que conviene distinguir entre el clima de maestría o de tarea y el clima de ejecución o centrado en el ego. El clima de maestría (o de tarea) se caracteriza porque los profesores, entrenadores, o padres promueven valores como la satisfacción, el interés o la motivación intrínseca (Leo, García-Calvo, Sánchez-Miguel, Gómez, y Sánchez-Oliva, 2008). Sin embargo, el clima centrado en la ejecución (o centrado en el ego), se encuentra asociado con afectividad negativa y sentimientos de presión (González-Cutre, Sicilia, Moreno, y Fernández-Balboa, 2009). Este clima centrado en la ejecución promueve la comparación social como base del éxito y las recompensas se establecen de manera pública y basadas en la demostración de un rendimiento superior (Leo et al., 2008).

La distinción entre estos dos tipos de clima motivacional resulta pertinente teniendo en cuenta la teoría de la autodeterminación (Amado et al., 2015), en la que se postula que el clima motivacional va a influir en la motivación a través de la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas del deporte, la competencia, la autonomía y las relaciones (Deci y Ryan, 2000). La competencia se refiere a la

búsqueda de dominio y control sobre las situaciones de manera que nos sintamos eficaces y capaces; la autonomía en cambio, se refiere al grado en que los individuos perciben que son la fuente de su propia acción y dirigen su comportamiento; y por último, la relación se define como el grado en que los individuos buscan la interacción y la sensación de pertenencia y conexión con otras personas de su entorno social (Deci y Ryan, 2000). Esta teoría asume que la satisfacción de estas necesidades favorece el bienestar psicológico y físico, mientras que cuando las necesidades psicológicas se frustran, ello genera malestar y dificulta el crecimiento psicológico de las personas (Vallerand y Verner-Filion, 2013).

En esta línea, la teoría de la autodeterminación, se ha relacionado también tanto con la motivación del deportista, como con sus metas y la cohesión del equipo deportivo.

Desde esta aproximación conceptual, la motivación autodeterminada se corresponde con la motivación intrínseca, mientras que la motivación extrínseca favorece la conducta no autodeterminada (Standage y Vallerand, 2014). La motivación intrínseca se relaciona con la satisfacción y disfrute del deportista (Baena-Extremera, Gómez-López, Granero-Gallegos, y Ortiz-Camacho, 2015), variables que a su vez se asocian en estudios longitudinales con una mayor adherencia a la práctica deportiva (Ning, Gao, y Lodewyk, 2013) y con el clima de maestría (Baena-Extremera, et al., 2015).

Al mismo tiempo, estudios como el de Sánchez-Oliva, Leo, Sánchez-Miguel, Amado y García-Calvo (2012) apoyan la relación existente entre la teoría de la autodeterminación y la teoría de las metas de logro, señalando la importancia del clima de maestría o tarea sobre la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas del

deporte (competencia, autonomía y relación), una motivación más autodeterminada y el desarrollo de comportamientos positivos. En definitiva, el clima motivacional se relaciona también con las orientaciones de metas de los deportistas a través de la teoría de las metas de logro (Ames, 1992). En dicha teoría, se asume la existencia de al menos dos orientaciones de meta, una orientación a la tarea (o a la maestría) en la cual se define la competencia en términos de criterios autoreferenciados; y una orientación al yo (al ego o al resultado) que la define utilizando criterios de comparación externa. La relevancia de estas orientaciones de meta, queda reflejada en el deporte en la medida en que alcanzar mejores resultados o lograr maestría en una tarea constituye el objetivo de las personas que están orientadas a la tarea, en contraposición con aquellos orientados al yo (o al ego) que persiguen la aprobación social y realizan atribuciones externas para los resultados (Modroño y Guillén, 2016). Ambos tipos de orientaciones de meta se pueden dar al mismo tiempo en cierto grado, incluso la interacción de una alta orientación al yo acompañada de una alta orientación a la tarea puede ser positiva para el rendimiento del deportista (Reyes-Bossio, 2009).

Respecto a la relación existente entre el clima motivacional y la cohesión en el contexto deportivo, existen diversas investigaciones que afirman la existencia de una estrecha relación entre el clima motivacional y la cohesión de equipo (Eys, Jewitt, Evans, Wolf, Bruner, y Loughhead, 2013; Gómez-Millán, Vega, y Gavira, 2017). En el modelo de Carron, Eys y Burke (2007) se detallan cuatro antecedentes principales que intervienen en el desarrollo de la cohesión en el deporte: los factores ambientales, los factores personales, los factores de liderazgo y los factores de equipo. Estos factores se distinguen a su vez en función de dos niveles de interacción, en el primer nivel se encuentra la integración grupal y la atracción al grupo, y en el segundo nivel están los

aspectos de tarea y sociales (Leo, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Amado, y García-Calvo, 2013). Estos factores en sus niveles de interacción, van a determinar un tipo y un nivel de cohesión que autores como Balaguer, Castillo, Ródenas, Fabra, y Duda (2015) han relacionado con el rendimiento alcanzado.

En resumen, son diversos los estudios que han abordado el análisis de estas variables de forma parcelada o relacionando unas con otras (motivación, metas, cohesión,...). Sin embargo, Bartholomew, Ntoumanis y Thøgersen-Ntoumani (2011) resaltan la necesidad de analizar la interacción dinámica entre los constructos motivacionales examinados en los estudios junto a otros aspectos dentro del marco de la teoría de la autodeterminación. También, Ersöz (2016) pone de manifiesto la necesidad de analizar la relación entre distintas variables en el contexto de la teoría de la motivación autodeterminada, ya que constituye un marco de referencia de estudio en el ámbito deportivo. Teniendo esto en cuenta, el presente estudio plantea como objetivo analizar la relación entre determinadas variables psicológicas, como el clima motivacional, la orientación de meta, la cohesión y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deporte en un grupo de deportistas que practican fútbol de forma profesional o semiprofesional. Además, se trató de analizar como algunas variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión, predicen las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relación.

Método

Participantes

Participaron en esta investigación 176 futbolistas (110 hombres y 66 mujeres), con edades comprendidas entre los 12 y los 26 años ($M = 15.59$, $DT = 2.80$),

pertenecientes a dos equipos de fútbol profesional en diferentes categorías (infantil $n = 49$ futbolistas, cadete $n = 43$, juvenil $n = 29$, regional $n = 37$, división de honor $n = 18$). La muestra se obtiene mediante un procedimiento intencional, siguiendo un muestreo por conveniencia.

Instrumentos

Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2. Para medir las percepciones del clima motivacional se utilizó la versión adaptada al español del Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2; Cecchini, González, López-Prado, y Brustad, 2005; Newton, Duda, y Yin, 2000). Esta escala está constituida por dos factores de primer orden denominados Maestría y Ejecución, y seis de segundo orden. En este estudio se registran los dos factores de primer orden, las percepciones del clima motivacional de implicación en la tarea o clima de maestría (p.e. "Lo primordial es mejorar"), y de implicación en el ego o clima de ejecución (p.e. "El entrenador/a sólo se fija en los mejores"). La modalidad de respuesta es tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .85 para el clima de maestría y de .88 para el clima de ejecución.

Cuestionario de Percepción de Éxito. Para evaluar las disposiciones de meta de logro se empleó el Cuestionario de Percepción de Éxito (POSQ) (Perception of Success Questionnaire), elaborado por Roberts y Balagué (1991). El POSQ es una escala de 12 ítems: 6 de orientación de meta a la tarea (p.e. "Demuestro una clara mejoría personal") y 6 de orientación de meta al yo (p.e. "soy claramente superior a los demás"). La robustez del POSQ está contrastada en su versión española (Cervelló, Escartí, y Balagué, 1999). Los participantes respondieron a cada ítem siguiendo la instrucción

“Siento éxito en el deporte cuando...”. El cuestionario se responde en una escala tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .75 para la orientación a la tarea y .86 para la orientación al yo.

Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES). Se utilizó la versión en español de la escala (Moreno-Murcia, Martínez-Galindo, Moreno-Pérez, Marcos, y Borges, 2012; Vlachopoulos y Michailidou, 2006) que está compuesta por 12 ítems, cuatro por cada una de las tres dimensiones: autonomía (p.e. “tengo la oportunidad de elegir cómo realizar el ejercicio”), competencia (p.e. “ejecuto eficazmente los ejercicios de mi programa de actividades”) y relación (p.e. “me relaciono de forma muy amistosa con el de compañeros”). La modalidad de respuesta es tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En la muestra actual los valores alfa de Cronbach oscilan entre .71 para autonomía, .72 para competencia y .74 para relación.

Escala de Cohesión en equipos deportivos. Se utilizó la adaptación española del *Group Environment Questionnaire* (Carron, Widemeyer, y Brawley, 1985; Elosua y Yanes, 2010). La prueba consta de 18 ítems, distribuidos en cuatro factores: Integración Grupal hacia la Tarea (GI-T; compuesto por 5 ítems, p.e. “Los componentes del equipo tenemos aspiraciones que no coinciden con el rendimiento del grupo”), Integración Grupal hacia lo Social (GI-S; formado por 4 ítems, p.e. “Los componentes del equipo rara vez salimos juntos”), Atracción Individual hacia el Grupo en la Tarea (ATG-T; integrado por 4 ítems, p.e. “No estoy satisfecho con el tiempo de juego de que dispongo en el equipo”) y Atracción Individual hacia el Grupo en lo Social (ATGS-S; formado por 5 ítems, p.e. “No disfruto participando en las actividades sociales organizadas por el

equipo”). En base a los resultados obtenidos en la adaptación al español en los que se observó que el modelo bidimensional tarea/social es el que mejor explica la estructura latente de la escala, se agruparon los ítems en dos dimensiones: tarea-grupal (GI-T + ATG-T) y grupo-social (GI-S + ATG-S). Las respuestas son tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 9 (totalmente de acuerdo). En esta escala dado que los ítems están formulados de manera negativa, puntuaciones altas son indicativas de baja cohesión en cada una de las dimensiones. Los valores alfa de Cronbach en esta muestra resultan de .75 para tarea-grupal y .71 para la variable grupo-social.

Procedimiento

Los deportistas cumplieron los cuestionarios siguiendo las mismas instrucciones e información sobre el estudio. Se obtuvo el consentimiento informado por parte de los padres y madres o tutores de los deportistas menores de edad. La participación fue voluntaria y toda la información fue tratada de forma confidencial y anónima. Los cuestionarios se cumplieron durante una sesión de entrenamiento en la que se solicitó la colaboración rogando sinceridad, reflexión y atención a cada una de las preguntas. Los participantes podían solicitar aclaraciones si lo consideraban oportuno. La aplicación se llevó a cabo de forma individual o en grupo pequeño.

Los datos recogidos se registraron y analizaron utilizando el programa SPSS 19.00. Los valores perdidos se imputaron con valores derivados de una regresión múltiple. Bentler (2005), señala que cuando la cantidad de datos que falta es muy pequeña (como en este caso), métodos tales como la imputación de regresión pueden sufrir solamente pérdida marginal de la eficiencia.

Análisis de datos

Con objeto de estudiar las relaciones que se establecen entre el clima motivacional, la orientación de meta, las necesidades psicológicas y la cohesión y, se realizaron análisis descriptivos y análisis de correlaciones bivariadas. Las variables incluidas fueron: clima de maestría y clima de ejecución; orientación a la tarea y orientación al yo; autonomía, competencia y relaciones; tarea-grupal y grupo-social. Además, en un segundo momento se realizaron análisis de regresión lineal jerárquica incluyendo como variables dependientes las tres necesidades psicológicas básicas del deporte (competencia, autonomía y relación) y como variables independientes el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión de equipo.

Resultados

Estadísticos descriptivos y correlaciones bivariadas

Las medias y desviaciones estándar para todas las variables recogidas se presentan en la Tabla 1.

Los resultados del análisis de correlaciones bivariadas indican que el clima de maestría se relaciona negativamente con el clima de ejecución. Sin embargo, la orientación de meta a la tarea lo hace positivamente con la orientación de meta al yo. A su vez el clima de maestría se relaciona positivamente con la orientación de meta a la tarea y negativamente con la orientación de meta al yo. El clima de ejecución se relaciona positivamente con la orientación de meta al yo, pero no muestra relación significativa con la orientación de meta a la tarea.

Con respecto a las dos variables que miden la cohesión del equipo (tarea-grupal y grupo-social), ambas se relacionan negativamente y de forma significativa con la mayoría de las variables restantes (hay que recordar que valores altos en estas dos

variables de cohesión, representan niveles bajos y viceversa), salvo con el clima de ejecución y la orientación de meta al yo.

Por último, las variables que miden la satisfacción de las necesidades psicológicas, se relacionan positivamente y de manera significativa con el clima de maestría y la orientación de meta a la tarea y negativamente con las restantes (con la excepción de la necesidad de competencia y la orientación de meta al yo en las que la relación es positiva).

Tabla 1. Análisis descriptivos y correlaciones bivariadas para cada una de las variables incluidas en el estudio

	<i>M</i>	<i>DT</i>	1	2	3	4	5	6	7	8
1 C. Maestría	4.31	.50	1							
2 C. Ejecución	2.44	.68	-.54**	1						
3 Grupo-social	2.99	1.14	-.39**	.29**	1					
4 Tarea-grupal	2.89	1.32	-.51**	.45**	.59**	1				
5 Meta al yo	3.27	1.00	-.26**	.41**	.03	.19*	1			
6 Meta a la tarea	4.61	.47	.29**	.02	-.22**	-.21**	.23**	1		
7 Autonomía	3.28	.70	.42**	-.24**	-.32**	-.35**	-.04	.32**	1	
8 Relación	4.46	.62	.47**	-.19*	-.44**	-.33**	-.02	.27**	.25**	1
9 Competencia	4.04	.60	.44**	-.26**	-.25**	-.22**	.16*	.37**	.39**	.42**

Nota: *M* = Media, *DT* = Desviación Típica

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

Análisis de regresión jerárquica

Los resultados del análisis de regresión muestran que el clima de maestría es el único que predice positivamente la satisfacción de las tres dimensiones de las necesidades psicológicas básicas del deporte. En el caso de la competencia, el clima de ejecución también presenta un valor predictivo significativo, pero en este caso, negativo.

Del modelo bidimensional tarea/social de la cohesión de equipos deportivos, solo la dimensión grupo-social predice la satisfacción de la necesidad psicológica de relación.

Por último, en relación a las orientaciones de meta, ambas (tarea y ego) predicen positivamente la satisfacción básica en el deporte de necesidad de competencia, ninguna la satisfacción de relación social y solamente la orientación a la tarea predice positivamente la autonomía.

Tabla 2. Análisis de regresión jerárquica tomando como variables dependientes las tres necesidades psicológicas (competencia, relación y autonomía) y como independientes las dimensiones del clima motivacional, de la orientación de meta y de la cohesión de equipo.

Paso	Predictores	Competencia		Relación		Autonomía	
		B	R ²	B	R ²	B	R ²
Paso 1	Clima de maestría	.365***	.161	.543***	.258	.446***	.198
	Clima de ejecución	-.063		.078		.001	
Paso 2	Clima de maestría	.331***	.170	.422***	.348	.358***	.231
	Clima de ejecución	-.050		.131		.039	
	Grupo-social	-.101		-.306***		-.099	
	Tarea-grupal	-.004		-.050		-.138	
Paso 3	Clima de maestría	.266**	.315	.378***	.364	.274**	.273
	Clima de ejecución	-.235*		.077		-.032	
	Grupo-social	-.015		-.280**		-.059	
	Tarea-grupal	-.028		-.045		-.131	
	Orientación tarea	.254**		.128		.226**	
	Orientación yo	.272**		.035		.003	

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

Discusión

La psicología ha desarrollado y consolidado su presencia en todo el espectro de la práctica deportiva competitiva, profesional y amateur. En la actualidad, el psicólogo del deporte actúa tanto en el aspecto individual del deportista, como en el grupal y en el entorno deportivo. A lo largo de los años, este crecimiento se ha reflejado en un mayor interés sobre el análisis y el conocimiento de las variables que intervienen en el rendimiento deportivo y que condicionan la ejecución y resultado alcanzado. De ahí, la

necesidad de identificar las variables psicológicas que permiten a los deportistas optimizar su comportamiento y rendimiento. En esta línea, este estudio planteó como objetivo analizar la relación entre variables psicológicas como el *clima de motivación* (de maestría y de ejecución), *las orientaciones de meta* (a la tarea y al yo), *las necesidades psicológicas básicas del deporte* (de competencia, autonomía y relación) y *la cohesión de equipo* (tarea-grupal y grupo-social). Además, se examinó cómo algunas variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión, predicen las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relación.

