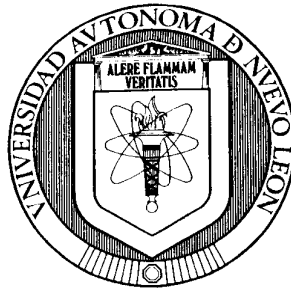


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**POSGRADO CONJUNTO FOD - FAPSI**



**EL PERFIL PSICOLÓGICO DE LAS JUGADORAS DE  
BALONMANO DE LA UANL Y DEL ISENCO**

**Por**

**LEFD. PAULINA GUADALUPE SILVA RODRÍGUEZ**

**TESINA**

**Como requisito parcial para obtener el grado de  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

**Nuevo León, Junio, 2014**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN POSGRADO CONJUNTO  
FOD-FAPSI**

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que la tesina "El perfil psicológico de las jugadoras de balonmano de la UANL y del ISENCO" Realizado por la LEFD. Silva Rodríguez Paulina Guadalupe, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

**COMITÉ DE TITULACIÓN**

---

Dra. Jeanette M. López Walle

Asesor Principal

---

Dr. Germán Hernández Cruz

Co-asesor

---

Dr. Armando Cocca

Co-asesor

---

Dra. Jeanette M. López Walle

Subdirectora de Posgrado de la FOD

Nuevo León, Junio del 2014

**A Luis Silva mi papá y Gloria Rodríguez mi mamá,  
que me han guiado a través de todos estos años  
y porque gracias a ellos soy lo que soy**

**Para *Paco* y *Chelis*, mis hermanos  
que me apoyan en todo lo que hago  
y me acompañan en mi andar por la vida.**

Agradezco a todos aquellos maestros que han influido en mi formación profesional, aquellos que formaron parte en mi desarrollo en la licenciatura, que aun están presentes y a mis profesores que me guiaron en este reto tan importante, la maestría, en especial a:

Dra. Jeanette López Walle

Dra. Ciria Margarita Salazar C.

Dra. Rossana Tamara Medina Valencia

Dr. Germán Hernández Cruz

Dr. Armando Cocca

También agradezco a todos mis familiares y amigos que me acompañaron en este proyecto que inicio hace dos años y que concluye con este trabajo, gracias por su apoyo y sus palabras de aliento en momentos difíciles me alentaron a seguir con más fuerza.

## **FICHA DESCRIPTIVA**

### **Universidad Autónoma de Nuevo León Posgrado conjunto FOD-FAPSI**

Fecha de Graduación:

Junio, 2014

**LEFD. PAULINA GUADALUPE SILVA RODRÍGUEZ**

**Título de la Tesina:** El perfil psicológico de las jugadoras de balonmano de la UANL y del ISENCO

**Número de Páginas:** 82

**Candidato para obtener el Grado de:** Maestría Psicología del Deporte

**Estructura :** Tesina

**Contexto temático:** Variables psicológicas en jugadoras de balonmano

**Justificación del Tema:** Revisar la influencia de las variables psicológicas en el Deporte del Balonmano femenino.

**Objetivos de la investigación:** Conocer el perfil psicológico de las jugadoras de balonmano de dos equipos universitarios (UANL e ISENCO).

**Resultados:** Las jugadoras del ISENCO perciben una mejor presentación de las tareas que las jugadoras de la UANL. Las entrenadoras también influyen en el clima motivacional de las alumnas del primer equipo

**Conclusiones:** El trabajo con estas variables psicológicas se ha realizado bien en ambos equipos, por lo que se notan en los resultados

**Aportaciones y sugerencias:** Se recomienda hacer el un trabajo con diferentes variables o incluir a un equipo de diferente nivel.

**FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL** \_\_\_\_\_

## TABLA DE CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>2</b>
1.1.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1.2.- JUSTIFICACIÓN	3
1.3.- PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	4
1.4.- OBJETIVOS	4
1.4.1.- OBJETIVOS GENERALES	4
1.4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS	4
1.5.- VARIABLES	4
1.5.1.-VARIABLES DEPENDIENTES	4
1.5.2.-VARIABLE INDEPENDIENTE	4
1.5.3.- VARIABLES AJENAS	5
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO</b>	<b>6</b>
2.1.- EL BALONMANO	7
2.1.1-HISTORIA DEL BALONMANO	7
2.1.2- REGLAS DEL BALONMANO	8
2.1.3-. CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL BALONMANO	12
2.2.-PSICOLOGÍA Y DEPORTE	13
2.2.1.-TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN.	13
2.2.2.-TEORÍA DE LA META DE LOGRO	15
2.2.3.-FEEDBACK	16
2.2.4.- BIENESTAR SUBJETIVO	17
2.2.5.-BURNOUT	17
<b>CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>18</b>
3.1.- DISEÑO	19
3.2.- POBLACIÓN Y MUESTRA	19
3.3.- INSTRUMENTOS	19
3.4.-CRITERIOS DE INCLUSIÓN	21
3.5.- CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	21
3.6.- PROCEDIMIENTO	21
3.7.-ANÁLISIS ESTADÍSTICO	22
<b>CAPÍTULO IV RESULTADOS</b>	<b>23</b>
4.1.- DESCRIPTIVOS POR ÍTEM	24
4.2.- DESCRIPTIVO POR ESCALA	44
4.3.- FIABILIDAD	45
4.4.- ESTADÍSTICA INFERENCIAL	46
4.5.- GRÁFICAS DE PERFIL.	51
<b>CAPÍTULO V CONCLUSIONES</b>	<b>55</b>
5.1.- CONCLUSIÓN.	56

**REFERENCIAS** **57**

---

**ANEXOS** **62**

---

## **INTRODUCCIÓN**

En México el desarrollo del deporte nacional se basa en el sector estudiantil (Falco, 2009). Por ende, los atletas realizan un doble esfuerzo al llevar sus entrenamientos a la vez que se desarrollan a nivel académico, teniendo un crecimiento integral.

En este caso revisamos un deporte que es joven en comparación con otros deportes (Aleman; comunicación personal, 07 de febrero del 2014) y que ha tenido un crecimiento muy rápido dentro del país, el balonmano. En poco tiempo ésta práctica ha tomado un lugar importante y se ha convertido en un deporte fundamental, que se incluye en el programa académico desde la primaria.

La Universiada Nacional es la competencia máxima en el deporte universitario, donde hace algunos años se incluyó el balonmano, este deporte a ganado interés de los espectadores por la intensidad con la en que se desarrollan los partidos. En la rama femenil han predominado en los primeros lugares tres estados de la República Mexicana: Colima, con el Instituto Superior de Educación Normal de Colima (ISENCO); Nuevo León, con la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL); y la Universidad Autónoma de Chihuahua (UACH), de Chihuahua.

Dos equipos de los mencionados en el párrafo anterior no cuentan con psicólogos que apoyen a las jugadoras o entrenadores en sus entrenamientos y justas deportivas, los entrenadores desenvuelven este papel hasta donde sus conocimientos les permiten. La UANL tiene un área exclusivamente para el entrenamiento mental de sus deportistas pero son bastantes deportes y no hay suficiente personal, por lo cual no a todos se les brinda el servicio como se debería.

La batería de pruebas que utilizamos en esta investigación nos arrojará datos del perfil psicológico deportivo de las practicantes de este deporte, dejando a relucir áreas de trabajo, para un mejor desempeño dentro de la cancha. Un punto clave en los triunfos son los entrenadores, quienes también serán participe de este proyecto.



# **CAPÍTULO I**

# **PROTOCOLO DE**

# **INVESTIGACIÓN**

### **1.1.- Planteamiento del Problema**

La siguiente investigación se pretende realizar con el propósito de conocer el perfil psicológico deportivo de las jugadoras representativas de balonmano de la Universidad Autónoma de Nuevo León y del Instituto Superior de Educación Normal del Estado de Colima, con la intención de encontrar detonantes que mejoren su rendimiento psicológico deportivo en eventos como la Universiada Nacional, donde por los antecedentes son favoritos para la obtención de medalla.

Las variables a revisar en este proyecto son: la motivación, la frustración de las necesidades básicas, el Feedback , y el Burnout. Los resultados de este trabajo permitirán al entrenador tener una mejor visión del nivel psicológico en el que se encuentra su equipo así como de las variables que deben ser trabajados desde el inicio de un ciclo competitivo hasta su etapa final, y por ende planear su ciclo de entrenamiento para mejorar el rendimiento deportivo de los atletas para posteriores competencias.

### **1.2.- Justificación**

En la actualidad el nivel de competencia en la justa deportiva que se celebra cada año a nivel universitario es muy alto, cada vez los equipos llegan mejor preparados y su rendimiento físico, técnico y táctico son muy similares. Por ello, la preparación psicológica asume un papel fundamental, siendo necesario poner más atención sobre este aspecto del entrenamiento. La orientación motivacional del atleta, el clima motivacional que el entrenador proporciona, la adecuada retroalimentación, el apoyo a las necesidades básicas como la autonomía y la relación, la frustración de estas mismas, así como las posibles consecuencias que estas variables puedan tener (p.e., Burnout y abandono deportivo) representan una materia de estudio actualmente en auge.