Los resultados obtenidos en el estudio señalan la existencia de relaciones de interés entre las variables incluidas; el clima motivacional, la orientación a la tarea, la cohesión y las necesidades psicológicas básicas.

En primer lugar, en el marco de la teoría de las metas de logro sobre el clima motivacional (Newton et al., 2000), se incluyeron dos dimensiones del clima, el clima de maestría (implicación en la tarea) y el clima de ejecución (centrado en el yo o en el ego). Los resultados señalan que ambos tipos de clima correlacionan negativamente en un extremo opuesto de un continuo. Con respecto a las orientaciones de meta a la tarea y al yo, ambas correlacionan positivamente en este caso. Este resultado, puede achacarse a que estas variables poseen un carácter ortogonal, pudiendo presentarse al mismo tiempo en cierto grado (Zarauz, Ruiz-Juan, y Flores-Allende, 2016). Reyes-Bossio (2009) destaca que una alta orientación al yo acompañada de una orientación a la tarea puede ser positiva para el rendimiento del deportista. Teniendo en cuenta este resultado, conviene resaltar la importancia de promover en la práctica deportiva ambos tipos de orientaciones, dado que la presencia de una orientación al yo (o al ego) se relaciona positivamente con la orientación a la tarea, y de ahí, con mayor cantidad de

práctica (García-Mas y Gimeno, 2008). Sin embargo, dada la correlación negativa entre el clima de maestría y el clima de ejecución, conviene en un deporte colectivo como es el fútbol, potenciar el clima de maestría, sobre todo, porque la presencia de un clima de ejecución implicaría la predominancia de objetivos individuales centrados únicamente en el yo.

Respecto a la relación entre el clima motivacional y las otras variables incluidas (orientaciones de meta, necesidades psicológicas y cohesión de equipo), también se hallan relaciones significativas.

Los resultados de la relación entre el clima de motivación y las orientaciones de meta, indican que el clima de maestría se relaciona positivamente con la orientación de meta a la tarea y negativamente con la orientación de meta al yo, en la línea de los resultados aportados por estudios como los de Moreno, Cervelló y González-Cutre (2010) o Smith, Balaguer y Duda (2006). Estos datos señalan que la socialización o el clima generado por el entrenador y el entorno, tiene importantes implicaciones sobre la forma de interpretar el éxito y definir la competencia (potenciando metas dirigidas hacia la tarea cuando el clima así lo favorece). En contraposición, en este estudio el clima de ejecución no muestra una relación significativa con la orientación de meta a la tarea. La explicación podría relacionarse con que la predisposición personal (centrada en el yo o en el ego) determina en gran medida la probabilidad a priori de adoptar una meta en concreto y de representar un patrón propio de comportamiento. Estas relaciones, apuntan nuevamente hacia la necesidad de potenciar en un deporte de equipo como es el fútbol, un clima motivacional de maestría, el cual, se va a relacionar con orientaciones de meta a la tarea por encima de las individuales.

En lo que respecta a la relación entre el clima y las necesidades psicológicas básicas del deporte, la relación es positiva entre las tres necesidades y el clima de maestría y la orientación de meta a la tarea. Sin embargo, las tres necesidades de competencia, relación y autonomía, se relacionan negativamente con las restantes variables incluidas en el estudio. Por último, las dos variables de cohesión (tarea-grupal grupo-social) se relacionaron negativamente con las restantes variables analizadas (con la excepción del clima de ejecución y la orientación al yo). Estas relaciones indican que un clima de ejecución beneficia escasamente la cohesión del equipo y la satisfacción de necesidades psicológicas básicas del deporte. Por el contrario, un clima de maestría si se relaciona con la satisfacción de estas necesidades y con metas dirigidas a la tarea por encima del yo.

Por otro lado, el análisis de regresión permitió concretar qué variables (clima motivacional, orientaciones de meta o cohesión) predicen las necesidades psicológicas básicas asociadas al deporte. En primer lugar, con respecto al clima motivacional, el clima de maestría es el único que predice positivamente la satisfacción de las tres dimensiones de necesidades psicológicas básicas del deporte (competencia, autonomía y relación). Este dato refuerza los hallazgos de Giménez, Río y Estrada (2013), quienes señalan la importancia de generar un clima motivacional de maestría o tarea, dado que este predice positivamente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deporte, las cuáles, siguiendo Jaakkola, Wang, Soini y Liukkonen (2015) se relacionan positivamente con la motivación intrínseca. La motivación intrínseca constituye un factor clave en la práctica deportiva ya que implica voluntariedad y disfrute, realizando la actividad por el mero placer de experimentarla. Igualmente, resulta de interés que el clima de ejecución (centrado en el ego) presenta un valor predictivo significativo de la

competencia, pero en este caso, negativo. Sin embargo, autores como Coterón, Franco, Pérez-Tejero y Sampedro (2013) destacan la relación entre el clima de ejecución y percepción de competencia. Estos autores, señalan que en la medida que se alcanzan logros (ego), se va nutriendo la percepción de poder realizar las acciones que exige la actividad. También, González-Cutre et al. (2009) señalan que cuando el clima de ejecución (centrado en el ego) es alto, y la percepción de competencia del deportista es baja, podrían presentarse patrones desadaptativos, mientras que, si el clima de ejecución y la percepción de competencia son elevados, se presentarían patrones de logro adaptativos. El motivo del resultado alcanzado en el presente estudio, podría encontrarse en las edades analizadas dado que deportistas de entre 12 o 18 años podrían no haber hecho aún una asociación de este tipo.

En segundo lugar, las orientaciones de meta, también mostraron poder predictivo sobre las tres necesidades psicológicas básicas del deporte. Los dos tipos de orientaciones de meta, predicen positivamente la satisfacción de la necesidad de competencia, pero no la de relación con los demás, y únicamente la orientación a la tarea predice positivamente la autonomía. Estos resultados pueden ser debidos, a la competición a la que se ven sometidos los deportistas (con miembros externos e internos al propio equipo), la cual, genera una forma particular de entender las orientaciones de meta a la tarea y al yo (Martínez, Llorca, Tello, y Núñez, 2016).

En tercer lugar, en la relación entre la cohesión y las necesidades psicológicas básicas del deporte, solo la dimensión grupo-social predice la necesidad de relación con los demás. La dimensión grupo-social evalúa por un lado el interés de los miembros del equipo por juntarse en situaciones ajenas al entrenamiento y los partidos (GI-S) y si los compañeros del equipo configuran uno de los grupos sociales más importantes para

ellos (ATG-S). Esta dimensión de grupo-social, encaja entonces en su conjunto con la necesidad psicológica básica de relación, entendida como el grado en que los individuos sienten seguridad de pertenencia y conexión con otras personas de su entorno social (Deci y Ryan, 2000). En todo caso, Leo et al. (2013), observan que esta cohesión grupal y su dimensión social no predice de forma positiva el rendimiento deportivo. Por el contrario, la dimensión de cohesión tarea-grupal, sí presenta una relación positiva con el rendimiento. En este estudio, la dimensión tarea-grupal correlaciona de forma positiva con el clima de ejecución y con la orientación de meta al yo y negativamente con el resto de las variables. Hay que resaltar, que la muestra está tomada en gran parte con deportistas profesionales y semiprofesionales de ligas de fútbol y con jugadores de categorías de equipos de élite, quienes no sólo compiten con equipos externos, sino también con miembros del propio equipo o compañeros (para disfrutar de más minutos, más partidos, promoción,...). Teniendo esto en cuenta, la promoción de un clima motivacional de ejecución (que implica al ego) no perjudica la cohesión de los jugadores, conscientes de la dinámica en este nivel profesional. Se puede concluir en este sentido, que los factores ambientales, personales, de equipo y de liderazgo, van a configurar un tipo de cohesión que puede desencadenar una serie de consecuencias que podrían influir en el rendimiento (Balaguer et al., 2015).

Finalmente, cabe señalar algunas limitaciones del presente trabajo, como la relacionada con el tamaño muestral que, en alguna de las categorías resulta pequeño. Un mayor número de participantes podría permitir realizar análisis en función de la categoría y concretar las diferencias en función del grado o nivel profesional de la misma. Además, no se han incluido en el trabajo una medida del rendimiento, lo cual, resulta en una línea futura de interés para profundizar aún más en la relación entre estas

variables. En definitiva, es preciso continuar la investigación en esta línea, incluyendo otras posibles variables influyentes o predictoras del éxito deportivo (ansiedad, personalidad, percepción de las creencias sobre las causas del éxito en el deporte, etc.).

Referencias

- Amado, D., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Montero, C., y García-Calvo, T. (2015). Análisis de los perfiles motivacionales en practicantes de danza: Diferencias en función de la modalidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 209-216.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261.
- Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., y Ortiz-Camacho, M. D. M. (2015). Predicting satisfaction in physical education from motivational climate and self-determined motivation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(2), 210-224. doi: 10.1123/jtpe.2013-0165
- Balaguer, I., Castillo, I., Ródenas, L., Fabra, P., y Duda, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(1), 233-242.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., y ThøgersenNtoumani, C. (2011). Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 75-102. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jsep.33.1.75>
- Bentler, P. M. (2005). EQS 6 structural equations program manual. Encino, CA: Multivariate Software (www.mvsoft.com).
- Carron, A. V., Eys, M. A., y Burke, S. M. (2007). Team cohesion: nature, correlates, and development. *Social Psychology in Sport*, 91-101.
- Carron, A. V., Widmeyer, W. N., y Brawley, L. R. (1985). The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment

Questionnaire. *Journal of Sport Psychology*, 7(3), 244-266. doi:
<http://dx.doi.org/10.1123/jsp.7.3.244>

Cecchini, J. A., González, C., López-Prado, J., y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 469-479.

Cervelló, E., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en el deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 7-21.

Coterón, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J., y Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en educación física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01

Ersöz, G. (2016). An examination of motivational regulations, dispositional flow and social physique anxiety among college students for exercise: a self-determination theory approach. *College Student Journal*, 50(2), 159-170.

Eys, M. A., Jewitt, E., Evans, M. B, Wolf, S., Bruner, M. W., y Loughead, T. M. (2013). Coach-initiated motivational climate and cohesion in youth sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 84, 373-383. doi:10.1080/02701367.2013.814909

- Franco-Álvarez, E., Coterón-López, J., Gómez, V., Brito, J., y Martínez-González, H.A. (2017). Influencia de la motivación y del flow disposicional sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 46-51.
- García-Mas, A., y Gimeno, F. (2008). La teoría de orientación de metas y la enseñanza de la Educación Física: consideraciones prácticas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 511-522.
- Giménez, A. M., Río, J. F., y Estrada, J. A. C. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula Abierta*, 41(1), 63-72.
- González-Cutre, D., Sicilia, Á., Moreno, J. A., y Fernández-Balboa, J. M. (2009). Dispositional flow in physical education: Relationships with motivational climate, social goals, and perceived competence. *Journal of Teaching in Physical Education*, 28(4), 422-440. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.28.4.422>
- Gómez-Millán, M. R. B., Vega, P. D., y Gavira, J. F. (2017). Rendimientos deportivos auto y heteropercebidos y cohesión grupal: un estudio exploratorio. *Retos Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 103-106.
- Iturbide, L. M., Elosua, P., y Yanes, F. (2010). Medida de la cohesión en equipos deportivos. Adaptación al español del Group Environment Questionnaire (GEQ). *Psicothema*, 22(3), 482-488. doi: 10.7334/psicothema2014.247
- Jaakkola, T., Wang, C., Soini, M., y Liukkonen, J. (2015). Students' perceptions of motivational climate and enjoyment in Finnish physical education: A latent profile analysis. *Journal of Sports Science and Medicine*, 14(3), 477-483.

- Leo, F. M., García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P. A., Gómez, F. R., y Sánchez-Oliva, D. (2008). Relevancia de los climas motivacionales de los otros significativos sobre los comportamientos deportivos en jóvenes deportistas. *Motricidad, European Journal of Human Movement*, 21, 119- 136.
- Leo, F. M., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., y García-Calvo, T. (2013). El liderazgo y el clima motivacional del entrenador como antecedentes de la cohesión y el rol percibido en futbolistas semiprofesionales. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 361-370.
- León-Prados, J.A., Fuentes, I., y Calvo, A. (2014). Relación entre ansiedad estado, autoconfianza percibida y rendimiento en baloncesto. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(55), 527-543.
<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista55/artrelacion487.htm>
- Martínez, L. N., Llorca, J. A. S., Tello, F. P. H., y Núñez, M. L. (2016). Diferencias de metas entre estudiantes y deportistas: análisis de la invarianza del modelo entre ellos. *Universitas Psychologica*, 15(4).
- Modroño, C., y Guillén García, F. (2016). Motivation and self-concept in windsurfers. *Revista de psicología del deporte*, 25(1), 0105-112.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self-determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de Psicología*, 26(2), 390-399.
- Moreno-Murcia, J. A., Martínez-Galindo, C., Moreno-Pérez, V., Marcos, P. J., y Borges, F. (2012). Confirmation of the Basic Psychological Needs in Exercise Scale (BPNES) with a sample of people who do healthy exercise. *Journal of Sports Science & Medicine*, 11(1), 141-146.

- Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275-290. doi: 10.1080/026404100365018
- Ning, W., Gao, Z., y Lodewyk, K. (2013). Associations between socio-motivational factors, physical education activity levels and physical activity behavior among youth. *Journal of Research*, 1(7), 3-10.
- Reyes-Bossio, M. (2009). Clima motivacional y orientación de meta en futbolistas peruanos de primera división. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9(1), 5-20.
- Roberts, G.C., y Balagué, G. (1991). *The development and validation of the Perception of Success Questionnaire*. Documento presentado por FEPSAC Congress, Cologne, Germany.
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M.; Sánchez-Miguel, P. A., Amado, D., y García-Calvo, T. (2012). Antecedentes motivacionales de los comportamientos prosociales y antisociales en el contexto deportivo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 12(46), 253-27.
- Smith, A. L., Balaguer, I., y Duda, J. L. (2006). Goal orientation profile differences on perceived motivational climate, perceived peer relationships, and motivation-related responses of youth athletes. *Journal of Sports Sciences*, 24(12), 1315-1327.
- Standage, M., y Vallerand, R. J., (2014). Self-determined motivation in sport and exercise groups. En M. R. Beauchamp, y M. A. Eys (Eds.), *Group dynamics advances in sport and exercise psychology Contemporary themes* (pp. 259-278). New York: Routledge.

- Vallerand, R. J., y Verner-Filion, J. (2013). Making people's life most worth living: On the importance of passion for positive psychology. *Terapia Psicológica*, 31(1), 35-48.
- Vlachopoulos, S. P., y Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10(3), 179-201.
- Zarauz, A., Ruiz-Juan, F., y Flores-Allende, G. (2016). Modelos predictores de la motivación en corredores de fondo en ruta en función de sus hábitos y entrenamiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 185-192.

Estudio 2

Relaciones entre la personalidad de los futbolistas, sus orientaciones de meta y motivación y variables contextuales como el clima motivacional

Resumen

Antecedentes: En el rendimiento deportivo influyen variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta, la motivación autodeterminada y la personalidad de los deportistas. Este estudio plantea como objetivo examinar la relación entre este conjunto de variables psicológicas (clima motivacional, orientación de meta, motivación autodeterminada y personalidad) en hombres y mujeres futbolistas.

Método: Participan 167 futbolistas (106 hombres y 61 mujeres) entre los 12 y 26 años, que compiten en clubs profesionales de la Liga Española de Fútbol. Todos ellos realizan cuatro cuestionarios dirigidos a valorar el clima motivacional (de maestría y ejecución), las orientaciones de meta (a la tarea o al yo), la motivación autodeterminada y la personalidad (neuroticismo, psicoticismo y extraversión). **Resultados:** Los análisis de correlación y regresión reflejan relaciones significativas entre las variables. El neuroticismo y psicoticismo se relacionan negativamente con el clima motivacional de maestría que es el mejor predictor de la motivación autodeterminada. **Conclusiones:** Se pudo concluir que las variables contextuales presentan mayor peso en predicción de las orientaciones de meta y la motivación autodeterminada de los futbolistas participantes en el estudio.

Palabras-clave: Clima motivacional, orientaciones de meta, personalidad, motivación, deporte colectivo.

**Relations among footballers' personalities, their goal orientation and motivation
and contextual variables such as motivational climate**

Abstract

Background: Psychological variables such as perceived motivational climate, goal orientation, self-determined motivation and personality have an influence on sports performance. This study aims at examining the relationships among that set of psychological variables (perceived motivational climate, goal orientation, self-determined motivation and personality) in male and female footballers. **Methods** Participants were 167 footballers (106 male, 61 female) aged 12 to 26, competing with professional clubs in the Spanish Football League. They all took four questionnaires aimed at evaluating motivational climate (mastery and execution), goal orientations (task and ego-involving), self-determined motivation and personality (neuroticism, psychoticism and extraversion). **Results:** The analyses of correlation and regression showed significant relations among the variables. Neuroticism and psychoticism negatively relate to mastery motivational climate, the best predictor of self-determined motivation. **Conclusions:** It was concluded that contextual variables carry more weight in predicting goal orientations and self-determined motivation among participant footballers.

Key-words: Motivational climate, goal orientations, personality, motivation, team sport.

Introducción

La práctica de actividad física tiene beneficios sobre las dimensiones fisiológica, psicológica y social de quienes la realizan (Carazo-Vargas y Moncada-Jiménez, 2015). Por ejemplo, el desarrollo y la consolidación de conductas relacionadas con la actividad física y los estilos de vida saludables se han relacionado con características psicológicas positivas (Franco-Álvarez, Coterón-López, Gómez, Brito, y Martínez-González, 2017). De ahí, el interés en el estudio de la motivación o la implicación en la práctica deportiva y su relación con otras variables como el clima motivacional, la orientación de meta y la personalidad del deportista.

En este sentido, el estudio de la motivación y sus componentes, tiene importantes implicaciones en las prácticas de entrenamiento en deportistas profesionales (Irwin y Feltz, 2016). Desde hace décadas, la importancia de esta variable viene reseñada en la teoría de la motivación autodeterminada (Self-determination Theory; Deci y Ryan, 1985). Esta teoría analiza en qué medida las personas se comprometen con sus acciones y establece un continuo entre la desmotivación y la motivación autodeterminada. Las formas de motivación más autodeterminadas (motivación intrínseca, regulación integrada e identificada) se han asociado en la literatura con un estilo de vida activo y saludable (Ferriz, González-Cutre, y Sicilia, 2015).

La motivación intrínseca es el constructo que con más consistencia se ha asociado a comportamientos relacionados con el desempeño de actividades físico-deportivas (Álvarez, López, Gómez, Brito, y González, 2017). En cualquier caso, algunos autores señalan otras variables relevantes como el clima motivacional. Así, autores como Ames (1992) o Sánchez-Oliva, Leo, Sánchez-Miguel, Amado y García-Calvo (2012) destacan la importancia del clima motivacional sobre la motivación

autodeterminada y el desarrollo de comportamientos positivos. El clima motivacional, es un término que introdujo Ames (1992), para describir el ambiente que genera el entrenador en el contexto deportivo, distinguiendo entre percepciones de clima de ejecución o centrado en el ego y clima de maestría o centrado en la tarea. El clima motivacional de ejecución se relaciona frecuentemente con afectividad negativa al promover la comparación social como base del éxito (Theodosiou, Mantis, y Papaioannou, 2008). El clima de maestría se asocia con la satisfacción, el interés o la motivación intrínseca (Theodosiou et al., 2008), y actúa como predictor de la intención de ser físicamente activo y de la motivación autodeterminada (Cecchini, Fernández-Rio, y Méndez-Giménez, 2014).

Al mismo tiempo, el clima motivacional se relaciona con las orientaciones de metas de los deportistas a través de la teoría de las metas de logro (Ames, 1992). En dicha teoría, se asume la existencia de al menos dos orientaciones de meta, una orientación a la tarea (o a la maestría) en la que se define la competencia en términos de criterios autoreferenciados, y una orientación al ego (o al resultado) que entiende la competencia en base a criterios de comparación externa. La relevancia de estas orientaciones de meta se refleja en comportamientos dirigidos a mejorar, aprender o lograr maestría en una tarea en aquellas personas que están orientadas a la tarea. Además, las orientaciones motivacionales hacia la tarea se han relacionado con variables como mayor motivación y esfuerzo (Supervía, Bordas, Lorente, y Medina, 2017).

En definitiva, la motivación autodeterminada, el clima motivacional y las orientaciones de meta se relacionan e influyen en la práctica deportiva. Sin embargo, estas variables podrían relacionarse con otros constructos como la personalidad, que

puede ejercer un papel clave en el ámbito deportivo. En este estudio se ha pretendido profundizar en la relación de estas variables (motivación autodeterminada, clima motivación y orientaciones de meta) con la personalidad de los deportistas. Siguiendo el modelo de personalidad de Eysenck (1970) se pueden distinguir dos dimensiones de personalidad, la extraversión-introversión y el neuroticismo-estabilidad y una tercera dimensión con funcionalidad independiente llamada psicoticismo. El neuroticismo hace referencia a una persona ansiosa, emotiva, con altos niveles de preocupación y frecuentes cambios de humor (Eysenck y Eysenck, 2007). La extraversión se asocia a mayor sociabilidad, poca tendencia a permanecer solo, preferencia por emociones fuertes, optimismo, impulsividad,... (Eysenck y Eysenck, 2007). La dimensión de psicoticismo o dureza hace referencia a personas solitarias y despreocupadas de los demás (Eysenck y Eysenck, 2007). Estas características generales, configuran un sistema psicológico que emerge de la interacción o adaptación entre individuo y ambiente.

El estudio de la personalidad dentro del ámbito deportivo se encuentra en un período de crecimiento, en parte gracias a los avances metodológicos, estadísticos e interpretativos (García-Naveira, Locatelli, Ruiz-Barquín, y González, 2016). En esta línea existen en la actualidad algunas áreas de debate entre los investigadores. Entre ellas, destaca “la hipótesis de desarrollo vs. Selección”, en la que se cuestiona si la realización regular de actividad física y deporte influye en el desarrollo de la personalidad o si las diferencias preexisten y las personas eligen un deporte de acuerdo a sus características de personalidad (Weinberg y Gould, 2010). El planteamiento teórico que defiende que la actividad deportiva influye sobre la personalidad del deportista se denomina hipótesis del desarrollo, en la que se plantea que un deportista

introvertido puede llegar a ser más extrovertido como consecuencia de la práctica de un deporte de equipo (Cox, 2009). Por el contrario, cuando las características de personalidad de los deportistas les llevan a seleccionar determinados deportes nos encontramos en la hipótesis de selección, en la que como consecuencia los perfiles de personalidad de los participantes en un deporte resultarían generalmente similares y compartidos (García-Naveira y Ruiz-Barquín, 2016).

En esta línea de investigación, los resultados de diferentes trabajos tienden a indicar que el desarrollo de la personalidad se comprende desde la interacción entre la genética del sujeto y la influencia ambiental de la actividad física y el deporte (Laborde, Guillen, y Mosley, 2016). Se daría entonces una asociación bidireccional entre la personalidad del deportista y la práctica deportiva, en la que la práctica regular del deporte contribuye al desarrollo de la personalidad, y esta influye a su vez en la propia práctica deportiva (Allen, Magee, Vella, y Laborde, 2016). Desde esta hipótesis bidireccional (Allen et al., 2016; Laborde et al., 2016) los rasgos de personalidad se ven influenciados por las variables contextuales (como la práctica deportiva), en la medida en que resulten positivos para la adecuada adaptación del deportista y su rendimiento.

Con este marco de referencia, se plantea como objetivo en primer lugar analizar la relación entre el clima motivacional, la motivación autodeterminada, las orientaciones de meta y la personalidad, en un deporte colectivo como es el fútbol. A la vista de la escasez de estudios en ambos sexos que analicen estos constructos, se pretende estudiar si existen diferencias en las mencionadas variables en función del sexo (hombres y mujeres) y en función de la categoría deportiva (infantil, cadete, juvenil, regional y primera división). Además, en segundo lugar, se plantea como objetivo analizar como

las variables personales (personalidad) y contextuales (clima motivacional) predicen las orientaciones de meta y la motivación autodeterminada.

Método

Participantes

Participan en esta investigación 167 futbolistas (106 varones y 61 mujeres), con edades comprendidas entre los 12 y los 26 años ($M = 15.53$, $DT = 2.78$), pertenecientes a dos equipos de fútbol profesional (47 de categoría infantil, 41 de categoría cadete, 28 de categoría juvenil, 36 de categoría regional y 11 de primera división).

Instrumentos

Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2; Cecchini, González, López-Prado, y Brustad, 2005; Newton, Duda, y Yin, 2000). Esta escala está constituida por dos factores de primer orden denominados Maestría y Ejecución, y seis de segundo orden. En este estudio se registran los dos factores de primer orden, las percepciones del clima motivacional de implicación en la tarea o clima de maestría (p.e. "Lo primordial es mejorar"), y de implicación en el ego o clima de ejecución (p.e. "El entrenador/a sólo se fija en los mejores"). La modalidad de respuesta es tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .84 para el clima de maestría y de .87 para el clima de ejecución.

Cuestionario de Percepción de Éxito (Perception of Success Questionnaire; POSQ; Roberts y Balagué, 1991). El POSQ es una escala de 12 ítems: 6 de orientación de meta a la tarea (p.e. "Demuestro una clara mejoría personal") y 6 de orientación de meta al ego o al yo (p.e. "soy claramente superior a los demás"). La robustez del POSQ

está contrastada en su versión española (Cervelló, Escartí, y Balagué, 1999). El cuestionario se responde en una escala tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .76 para la orientación a la tarea y .85 para la orientación al yo.

Escala del Locus Percibido de Causalidad (PLOC). Se utilizó la versión validada al español (Moreno-Murcia, González-Cutre, y Chillón, 2009) de la *Perceived Locus of Causality Scale* de Goudas, Biddle y Fox (1994). Esta escala está compuesta por 20 ítems (cuatro por factor) que miden la motivación intrínseca, la regulación identificada, introyectada, externa, y la desmotivación. La escala está encabezada por el enunciado «Participo en las sesiones de entrenamiento...» y se responde a través de una escala tipo Likert del 1 (*totalmente en desacuerdo*) al 7 (*totalmente de acuerdo*). Las puntuaciones obtenidas se utilizaron para calcular el índice de autodeterminación (IAD): $[(2 * \text{motivación intrínseca} + \text{regulación identificada}) - ((\text{regulación introyectada} + \text{regulación externa}) / 2 + 2 * \text{desmotivación})]$ (Vallerand y Rousseau, 2001). En el presente estudio el IAD obtuvo un valor alfa de Cronbach de .79.

EPQ (Eysenck Personality Questionnaire-Junior EPQ-J and Adult EPQ-A; Eysenck y Eysenck, 2007). Se trata de un cuestionario de aplicación individual o colectiva dirigido a sujetos de 8 a 15 años (EPQ-J) y de 16 años en adelante (EPQ-A). Tiene como finalidad evaluar las tres dimensiones de la personalidad neuroticismo, extraversión y psicoticismo. La versión para jóvenes cuenta con 81 ítems y la versión para adultos con 92. En ambas versiones las opciones de respuesta son dicotómicas (sí / no).

Procedimiento

Los deportistas cumplieron los cuestionarios siguiendo las mismas instrucciones e información sobre el estudio. Se obtuvo el consentimiento informado por parte de los padres y madres o tutores de los deportistas menores de edad. La participación fue voluntaria y toda la información fue tratada de forma confidencial y anónima. Los cuestionarios se cumplieron durante una sesión de entrenamiento en la que se solicitó la colaboración rogando sinceridad, reflexión y atención a cada una de las preguntas. Los participantes podían solicitar aclaraciones si lo consideraban oportuno. La aplicación se llevó a cabo de forma individual o en grupo pequeño.

Los datos recogidos se registraron y analizaron utilizando el programa SPSS 19.00.

Análisis de datos

En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos y correlaciones bivariadas para cada una de las ocho variables incluidas en el estudio (neuroticismo, extraversión, psicoticismo, clima de maestría, clima de ejecución, orientación al ego, orientación a la tarea, IAD). Con el objetivo de analizar las diferencias en función del género y la categoría se realizaron análisis multivariados de la varianza (tomando en primer lugar el género como variable independiente y en segundo lugar la categoría deportiva). Finalmente, con el objetivo de estudiar en qué medida las variables de personalidad y el clima motivacional, predicen las orientaciones de meta (a la tarea o al ego) y la motivación autodeterminada, se realizaron análisis de regresión jerárquica utilizando el método de pasos sucesivos.

Resultados

Estadística descriptivas y correlaciones bivariadas.

Las medias y desviaciones estándar para todas las variables se presentan en la Tabla 1. Tal y como se puede ver en la matriz de correlaciones, el neuroticismo se relaciona positivamente con el psicoticismo y ambos se relacionan negativamente con la extraversión.

A su vez el psicoticismo y el neuroticismo se relacionan positivamente con el clima de ejecución y la orientación de meta hacia el ego y negativamente con el clima de maestría y el IAD. También se observa que el clima de maestría se relaciona negativamente con el clima de ejecución, y la orientación de meta al ego y positivamente con la orientación de meta a la tarea y el IAD. Por su parte, el clima de ejecución se relaciona positivamente con la orientación de meta al yo y negativamente con el IAD.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y matriz de correlaciones para las variables incluidas en el estudio

	<i>M</i>	<i>DT</i>	1	2	3	4	5	6	7
1 Neuroticismo	9.11	4.79	1						
2 Extraversión	17.37	4.12	-.32**	1					
3 Psicoticismo	3.86	3.18	.45**	-.19*	1				
4 Maestría	4.30	0.49	-.26**	.17*	-.16*	1			
5 Ejecución	2.43	0.67	.32**	-.15	.18*	-.52**	1		
6 Ego	3.26	1.00	.21**	-.06	.21**	-.26**	.40**	1	
7 Tarea	4.60	0.47	-.05	.04	.02	.29**	.02	.22**	1
8 IAD	8.41	2.40	-.17*	.14	-.21**	.50**	-.36**	-.16*	.35**

Nota: *M* = Media, *DT* = Desviación típica

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

Diferencias en función del género y la categoría deportiva

Se realizaron Análisis Multivariado de la Varianza (MANOVA) tomando en primer lugar el género como variable independiente (hombre – mujer) y en segundo lugar la categoría de fútbol como variable independiente (infantil, cadete, juvenil,

regional y primera división). Con respecto al género, emergió un efecto significativo $\lambda_{\text{Wilks}} = 0.872$, $F(8, 124) = 2.27$, $p < .05$, $\eta^2 = 0.13$. Los análisis univariados mostraron diferencias en el clima de maestría $F(1, 140) = 5.38$, $p < .05$, $\eta^2 = 0.04$, con puntuaciones más altas para las mujeres; en el clima de ejecución $F(1, 140) = 5.33$, $p < .05$, $\eta^2 = 0.04$, y en la orientación al ego, $F(1, 140) = 9.23$, $p < .05$, $\eta^2 = 0.07$, donde los hombres puntuaron más alto.

Con respecto a la categoría, el resultado del MANOVA también fue estadísticamente significativo $\lambda_{\text{Wilks}} = 0.655$, $F(32, 458) = 1.74$, $p < .01$, $\eta^2 = 0.10$. Los análisis univariados mostraron que estas diferencias se daban en extraversión, $F(1, 140) = 8.86$, $p < .001$, $\eta^2 = 0.21$; a medida que se incrementa la categoría deportiva, disminuye la puntuación en esta variable. No se observaron diferencias significativas en la interacción sexo por categoría $\lambda_{\text{Wilks}} = 0.799$, $F(24, 360) = 1.74$, $p = 0.23$, $\eta^2 = 0.07$

Análisis de regresión jerárquica

Con el fin de determinar si el valor predictivo sobre la orientación de meta es mayor en función de las características personales o contextuales se realizó un análisis de regresión siguiendo el método de pasos sucesivos.