En este trabajo se quiere hallar si alguna de estas variables influyen en el rendimiento deportivo de los equipos que participan en el estudio. Se espera que los resultados de este estudio puedan ser de utilidad al entrenador para saber que variables psicológicas tiene que trabajar en su próximo proceso de entrenamiento. Debido a las escalas que se utilizan en la investigación también es una retroalimentación para el entrenador y la forma en que se dirige a sus atletas

### **1.3.- Pregunta de Investigación**

¿Cuál es el perfil psicológico de las jugadoras de balonmano a nivel universitario?

### **1.4.- Objetivos**

#### 1.4.1.- Objetivos Generales

Conocer el perfil psicológico de las jugadoras de balonmano de dos equipos universitarios.

#### 1.4.2.- Objetivos Específicos

- Conocer el perfil psicológico deportivo del ISENCO y UANL.
- Comparar el perfil psicológico del balonmano entre las variables sociodemográficas.

### **1.5.- Variables**

#### 1.5.1.- Variables Dependientes

- ◆ Presentación de las tareas
- ◆ Feedback
- ◆ Apoyo a la autonomía
- ◆ Clima orientado al ego
- ◆ Clima orientado a la tarea
- ◆ Orientación ego
- ◆ Orientación tarea
- ◆ Competencia
- ◆ Relaciones
- ◆ Frustración de las necesidades básicas
- ◆ Motivación
- ◆ Satisfacción con la vida
- ◆ Burnout

#### 1.5.2.- Variable Independiente

- ◆ Edad
- ◆ Universidad que representa

- ◆ Trabajo
- ◆ Nivel académico
- ◆ Semestre
- ◆ Promedio
- ◆ Años de experiencia en el deporte
- ◆ Días de entrenamiento
- ◆ Horas de entrenamiento.
- ◆ Años con el entrenador actual

1.5.3.- Variables Ajenas

- ◆ Clima
- ◆ Contexto regional
- ◆ Lesiones y enfermedades

# **CAPÍTULO II**

## **MARCO TEÓRICO**

## **2.1.- El balonmano**

Este deporte no es más que una sucesión de lanzamientos y atrapes de balón que se llevan a cabo en un enfrentamiento colectivo entre dos equipos adversarios con el objetivo de conseguir mayor número de goles (García, 2000).

### 2.1.1-Historia del balonmano

La aparición del balonmano nos remonta a finales del siglo XIX, en 1882 se creó el «raffballspied» con las características parecidas al balonmano (Banda; s.f.).

En 1884, Holger Nielsen, ideó un deporte con reglas y un sistema de juego, al que le llamó «haandbold» y se parecía al fútbol tratando de meter gol a una portería, pero con la mano. En Suecia introdujo este deporte Wallstrom, en 1910 (Banda; s. f.).

Al que se le reconoce como el «padre» del balonmano es al berlinés, Max Heiser. Heiser en 1915, se inspiró en varios juegos, incluyendo el «haandbold» de Nielsen y el «raffballspied», para crear uno nuevo el «torball» con características más cercanas al balonmano actual, se practicaba en una cancha de 20 por 40 mts., no se podía correr con la pelota por más de tres segundos, la zona estaba ubicada a 4 mts. y la portería medía 2 por 2.50 (Banda; s. f.).

Heiser ideó el juego para los ratos libres de trabajadoras de la empresa Siemens. En un principio no estaban permitidos los agarrones y la lucha cuerpo a cuerpo, duro poco tiempo, pero fue retomado después por Carl Shelenz y lo llamó «handbold». Modificó las reglas y lo llevó a los campos (Banda; s. f.).

En 1926 el congreso de la Federación Internacional de Atletismo Amateur, nombro una comisión encargada de establecer un reglamento claro y conciso. El 11 de Agosto en Amsterdam, el comité de balonmano admitió de forma oficial, el reglamento que se estaba utilizando en Alemania para este deporte. En Múnich en 1927, se solicitó por primera vez la inclusión de este deporte al programa olímpico.

2.1.2- Reglas del Balonmano

◆ Cancha, portería y balón.

La cancha consta de un área de 40 x 20 metros, con un área de gol a cada extremo. La portería mide 2 metros de alto por 3 metros de ancho. Debe contar con una red dispuesta de tal manera que los balones que penetren la portería no reboten hacia fuera. Los póster y el travesaño deben ser del mismo material (madera, metal ligero o plástico) y deben tener una sección transversal de 8 centímetros por lado (Figura1) (Federation International Handball, 2014).

El balón esta hecho de cuero o de material sintético. El balón que se usa en la modalidad masculina (categorías juvenil, júnior y senior) tiene una circunferencia de 58 a 60 cm y un peso de 425 a 475 g. El balón empleado en la modalidad femenina y en la infantil tiene una circunferencia de 54 a 56 cm y un peso de 325 a 400 g. El mini-handball usa un balón de 48 cm de circunferencia y un peso de 290 gramos (Federation International Handball, 2014)

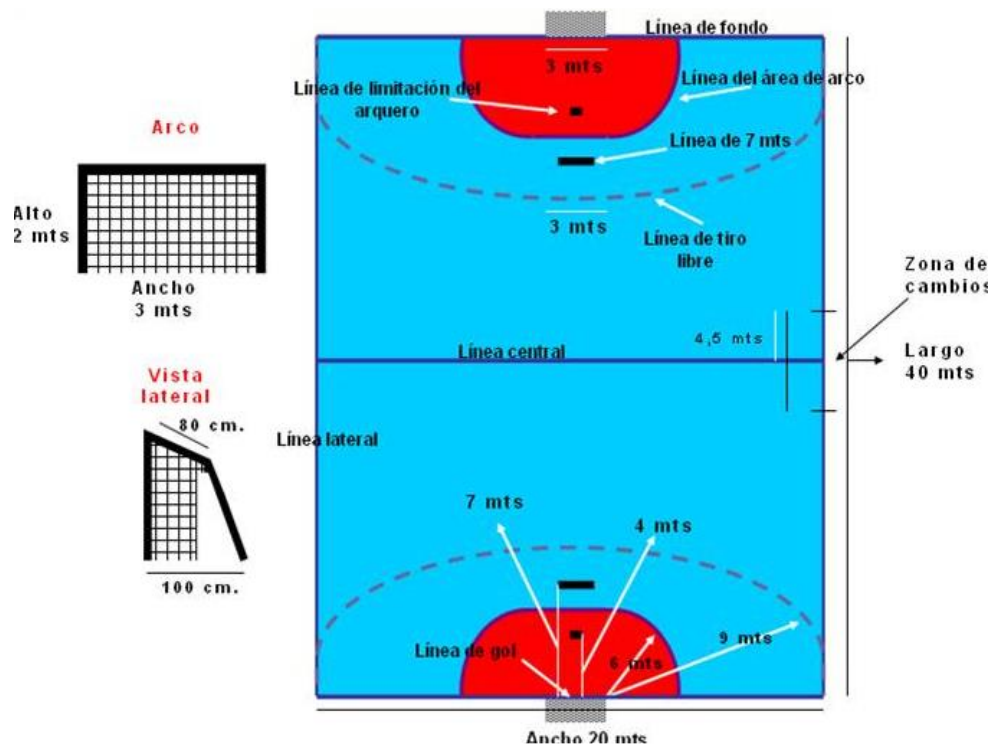


Figura 1.- Se muestra las dimensiones de la cancha y las medidas de las porterías.

◆ Jugadores

Un equipo consta de 12 jugadores. No está permitido que más de 7 (6 jugadores de campo y 1 portero) estén en el campo al mismo tiempo. El resto son sustitutos, los cuales pueden entrar en cualquier momento y cuantas veces se requiera durante el juego, toda vez que el jugador al que se reemplaza haya abandonado el campo. Las sustituciones de jugadores deben efectuarse en las líneas de sustitución (Federation International Handball, 2014).

Ningún juego podrá comenzar si no se encuentran presentes por lo menos cinco jugadores, incluyendo al guardameta. Los jugadores de campo de cada equipo deben estar uniformados y los porteros deberán vestir colores distintos a los de los jugadores de campo. Cada jugador deberá calzar tenis deportivos.

◆ El tiempo de juego

El tiempo de juego difiere para las distintas categorías. Pero en general tras el medio tiempo, los equipos cambian de cancha y el saque lo realiza el equipo que no realizó el saque inicial. Se permite un tiempo fuera de 60 segundos para cada equipo en cada mitad del partido. Este tiempo no es acumulativo (Federation International Handball, 2014).