Los resultados se pueden ver en la Tabla 2. En primer lugar, se introdujeron como variables independientes (predictores) las variables de personalidad (neuroticismo, extraversión, psicoticismo) y posteriormente las del clima motivacional (de maestría y de ejecución). También se incluyó como variable dependiente, además de la orientación al ego y a la tarea, el IAD.

Respecto a las tres variables dependientes analizadas, solo el neuroticismo predijo la orientación al ego en el paso 1 para luego desaparecer en el paso 2. El predictor más importante fue el clima de ejecución que predijo las tres variables

dependientes. En el caso de la orientación a la tarea y el IAD el predictor más importante fue el clima de maestría.

En definitiva, las variables contextuales (clima motivacional) predicen las variables dependientes (orientaciones de meta y motivación autodeterminada).

Tabla 2. Análisis de regresión jerárquica tomando como variables dependientes las orientaciones de meta y como independientes las variables de personalidad, las dimensiones del clima motivacional y el IAD.

Paso	Predictores	Ego		Tarea		IAD	
		B	R ²	B	R ²	B	R ²
Paso 1	Neuroticismo	.040*	.032	-.096	.013	-.069	.044
	Extraversión	-.030		.050		.108	
	Psicoticismo	.034		.089		-.104	
Paso 2	Neuroticismo	.032	.174	-.088	.154	.059	.274
	Extraversión	-.002		.029		.075	
	Psicoticismo	.027		.099		-.081	
	Clima de maestría	-.125		.438***		.390***	
	Clima de ejecución	.530***		.270**		-.177*	

Nota: B = Beta; R² = Coeficiente de determinación.

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

Discusión

Este estudio, planteó como objetivo profundizar en las relaciones entre el clima motivacional, la motivación autodeterminada, las orientaciones de meta y la personalidad, como indicadores para la mejora de la práctica deportiva, con el propósito de permitir a los profesionales del deporte, encontrar nuevas formas de mejora en el trabajo psicológico, tanto en intervención directa con los deportistas, como con el entorno. Además, dada la escasez de estudios en ambos sexos, se analizaron las diferencias en función de hombres y mujeres y en función de la categoría deportiva (infantil, cadete, juvenil, regional y primera división). En segundo lugar, se planteó

como objetivo analizar como las variables personales y contextuales predicen las orientaciones de meta y la motivación autodeterminada.

Entre las variables estudiadas, se incluyeron las dimensiones de la personalidad (neuroticismo, extraversión, psicoticismo); el clima motivacional (de maestría y de ejecución); las orientaciones de meta (al ego y a la tarea); y la motivación autodeterminada.

En primer lugar, derivado del estudio de correlación entre las mencionadas variables, se encontraron relaciones significativas entre ellas. Los dos tipos de clima motivacional (de maestría y ejecución) correlacionan negativamente. Al mismo tiempo, el clima de maestría mostró una relación negativa con la orientación de meta al ego y positiva con la orientación a la tarea. El clima de ejecución se asoció de forma positiva con la orientación al ego, en la línea de estudios como el de Granero-Gallegos y Baena-Extremera (2014). Estos datos indican que la socialización medida a través de las variables contextuales (clima motivacional), que perciben los deportistas de sus entrenadores y entorno, tiene importantes relaciones con el tipo de orientación que establecen. De esta forma, la implicación práctica más inmediata sería que al propiciar un clima motivacional de maestría, el deportista establece orientaciones de meta dirigidas a la tarea. Esto es relevante dado que las orientaciones a la tarea se han relacionado con variables como mayor motivación y esfuerzo (Supervía, Bordas, Lorente, y Medina, 2017).

Además, fruto del análisis de correlación, se pudo ver también que el clima motivacional mostró relaciones significativas con otras variables, como las dimensiones de personalidad, y el IAD. Concretamente, el clima de maestría mostró una relación

significativa con el IAD (al contrario del clima de ejecución cuya relación fue significativa pero negativa).

En lo referente a las variables de personalidad, el neuroticismo se relacionó de forma significativa y positiva con el psicoticismo y ambos mostraron una asociación significativa y negativa con la extraversión. El psicoticismo y el neuroticismo correlacionan positivamente con el clima de ejecución y la orientación de meta hacia el ego, y negativamente con el clima de maestría. Estos resultados son compatibles con los detectados en estudios como el de Wang y Erdheim (2007), quienes observan que los factores disposicionales (como es la personalidad) influyen en las variables contextuales. Igualmente, resulta de interés que, el psicoticismo y el neuroticismo se relacionen negativamente con el IAD que, a su vez, se relaciona de forma significativa y positiva con las orientaciones a la tarea, pero de forma significativa y negativa con las orientaciones al ego. Estos datos en su conjunto reflejan que, estas dos variables de la personalidad van a afectar de forma negativa tanto a la motivación autodeterminada, como al clima de maestría y en consecuencia a la orientación de meta a la tarea. Altas puntuaciones en neuroticismo y psicoticismo al ir asociadas a una baja motivación intrínseca (asociada cuando es elevada a satisfacción y disfrute del deportista y mayor adherencia a la práctica deportiva; Baena-Extremera, Gómez-López, Granero-Gallegos, y Ortiz-Camacho, 2015), pueden derivar en una disminución de estos mediadores positivos dentro del contexto deportivo. Es más, la literatura en esta línea ha indicado que, a mayor motivación intrínseca, más elevada categoría profesional (De Oliveira et al., 2016).

En esta línea, los resultados del análisis de regresión apoyan los hallazgos descritos. Así, se pudo ver que el neuroticismo predijo inicialmente una orientación

centrada en el ego; y que el clima de maestría predecía una orientación centrada en la tarea. Además, ni el neuroticismo ni el psicoticismo mostraban un poder predictivo sobre el IAD, pero sí el clima de maestría predijo esta variable (IAD). Autores como Moreno-Murcia, Zomeño-Álvarez, Marín de Oliveira, Ruiz Pérez y Cervelló-Gimeno, (2013) ya observaron que el clima de maestría predice positivamente la motivación autodeterminada que es también relevante fuera del ámbito deportivo, dado que se relaciona con una reducción de la sintomatología depresiva (Cecchini-Estrada, Méndez-Giménez, Cecchini, Moulton, y Rodríguez, 2015).

Tal y como se planteó inicialmente, las variables contextuales y disposicionales en el contexto deportivo se ponen en relación en la llamada hipótesis bidireccional (Laborde et al., 2016). Según esta hipótesis, ciertos rasgos de la personalidad aumentan con la práctica regular del deporte, pero también, el desempeño deportivo contribuye a enriquecer la personalidad (Allen et al., 2016). Para profundizar sobre esta influencia bidireccional, con el análisis de regresión se analizó si las variables contextuales predecían las variables personales o si en cambio, eran las variables disposicionales las que mostraban mayor peso en la relación respecto a las variables contextuales. Los resultados apuntan que tanto el clima de maestría como el clima de ejecución predicen el IAD (con una significatividad mayor en el caso del clima de maestría), con lo que se concluye que las variables contextuales tienen mayor peso en la relación. A tenor de los resultados parece evidente que el entrenador puede incidir favorablemente en la motivación intrínseca y en las dimensiones de la personalidad, con lo que es preciso destacar el valor de esta variable y su relevancia en el deportista y en su progreso personal.

Por otro lado, se analizaron las diferencias en función del sexo y la categoría. Respecto al sexo se observó una tendencia general en las mujeres que obtuvieron puntuaciones más altas en el clima de maestría que los hombres. Por el contrario, los hombres puntuaron más alto en el clima de ejecución y en orientación al ego. Las diferencias obtenidas pueden ser explicadas atendiendo a factores sociales que influyen de una forma diferencial en hombres y mujeres. Así, las mujeres interpretan el deporte en un contexto cooperativo y de ocio, frente a los hombres, para quienes el aspecto competitivo en el deporte parece predominante (Moreno-Murcia, Cervelló-Gimeno, y González-Cutre, 2008). Castro-Sánchez, Zurita-Ortega, Martínez-Martínez, Chacón-Cuberos y Espejo-Garcés (2016), observan una tendencia general en las mujeres en relación al clima de aprendizaje, y con ello al IAD que muestra una relación con el clima motivacional (Granero-Gallegos y Baena-Extremera, 2014). Con respecto a la categoría, se pudo ver que la única variable en la que las diferencias eran significativas en este caso era la extraversión. La extraversión disminuye en ambos sexos, a medida que se incrementa la categoría profesional, con lo que a mayor tiempo de práctica deportiva menor extraversión. Este hallazgo no se corresponde con otros trabajos que sí concluyen una asociación entre la práctica deportiva y los deportes de equipo con la extraversión (Cox, 2009; García-Naveira y Ruiz-Barquín, 2016; Rhodes y Smith, 2006). En cualquier caso, hay que resaltar que la muestra está formada por deportistas profesionales y semiprofesionales, quienes no sólo compiten con equipos externos, sino también con miembros del propio equipo o compañeros (para disfrutar de más minutos, más partidos, promoción, etc.), lo puede determinar e influir en las distintas variables disposicionales propias del deportista, pudiendo afectar estos condicionantes a la extraversión.

Dados los resultados y conclusiones alcanzadas, es necesario realizar en el futuro estudios confirmatorios y longitudinales que permitan profundizar en las variables clave que llevan a los deportistas a optimizar su rendimiento. Finalmente, cabe señalar algunas limitaciones del presente trabajo, como la relacionada con el tamaño muestral que, en alguna de las categorías resulta pequeño. Un mayor número de participantes podría permitir realizar análisis en función de la categoría y concretar las diferencias en función del grado o nivel profesional de la misma. Además, no se han incluido en el trabajo una medida del rendimiento, lo cual, resulta en una línea futura de interés para profundizar aún más en la relación entre estas variables.

Referencias

- Allen, M., Magee, C., Vella, S., y Laborde, S. (2016). Bidirectional associations between personality and physical activity in adulthood. *Health Psychology, 36*(4), 332-336. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/hea0000371>
- Álvarez, E. F., López, J. C., Gómez, V., Brito, J., y González, H. A. M. (2017). Influencia de la motivación y del flow disposicional sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 31*, 46-51.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of educational psychology, 84*(3), 261.
- Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., y Ortiz-Camacho, M. D. M. (2015). Predicting satisfaction in physical education from motivational climate and self-determined motivation. *Journal of Teaching in Physical Education, 34*(2), 210-224. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.2013-0165>
- Carazo-Vargas, P., y Moncada-Jiménez, J. (2015). A meta-analysis on the effects of exercise training on the VO2 max in children and adolescents. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 27*, 184-187.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R., y Espejo-Garcés, T. (2016). Clima motivacional de los adolescentes y su relación con el género, la práctica de actividad física, la modalidad deportiva, la práctica deportiva federada y la actividad física familiar. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 12*(45), 262-277.
- Cecchini-Estrada, J. A., Méndez-Giménez, A., Cecchini, C., Moulton, M., y Rodríguez, C. (2015). Exercise and Epstein's TARGET for treatment of depressive

symptoms: A randomized study. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(3), 191-199. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2015.05.001>

Cecchini, J. A., Fernandez-Rio, J., y Méndez-Giménez, A. (2014). Effects of Epstein's TARGET on adolescents' intentions to be physically active and leisure-time physical activity. *Health Education Research*, 29(3), 485-490. doi: <https://doi.org/10.1093/her/cyu007>

Cecchini, J. A., González, C., Prado, J. L., y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 469-479.

Cervelló, E., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en el deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 7-21.

Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (6ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](http://dx.doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)

De Oliveira, L. P., Do Nascimento Junior, J. A., Nickenig Vissoci, J. R., Ferreira, L., da Silva, P. N., y Lopes Vieira, J. L. (2016). Motivación autodeterminada y estrategias de afrontamiento en futbolistas: Un estudio con jugadores en diferentes fases de desarrollo deportivo. *Revista de Psicología Del Deporte*, 25(2), 261-269.

- Eysenck, H. J. (1970). A dimensional system of psychodiagnostics. In A. R. Mahrer (Ed.), *New approaches to personality classification*. New York: Columbia University Press.
- Eysenck, H. J. y Eysenck, S. B. G. (2007). *Cuestionario de Personalidad Para Niños (EPQ-J) y Adultos (EPQ-A)*. Madrid: TEA Ediciones.
- Ferriz, R., González-Cutre, D., y Sicilia, A. (2015). Revisión de la Escala de Locus Percibido de Causalidad (PLOC) para la inclusión de la medida de la regulación integrada en Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 329-338.
- Franco-Álvarez, E., Coterón-López, J., Gómez, V., Brito, J., y Martínez-González, H.A. (2017). Influencia de la motivación y del flow disposicional sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 46-51.
- Fusté-Escolano, A., y Rodríguez, J. R. (2000). Estructura factorial de la versión reducida del "Eysenck Personality Profiler". *Psicothema*, 12(3), 406-411.
- García-Naveira, A., Locatelli, L., Ruiz-Barquín, R., y González, J. (2016). Diferencias en personalidad entre deportista de deportes de riesgo vs otras modalidades deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 33-44.
- García-Naveira, A., y Ruiz-Barquín, R. (2016). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva y categoría por edad en jugadores de fútbol de rendimiento desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 23-29.
- García-Naveira, A., y Ruiz-Barquín, R. (2013). La personalidad del deportista: una revisión teórica desde la perspectiva de rasgos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13(51), 627-645.

- Goudas, M., Biddle, S. J. H., y Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.
- Granero-Gallegos, A., y Baena-Extremera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 25, 23-27.
- Irwin, B. C., y Feltz, D. L. (2016). Motivation gains in sport and exercise groups. In R. J. Schinke, K. R. McGannon, B. Smith, R. J. Schinke, K. R. McGannon, B. Smith (Eds.), *Routledge international handbook of sport psychology* (pp. 494-504). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Laborde, S., Guillen, F., y Mosley, E. (2016). Positive personality-traitlike individual differences in athletes from individual- and team sports and in non-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 9-13. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.05.009>
- Moreno-Murcia, J. A., Zomeño-Álvarez, T., Marín de Oliveira, L. M., Ruiz Pérez, L. M., y Cervelló-Gimeno, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la Educación Física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 380-401. doi: 10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165
- Moreno-Murcia, J. A., González-Cutre, D., y Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: the Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale. *Spanish Journal of Psychology*, 12, 327-337.

- Moreno-Murcia, J. A., Cervelló-Gimeno, E., y González-Cutre, D. (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, *11*, 181-191.
- Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, *18*(4), 275-290. doi: 10.1080/026404100365018
- Rhodes, R., y Smith, N. (2006). Personality correlates of physical activity: a review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, *40*(12), 958-965. doi: 10.1136/bjism.2006.028860
- Roberts, G.C., y Balagué, G. (1991). The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. Paper presented at the *FEPSAC Congress*, Cologne, Germany.
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M.; Sánchez-Miguel, P. A., Amado, D., y García-Calvo, T. (2012). Antecedentes motivacionales de los comportamientos prosociales y antisociales en el contexto deportivo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, *12*(46), 253-27.
- Supervía, P. U., Bordas, C. S., Lorente, V. M., y Medina, J. Á. (2017). Creencias y percepciones del éxito en futbolistas adolescentes. Diferencias entre categorías deportivas y posición clasificatoria. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, *31*, 207-211.
- Theodosiou, A., Mantis, K., y Papaioannou, A. (2008). Student self-reports of metacognitive ctivity in physical education classes. Age-group differences and the

effect of goal orientations and perceived motivational climate. *Educational Research and Review*, 3(12), 353-364.

Vallerand, R. J., y Rousseau, F. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Handbook of Sport Psychology*, 2, 389-416.

Wang, M., y Erdheim, J. (2007). Does the five-factor model of personality relate to goal orientation? *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1493-1505. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.024>

Weinberg, R.S., y Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico (4ª Edición)*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Estudio 3

Relación entre el clima motivacional, las orientaciones de meta y la ansiedad en futbolistas

Resumen

Antecedentes: En el rendimiento deportivo influyen variables psicológicas como el clima motivacional, las orientaciones de meta y la ansiedad. Este estudio plantea como objetivo examinar la relación entre este conjunto de variables psicológicas (clima motivacional, la orientación de meta y ansiedad estado) en varones y mujeres futbolistas. **Método:** Participaron 146 futbolistas (93 varones y 53 mujeres de entre 12 y 24 años que compiten en clubs profesionales de la Liga Española de Fútbol. Todos ellos realizan cuatro cuestionarios dirigidos a valorar el clima motivacional (de maestría y ejecución; y sus seis categorías: aprendizaje cooperativo, esfuerzo-mejora, papel importante, castigo por errores, reconocimiento desigual y rivalidad entre los miembros del grupo), las orientaciones de meta (a la tarea o al yo) y la ansiedad estado. **Resultados:** Los análisis de correlación y regresión reflejan relaciones significativas, destacando la relación entre las distintas categorías del clima de maestría, la orientación a la tarea y la ansiedad estado. **Conclusiones:** La presencia de un clima motivacional de maestría se relaciona significativamente con otras variables psicológicas positivas para la práctica deportiva.

Palabras-clave: Clima motivacional, orientaciones de meta, ansiedad, deporte colectivo.

Relations among perceived motivational climate, goal orientation and anxiety in professional footballers

Abstract:

Background: Psychological variables such as perceived motivational climate, goal orientation and anxiety have an influence on sports performance. This study aims at examining the relationships among that set of psychological variables (perceived motivational climate, goal orientation and anxiety state) in male and female footballers.

Method: Participants were 146 footballers (93 male and 53 female), aged 12 to 24, competing with with professional clubs in the Spanish Football League. They all took four questionnaires aimed at evaluating the motivational climate (mastery and execution; and its 6 categories: cooperative learning, effort-improvement, important role, punishment for mistakes, unequal recognition and rivalry among team members), goal orientations (task and ego-involving) and anxiety state. **Results:** The analysis of correlation and regression show significant relations, particularly those between mastery climate, task orientation and anxiety state. **Conclusions:** The presence of a perceived mastery (involving) motivational climate is significantly related to other positive psychological variables for sport practice.

Key-words: Motivational climate, goal orientations, anxiety, team sport.

Introducción

Las habilidades psicológicas juegan un papel clave en los deportistas, de ahí, la necesidad de profundizar en su evaluación y análisis mediante técnicas e instrumentos psicológicos (Pazo, Sáenz-López, y Fradua, 2012). En este sentido, el desarrollo de habilidades psicológicas permite afrontar de forma más eficaz la competición (Campos, Valdivia-Moral, Zagalaz, Ortega, y Romero, 2017), sobre todo, porque favorece la canalización positiva del estrés y la ansiedad asociada a la optimización del rendimiento deportivo (García-Naveira y Ruiz-Barquín, 2015).

La ansiedad es una variable ampliamente analizada en el contexto del rendimiento deportivo (Carson y Collins, 2016; Uphill, 2016). Siguiendo a Gümüs, Cakin-Memik y Agaoglu (2015) la ansiedad se entiende como una emoción protectora y adaptativa que se basa en un estado emocional de tensión nerviosa y miedo, caracterizada por síntomas fisiológicos o somáticos (temblor, sudoración, hiperventilación, palpitaciones, etc.), motores (inquietud excesiva, aceleración, movimientos bruscos,...) y cognitivos (inquietud psíquica, hipervigilancia, pérdida de concentración y distorsiones cognitivas) (Saz, 2000; Weinberg y Gould, 2010). En definitiva la ansiedad es una variable multidimensional en la que interactúan diferentes factores o dimensiones cognitivas, fisiológicas y motoras (González-Ramírez, Quezada-Berumen, Díaz-Rodríguez, y Cano-Vindel, 2014).

En el campo del deporte, se ha hecho referencia a la ansiedad no sólo en sus componentes cognitivo, fisiológico y motor, sino también, diferenciando entre ansiedad estado (asociada a la competición deportiva) y rasgo (asociada a características más estable y generales de la persona) (Ries, Castañeda, Campos, y Del Castillo, 2012). En esta línea, Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg y Jacobs (1983) distinguieron entre la

ansiedad del rasgo, como una dimensión de la personalidad, y la ansiedad del estado, como estado transitorio del humor. La ansiedad rasgo se refiere a un nivel general de estrés que caracteriza a ciertos individuos que a menudo son fácilmente estresados y ansiosos, mientras que la ansiedad estado se caracteriza como un estado de emociones elevadas que aparece en respuesta al peligro o temor de una situación particular por lo que sería especialmente relevante en la competición deportiva.

Las investigaciones que han analizado la ansiedad en el contexto deportivo han tratado de estudiar sus posibles predictores (Robinson y Freestone, 2015) y su relación con la salud, rendimiento y el bienestar de los deportistas (Schaefer, Vella, Allen, y Magee, 2016). Autores como González, Garcés de los Fayos y Ortega, (2014) señalan que una elevada ansiedad se relaciona negativamente con el rendimiento deportivo, el bienestar y la salud del deportista.

También, se ha tratado de analizar la relación entre la ansiedad y variables motivacionales en el contexto deportivo, dado que puede aportar información relevante para el diseño de programas de entrenamiento que favorezcan no sólo el rendimiento de los deportistas, sino también su salud y bienestar (Carrasco, García-Mas, y Brustad, 2009; Jaakkola, Washington, y Yli-piipari, 2013). La teoría de la motivación autodeterminada (Self-determination Theory; SDT; Deci y Ryan, 1985), se postula un modelo explicativo para proporcionar respuestas sobre la involucración en la realización de actividades. Desde esta aproximación conceptual, la motivación autodeterminada se corresponde con la motivación intrínseca, mientras que la motivación extrínseca favorece la conducta no autodeterminada (Standage y Vallerand, 2014). Las formas de motivación más autodeterminadas se han asociado en la literatura con un estilo de vida activo y saludable, mientras que las formas de motivación no autodeterminadas se han

asociado generalmente con resultados negativos hacia la actividad física y ansiedad cognitiva (Ferriz, González-Cutre, y Sicilia, 2015; Merino, Senra y Ferreiro, 2016; Zarauz, y Ruiz, 2015). La motivación intrínseca se relaciona con la satisfacción y disfrute del deportista (Álvarez, López, Gómez, Brito y González, 2017; Baena-Extremera, Gómez-López, Granero-Gallegos, y Ortiz-Camacho, 2015), variables que a su vez se asocian con una mayor adherencia a la práctica deportiva y con el clima motivacional de maestría (Baena-Extremera, et al., 2015; Ning, Gao, y Lodewyk, 2013).

El clima motivacional (Ames, 1992) se refiere al ambiente que crea el entrenador en el contexto deportivo, que puede ser un clima de maestría o un clima de ejecución. El clima de maestría (o de tarea) se caracteriza por el predominio de valores como la satisfacción, el interés o la motivación intrínseca (Cecchini, Fernández-Rio y Méndez-Giménez, 2014; Leo, García-Calvo, Sánchez-Miguel, Gómez, y Sánchez-Oliva, 2008). El clima de ejecución (o centrado en el ego), se asocia con afectividad negativa, sentimientos de presión y un aumento de la ansiedad (Coterón, Franco, Pérez-Tejero, y Sampedro, 2013; González-Cutre, Sicilia, Moreno, y Fernández-Balboa, 2009).

Al mismo tiempo, el clima motivacional se relaciona con las orientaciones de metas de los deportistas a través de la teoría de las metas de logro (Ames, 1992). En dicha teoría, se asume la existencia de al menos dos orientaciones de meta, una orientación a la tarea (o a la maestría) en la que se define la competencia en términos de criterios autoreferenciados; y una orientación al yo (al ego o al resultado) que entiende la competencia siguiendo criterios de comparación externa. La relevancia de estas orientaciones de meta, queda reflejada en el deporte en la medida en que alcanzar mejores resultados o lograr maestría en una tarea constituye el objetivo de las personas

que están orientadas a la tarea, en contraposición con aquellos orientados al yo (o al ego) que persiguen la aprobación social y realizan atribuciones externas para los resultados (Modroño y Guillén, 2016). Las orientaciones motivacionales hacia la tarea se han relacionado con diversas variables como una mayor persistencia, voluntad y compromiso en la actividad físico-deportiva (Lukwu y Luján, 2011; Prieto, 2016), motivación autodeterminada, esfuerzo (Carlin, 2015; Supervía, Bordas, Lorente y Medina, 2017) y menor ansiedad (Olmedilla, Andreu, Ortín y Blas, 2009). Sin embargo, orientaciones motivacionales hacia el ego se han relacionado con motivaciones extrínsecas en la práctica deportiva y a un aumento de la ansiedad (Dunn y Thomas, 2012; Ruiz-Juan y Zarauz, 2013).

Teniendo en cuenta que algunas dimensiones del clima motivacional y las orientaciones de meta parecen presentar una asociación con los niveles de ansiedad de los deportistas, Ersöz (2016) señala la necesidad de profundizar en la relación entre la ansiedad y la motivación dentro del marco de la teoría de la motivación autodeterminada, con el fin de alcanzar un marco de referencia en el contexto deportivo. El objetivo de esta investigación es analizar la relación entre la ansiedad estado, el clima motivacional y las orientaciones de meta en hombres y mujeres futbolistas. Además, se plantea como objetivo determinar en qué medida el clima motivacional y las orientaciones de meta predicen la ansiedad estado en los futbolistas.

Método

Participantes

Participan en esta investigación 146 futbolistas (93 varones y 53 mujeres), con edades comprendidas entre los 12 y los 24 años ($M = 15.57$, $DT = 2.83$), pertenecientes

a un equipo de fútbol profesional en sus diferentes categorías (infantil = 41 futbolistas, cadete = 35 futbolistas, juvenil = 27 futbolistas, regional = 33 futbolistas, división de honor = 8 futbolistas). La muestra se obtiene mediante un procedimiento intencional, siguiendo un muestreo por conveniencia.

Instrumentos

Cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2 (PMCSQ-2; Cecchini, González, López Prado, y Brustad, 2005; Newton, Duda, y Yin, 2000). Esta escala está constituida por seis factores: Aprendizaje cooperativo (4 ítems, p.ej. “Los compañeros/as te ayudan a progresar”); esfuerzo-mejora (8 ítems, p.ej. “El entrenador/a quiere que probemos nuevas habilidades”); papel importante (5 ítems, p.ej. “Cada deportista/a se siente como si fuera un miembro importante del equipo”); castigo por errores (6 ítems, p.ej. “El entrenador/a se enfada cuando algún compañero/a comete un error”); reconocimiento desigual (7 ítems, p.ej. “El entrenador/a dedica más atención a los/as mejores”), y rivalidad entre los miembros del grupo (3 ítems, p.ej. “Se motiva a los compañeros/as cuando lo hacen mejor que los demás en la clase”). Las tres primeras se encuentran dentro del clima de maestría mientras que las tres últimas están asociadas al clima de ejecución. En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .70 para aprendizaje cooperativo, .71 para esfuerzo-mejora, .74 para papel importante, .73 para castigo por errores, .88 para reconocimiento y .67 para rivalidad.

Cuestionario de Percepción de Éxito (Perception of Success Questionnaire POSQ; Roberts y Balagué, 1989, 1991). El POSQ es una escala de 12 ítems: 6 de orientación de meta a la tarea (p.e. “Demuestro una clara mejoría personal”) y 6 de orientación de meta al yo (p.e. “soy claramente superior a los demás”). La robustez del POSQ fue confirmada en idioma español por Cervelló, Escartí y Balagué (1999). Los

participantes respondieron a la raíz “Siento éxito en el deporte cuando...”. Las respuestas son de tipo Likert con puntuaciones que oscilan entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). En este estudio se obtuvieron valores alfa de Cronbach de .77 para la orientación a la tarea y .85 para la orientación al yo.

Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo STAI, (Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1999). La prueba consta de dos partes formadas por 20 ítems cada una de ellas. La primera (AE) evalúa un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo. La segunda (AR) señala una propensión ansiosa, relativamente estable, que caracteriza a los individuos con tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras. El tiempo de aplicación es de 20 minutos aproximadamente. En cuanto a las garantías psicométricas del instrumento, posee una buena consistencia interna que oscila entre 0.90 y 0.93 para la escala de estado, y entre 0.84 y 0.87 para la escala de rasgo.

Procedimiento

Los deportistas cumplieron los cuestionarios siguiendo las mismas instrucciones e información sobre el estudio. Se obtuvo el consentimiento informado por parte de los padres y madres o tutores de los deportistas menores de edad. La participación fue voluntaria y toda la información fue tratada de forma confidencial y anónima. Los cuestionarios se cumplieron durante una sesión de entrenamiento en la que se solicitó la colaboración rogando sinceridad, reflexión y atención a cada una de las preguntas. Los participantes podían solicitar aclaraciones si lo consideraban oportuno. La aplicación se llevó a cabo de forma individual o en grupo pequeño.

Los datos recogidos se registraron y analizaron utilizando el programa SPSS 19.00. Los datos faltantes fueron imputados con valores derivados de una regresión múltiple en el que tres puntuaciones de los ítems dentro del mismo conjunto de indicadores (es decir, ítems que miden el mismo constructo). Los valores perdidos se imputaron con valores derivados de una regresión múltiple. Bentler (2005), señala que cuando la cantidad de datos que falta es muy pequeña (como en este caso), métodos tales como la imputación de regresión pueden sufrir solamente pérdida marginal de la eficiencia.

Análisis de datos

Inicialmente, se realizaron análisis descriptivos y correlaciones bivariadas. A continuación, se llevó un modelo de regresión lineal generalizado tomando la ansiedad como variable a predecir (variable dependiente) y las seis dimensiones del clima motivacional y las dos dimensiones de la orientación de meta como variables predictoras (variables dependientes).

Resultados

En la Tabla 1 se presentan las medias, desviaciones típicas y correlaciones para todas las variables incluidas en el estudio. Las puntuaciones más elevadas se observan en las variables que miden el clima de maestría junto con la orientación de meta a la tarea y las más bajas en las variables que miden el clima de ejecución y la orientación de meta hacia el ego. La variable ansiedad estado correlaciona positivamente con las variables castigo por errores y reconocimiento-desigual y negativamente con las variables aprendizaje cooperativo, mejora-esfuerzo y tarea.

Tabla 1. Medias, desviaciones típicas y matriz de correlaciones para las variables incluidas en el estudio.

	<i>M</i>	<i>DT</i>	1	2	3	4	5	6	7	8
1 Ansiedad Estado	13.97	8.49	1							
2 Aprendizaje cooperativo	4.35	0.58	-.47**	1						

3Mejora-Esfuerzo	4.35	0.48	-.26**	.59**	1					
4Papel importante	4.24	0.67	-.28**	.52**	.48**	1				
5Castigo por errores	2.45	0.72	.35**	-.30**	-.31**	-.45**	1			
6Reconocimiento desigual	2.22	0.88	.38**	-.45**	-.45**	-.51**	.60**	1		
7Rivalidad	2.60	0.83	.16	-.23**	-.17*	-.18*	.3**	.50**	1	
8Ego	3.25	1.00	.14	-.14	-.21*	-.29**	.25**	.43**	.30**	1
9Tarea	4.60	0.47	-.25**	.26**	.35**	.17*	-.03	.09	.02	.23**

Nota: Nota: M = Media, DT = Desviación típica

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

Modelo de regresión lineal generalizado

En esta generalización flexible de la regresión lineal ordinaria, en la que se relaciona la distribución aleatoria de la ansiedad estado con la parte sistemática (no aleatoria) (o «predictor lineal») a través de una función de enlace, se observa como la variable que tiene un mayor valor predictivo y en positivo es castigo por errores, seguida de aprendizaje cooperativo, en este caso en negativo, seguida de papel importante, en positivo, y rivalidad en negativo (ver Tabla 2). Es decir, en las sesiones de entrenamiento en el que el aprendizaje cooperativo es bajo y el castigo del entrenador ante los errores de los jugadores es alto, la ansiedad estado se incrementa. En esta función aparece también en positivo la variable papel importante, a pesar de que mide el clima de maestría. El motivo puede ser que asumir papeles importantes lleve a un mayor nivel de ansiedad. Por último, aparece en negativo la variable rivalidad como consecuencia de la función ya que en solitario tendría un valor positivo.