◆ El juego del balón

Lo siguiente debe ser tomado en cuenta en cuanto al juego del balón. Está permitido, lanzar, recibir, detener, empujar o golpear el balón en cualquier dirección empleando manos, brazos, cabeza, torso, muslos o rodillas, retener el balón un máximo de 3 segundos, caminar un máximo de 3 pasos con el balón, botar el balón una vez y tomarlo nuevamente con una mano o con ambas, botar el balón repetidamente con una mano (driblar), o rodar el balón continuamente con una mano y después tomarlo de nuevo con una o con ambas manos y también se permite jugar el balón en posición de rodillas o sentado (Federation International Handball, 2014).

Lo que no está permitido es, lanzar el balón con la pierna o el pie, excepto cuando el balón haya sido lanzado al jugador por un adversario, lanzarse por un balón detenido o rodando o en el piso (con excepción de los porteros en su propia área de



portería) y lanzar el balón deliberadamente por las líneas laterales o por la propia línea de gol fuera de la portería (Federation International Handball, 2014).

◆ La aproximación al adversario

El comportamiento que está permitido hacia el adversario es, usar las manos o brazos para ganar la posesión del balón, usar una mano abierta para desviar el balón del adversario desde cualquier dirección, obstruir a un adversario con la parte superior del cuerpo e incluso cuando no esté en posesión del balón.

El comportamiento que no está permitido, arrebatar o golpear el balón del oponente con una mano o con ambas, aventar el balón al oponente, hacer un bloqueo al oponente con los brazos, manos o piernas, detener, golpear, empujar, saltar o correr hacia el oponente, o ponerlo en riesgo de cualquier modo y poner en riesgo al portero (Federation International Handball, 2014).

◆ El área de portería y portero.

Únicamente se permite la entrada del portero al área de portería, incluyendo las líneas del área de portería. A esta área no debe entrar ningún jugador de campo.

El portero puede moverse libremente en su propia área de portería. Podrá abandonar esta área siempre y cuando no se encuentre en posesión del balón. Una vez afuera podrá moverse como un jugador de campo, estando sujeto a las mismas reglas (Federation International Handball, 2014).

◆ El gol

Un gol se anota cuando la circunferencia completa del balón rebasa la línea de portería entre los dos postes y debajo del travesaño de la portería.

◆ Saque

Un saque se obtiene cuando un balón tocado por un jugador defensivo (distinto del portero) abandona completamente las líneas laterales o la línea de portería.

El saque de banda se realiza sin esperar silbatazo y puede hacerlo cualquier jugador del equipo contrario al que tocó el balón por última vez antes de que abandonara el campo. El jugador que realiza el saque debe tener un pie sobre la línea. Un gol puede ser anotado directamente desde el saque (Federation International Handball, 2014).

◆ Saque de portería

Un saque de portería se obtiene cuando el balón lanzado por el equipo atacante cruza la línea de portería exterior. El saque de portería se realiza sin esperar silbatazo del arbitro desde el área de portería (Federation International Handball, 2014).

◆ Saque de arbitro

Se marca saque de arbitro cuando, por ejemplo, cuando el balón toca el techo o algún aparato fijo sobre el área de juego. Cuando él arbitro lanza el balón al aire los jugadores deben encontrarse, por lo menos, a 3 m del arbitro (Federation International Handball, 2014).

◆ Saque de centro

Para el saque de centro todos los jugadores deben de estar en su propio lado de la cancha y los adversarios deben encontrarse, por lo menos, a 3 m del jugador que realiza el saque. El saque de centro puede lanzarse directamente a gol. El saque de centro se realiza al comenzar el juego o después de que se ha anotado un gol (Federation International Handball, 2014).

◆ El tiro de 7 metros

Un tiro de 7 m se obtiene cuando:

- Un adversario recibe una falta.
- El balón ha sido jugado de manera incorrecta.
- Alguien toca o rebasa la línea de portería.
- Un jugador se comporta de manera antideportiva.
- Los jugadores hacen tiempo en forma deliberada (juego pasivo).
- Un jugador es sustituido de manera incorrecta (el jugador que comete la infracción recibe un castigo de dos minutos).

La ejecución de un tiro libre no necesita señalarse con el silbato del arbitro. El tiro libre debe realizarse desde el lugar en el que ocurrió la infracción. Si la infracción ocurrió entre las líneas de 6 a 9 metros (Federation International Handball, 2014).

Un gol podrá ser anotado directamente de un tiro libre. Los jugadores del equipo ofensivo deberán permanecer fuera de la línea de 9 metros de los adversarios (Federation International Handball, 2014).

Un tiro penal se obtiene bajo las siguientes condiciones:

- Cuando una oportunidad clara de gol se evita por medio de una falta en cualquier lugar del campo.
  - Cuando un jugador deliberadamente pasa el balón a su portero en el área de portería y el portero toca el balón.
  - Cuando un jugador deliberadamente entra a su propia área de portería para detener el balón o para obtener ventajas de otro tipo.
  - Cuando el portero ingresa con el balón a su propia área de portería.
  - Cuando el tiro se realiza, no deberá tocarse la línea de 7 metros. El resto de los jugadores deberá permanecer mas allá de la línea de 9 metros a 3 metros del tirador.
  - El portero podrá colocarse en cualquier lugar entre la zona de gol y la línea de 4 metros.
- ◆ Las señales manuales del arbitro

Los dos árbitros son responsables de garantizar que el juego sea correcto y deportivo. Los árbitros deben encontrarse en buena condición física y deben ampliar sus conocimientos del juego asistiendo a cursos (Federation International Handball, 2014).

### 2.1.3-. Características Físicas del Balonmano

Las características físicas principales del balonmano, se identifica por rápidos desplazamientos y demandas físicas intensas, donde el jugador tiene que ser capaz de realizar diferentes movimientos en muy breve espacio de tiempo y con un orden determinado por la situación táctica (Gorostiaga, 2009). El balonmano se considera un deporte de contacto, puesto que durante los partidos los jugadores realizan a menudo acciones contra sus adversarios (bloqueos, golpes, empujes y agarres).

El tiempo de juego por deportista en cada partido varia bastante porque cualquier jugador puede ser sustituido y puede volver a jugar en cualquier momento del partido.

Velasco (2011) menciona que los esfuerzos en el balonmano se caracterizan por un predominio de los desplazamientos de baja intensidad (marcha, carrera lenta y moderada) frente a los de alta intensidad (carrera submáxima, ñsprintö).

Los períodos de actividad no son uniformes, sino que tanto el tiempo como las intensidades son variables en función de las necesidades que demanda el juego. Por lo tanto, en el balonmano ocurren (Velasco, 2011):

- Acciones relevantes de alta intensidad y corta duración (4-6 segundos) que abarcan todos los comportamientos que tienen repercusión en el resultado, tales como lanzamientos, fintas, penetraciones, blocajes, desplazamientos defensivos, paradas del portero, etc.
- Conductas de soporte o conexión entre las acciones relevantes, de duración variable e intensidad media o media baja. Comprenden todos los momentos de pausa o de actividad ligera que se produce en los partidos.

## **2.2.-Psicología y Deporte**

### 2.2.1.-Teoría de la Autodeterminación.

La motivación puede definirse como la dirección e intensidad del propio esfuerzo. La psicología del deporte tienen varios puntos de vista sobre la motivación, que incluye la motivación enfocada hacia el logro de objetivos, la motivación como estrés competitivo y las motivaciones intrínsecas y extrínsecas (Sage 1977; Weinberg & Gould, 2007).

La macro Teoría de la Autodeterminación (Self Determination Theory, SDT; Deci y Ryan, 1985, 2000), es un modelo explicativo de la motivación humana que se ha aplicado en diferentes esferas de contexto social, la actividad físico deportiva en una de ellas (Moreno & Martínez, 2006). La TAD analiza el nivel en que las conductas de los humanos es volitiva o autodeterminadas (Deci & Ryan, 1985). Esto quiere decir en que grado las acciones de los sujetos son elección propia.

Esta macro-teoría tiene cuatro mini-teorías: la teoría de la evaluación cognitiva, la teoría de integración orgánica u organísmica, la teoría de las orientaciones de casualidad y la teoría de las necesidades básicas (Moreno & Martínez, 2006). En esta investigación revisaremos dos de las teorías; la Teoría de la Integración Orgánica y la Teoría de las Necesidades Básicas.

La sub-teoría de la Integración Orgánica define las diferentes formas de motivación extrínseca y promueve o impide la integración de éstos en la regulación de

las conductas (Deci & Ryan, 1985, 2000). Hacen la clasificación de la motivación de forma continua graduando la autodeterminación de la conducta. Esta categorización abarca desde la conducta no-autodeterminada hasta la conducta auto-determinada. Abarca tres tipos de motivación: la desmotivación, la motivación extrínseca y la intrínseca, a su vez estos tres tipos de motivación tienen su propia estructura (Moreno & Martínez, 2006).