Tabla 2. Modelo de regresión lineal generalizado tomando la ansiedad estado como variable dependiente.

	B	OR	IC 95%
Aprendizaje cooperativo	-2.99***	.050	0.01- 0.29
Mejora/Esfuerzo	0.48	1.610	0.29 - 8.85
Papel importante	1.84*	6.315	1.29 - 30.97
Castigo por errores	3.14***	22.99	5.09 - 103.66
Reconocimiento desigual	1.35	3.857	0.59 - 25.36
Rivalidad	-1.81*	.163	0.04 - 0.68
Ego	0.18	1.201	0.31 - 4.69
Tarea	-1.94**	.143	0.04 - 0.56

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

Discusión

El entrenamiento psicológico tiene una gran importancia no solamente en el deporte de élite, sino también en las categorías de deporte base (Navarrón, Godoy-Izquierdo, Vélez, Ramírez-Molina, y Jiménez-Torres, 2017). Por este motivo, la psicología ha desarrollado y consolidado su presencia en todo el espectro de la práctica deportiva competitiva, profesional y amateur. Factores como la motivación, pueden afectar a la adherencia en el contexto deportivo. También, cuando la competición viene asociada a altos niveles de estrés, puede condicionar negativamente el rendimiento, incluso ante excelentes aptitudes y entrenamientos. A lo largo de los años, todos estos factores han provocado un mayor interés sobre el análisis y el conocimiento de las variables que intervienen en el rendimiento deportivo y que afectan a la ejecución y resultado alcanzado. De ahí, la relevancia de identificar las variables psicológicas que permiten a los deportistas optimizar su comportamiento y rendimiento.

En esta línea, este estudio planteó como objetivo analizar la relación entre variables psicológicas como el *clima motivacional* (de maestría y de ejecución), *las orientaciones de meta* (a la tarea y al yo) y *la ansiedad estado*. Además, se examinó cómo el clima motivacional y las orientaciones de meta, predicen la ansiedad estado. Los resultados obtenidos en el estudio señalan la existencia de relaciones de interés entre las variables incluidas; el clima motivacional, la orientación a la tarea y la ansiedad estado.

Se incluyeron como variables las dos dimensiones del clima, el clima de maestría (implicación en la tarea) y el clima de ejecución (centrado en el yo o en el ego) y dentro de ellas las seis categorías del clima motivacional (aprendizaje cooperativo, esfuerzo-mejora, papel importante, castigo por errores, reconocimiento desigual y

rivalidad entre los miembros del grupo). Además, se tuvieron en cuenta las dos dimensiones de la orientación de meta (ego y tarea) y la ansiedad estado.

Los resultados encontrados señalaron que la ansiedad estado correlaciona positivamente con las categorías castigo por error y reconocimiento desigual (correspondientes al clima de ejecución). Este resultado se encuentra en la línea de trabajos en los que el clima de ejecución (que implica al ego) fue el mejor predictor de la competencia percibida y la ansiedad (Coterón et al., 2013). La explicación se relacionaría con la presión que implica una orientación al resultado, propia del clima de ejecución. Paralelamente, la ansiedad correlaciona negativamente con las categorías aprendizaje cooperativo y mejora-esfuerzo pertenecientes a la dimensión clima de maestría. Además, destaca la relación negativa observada entre la ansiedad estado y la categoría papel importante, perteneciente a la dimensión clima de maestría. Estudios como el de García-Mas et al. (2011) observan la existencia de relaciones entre el clima motivacional de maestría y los componentes cognitivos de la ansiedad, la desconcentración y la preocupación por el desempeño. Una explicación plausible, podría residir en un aumento de la responsabilidad del deportista, asociado a la interiorización de la motivación, y que afectaría preferentemente a los componentes cognitivos de la ansiedad (García-Mas et al., 2011). Por lo que se puede concluir, a tenor de los datos del estudio, que asumir un rol importante dentro de un deporte en concreto, implica niveles más altos de ansiedad.

Con respecto a los análisis de regresión, variables asociadas al clima de ejecución y al clima de maestría mostraron un poder predictivo de la variable ansiedad estado. Dentro del clima de ejecución, las dimensiones que obtuvieron mayor peso en la explicación de la ansiedad estado, fueron el castigo por error, seguido de la rivalidad.

Respecto al clima de maestría, fueron las variables aprendizaje cooperativo y papel importante, las que mostraron mayor relación en este caso negativa (en la medida en que aumenta la puntuación en estas variables, disminuye la ansiedad). Este hecho indicaría que, en sesiones de entrenamiento con un bajo aprendizaje cooperativo y un alto nivel de castigo ante el error, los jugadores pueden incrementar su nivel de ansiedad lo que condicionaría el rendimiento y el bienestar del deportista (González et al., 2014; Schaefer et al., 2016). Es preciso resaltar entonces la necesidad de fomentar buenas relaciones entre los miembros del grupo y de modular la forma utilizada para corregir los errores de los deportistas, ya que puede favorecer una participación más satisfactoria y un incremento de su implicación y rendimiento. En esta línea, también O'Rourke, Smith y Smoll (2014) resaltan que el clima motivacional es un predictor significativo de la autoestima, la ansiedad rasgo y la regulación autónoma.

Respecto a la relación entre la ansiedad estado y las dos dimensiones de la orientación de meta, la orientación a la tarea se relaciona de forma negativa con la ansiedad estado. Además, el análisis de regresión indicó a su vez que la orientación de meta a la tarea predice (en este caso de forma negativa) la ansiedad estado (en la medida en que se incrementa la orientación a la tarea, disminuye la ansiedad). Este tipo de orientación a la tarea, se relaciona con mayor persistencia y voluntad, con mayor compromiso lo que puede derivar en una disminución de la ansiedad al focalizar en la realización de la actividad frente a la competencia de ser el mejor (Carlin, 2015; Lukwu et al., 2011; Olmedilla, 2009). Autores como Catalá, Peñacoba, Velasco Jareño y Fernández, (2017), también resaltaron que la orientación al ego se relaciona de forma positiva con la ansiedad. Por lo tanto, las orientaciones motivacionales se constituyen como un factor relevante en la ansiedad que es preciso a tener en cuenta.

Por todo ello, aunque la psicología ha desarrollado un importante crecimiento en el campo de la práctica deportiva resulta aún necesario, realizar estudios confirmatorios de los resultados obtenidos y seguir con la identificación de las variables que están llevando a los deportistas a generar comportamientos que optimicen o perjudiquen su rendimiento.

Finalmente, cabe señalar algunas limitaciones del presente trabajo, como la relacionada con el tamaño de la muestra que, en alguna de las categorías resulta pequeño. Un mayor número de participantes podría permitir realizar análisis en función de la categoría y concretar las diferencias en función del grado o nivel profesional de la misma. Sería interesante diferenciar entre la ansiedad estado y rasgo que en este estudio no se ha tenido en cuenta y que podría mostrar perfiles diferenciales en los deportistas. Además, no se han incluido en el trabajo una medida del rendimiento, lo cual, resulta en una línea futura de interés para profundizar aún más en la relación entre estas variables. La inclusión de estas variables permitiría plantear en el futuro intervenciones específicas dirigidas a reducir la sintomatología ansiosa en función del perfil concreto detectado.

Referencias

- Álvarez, E. F., López, J. C., Gómez, V., Brito, J., y González, H. A. M. (2017). Influencia de la motivación y del flow disposicional sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 46-51.
- Amado, D., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., Montero, C., y García-Calvo, T. (2015). Análisis de los perfiles motivacionales en practicantes de danza: Diferencias en función de la modalidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 209-216.
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261.
- Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., y Ortiz-Camacho, M. D. M. (2015). Predicting satisfaction in physical education from motivational climate and self-determined motivation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(2), 210-224. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.2013-0165>
- Bentler, P. M. (2005). EQS 6 structural equations program manual. Encino, CA: Multivariate Software (www.mvsoft.com).
- Campos, G. G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, J. C., Ortega, F. Z., y Romero, O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 3-6.
- Carlin, M. (2015). *El abandono de la práctica deportiva, motivación y estados de ánimo en deportistas*. Sevilla: Wanceulen.

- Carrasco, A. E. R., García-Mas, A., y Brustad, R. J. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347.
- Carson, H. J., y Collins, D. (2016). The fourth dimension: A motoric perspective on the anxiety–performance relationship. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 9(1), 1-21. doi:10.1080/1750984X.2015.1072231
- Catalá, P., Peñacoba, C., Velasco, L., Jareño, N., y Fernández, Á. (2017). La motivación como variable influyente en la ansiedad y autoconfianza de los deportistas. *Información Psicológica*, 112, 14-28. doi: dx.medra.org/10.14635/IPSIC.2016.112.2
- Cecchini, J. A., Fernandez-Rio, J., y Mendez-Gimenez, A. (2014). Effects of Epstein's TARGET on adolescents' intentions to be physically active and leisure-time physical activity. *Health Education Research*, 29(3), 485-490. doi: <https://doi.org/10.1093/her/cyu007>
- Cecchini, J. A., González, C., Prado, J. L., y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2), 469-479.
- Cervelló, E., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en el deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 7-21.
- Coterón, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J., y Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en Educación Física. Diferencias

- en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dunn, M., y Thomas, J. O. (2012). A risk profile of elite Australian athletes who use illicit drugs. *Addictive Behaviors*, 37(1), 144-147.
- Ersöz, G. (2016). An examination of motivational regulations, dispositional flow and social physique anxiety among college students for exercise: a self-determination theory approach. *College Student Journal*, 50(2), 159-170.
- Ferriz, R., González-Cutre, D., y Sicilia, A. (2015). Revisión de la Escala de Locus Percibido de Causalidad (PLOC) para la inclusión de la medida de la regulación integrada en Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 329-338.
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., y Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 197-207.
- García-Naveira, A., y Ruiz-Barquín, R. (2015). Adaptación del I.S.R.A-B a la población deportiva a través de jugadores de fútbol de rendimiento. *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 83-94.

- González-Cutre, D., Sicilia, Á., Moreno, J. A., y Fernández-Balboa, J. M. (2009). Dispositional flow in physical education: Relationships with motivational climate, social goals, and perceived competence. *Journal of Teaching in Physical Education*, 28(4), 422-440. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.28.4.422>
- González, J., Garcés de los Fayos, E. y Ortega, E. (2014). Avanzando en el camino de diferenciación psicológica del deportista. Ejemplos de diferencias en sexo y modalidad deportiva. *Anuario de Psicología*, 44(1), 31-44.
- González-Ramírez, M., Quezada-Berumen, L., Díaz-Rodríguez, C., y Cano-Vindel, A. (2014). Adaptación para México y estructura factorial del Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad Breve (ISRA-B). *Ansiedad y Estrés*, 20(1), 89-100.
- Gümüş, Y. Y., Çakin-Memik, N., y Agaoglu, B. (2015). Anxiety disorders comorbidity in children and adolescents with attention deficit hyperactivity disorder. *Archives of Neuropsychiatry*, 52, 185-193. doi: 10.5152/npa.2015.7024
- Jaakkola, T., Washington, T., y Yli-piipari, S. (2013). The association between motivation in school physical education and self-reported physical activity during Finnish junior high school: a self-determination theory approach. *European Physical Education Review*, 19, 127-141.
- Leo, F. M., García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P. A., Gómez, F. R., y Sánchez-Oliva, D. (2008). Relevancia de los climas motivacionales de los otros significativos sobre los comportamientos deportivos en jóvenes deportistas. *Motricidad, European Journal of Human Movement*, 21, 119- 136.

- Lukwu, R. M., y Luján, J. F. (2011). Sport commitment and adherence: A social-cognitive analysis. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 277-286. doi:10.5232/ricyde2011.02503e
- Merino, H., Senra, C., y Ferreiro, F. (2016). Are Worry and Rumination Specific Pathways Linking Neuroticism and Symptoms of Anxiety and Depression in Patients with Generalized Anxiety Disorder, Major Depressive Disorder and Mixed Anxiety-Depressive Disorder? *Plos ONE*, 11(5), 1-14. doi:10.1371/journal.pone.0156169
- Modroño, C., y Guillén García, F. (2016). Motivation and self-concept in windsurfers. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 0105-112.
- Navarrón, E., Godoy-Izquierdo, D., Vélez, M., Ramírez-Molina, M. J., y Jiménez-Torres, M. G. (2017). Implementación de una intervención psicológica en fútbol base, satisfacción subjetiva de los deportistas y experiencias de pasión, competencia percibida y compromiso deportivo en relación con la intención de práctica futura. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1), 59-69.
- Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275-290. doi: 10.1080/026404100365018
- Ning, W., Gao, Z., y Lodewyk, K. (2013). Associations between socio-motivational factors, physical education activity levels and physical activity behavior among youth. *Journal of Research*, 1(7), 3-10.

- Olmedilla, A., Andreu, M. D., Ortín, F. J. y Blas, A. (2009). Ansiedad competitiva, percepción de éxito y lesiones: un estudio en futbolistas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(33), 51-66.
- O'Rourke, D., Smith, R., y Smoll, F. (2014). Relations of parent-and coach initiated motivational climates to young athletes' self-esteem, performance anxiety and autonomous motivation: who is more influential? *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(4), 395-408. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/10413200.2014.907838>
- Pazo, C. I., Sáenz-López, P., y Fradua, L. (2012). Influencia del contexto deportivo en la formación de los futbolistas de la selección española de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 291-299.
- Prieto, J. M. (2016). Relación entre competitividad, ansiedad social y compromiso con variables deportivas y académicas en futbolistas jóvenes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 193-200.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M. C., y Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 9-16.
- Robinson, G., y Freeston, M. (2015). Intolerance of uncertainty as a predictor of performance anxiety and robustness of sport confidence in university student-athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(4), 335-344. doi:10.1123/jcsp.2015-0008
- Ruiz-Juan, F., y Zarauz, A. (2013). Análisis de la ansiedad en el atletismo; un estudio con veteranos. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 33(9), 222-235. doi: <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2013.03302>

- Saz, A.I. (2000). *Diccionario de Psicología*. Madrid: Libro Hobby-Club.
- Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., y Magee, C. A. (2016). Competition anxiety, motivation, and mental toughness in golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309-320. doi:10.1080/10413200.2016.1162219
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., y Lushene, R. E. (1999). STAI. *Cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo*. Madrid: TEA, Ediciones.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., y Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Standage, M., y Vallerand, R. J., (2014). Self-determined motivation in sport and exercise groups. En M. R. Beauchamp, y M. A. Eys (Eds.), *Group dynamics advances in sport and exercise psychology Contemporary themes* (pp. 259-278). New York: Routledge.
- Supervía, P. U., Bordas, C. S., Lorente, V. M., y Medina, J. Á. (2017). Creencias y percepciones del éxito en futbolistas adolescentes. Diferencias entre categorías deportivas y posición clasificatoria. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 207-211.
- Uphill, M. (2016). Anxiety in sport: Are we any closer to untangling the knots? En A. M. Lane, A. M. Lane (Eds.), *Sport and exercise psychology, 2nd ed* (pp. 50-75). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Weinberg, R. S. y Gould, D. (2010). *Fundamentos de Psicología del deporte y el ejercicio físico*. 4ª Edición. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Zarauz, A., y Ruiz, F. (2015). Factores determinantes de la motivación en atletas veteranos españoles. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(1), 34-42.

Discusión de resultados

Esta tesis doctoral se ha desarrollado en tres estudios que han planteado tres objetivos principales.

En primer lugar, se planteó el de objetivo analizar la relación entre variables psicológicas como el *clima de motivación* percibido por el deportista (de maestría y de ejecución), *las orientaciones de meta* (a la tarea y al yo), *las necesidades psicológicas básicas del deporte* (de competencia, autonomía y relación) y *la cohesión de equipo* (tarea-grupal y grupo-social). Además, se examinó como el clima motivacional, las orientaciones de meta y la cohesión, predicen las necesidades psicológicas de competencia, autonomía y relación.

En segundo lugar, y con un segundo estudio, los objetivos propuestos fueron, analizar las relaciones entre el clima motivacional, la motivación, las orientaciones de meta y la personalidad teniendo en cuenta las diferencias en función del sexo (hombres y mujeres) y en función de la categoría deportiva (infantil, cadete, juvenil, regional y primera división), y en qué medida la personalidad y el clima motivacional predicen las orientaciones de meta y la motivación.