Para García Calvo (2004) la *desmotivación* es un extremo del continuo de la autodeterminación, que es la ausencia absoluta de motivación extrínseca e intrínseca, el cual correspondería al grado más bajo de autodeterminación según Deci y Ryan (1985). Dentro de este nivel Pelletier y cols. (1995) consideran cuatro tipos de desmotivación, y todas se basan en la percepción que tiene la persona de sí misma; creencia de la capacidad y de las habilidades, creencias del individuo, creencias de la capacidad y el esfuerzo y creencias de impotencia (Moreno & Martínez, 2006).

La *motivación extrínseca* está determinada por recompensas y situaciones externas. Dentro de la Teoría de la Integración Orgánica, la investigación ha determinado cuatro tipos de motivación extrínseca (Deci y Ryan, 1985, 2000, 2002; Ryan, 1995; Chantal, Vallerand, y Vallières, 2001): regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada y regulación integrada (Moreno & Martínez, 2006).

La *motivación intrínseca*, se puede definir como aquella relacionada con la necesidad de explorar el entorno, la curiosidad y el placer que se experimenta al realizar una actividad, sin recibir una gratificación externa directa. La principal característica es que el interés por la actividad y las necesidades de competencia y autorrealización subsisten incluso después de haberse alcanzado la meta (Moreno & Martínez, 2006).

En la TAD las necesidades básicas (autonomía, competencia y relación) están definidas como algo innato, natural, esencial para la salud y el bienestar (Deci y Ryan, 2002, 2000). En la medida en que estas necesidades son satisfechas consecutivamente las personas tienen un mejor funcionamiento, pero en medida en que estas necesidades no sean satisfechas las personas mostrarán signos de enfermedad y un funcionamiento menor a lo óptimo (Moreno & Martínez, 2006).

La *Competencia* se refiere a sentirse eficaz en las actividades realizadas, en este caso en su deporte y tener la oportunidad de ejercer sus capacidades. Esta necesidad lleva a buscar retos y mejorar en sus habilidades. La competencia es el sentido de confianza y efectividad en la acción (Moreno & Martínez, 2006).

La *Relación* no se refiere a lograr un resultado, si no, a la conexión, el trato con los demás y de ser aceptado. Se preocupan por el bienestar, la seguridad y la unión de los miembros del grupo (Moreno & Martínez, 2006).

La Autonomía se da cuando la persona siente que es la causante de su conducta (Deci & Ryan, 1985). ðAutonomía no significa independencia o libertad total, sino más bien aceptación interna y compromiso con la conducta motivada. Apoyar la autonomía significa ponerse en el lugar del estudiante, ofrecer opciones, y dar una explicación racional cuando no sea posible dar otra opciónö (Filak & Sheldon, 2003).

### 2.2.2.-Teoría de la Meta de Logro

La Teoría del Logro de Objetivos (*Achievement Goal Theory, AGT*; Nicholls, 1989) hay tres factores que interactúan para determinar la motivación de una persona: los objetivos que se quieren lograr, la habilidad percibida y las conductas para lograr los objetivos (Weinberg & Gould, 2007).

La Teoría de las Metas de Logro (AGT; Ames, 1992; Dweck 1999; Nicholls 1989) menciona que la forma en que las personas juzgan su competencia y definen su éxito, influyen en su motivación en una actividad determinada. Los dos constructos centrales de la AGT son: las orientaciones de meta y el clima motivacional. Al primero lo definen las características individuales que lo implican a la tarea o al ego y el segundo es cuando las metas de logro se presentan en una determinada situación.

La AGT defiende que hay factores en el contexto que pueden influir en que los individuos tengan una implicación en las orientaciones de meta (Ames, 1992; Nicholls, 1989). Son dos dimensiones del clima motivacional: clima de implicación al ego y el clima implicado a la tarea, donde influyen directamente estos factores, en este caso como los entrenadores (Duda y Balaguer, 2007).

En el *clima motivacional de implicación a la tarea* el entrenador se preocupa por resaltar el esfuerzo e ínsita a mejorar las marcas personales, valora a cada jugador como parte de un equipo y el rol que tienen en el mismo y promueve la cooperación de equipo

(Newton, Duda y Yin, 2000). Los deportistas que perciben un clima de implicación en la tarea informan de mayores afectos positivos (Quested y Duda, 2009), mayor satisfacción (Boixadós, Cruz, Torregrosa y Valiente, 2004; Smith, Balaguer y Duda, 2006) mayor bienestar (Reinboth y Duda, 2004, 2006) y mayor autoestima (Bruin, Bakker y Oudejans, 2009; Reinboth y Duda, 2004). Por otro lado en un *clima de implicación al ego* el entrenador resalta los errores y se enfoca a los deportistas sobresalientes, fomentando la rivalidad dentro del mismo equipo (Newton et al., 2000). Los deportistas que se desempeñan en un ambiente donde el clima motivacional está implicado al ego presentan patrones de inadaptación y más respuestas negativas tanto como cognitivas y emocionales, asociándose al abandono (Andree y Whitehead, 1996), como con afectos negativos (Ntoumanis y Biddle, 1999).

En la Teoría de las Metas de Logro Nicholls (1992), propone que existen dos orientaciones motivacionales que manifiestan las características particulares del éxito personal. Las orientaciones de meta que Nicholls (1992) defendió son: orientación a la tarea y orientación al ego. La orientación a la tarea se refiere a la maestría de una actividad, donde las habilidades y el éxito están basados en las experiencias de aprendizaje, en la mejora personal y el dominio de la tarea, entonces la habilidad se demuestra en el máximo esfuerzo, mostrando una alta motivación intrínseca. En cambio en la orientación al ego, el sujeto percibe que la actividad debe ayudar a adquirir mayor reconocimiento social, un mejor estatus, mostrando una muy baja motivación intrínseca y realizando un mínimo esfuerzo.

La correlación entre estas orientaciones es totalmente independiente. No se adquiere una orientación de un tipo a expensas del otro (Duda y Nicholls, 1992).

### 2.2.3.-Feedback

Es la retroalimentación o respuesta en el proceso de comunicación, y que supone una inversión de la linealidad emisor-receptor. En el ámbito deportivo se define como los mensajes que se transmiten para mejorar la acción después de errores (Mouratidis , Lens , & Vansteenkiste , 2010).

Existen dos tipos de Feedback , el negativo y el positivo, el primero se centra en el resultado final, castiga el error para lograr un determinado resultado. El segundo se

ocupa de mejorar una habilidad en un proceso, le importa el rendimiento (Mouratidis, Lens & Vansteenkiste, 2010).

#### 2.2.4.- Bienestar Subjetivo

Existe un constructo llamado *Bienestar Subjetivo* y esta constituido por dos componentes, el emocional (Lucas, Diener y Suh, 1996; Sandin et al. 1999) y el cognitivo (Andrews y Withey, 1976).

Aun cuando estos dos componentes evalúan el bienestar, y están moderadamente relacionados (Chamberlain, 1988), se evalúan por separado (Atienza, Pons , Balaguer, & García-Merita, 2000)

Al segundo componente se le llamo Satisfacción con la Vida, es la escala que se utiliza en esta investigación. Se define como la evaluación general que la persona hace sobre su vida hasta llegar a un juicio de ella(Pavot, Diener, Colvin, y Sandvik, 1991).

#### 2.2.5.-Burnout

El *Síndrome de Fatiga Crónica*, se refiere a la respuesta psicológica a los esfuerzos frecuentes, en algunos casos externos, y en general infectivos para alcanzar objetivos tanto de entrenamiento como de competitividad excesivos. Esté síndrome produce un desgaste psicológico, emocional y físico (Smith 1986; Weinberg & Gould, 2007). Este síndrome ocasiona que el deportista pierda el placer emocional, psicológico y físico, que gozaba al realizar la actividad, esto en consecuencia del estrés y la falta de motivación para permanecer en el deporte, en este caso (Smith, 1986).

Algunas características del este síndrome son (Weinberg & Gould, 2007): agotamiento, tanto físico como emocional; despersonalización y desvalorización personal y baja autoestima, en particular en lo que concierne al desempeño en la actividad, sentimiento de fracaso y depresión.



**CAPÍTULO III**  
**MARCO**  
**METODOLÓGICO**

### 3.1.- Diseño

Es una investigación de carácter cuantitativo y de tipo descriptivo pues estima parámetros entre los grupos describiendo frecuencias y promedios de las variables dependientes (Hernández Sampieri , Fernandez-Collado, & Baptista Lucio, 2006).

### 3.2.- Población y muestra

La muestra es de tipo no probabilística, direccional y la población de estudio son 25 sujetos de género femenino, que pertenecen a dos selectivos de balonmano, representativos de la Universidad Autónoma de Nuevo León y el Instituto Superior de Educación Normal del estado de Colima (Hernández Sampieri , Fernandez-Collado, & Baptista Lucio, 2006).

### 3.3.- Instrumentos

El *Feedback* se evaluó mediante la *Escala de Feedback Orientado a la Calidad y Cantidad (The Quality of Change-Oriented Feedback Scale*; Carpentier y Mageau, 2013). Esta constituido por 27 ítems, las respuestas se recogen con una escala tipo Likert con un rango de 1 a 7, donde (1) es *nunca* hasta (7) *siempre*. Este cuestionario se encuentra en proceso de validación en México.

La *Presentación de las Tareas* se evalúa mediante un cuestionario del mismo nombre (esta en proceso de validación en México). Esta escala consta de 11 preguntas, cuyas respuestas se recogen mediante una escala tipo Likert donde el rango va de (1) *completamente en desacuerdo* a (5) *completamente de acuerdo*.

La necesidad básica del *apoyo a la autonomía* se utilizó el *Cuestionario de Clima en el Deporte (Sport Climate Questionnaire, SCQ n.d.)*, en su versión castellana (Balaguer, Castillo, Duda, Álvarez, y Díaz, 2004; Balaguer, Castillo y Duda, 2008). Este cuestionario consta de 15 ítems y se miden en una escala tipo Likert donde la puntuación oscila entre (1) *nada verdadero* a (7) *muy verdadero*. Esta escala mide la percepción que tiene los atletas del apoyo a la autonomía por parte de su entrenador.

La *Percepción del Clima Motivacional* se evaluó mediante el *Cuestionario de la Percepción del Clima Motivacional en el Deporte 2 (Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 , PMCSQ2*; Newton & Duda, 1993; Newton, Duda, & Yin, 2000)

mediante su versión en español (Balaguer, Mayo, Atienza, & Duda, 1997). Está constituido por 24 ítems que están divididos en dos factores, la Percepción del Clima Motivacional orientado al Ego (13 ítems) y el segundo factor de esta escala la Percepción del Clima Motivacional orientado a la Tarea (11 ítems), las respuestas se recogen con una escala tipo Likert con un rango de 1 a 5, donde (1) es *nunca* hasta (5) *siempre*.

Para medir la *Orientación Motivacional* se utilizó una adaptación a la población mexicana (López-Walle, Balaguer, Meliá, Castillo, & Tristán, 2011) del *Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire, TEOSQ; Duda, 1989)* consta de 13 ítems y evalúa las metas de logro mediante dos dimensiones, la orientación a la tarea (7 ítems) y la orientación al ego (6 ítems). Las respuestas se recogen mediante una escala tipo Likert de cinco puntos que oscila desde (1) *muy en desacuerdo* a (5) *muy de acuerdo*.

La necesidad básica de la *Competencia* se midió con la Escala de Competencia Percibida en su versión en castellano del Cuestionario de Motivación Intrínseca (*Intrinsic Motivation Inventory, IMI; McAuley, Duncan, y Tammem, 1989*) evaluado por 5 ítems, las respuestas se recogió en una escala tipo Likert que va de (1) *totalmente en desacuerdo* hasta (7) que es *totalmente de acuerdo*. Este cuestionario mide la competencia percibida por los atletas.

La necesidad básica de la *Relación* se midió con la subescala de *Aceptación de la Escala de Necesidad de Relación* de Richer y Vallerand (1998), esta escala esta constituida por 5 ítems que evalúan el nivel de respeto y aceptación percibido en el contexto deportivo. El cuestionario se contesta en una escala tipo Likert con un rango de 1 a 5, donde (1) es *totalmente en desacuerdo* hasta (5) *totalmente de acuerdo*.

Las *Frustración de las Necesidades Básicas* se evaluó mediante la versión en español (Balaguer et al., 2010; Castillo et al., 2012) de la *Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas (Psychological Need Thwarting in the Sport, PNTS; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thøgersen-Ntoumani, 2011)* el cuestionario está

constituido por 12 ítems y se miden en una escala tipo Likert donde la puntuación oscila entre (1) *totalmente en desacuerdo* a (7) *totalmente de acuerdo*.

La *Motivación auto-determinada* se midió por medio de la escala de *Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale, SMS. Pelletier et al., 1995)*, esta escala consta de 28 ítems, con respuestas en una escala tipo Likert donde la puntuación oscila entre (1) *totalmente desacuerdo* y (7) *totalmente de acuerdo*. Se encuentra dividido en 5 factores: Motivación Intrínseca (12 ítems), Regulación Externa (4 ítems), Regulación Identificada (4 ítems), Regulación Introyectada (4 ítems) y Desmotivación (4 ítems).

Dentro de las variables resultantes, encontramos la Satisfacción con la vida y el Burnout deportivo. La primera se evaluó con la versión en castellano (Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita, 2000) de la *Escala Satisfacción con la Vida (Satisfaction with life scale, SWLS; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985)*, está compuesta por 5 ítems. Las respuestas se recogen con una escala tipo Likert que va desde el 1 al 5 donde (1) es *muy en desacuerdo* y (5) *muy de acuerdo*.

La percepción del *Burnout* se midió con la versión castellana (Balaguer et al., 2011; Castillo et al., 2012) del *Cuestionario Burnout Deportivo (Athlete Burnout Questionnaire, ABQ; Raedeke y Smith, 2001)*, este cuestionario consta de 15 preguntas. Las respuestas son recogidas mediante una escala tipo Likert donde (1) es *casi nunca* a (5) que es *casi siempre*.

### **3.4.-Criterios de inclusión**

Atletas de los equipos que vayan a representar a su casa de estudios en la Universiada Nacional 2014 a celebrarse en Puebla.

### **3.5.- Criterios de exclusión**

Atletas que no sean elegibles para participar en el evento de la Universiada Nacional 2014 y falte algún cuestionario de contestar en la batería de pruebas.

### **3.6.- Procedimiento**

La aplicación de la batería de pruebas psicológicas a la selección de la UANL, se realizó en el polideportivo de la institución, terminando una sesión psicológica de

visualización. La mayoría de las jugadoras se encontraba presente, las dos que faltaban se les aplicó a los pocos días.

En el equipo del ISENCO la batería de pruebas fue en partes el primer bloque contestó los cuestionarios el primer día de pruebas y el segundo bloque de 4 jugadoras respondió al día siguiente. La evaluación se realizó en conjunto de otras pruebas físicas y antropométricas.

### **3.7.-Análisis estadístico**

Para el análisis se utilizó la base de datos SPSS Statistics, versión 22. Fue un análisis estadístico descriptivo por ítem y por escala. Se realizaron pruebas no paramétricas de muestras independientes entre las variables sociodemográficas y un análisis inferencial.

# **CAPÍTULO IV**

## **RESULTADOS**

#### **4.1.- Descriptivos por ítem**

En este apartado mostraremos la descripción por ítems de cada escala, las medias, la desviación estándar, asimetría, curtosis y el rango. En la primera tabla (Tabla 1) revisaremos los ítems de la primera escala.

La variable Presentación de las Tareas muestra una distribución en la media que oscila entre 3.36 del ítem 5 *¿Mi profesor me comunica demasiados elementos a enfocarme sobre la ejecución del movimiento de la tarea la menor?* y 4.56 la mayor el ítem 10 *¿Mi profesor me da una explicación clara de lo que hay que hacer y cómo hacerlo?*. La Desviación Estándar o Típica (DT) muestra una amplitud normal, la asimetría muestra que las respuestas de los ítems están cargadas a la derecha, en la curva de la curtosis se muestra una distribución normal solo el ítem número 4 muestra una curtosis arriba de 4. El rango de la respuesta va de 2 hasta el 4.

TABLA 1.- Descriptivo de los ítems de la escala de Presentación a las tareas (PT).

	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>	<b>Rango</b>
PT1.Mi profesor me informa de los elementos a enfocarme sobre las formas o técnicas al realizar la actividad, tarea o ejercicio correctamente.	4,24	,523	,295	-,008	2
PT2.Mi profesor me informa sobre los elementos apropiados a enfocarme para la realización del movimiento de la tarea.	3,96	,539	-,047	,981	2
PT3.Mi profesor me demuestra visualmente la forma incorrecta de ejecutar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	3,76	1,091	-,945	,442	4
PT4.Mi profesor menciona el objetivo de cada una de las tareas que se van a realizar.	4,00	,913	-1,786	4,601	4
PT5.Mi profesor me comunica demasiados elementos a enfocarme sobre la ejecución del movimiento de la tarea.	3,36	,952	-,192	-1,010	3
PT6.Mi profesor me da una explicación verbal del movimiento, tarea, ejercicio o actividad que se va a realizar.	4,36	,757	-1,359	2,551	3
PT7.Mi profesor me comunica de manera precisa los elementos en que me voy a enfocar en la tarea que se va a realizar, reflejando las bases del análisis de la mecánica del movimiento.	3,80	,816	-,599	,362	3
PT8.Mi profesor me informa sobre los elementos de calidad en los que me tengo que enfocar en el proceso del movimiento que se va a realizar.	3,80	,645	-,808	1,740	3
PT9.Mi profesor me demuestra visualmente la forma correcta de realizar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	4,32	,802	-1,197	1,462	3
PT10.Mi profesor me da una explicación clara de lo que hay que hacer y cómo hacerlo.	4,56	,583	-,936	-,003	2
PT11.Mi profesor me demuestra visualmente la forma de realizar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	4,28	,614	-,224	-,445	2



En la descripción de los ítems de la variable del Feedback (Tabla 2) nos muestra que la media, esta en el rango de 1.20 que es la mínima en el ítem 16. *“Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, con frecuencia me ofende personalmente”* y la máxima es de 5.92 del ítem 12 *“Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, generalmente estoy de acuerdo que lo puede hacer mejor”*. La DT no tiene mucha amplitud entre los ítems. En la asimetría solo los ítems 14, 15, 16, 17 y 22 se muestra arriba de los demás muestran una distribución normal. En la curtosis los ítems 2, 25, 14, 15, 16, 17 y 22 están totalmente fuera del rango, el resto muestra una distribución normal. El rango va del 3 al 6.