En tercer lugar, a través de un tercer estudio, se analizó las relaciones entre la ansiedad estado, el clima motivacional y las orientaciones de meta en futbolistas, así como, tratar de concretar en qué medida el clima motivacional y las orientaciones de meta predecían la ansiedad estado

En relación al primero de los objetivos, tras el análisis de las relaciones entre clima motivacional, orientaciones de meta, necesidades psicológicas básicas y cohesión

de equipo (tarea-grupal y grupo-social) en futbolistas profesionales, se obtuvieron relaciones de interés entre las variables incluidas.

Dentro del marco de la teoría de las metas de logro sobre el clima motivacional (Newton et al., 2000), se incluyeron dos dimensiones del clima, el clima de maestría (implicación en la tarea) y el clima de ejecución (centrado en el yo o en el ego). Los resultados señalan que ambos tipos de clima correlacionan negativamente en un extremo opuesto de un continuo. Con respecto a las orientaciones de meta a la tarea y al yo, ambas correlacionan positivamente en este caso. Este resultado, puede achacarse a que estas variables poseen un carácter ortogonal, pudiendo presentarse al mismo tiempo en cierto grado (Zarauz, Ruiz-Juan, y Flores-Allende, 2016). Teniendo en cuenta este resultado, conviene resaltar la importancia de promover en la práctica deportiva ambos tipos de orientaciones, dado que la presencia de una orientación al yo (o al ego) se relaciona positivamente con la orientación a la tarea, y de ahí, con mayor cantidad de práctica (García-Mas y Gimeno, 2008). Sin embargo, dada la correlación negativa entre el clima de maestría y el clima de ejecución, conviene en un deporte colectivo como es el fútbol, potenciar el clima de maestría, sobre todo, porque la presencia de un clima de ejecución implicaría la predominancia de objetivos individuales centrados únicamente en el yo.

Respecto a la relación entre el clima motivacional y las otras variables incluidas (orientaciones de meta, necesidades psicológicas y cohesión de equipo), también se hallan relaciones significativas.

Los resultados de la relación entre el clima de motivación y las orientaciones de meta, indican que el clima de maestría se relaciona positivamente con la orientación de meta a la tarea y negativamente con la orientación de meta al yo. Estos datos señalan

que la socialización o el clima generado por el entrenador y el entorno, tiene importantes implicaciones sobre la forma de interpretar el éxito y definir la competencia (potenciando metas dirigidas hacia la tarea cuando el clima así lo favorece). En contraposición, en este estudio el clima de ejecución no muestra una relación significativa con la orientación de meta a la tarea. La explicación podría relacionarse con que la predisposición personal (centrada en el yo o en el ego) determina en gran medida la probabilidad a priori de adoptar una meta en concreto y de representar un patrón propio de comportamiento. Estas relaciones, apuntan nuevamente hacia la necesidad de potenciar en un deporte de equipo como es el fútbol, un clima motivacional de maestría, el cual, se va a relacionar con orientaciones de meta a la tarea por encima de las individuales.

En lo que respecta a la relación entre el clima y las necesidades psicológicas básicas del deporte, la relación es positiva entre las tres necesidades y el clima de maestría y la orientación de meta a la tarea. Sin embargo, las tres necesidades de competencia, relación y autonomía, se relacionan negativamente con las restantes variables incluidas en el estudio. Por último, las dos variables de cohesión (tarea-grupal grupo-social) se relacionaron negativamente con las restantes variables analizadas (con la excepción del clima de ejecución y la orientación al yo). Estas relaciones indican que un clima de ejecución beneficia escasamente la cohesión del equipo y la satisfacción de necesidades psicológicas básicas del deporte. Por el contrario, un clima de maestría si se relaciona con la satisfacción de estas necesidades y con metas dirigidas a la tarea por encima del yo.

Por otro lado, respecto al clima motivacional, el clima de maestría es el único que predice positivamente la satisfacción de las tres dimensiones de necesidades

psicológicas básicas del deporte (competencia, autonomía y relación). Este dato refuerza los hallazgos de Giménez, Río y Estrada (2013), quienes señalan la importancia de generar un clima motivacional de maestría o tarea, dado que este predice positivamente la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas del deporte. Igualmente, resulta de interés que el clima de ejecución (centrado en el ego) presenta un valor predictivo significativo de la competencia, pero en este caso, negativo. Sin embargo, autores como Coterón, Franco, Pérez-Tejero y Sampedro (2013) destacan la relación entre el clima de ejecución y percepción de competencia. El motivo del resultado alcanzado en el presente estudio, podría encontrarse en las edades analizadas dado que deportistas de entre 12 o 18 años podrían no haber hecho aún una asociación de este tipo.

Las orientaciones de meta, también mostraron poder predictivo sobre las tres necesidades psicológicas básicas del deporte. Los dos tipos de orientaciones de meta, predicen positivamente la satisfacción de la necesidad de competencia, pero no la de relación con los demás, y únicamente la orientación a la tarea predice positivamente la autonomía. Estos resultados pueden ser debidos, a la competición a la que se ven sometidos los deportistas (con miembros externos e internos al propio equipo), la cual, genera una forma particular de entender las orientaciones de meta a la tarea y al yo (Martínez, Llorca, Tello, y Núñez, 2016).

Respecto a la relación entre la cohesión y las necesidades psicológicas básicas del deporte, solo la dimensión grupo-social predice la necesidad de relación con los demás. La dimensión grupo-social evalúa por un lado el interés de los miembros del equipo por juntarse en situaciones ajenas al entrenamiento y los partidos (GI-S) y si los compañeros del equipo configuran uno de los grupos sociales más importantes para ellos (ATG-S). Esta dimensión de grupo-social, encaja entonces en su conjunto con la necesidad

psicológica básica de relación, entendida como el grado en que los individuos sienten seguridad de pertenencia y conexión con otras personas de su entorno social (Deci y Ryan, 2000). En todo caso, Leo, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva, Amado, y García-Calvo (2013), observan que esta cohesión grupal y su dimensión social no predice de forma positiva el rendimiento deportivo. Por el contrario, la dimensión de cohesión tarea-grupal, sí presenta una relación positiva con el rendimiento. En este estudio, la dimensión tarea-grupal correlaciona de forma positiva con el clima de ejecución y con la orientación de meta al yo y negativamente con el resto de las variables. Hay que resaltar, que la muestra está tomada en gran parte con deportistas profesionales y semiprofesionales de ligas de fútbol y con jugadores de categorías de equipos de élite, quienes no sólo compiten con equipos externos, sino también con miembros del propio equipo o compañeros (para disfrutar de más minutos, más partidos, promoción, etc.). Teniendo esto en cuenta, la promoción de un clima motivacional de ejecución (que implica al ego) no perjudica la cohesión de los jugadores, conscientes de la dinámica en este nivel profesional. Se puede concluir en este sentido, que los factores ambientales, personales, de equipo y de liderazgo, van a configurar un tipo de cohesión que puede desencadenar una serie de consecuencias que podrían influir en el rendimiento (Balaguer, Castillo, Ródenas, Fabra, y Duda, 2015).

Respecto al segundo de los objetivos generales propuestos en esta tesis doctoral, se realizó un segundo estudio. Este estudio, profundizó en las relaciones entre el clima motivacional percibido por el deportista, la motivación autodeterminada del jugador, las orientaciones de meta y la personalidad, como indicadores para la mejora de la práctica deportiva, con el propósito de permitir a los profesionales del deporte, encontrar nuevas

formas de mejora en el trabajo psicológico, tanto en intervención directa con los deportistas, como con el entorno.

En un inicio, derivado del estudio de correlación entre las mencionadas variables, se encontraron relaciones significativas entre ellas. Los dos tipos de clima motivacional percibido (de maestría y ejecución) correlacionan negativamente. Al mismo tiempo, el clima de maestría mostró una relación negativa con la orientación de meta al ego y positiva con la orientación a la tarea. El clima de ejecución se asoció de forma positiva con la orientación al ego, en la línea de estudios como el de Granero-Gallegos y Baena-Extremera (2014). Estos datos indican que la socialización medida a través de las variables contextuales (clima motivacional), que perciben los deportistas de sus entrenadores y entorno, tiene importantes relaciones con el tipo de orientación que establecen. De esta forma, la implicación práctica más inmediata sería que al propiciar un clima motivacional de maestría, el deportista establece orientaciones de meta dirigidas a la tarea. Esto es relevante dado que las orientaciones a la tarea se han relacionado con variables como mayor motivación y esfuerzo (Supervía, Bordas, Lorente, y Medina, 2017).

Además, fruto del análisis de correlación, se pudo ver también que el clima motivacional mostró relaciones significativas con otras variables, como las dimensiones de personalidad, y el Índice de Autodeterminación (IAD). Concretamente, el clima de maestría mostró una relación significativa con el IAD (al contrario del clima de ejecución cuya relación fue significativa pero negativa).

En lo referente a las variables de personalidad, el neuroticismo se relacionó de forma significativa y positiva con el psicoticismo y ambos mostraron una asociación significativa y negativa con la extraversión. El psicoticismo y el neuroticismo

correlacionan positivamente con el clima de ejecución y la orientación de meta hacia el ego, y negativamente con el clima de maestría. Estos resultados son compatibles con los detectados en estudios como el de Wang y Erdheim (2007), quienes observan que los factores disposicionales (como es la personalidad) influyen en las variables contextuales. Igualmente, resulta de interés que, el psicoticismo y el neuroticismo se relacionen negativamente con el IAD que, a su vez, se relaciona de forma significativa y positiva con las orientaciones a la tarea, pero de forma significativa y negativa con las orientaciones al ego. Estos datos en su conjunto reflejan que, estas dos variables de la personalidad van a afectar de forma negativa tanto a la motivación autodeterminada, como al clima de maestría y en consecuencia a la orientación de meta a la tarea. Altas puntuaciones en neuroticismo y psicoticismo al ir asociadas a una baja motivación intrínseca (asociada cuando es elevada a satisfacción y disfrute del deportista y mayor adherencia a la práctica deportiva; Baena-Extremera, Gómez-López, Granero-Gallegos, y Ortiz-Camacho, 2015), pueden derivar en una disminución de estos mediadores positivos dentro del contexto deportivo. Es más, la literatura en esta línea ha indicado que, a mayor motivación intrínseca, más elevada categoría profesional (De Oliveira et al., 2016).

Se pudo observar, que el neuroticismo predijo inicialmente una orientación centrada en el ego; y que el clima de maestría predecía una orientación centrada en la tarea. Además, ni el neuroticismo ni el psicoticismo mostraban un poder predictivo sobre el IAD, pero sí el clima de maestría predijo esta variable (IAD). Autores como Moreno-Murcia, Zomeño-Álvarez, Marín de Oliveira, Ruiz Pérez y Cervelló-Gimeno, (2013) ya observaron que el clima de maestría predice positivamente la motivación autodeterminada que es también relevante fuera del ámbito deportivo, dado que se

relaciona con una reducción de la sintomatología depresiva (Cecchini-Estrada, Méndez-Giménez, Cecchini, Moulton, y Rodríguez, 2015).

Las variables contextuales y disposicionales en el contexto deportivo se ponen en relación en la llamada hipótesis bidireccional (Laborde, Guillen, y Mosley, 2016). Según esta hipótesis, ciertos rasgos de la personalidad aumentan con la práctica regular del deporte, pero también, el desempeño deportivo contribuye a enriquecer la personalidad (Allen, Magee, Vella, y Laborde, 2016). Para profundizar sobre esta influencia bidireccional, con el análisis de regresión se analizó si las variables contextuales predecían las variables personales o si en cambio, o si sucedía, al contrario. Los resultados apuntan que tanto el clima de maestría como el clima de ejecución predicen el IAD (con una significatividad mayor en el caso del clima de maestría), con lo que se concluye que las variables contextuales tienen mayor peso en la relación. A tenor de los resultados parece evidente que el entrenador puede incidir favorablemente en la motivación intrínseca y en las dimensiones de la personalidad, con lo que es preciso destacar el valor de esta variable y su relevancia en el deportista y en su progreso personal.

Por otro lado, se analizaron las diferencias en función del sexo y la categoría. Respecto al sexo se observó una tendencia general en las mujeres que obtuvieron puntuaciones más altas en el clima de maestría que los hombres. Por el contrario, los hombres puntuaron más alto en el clima de ejecución y en orientación al ego. Las diferencias obtenidas pueden ser explicadas atendiendo a factores sociales que influyen de una forma diferencial en hombres y mujeres. Así, las mujeres interpretan el deporte en un contexto cooperativo y de ocio, frente a los hombres, para quienes el aspecto competitivo en el deporte parece predominante (Moreno-Murcia, Cervelló-Gimeno, y

González-Cutre, 2008). Castro-Sánchez, Zurita-Ortega, Martínez-Martínez, Chacón-Cuberos y Espejo-Garcés (2016), observan una tendencia general en las mujeres en relación al clima de aprendizaje, y con ello al IAD que muestra una relación con el clima motivacional percibido (Granero-Gallegos y Baena-Extremera, 2014). Con respecto a la categoría, se pudo ver que la única variable en la que las diferencias eran significativas en este caso era la extraversión. La extraversión disminuye en ambos sexos, a medida que se incrementa la categoría profesional, con lo que a mayor tiempo de práctica deportiva menor extraversión. Este hallazgo no se corresponde con otros trabajos que sí concluyen una asociación entre la práctica deportiva y los deportes de equipo con la extraversión (Cox, 2009; García-Naveira y Ruiz-Barquín, 2016). En cualquier caso, hay que resaltar que la muestra al igual que sucede con ciertos resultados de la investigación que se exponían en el primer estudio, está formada por deportistas profesionales y semiprofesionales, quienes no sólo compiten con equipos externos, sino también con miembros del propio equipo o compañeros (para disfrutar de más minutos, más partidos, promoción, etc.), lo puede determinar e influir en las distintas variables disposicionales propias del deportista, pudiendo afectar estos condicionantes a la extraversión.

Por último, a lo que respecta al tercer objetivo, se realizó un tercer estudio, donde se planteó analizar la relación entre variables psicológicas como el *clima motivacional* (de maestría y de ejecución), *las orientaciones de meta* (a la tarea y al yo) y *la ansiedad estado*. Además, se examinó cómo el clima motivacional y las orientaciones de meta, predicen la ansiedad estado. Los resultados obtenidos en el estudio señalan la existencia de relaciones de interés entre las variables incluidas; el clima motivacional, la orientación a la tarea y la ansiedad estado.

Para la realización del estudio, se incluyeron como variables las dos dimensiones del clima, el clima de maestría (implicación en la tarea) y el clima de ejecución (centrado en el yo o en el ego) y dentro de ellas las seis categorías del clima motivacional (aprendizaje cooperativo, esfuerzo-mejora, papel importante, castigo por errores, reconocimiento desigual y rivalidad entre los miembros del grupo). Además, se tuvieron en cuenta las dos dimensiones de la orientación de meta (ego y tarea) y la ansiedad estado.

Los resultados encontrados señalaron que la ansiedad estado correlaciona positivamente con las categorías castigo por error y reconocimiento desigual (correspondientes al clima de ejecución). Este resultado se encuentra en la línea de trabajos en los que el clima de ejecución (que implica al ego) fue el mejor predictor de la competencia percibida y la ansiedad (Coterón et al., 2013). La explicación se relacionaría con la presión que implica una orientación al resultado, propia del clima de ejecución. Paralelamente, la ansiedad correlaciona negativamente con las categorías aprendizaje cooperativo y mejora-esfuerzo pertenecientes a la dimensión clima de maestría. Además, destaca la relación negativa observada entre la ansiedad estado y la categoría papel importante, perteneciente a la dimensión clima de maestría. Estudios como el de García-Mas et al. (2011) observan la existencia de relaciones entre el clima motivacional de maestría y los componentes cognitivos de la ansiedad, la desconcentración y la preocupación por el desempeño. Una explicación plausible, podría residir en un aumento de la responsabilidad del deportista, asociado a la interiorización de la motivación, y que afectaría preferentemente a los componentes cognitivos de la ansiedad (García-Mas et al., 2011). Por lo que se puede concluir, a

tenor de los datos del estudio, que asumir un rol importante dentro de un deporte en concreto, implica niveles más altos de ansiedad.