TABLA 2: Descriptivo de los ítems de la escala de Feedback.

	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtois</b>	<b>Rango</b>
FC1.Cuando mi entrenador me dice que no está satisfecho con mi rendimiento, siento que no se da cuenta cuanto me esfuerzo para superar los obstáculos.	3,24	1,300	-,362	-1,002	4
FC2.Con frecuencia, mi entrenador me hace las mismas correcciones durante la misma sesión de entrenamiento, sin darme el tiempo necesario para corregirlas	2,24	1,091	1,782	5,014	5
FC3.Mi entrenador espera que corrija inmediatamente todo lo que me dice	3,80	1,500	,531	,155	6
FC4.Cuando mi entrenador me dice que no está satisfecho no toma en cuenta las dificultades que tengo que enfrentar durante mi desempeño	3,04	1,594	,466	-,978	5
FC6.Cuando mi entrenador quiere que corrija alguna cosa, tengo la impresión que el comprende que yo no puedo corregir en el campo todo lo que me pide	3,12	1,878	,920	,102	6
FC7.Mi entrenador con frecuencia sugiere muchas ideas para corregir mis errores. Después me deja escoger la que yo prefiera.	3,20	1,658	,608	-,172	6
FC8.Mi entrenador me deja intentar varias estrategias para corregir mis errores para que pueda elegir la que más se adapte mejor.	4,56	1,734	-,031	-,870	6
FC9.Cuando mi entrenador quiere que corrija algo, me da varias soluciones posibles para que pueda elegir la que se adapte mejor.	4,48	1,558	,472	-1,319	4
FC10.Las correcciones hechas por mi entrenador generalmente me acercan gradualmente a un objetivo que es claro.	5,68	,988	-,689	,880	4
FC11.Cuando mi entrenador quiere que corrija algo, sé cual objetivo me permitirá alcanzar eventualmente este cambio.	5,48	1,358	-,117	-1,526	4

FC12. Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, generalmente estoy de acuerdo que lo puede hacer mejor.	5,92	1,222	1,027	-0,22	4
FC13. En general, cuando mi entrenador me pide que mejore algo, sus demandas son razonables.	5,72	1,275	-0,866	-0,218	4
FC14. Después de un mal desempeño, mi entrenador tiende a despreciarme como persona.	1,28	,678	3,074	10,734	3
FC15. Después de un mal desempeño, los malos comentarios de mi entrenador con frecuencia se relacionan con lo que soy yo como persona.	1,32	,748	2,624	6,895	3
FC16. Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, con frecuencia me ofende personalmente.	1,20	,645	3,839	15,798	3
FC17. Con frecuencia siento que son ataques personales en la forma en que mi entrenador me dice que no está satisfecho con mi rendimiento.	1,28	,737	2,883	8,217	3
FC18. Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi desempeño, me da consejos para que pueda mejorar en el futuro.	5,04	1,859	-0,655	-0,722	6
FC20. Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, me ayuda a encontrar una solución en lugar de solamente criticar lo que he hecho.	5,32	1,520	1,058	1,246	6
FC23. En general, cuando mi entrenador habla conmigo acerca de un problema, lo hace sin gritarme tanto.	4,20	2,217	-0,224	-1,365	6
FC24. Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, me dice usando un tono de voz respetuoso	5,40	1,915	-0,975	-0,275	6

La tabla de la descripción de los ítems de la escala con la que se midió el apoyo a la autonomía una media mínima de 2.44 en el ítem 13 *“No me gusta la forma en la que habla mi entrenador(a).”* Y una máxima en el ítem 8 *“Confío mucho en mi entrenador(a).”* una media de 6.08. En la DT no hay mucha amplitud y la distribución en la asimetría y curtosis se muestra normal. El rango de respuesta esta en 4-5.

TABLA 3: Descriptivo de los ítems de la escala de Apoyo a la Autonomía (SCQ)

	Media	DT	Asimetría	Curtosis	Rango
AA1.Mi entrenador(a) me ofrece distintas alternativas y opciones.	5,48	1,005	-1,681	5,163	5
AA2.Me siento comprendido(a) por mi entrenador(a).	5,24	1,480	-,785	-,539	5
AA3.Tengo la posibilidad de poder comunicarme fácilmente con mi entrenador(a) mientras estoy entrenando.	5,76	1,234	-1,236	1,014	4
AA4.Mi entrenador(a) hace que yo confíe en mi habilidad para hacerlo bien en mi deporte.	5,48	1,327	-1,001	,582	5
AA5.Me siento aceptado(a) por mi entrenador(a).	5,76	1,363	-1,460	1,805	5
AA6.Mi entrenador(a) se asegura que yo realmente entienda cuál es mi papel en mi deporte y de lo que tengo que hacer.	6,08	,812	-,153	-1,453	2
AA7.Mi entrenador(a) me anima a que le pregunte lo que quiera saber.	6,00	1,080	-1,078	,989	4
AA8.Confío mucho en mi entrenador(a).	5,68	1,282	-1,275	1,849	5
AA9.Mi entrenador(a) responde mi spreguntas con esmero (detenidamente y en detalle)	5,52	1,229	-,855	,136	4
AA10.Mi entrenador(a) le interesa saber la forma en que me gusta hacer las cosas.	5,16	1,375	-,102	-1,336	4
AA11.Mi entrenador(a) maneja muy bien las emociones de la gente.	5,04	1,670	-,243	-1,363	5
AA12.Mi entrenador(a) se preocupa de mí como persona.	5,76	1,300	-,875	-,283	4
AA13.No me gusta la forma en la que habla mi entrenador(a).	2,44	1,685	1,106	-,129	5
AA14.Mi entrenador(a) trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas.	4,88	1,301	,117	-1,096	4
AA15.Me siento capaz de compartir mis sentimientos con mi entrenador(a).	4,88	1,509	-,175	-1,103	5

En el cuestionario PMSCQ (Newton & Duda, 1993; Newton, Duda, & Yin, 2000) hay dos factores el Clima Ego y el Clima Tarea. En la Tabla 4 se muestra la descripción de los respectivos ítems. La media mínima del primer factor es de 1.68 y la tiene el ítem 12 *Los deportistas son castigados cuando fallan* y la máxima es de 4.04 del ítem 6 *Se animan a que los deportistas compitan entre sí*. La DT no tiene mucha amplitud, la asimetría y la curtosis tienen una distribución normal. El rango de respuesta de la mayoría de los ítems esta entre 3 y 4, solo el ítem 12 muestra una amplitud de respuesta reducida de 2.

El factor número 2 tiene una media mínima de 3.76 en la pregunta 13 *Se premia el esfuerzo* y la media máxima es de 4.72 del ítem 10 *Los deportistas sienten que han tenido éxito cuando mejoran*. La DT tiene una amplitud normal, mientras que la asimetría muestra una distribución normal, en cambio la curtosis en su ítem 8 se encuentra arriba de 2, el resto muestra una distribución normal. El rango de la respuesta de los ítems oscila entre uno a cuatro.

TABLA 4: Descriptivo de los ítems del Cuestionario de la Percepción del Clima Motivacional en el Deporte (PMSQC)

	Media	DT	Asimetría	Curtoś	Rango
CE1.El entrenador se enfada cuando falla un deportista.	2,84	,987	,628	,253	4
CE2.El entrenador presta más atención a los deportistas "estrella".	2,76	1,300	,362	-1,002	4
CE3.El entrenador sólo felicita a los deportistas cuando destacan unos de otros.	2,60	1,080	,474	-,521	4
CE7.El entrenador tiene sus deportistas preferidos.	2,64	1,440	,605	-,883	4
CE6.Se animan a que los deportistas compitan entre si.	4,04	1,136	-,640	-1,163	3
CE9.El entrenador grita a los deportistas cuando fallan.	2,48	1,194	,530	-,231	4
CE11.Sólo los deportistas con mejores resultados reciben felicitaciones.	2,76	,926	-,163	-,784	3
CE12.Los deportistas son castigados cuando fallan.	1,68	,690	,523	-,688	2
CE15.El entrenador deja claro quiénes son los mejores deportistas.	2,28	,980	,823	1,165	4
CE16.Los deportistas se motivan cuando juegan mejor que sus compañeros.	3,60	1,155	,000	-1,469	3
CE18.El entrenador sólo se fija en los mejores deportistas.	2,48	1,046	,057	-1,104	3
CE19.Los deportistas tienen miedo a fallar	2,92	,812	,660	,258	3
CE21.El entrenador favorece a algunos deportistas más que a otros.	2,32	1,069	,624	,161	4

**CLIMA MOTIVACIONAL ORIENTADO AL EGO**

CT4.Los deportistas se sienten bien cuando intentan hacerlo lo mejor posible.	4,60	,707	-1,537	1,004	2
CT5.Los deportistas se ayudan entre si para aprender.	4,16	,800	-,307	-1,344	2
CT8.El entrenador ayuda a mejorar a los deportistas en los aspectos en los que no son buenos.	4,00	1,000	-1,359	2,366	4
CT10.Los deportistas sienten que han tenido éxito cuando mejoran.	4,72	,458	-1,044	-,998	1
CT13.Se premia el esfuerzo.	3,76	,926	,180	-1,239	3
CT14.El entrenador anima a que los deportistas se animen unos a otros para aprender.	4,56	,712	-1,359	,525	2
CT17.El entrenador le da importancia al esfuerzo personal de los deportistas.	3,88	,927	-,087	-1,209	3
CT20.Se anima a que los deportistas mejoren en sus puntos débiles	4,24	1,012	-1,839	3,831	4
CT22.El entrenador le da importancia a que los deportistas mejoren en cada competencia o en cada entrenamiento.	4,24	,970	-1,123	,329	3
CT23.Los deportistas trabajan "conjuntamente como equipo".	4,12	,971	-,850	-,210	3
CT24.Los deportistas se ayudan a mejorar y a superarse.	4,36	,860	-1,234	,861	3

**CLIMA MOTIVACIONAL ORIENTADO A LA TAREA**



El TEOSQ (Balaguer, Castillo, & Duda, 2007; Duda 1989) tiene dos factores, la Orientación a la Ego y Orientación a la Tarea. El primero tiene una media mínima de 2.76 del ítem 4 *Los/as otros/as no pueden hacerlo tan bien como yo* y una máxima de 3.56 del ítem 3 *Puedo hacerlo mejor que mis compañeros/as*. La DT no tiene mucha amplitud. La asimetría y curtosis tiene una distribución normal y el rango es de 4.

En el segundo factor la media mínima en el ítem 5 *Aprendo algo que es divertido hacerlo* de 4.44 y la media máxima es de 4.84 del ítem 13 *Pongo todo lo que esta de mi parte (todo lo que puedo)*. La DT tiene una amplitud más grande que el primer factor. El ítem 8 tiene una asimetría mayor a dos, mientras que las demás tienen una distribución normal, en la curtosis los ítems 5, 7, 8 y 13 tienen una curtosis arriba de 2 y los demás ítems tienen una distribución normal.

TABLA 5: Descriptivo de los ítems de la escala de Orientación Motivacional (TEOSQ)

	Media	DT	Asimetría	Curtosis	Rango
OE1. Soy el/la único/a que puedo hacer los ejercicios o elementos técnicos en cuestión.	3,20	1,354	-,285	-,949	4
OE3. Puedo hacerlo mejor que mis compañeros/as.	3,56	1,083	-,702	-,123	4
OE4. Los/as otros/as no pueden hacerlo tan bien como yo.	2,76	1,165	,510	-,165	4
OE6. Otros/as fallan y yo no.	2,88	1,092	-,161	-,698	4
OE9. Consigo más puntos o calificaciones que todos/as.	3,32	1,314	-,172	-,166	4
OE11. Soy él/la mejor.	3,20	1,354	-,175	-,216	4
OT2. Aprendo un nuevo elemento o ejercicio y me impulsa practicar más.	4,64	,569	-1,343	1,036	2
OT5. Aprendo algo que es divertido hacerlo.	4,44	,917	-1,750	2,425	3
OT7. Aprendo una nueva habilidad esforzándome mucho.	4,72	,542	-1,864	2,938	2
OT8. Trabajo realmente duro.	4,72	,678	-2,203	3,327	2
OT10. Algo que he aprendido me impulsa a seguir y a practicar.	4,68	,476	-,822	-1,447	1
OT12. Noto que una habilidad que he aprendido me funcionan.	4,72	,458	-1,044	-,998	1
OT13. Pongo todo lo que esta de mi parte (todo lo que puedo.	4,84	,374	-1,975	2,061	1

**ORIENTACIÓN AL EGO**

**ORIENTACIÓN A LA TAREA**

La escala que midió la Necesidad Básica de Competencia tiene una media mínima de 5.52 y es el ítem 1 "Creo que soy bastante bueno(a) en mi deporte" y la media máxima es de 6.16 la pregunta es la número 4 "Yo puedo dominar las habilidades deportivas después de haberlas practicado durante un tiempo". La DT tiene una amplitud normal, la asimetría tiene una distribución normal, excepto el ítem 2 que es mayor que 2 y la curtosis tiene dos ítems con los rangos muy elevados (1, 2 y 4). El rango de los ítems es de 4 a 6 opciones de respuesta.

TABLA 6: Descriptivo de los ítems de la escala de Competencia (IMI)

	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>	<b>Rango</b>
C1.Creo que soy bastante bueno(a) en mi deporte.	5,52	1,358	-1,837	4,281	6
C2.Estoy satisfecho(a) con lo que puedo hacer en mi deporte.	5,80	1,291	-2,248	7,335	6
C3.Soy bastante hábil en mi deporte.	5,44	1,158	-,630	-,175	4
C4.Yo puedo dominar las habilidades deportivas después de haberlas practicado durante un tiempo.	6,16	1,028	-1,346	2,086	4
C5.Puedo hacer (actuar, ejecutar) muy bien mi deporte.	5,88	1,166	-,777	-,142	4

En la escala que se midió la Relación la media mínima fue de 4.24 es el ítem 2 y la media máxima fue 4.48. La DT no tiene mucha amplitud. La asimetría y curtosis muestran una distribución normal, excepto el ítem 5 que esta arriba de 4. El rango de la amplitud de las respuestas de los ítems fue de entre 2 y 3.

TABLA 7: Descriptivo de los ítems de la escala de Relación (NRS)

	Media	DT	Asimetría	Curtosis	Rango
<b>R1.Apoyado(a).</b>	4,48	,586	-,592	-,540	2
<b>R2.Comprendido(a).</b>	4,24	,879	-,913	,045	3
<b>R3.Escuchado(a).</b>	4,32	,690	-,523	-,688	2
<b>R4.Valorado(a).</b>	4,32	,748	-,618	-,888	2
<b>R5.Seguro(a).</b>	4,40	,707	-1,537	4,087	3

La escala de Frustración de las Necesidades Básicas tiene tres factores, autonomía, relación y competencia. La media mínima del factor de autonomía fue de 1.92 en el ítem 7. *öMe siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en mi deporte.ö* y la media máxima es de 3.20 del ítem 5. *öMe siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporteö*. La asimetría y curtosis muestran una distribución normal. El rango de respuesta es de 4 a 6.

En el factor de relación la media mínima es de 1.60 en el ítem 8 *öEn mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta.ö* Y la media máxima es de 2.04 en los ítems 10 *öSiento que hay personas de mi equipo a las que no les gustoö* y 12 *öTengo la sensación de que otras personas de mi equipo me envidian cuando tengo éxito.ö*. En asimetría el ítem 4 se muestra arriba del 2 y en curtosis el mismo ítem se muestra fuera del rango normal, de ahí la distribución del resto de los ítems es normal.

En el factor de competencia la media mínima es de 1.76 se encuentra en el ítem 6 *öMe siento inadecuado como deportista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial.ö* Y la media máxima se muestra en el ítem 2 *öHay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz.ö*. La asimetría y curtosis muestran una distribución normal y el rango de respuesta es de 4-6.