Con respecto a los análisis de regresión, variables asociadas al clima de ejecución y al clima de maestría mostraron un poder predictivo de la variable ansiedad estado. Dentro del clima de ejecución, las dimensiones que obtuvieron mayor peso en la explicación de la ansiedad estado, fueron el castigo por error, seguido de la rivalidad. Respecto al clima de maestría, fueron las variables aprendizaje cooperativo y papel importante, las que mostraron mayor relación en este caso negativa (en la medida en que aumenta la puntuación en estas variables, disminuye la ansiedad). Este hecho indicaría que, en sesiones de entrenamiento con un bajo aprendizaje cooperativo y un alto nivel de castigo ante el error, los jugadores pueden incrementar su nivel de ansiedad lo que condicionaría el rendimiento y el bienestar del deportista (González, Garcés de los Fayos, y Ortega, 2014; Schaefer, Vella, Allen, y Magee, 2016). Es preciso resaltar entonces la necesidad de fomentar buenas relaciones entre los miembros del grupo y de modular la forma utilizada para corregir los errores de los deportistas, ya que puede favorecer una participación más satisfactoria y un incremento de su implicación y rendimiento. En esta línea, también O'Rourke, Smith y Smoll (2014) resaltan que el clima motivacional es un predictor significativo de la autoestima, la ansiedad rasgo y la regulación autónoma.

Respecto a la relación entre la ansiedad estado y las dos dimensiones de la orientación de meta, la orientación a la tarea se relaciona de forma negativa con la ansiedad estado. Además, el análisis de regresión indicó a su vez que la orientación de meta a la tarea predice (en este caso de forma negativa) la ansiedad estado (en la medida en que se incrementa la orientación a la tarea, disminuye la ansiedad). Este tipo de

orientación a la tarea, se relaciona con mayor persistencia y voluntad, con mayor compromiso lo que puede derivar en una disminución de la ansiedad al focalizar en la realización de la actividad frente a la competencia de ser el mejor (Carlin, 2015). Autores como Catalá, Peñacoba, Velasco Jareño y Fernández, (2017), también resaltaron que la orientación al ego se relaciona de forma positiva con la ansiedad. Por lo tanto, las orientaciones motivacionales se constituyen como un factor relevante en la ansiedad que es preciso tener en cuenta.

Implicaciones finales

La socialización o el clima generado por el entrenador y el entorno, tiene importantes implicaciones sobre la forma de interpretar el éxito y definir la competencia (potenciando metas dirigidas hacia la tarea cuando el clima así lo favorece). Los datos obtenidos, indican que la socialización medida a través de las variables contextuales (clima motivacional), que perciben los deportistas de sus entrenadores y entorno, tiene importantes relaciones con el tipo de orientación que establecen. De esta forma, la implicación práctica más inmediata sería que al propiciar un clima motivacional de maestría, el deportista establece orientaciones de meta dirigidas a la tarea. Esto es relevante dado que las orientaciones a la tarea se han relacionado con variables como mayor motivación y esfuerzo (Supervía, et al., 2017).

Igualmente, el clima de maestría predice positivamente la motivación autodeterminada que es también relevante fuera del ámbito deportivo, dado que se relaciona con una reducción de la sintomatología depresiva (Cecchini-Estrada et al., 2015).

En lo que respecta a la relación entre el clima y las necesidades psicológicas básicas del deporte, la relación es positiva entre las tres necesidades y el clima de

maestría y la orientación de meta a la tarea. Se puede concluir en este sentido, la necesidad de potenciar el clima de maestría, ya que, los factores ambientales, personales, de equipo y de liderazgo, van a configurar un tipo de cohesión que puede desencadenar una serie de consecuencias que podrían influir en el rendimiento (Balaguer et al., 2015). Con lo que la importancia de esta variable contextual adquiere un gran peso en el ámbito deportivo, teniendo más relevancia que las variables disposicionales, prediciendo y afectando no solo a la cohesión sino a la motivación autodeterminada, la ansiedad y a la personalidad, A tenor de los resultados parece evidente que el entrenador puede incidir favorablemente en la motivación intrínseca, la ansiedad, el bienestar del deportista y en las dimensiones de la personalidad, con lo que es preciso destacar el valor de esta variable y su influencia en el deportista y en su progreso personal. Es preciso resaltar entonces la necesidad de fomentar buenas relaciones entre los miembros del grupo y de modular la forma utilizada para corregir los errores de los deportistas, ya que puede favorecer una participación más satisfactoria y un incremento de su implicación y rendimiento.

Limitaciones y líneas futuras

Finalmente, cabe señalar algunas limitaciones del presente trabajo, como la relacionada con el tamaño de la muestra que, en alguna de las categorías resulta pequeña. Un mayor número de participantes podría permitir realizar análisis en función de la categoría y concretar las diferencias en función del grado o nivel profesional de la misma.

De la misma manera, no se han incluido en el trabajo una medida del rendimiento, lo cual, resulta en una línea futura de interés para profundizar aún más en la relación entre estas variables.

Respecto al procedimiento, el uso de cuestionarios es una limitación en sí misma, relacionada con la ausencia de medidas más fiables u objetivas como podrían ser las fisiológicas. Igualmente, no se realizó un control sobre la sinceridad de los deportistas, ni se tuvo en cuenta la edad como variable de control.

En definitiva, en próximos trabajos, es preciso continuar la investigación en esta línea, incluyendo otras posibles variables influyentes o predictoras del éxito deportivo y observar su relación con variables psicológicas contextuales y sociodemográficas.

De la misma forma, convendría analizar en futuros estudios, las relaciones existentes entre variables que no son tenidas en cuenta, como podría ser las relaciones entre las variables contextuales, la orientación de meta, la personalidad y la ansiedad.

Paralelamente, la investigación con estudios longitudinales en relación a estos parámetros, nos ayudaría a comprobar y confirmar las relaciones encontradas en esta tesis doctoral, como en otros estudios sobre el ámbito deportivo.

Conclusiones

1. La socialización o el clima generado por el entrenador y el entorno tiene importantes implicaciones sobre la forma de interpretar el éxito y definir la competencia.
2. Es necesario potenciar en un deporte de equipo como es el fútbol, un clima motivacional de maestría, el cual, se va a relacionar con orientaciones de meta a la tarea.
3. Un clima de ejecución beneficia escasamente la cohesión del equipo y la satisfacción de necesidades psicológicas básicas del deporte. Por el contrario, un clima de maestría si se relaciona positivamente con la satisfacción de estas necesidades y con metas dirigidas a la tarea por encima del yo.
4. Las variables contextuales presentan mayor peso en la predicción de las orientaciones de meta y la motivación autodeterminada de los futbolistas participantes en el estudio.
5. La socialización medida a través de las variables contextuales (clima motivacional) que perciben los deportistas de sus entrenadores y entorno, tiene importantes relaciones con el tipo de orientación que establecen.
6. El clima de maestría mostró una relación significativa con el índice de motivación autodeterminada, al contrario del clima de ejecución cuya relación fue significativa pero negativa.
7. Altas puntuaciones en neuroticismo y psicoticismo al ir asociadas a una baja motivación intrínseca (asociada cuando es elevada a satisfacción y disfrute del

deportista y mayor adherencia a la práctica deportiva), pueden derivar en una disminución de estos mediadores positivos dentro del contexto deportivo.

8. Las mujeres interpretan el deporte en un contexto cooperativo y de ocio, frente a los hombres, para quienes el aspecto competitivo en el deporte parece predominante.
9. La relación entre el clima de maestría y la ansiedad, se debe a la categoría papel importante, perteneciente a la dimensión clima de maestría.
10. El clima de ejecución predice la competencia percibida y la ansiedad.
11. Las sesiones de entrenamiento con un bajo aprendizaje cooperativo y un alto nivel de castigo ante el error incrementan el nivel de ansiedad de los deportistas.

Referencias bibliográficas

- Allen, M., Magee, C., Vella, S., y Laborde, S. (2016). Bidirectional associations between personality and physical activity in adulthood. *Health Psychology, 36*(4), 332-336. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/hea0000371>
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 261-271.
- Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., y Ortiz-Camacho, M. D. M. (2015). Predicting satisfaction in physical education from motivational climate and self-determined motivation. *Journal of Teaching in Physical Education, 34*(2), 210-224. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.2013-0165>
- Balaguer, I., Castillo, I., Ródenas, L., Fabra, P., y Duda, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 15*(1), 233-242.
- Barić, R., y Bucik, V. (2009). Motivational differences in athletes trained by coaches of different motivational and leadership profiles. *Kineziologija, 41*(2), 181-194.
- Cantón, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo, 31*(3), 237-245.
- Carazo-Vargas, P., y Moncada-Jiménez, J. (2015). A meta-analysis on the effects of exercise training on the VO2 max in children and adolescents. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 27*, 184-187.
- Carlin, M. (2015). *El abandono de la práctica deportiva, motivación y estados de ánimo en deportistas*. Sevilla: Wanceulen.

- Carrasco, A. E. R., García-Mas, A., y Brustad, R. J. (2009). Estado del arte, y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R., y Espejo-Garcés, T. (2016). Clima motivacional de los adolescentes y su relación con el género, la práctica de actividad física, la modalidad deportiva, la práctica deportiva federada y la actividad física familiar. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12(45), 262-277.
- Catalá, P., Peñacoba, C., Velasco, L., Jareño, N., y Fernández, Á. (2017). La motivación como variable influyente en la ansiedad y autoconfianza de los deportistas. *Información Psicológica*, 112, 14-28. doi: dx.medra.org/10.14635/IPSIC.2016.112.2
- Cecchini-Estrada, J. A., Méndez-Giménez, A., Cecchini, C., Moulton, M., y Rodríguez, C. (2015). Exercise and Epstein's TARGET for treatment of depressive symptoms: A randomized study. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(3), 191-199. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijchp.2015.05.001>
- Cecchini, J. A., González, C., y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la auto-confianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16(1), 104-109.tesis_01
- Coterón, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J., y Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en educación física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.

- Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones* (6ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01
- De Oliveira, L. P., Do Nascimento Junior, J. A., Nickenig Vissoci, J. R., Ferreira, L., da Silva, P. N., y Lopes Vieira, J. L. (2016). Motivación autodeterminada y estrategias de afrontamiento en futbolistas: Un estudio con jugadores en diferentes fases de desarrollo deportivo. *Revista de Psicología Del Deporte*, 25(2), 261-269.
- Eysenck, H. J., y Eysenck, M. W. (1987). *Personalidad y diferencias individuales*. Madrid: Pirámide.
- García, E. M., Rodríguez, M., Andrade, E. M., y Arce, C. (2006). Adaptación del cuestionario MSCI para la medida de la cohesión en futbolistas jóvenes españoles. *Psicothema*, 18(3), 668-672.
- García-Mas, A., y Gimeno, F. (2008). La teoría de orientación de metas y la enseñanza de la Educación Física: consideraciones prácticas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 511-522.
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., y Leiva, A. (2011). Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición, en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 197-207.

- García-Naveira, A., y Ruiz-Barquín, R. (2015). Adaptación del I.S.R.A-B a la población deportiva a través de jugadores de fútbol de rendimiento. *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 83-94.
- García-Naveira, A., y Ruiz-Barquín, R. (2016). Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva y categoría por edad en jugadores de fútbol de rendimiento desde el modelo de Costa y McCrae. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 23-29.
- Giménez, A. M., Río, J. F., y Estrada, J. A. C. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula Abierta*, 41(1), 63-72.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluación mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Psicothema*, 4(19), 667-672.
- González-Cutre, D., Sicilia, Á., Moreno, J. A., y Fernández-Balboa, J. M. (2009). Dispositional flow in physical education: Relationships with motivational climate, social goals, and perceived competence. *Journal of Teaching in Physical Education*, 28(4), 422-440. doi: <http://dx.doi.org/10.1123/jtpe.28.4.422>
- González, J., Garcés de los Fayos, E. y Ortega, E. (2014). Avanzando en el camino de diferenciación psicológica del deportista. Ejemplos de diferencias en sexo y modalidad deportiva. *Anuario de Psicología*, 44(1), 31-44.
- Granero-Gallegos, A., y Baena-Extremera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en

Educación Física. *Retos: Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 25, 23-27.

Kyle, T. L., Hernández-Mendo, A., Reigal-Garrido, R. E., y Morales-Sánchez, V. (2016). Efectos de la actividad física en el autoconcepto y la autoeficacia en preadolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 63-65.

Laborde, S., Guillen, F., y Mosley, E. (2016). Positive personality-traitlike individual differences in athletes from individual- and team sports and in non-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 9-13. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.05.009>

Leo, F., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., y García-Calvo, T. (2013). El liderazgo y el clima motivacional del entrenador como antecedentes de la cohesión y el rol percibido en futbolistas semiprofesionales. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 361-370.

Leo, F., Sánchez, P., Sánchez, D., Amado, D. y García, T. (2011). Incidencia de la cooperación, la cohesión y la eficacia colectiva en el rendimiento en equipos de fútbol. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 26(7), 341-354. doi: 10.5232/ricyde2011.02601ç

Marcos, F. M. L., Sánchez-Miguel, P. A., Sáchez-Oliva, D., Alonso, D. A., y García-Calvo, T. (2011). Incidencia de la cooperación, la cohesión y la eficacia colectiva en el rendimiento en equipos de fútbol. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(26), 341-354. doi: 10.5232/ricyde2011.02601

- Martínez, L. N., Llorca, J. A. S., Tello, F. P. H., y Núñez, M. L. (2016). Diferencias de metas entre estudiantes y deportistas: análisis de la invarianza del modelo entre ellos. *Universitas Psychologica*, 15(4).
- Moreno, J. A.; Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25, 35-51.
- Moreno-Murcia, J. A., Cervelló-Gimeno, E., y González-Cutre, D. (2008). Relationships among goal orientations, motivational climate and flow in adolescent athletes: differences by gender. *The Spanish Journal of Psychology*, 11, 181-191.
- Moreno-Murcia, J. A., Zomeño-Álvarez, T., Marín de Oliveira, L. M., Ruiz Pérez, L. M., y Cervelló-Gimeno, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la Educación Física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 380-401. doi: 10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165
- Morilla, M. (2004). Registro y observación de la conducta deportiva: propuestas manuales e informatizadas. En M. Roffé y F. Ucha (Eds.), *Alto rendimiento: psicología y deporte* (pp. 229-256). Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275-290. doi: 10.1080/026404100365018
- O'Rourke, D., Smith, R., y Smoll, F. (2014). Relations of parent-and coach initiated motivational climates to young athletes' self-esteem, performance anxiety and autonomous motivation: who is more influential? *Journal of Applied Sport*

Psychology, 26(4), 395-408. doi:
<http://dx.doi.org/10.1080/10413200.2014.907838>

Oyón, P., Franco, L., Rubio, F. J., y Valero, A. (2016). Fútbol femenino categorías inferiores. Características antropométricas y fisiológicas. Evolución a lo largo de una temporada. *Archivos de Medicina del Deporte*, 24-28.

Romero, C. E. (2015). Meta-análisis del efecto de la actividad física en el desarrollo de la resiliencia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), 98-103.

Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., y Magee, C. A. (2016). Competition anxiety, motivation, and mental toughness in golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309-320. doi:10.1080/10413200.2016.1162219

Supervía, P. U., Bordas, C. S., Lorente, V. M., y Medina, J. Á. (2017). Creencias y percepciones del éxito en futbolistas adolescentes. Diferencias entre categorías deportivas y posición clasificatoria. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 207-211.

Uriarte, J. D. (2014). Resiliencia y Envejecimiento. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 4(2), 67- 77. doi:
<http://dx.doi.org/10.1989/ejihpe.v4i2.54>

Wang, M., y Erdheim, J. (2007). Does the five-factor model of personality relate to goal orientation? *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1493-1505. doi:
<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.024>

Zarauz, A., Ruiz-Juan, F., y Flores-Allende, G. (2016). Modelos predictores de la motivación en corredores de fondo en ruta en función de sus hábitos y

entrenamiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*,
11 (2), 185-192.