TABLA 8: Descriptivo de los ítems de la escala Frustración de las Necesidades (FNB)

		Media	DT	Asimetría	Curtois	Rango
	FA1.Siento que se me impide tomar desiciones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte.	3,00	1,323	,235	-,164	5
	FA3.En mi deporte me siento presionado para comportarme de una forma determinada.	2,44	1,356	,736	-,611	4
	FA5.Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte.	3,20	1,607	,366	-,454	6
<b>AUTONOMÍA</b>	FA7.Me siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en mi deporte.	1,92	1,077	1,258	1,439	4
	FR4.En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean.	1,76	1,363	2,621	8,558	6
	FR8.En mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta.	1,60	1,041	1,880	3,484	4
	FR10.Siento que hay personas de mi equipo a las que no les gusto.	2,04	1,274	,839	-,561	4
	FR12.Tengo la sensación de que otras personas de mi equipo me envidian cuando tengo éxito.	2,04	1,428	1,416	1,343	5
<b>RELACIÓN</b>	FC2.Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz.	3,40	1,607	,262	-,500	6
	FC6.Me siento inadecuado como deportista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial.	1,76	,779	1,038	1,425	3
<b>COMPETENCIA</b>	FC9.En mi deporte hay situaciones que me hacen sentir incapaz.	2,32	1,464	,863	,006	5
	FC11.En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en mi deporte.	2,16	1,248	,932	,178	4

La escala que mide la motivación se encuentra dividida en 5 factores Motivación Intrínseca, Regulación Identificada, Regulación Introyectada, Regulación Externa y Desmotivación.

En la motivación intrínseca la media máxima es de 6.52 en el ítem "Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmersa en mi ejecución deportiva." Y la mínima de 6.20 en el ítem "Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado". En la asimetría el ítem 9 se encuentra arriba del 2, el resto muestra una distribución normal. En la curtosis existen varios ítems arriba de 2 y el 9 esta fuera de los rangos normales. Los rangos de respuesta van de 1 a 4.

En la regulación identificada la media mínima es de 4.56 en el ítem "Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente." Y la media máxima es de 5.96 en el ítem "Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mi en otras áreas de mi vida.". La asimetría y curtosis muestran una distribución normal y el rango va de 4-6.

La regulación introyectada tiene una mínima de 4.12 en el ítem "Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a)" y una máxima de 4.80 en el ítem "Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte.". La asimetría y curtosis tiene una distribución normal. El rango de respuesta es de 6.

La regulación externa tiene una máxima de 4.04 en el ítem "Por el prestigio de ser un deportista" y una mínima de 3.20 en el ítem "Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.". La asimetría y curtosis tienen una distribución normal y el rango de las respuestas de los sujetos en los ítems fue de 6.

La desmotivación tiene una máxima de 2.28 en el ítem "Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo" y la mínima en el ítem "No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte.". La asimetría de dos de los ítems se muestran arriba de dos, estos mismos muestran una curtosis totalmente fuera de rango normal. El rango de respuesta esta entre 3-6.

TABLA 9: Descriptivo de los ítems de la escala de Motivación (SMS).

	Media	DT	Asimetría	Curtoús	Rango
MI1.Por la satisfacción que me produce realizarlo.	6,48	,770	-1,711	3,297	3
MI2.Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmersa en mi ejecución deportiva.	6,52	,510	-,085	-2,174	1
MI3.Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte.	6,48	,823	-1,640	2,303	3
MI4.Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmersa en mi deporte.	6,36	,860	-1,234	,861	3
MI5.Por que siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento.	6,32	,852	-1,138	,735	3
MI6.Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos débiles.	6,44	,917	-1,750	2,425	3
MI7.Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades.	6,36	,810	-1,293	1,574	3
MI8.Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte.	6,56	,651	-1,227	,507	2
MI9.Por la satisfacción de aprender algo más sobre este deporte.	6,36	,952	-2,081	5,491	4
MI10.Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento.	6,44	,768	-1,581	2,960	3
MI11.Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado.	6,20	,913	-1,143	,864	3
MI12.Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución de juego.	6,36	,860	-1,234	,861	3
RI13.Por que en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente.	4,56	1,828	-,349	-,977	6

**MOTIVACIÓN INTRÍNSECA**

R. IDENTIFICADA	RI14. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mi mismo(a).	5,84	1,313	-,762	-,833	4
	RI15. Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mi en otras áreas de mi vida.	5,96	1,274	-,971	-,337	4
	RI16. Porque esta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos (as).	4,68	1,930	-,525	-1,141	6
	RIN17. Por que es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma.	3,36	1,777	,178	-,901	6
R. Int.	RIN18. Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a).	4,12	1,856	-,020	-1,008	6
	RIN19. Porque me sentiría mal si no participara.	4,28	2,246	-,309	-1,402	6
	RIN20. Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte.	4,80	1,826	-,795	-,234	6
R. EXTERNA	RE21. Porque me permite ser valorado(a) por la gente que conozco.	3,68	1,952	,199	-1,176	6
	RE22. Por el prestigio de ser un deportista.	4,04	2,071	-,150	-1,464	6
	RE23. Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista.	3,48	2,002	,421	-1,204	6
	RE24. Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.	3,20	1,871	,556	-,844	6
DESMOTIVA	D25. Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo.	2,28	1,595	,906	-,410	5
	D26. No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte.	1,40	,764	2,196	4,978	3
	D27. No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte.	1,24	,663	3,422	12,924	3
	D28. A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos.	1,24	,663	3,422	12,924	3



En la escala de Satisfacción con la Vida la media mínima es de 5.68 que la representa el ítem 1 *“En la mayoría de los aspecto de mi vida es como yo quiero que sea”* y la media máxima que es 6.40 del ítem número 4 *“Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes”*. La DT muestra una amplitud normal. La asimetría de los ítems de esta escala tiene una distribución normal, mientras que de la curtosis nos encontramos don los ítems 1 y 4 por arriba del 2, el resto tiene una distribución normal. El rango de respuesta va del 2 al 5.

TABLA 10: Descriptivo de los ítems de la escala de Satisfacción con la vida.

	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>	<b>Rango</b>
SW1.En la mayoría de los aspecto de mi vida es como yo quiero que sea.	5,68	1,435	-1,589	2,142	5
SW2.Las circunstancias de mi vida son muy buenas.	6,04	,735	-,064	-1,035	2
SW3.Estoy satisfecho(a) con mi vida	6,28	,843	-1,049	,658	3
SW4.Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes.	6,40	,764	-1,464	2,713	3
SW5.Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada.	6,08	1,441	-2,330	6,134	6

En la escala del Burnout deportivo tiene una media mínima de 1.16 en el ítem 5 *“No estoy logrando nada en el deporte.”* Y la máxima de 4.48 en el ítem 1 *“Estoy logrando muchas cosas valiosas en mi deporte”*. La asimetría y la curtosis muestran una distribución normal excepto el ítem 5 en el cual la curtosis está arriba del 2. El rango de respuesta va del 1 al 4.

TABLA 11: Descriptivo de los ítems de la escala de Bournout Deportivo.

	<b>Media</b>	<b>DT</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>	<b>Rango</b>
BD1.Estoy logrando muchas cosas valiosas en mi deporte.	4,48	,653	-,895	-,152	2
BD2.Me siento muy cansado(a) de mi entrenamiento que batallo para encontrar energía para hacer otras cosas.	2,60	1,155	,353	-,891	4
BD3.El esfuerzo que hago en el deporte sería mejor si lo hiciera para otras cosas.	1,96	,889	,082	-1,784	2
BD4.Me siento demasiado cansado(a) por practicar mi deporte.	1,84	1,028	,845	-,584	3
BD5.No estoy logrando nada en el deporte.	1,16	,374	1,975	2,061	1
BD6.Ya no me intereso mucho sobre mi desempeño en el deporte como lo hacía antes.	1,68	,988	1,282	,530	3
BD7.Ya no estoy rindiendo más de mi capacidad en el deporte.	1,64	,860	1,234	,861	3
BD8.Me siento fastidiado(a) del deporte.	1,60	,866	1,339	1,038	3
BD9.No me implico tanto en mi deporte como solía hacerlo.	1,92	1,038	,657	-,913	3
BD10.Me siento físicamente agotado(a) por mi deporte.	1,80	,764	,366	-1,137	2
BD11.Me siento menos preocupado(a) por ser exitoso(a) en el deporte que lo que solía estarlo.	2,08	1,115	,615	-,963	3
BD12.Estoy exhausto(a) por las demandas físicas y mentales del deporte.	1,84	,746	,274	-1,076	2
BD13.Parece que no importa lo que haga, no me desempeño tan bien como debiera.	1,60	,577	,282	-,717	2
BD14.Me siento exitoso(a) en el deporte.	4,08	,759	-,138	-1,179	2
BD15.Tengo sentimientos negativos hacia el deporte.	1,40	,577	1,130	,439	2

#### 4.2.- Descriptivo por escala

En la Tabla 12 se muestran los datos descriptivos de los factores utilizados para esta investigación. La media mínima es del factor Burnout Deportivo ( $M = 1.08$ ) y el factor que tiene la media máxima es Motivación Intrínseca ( $M = 5.56$ ), una DT con amplitud equitativa. La asimetría de Frustración de las Necesidades Básicas (FNB), Desmotivación y Burnout (BD) deportivo están arriba de 2, el resto tiene una distribución normal. La curtosis del factor de Competencia se encuentra arriba de 2, mientras que la FNB, Desmotivación y BD se encuentran muy por arriba del rango normal de curtosis; el resto muestra una distribución normal. El rango de respuesta va de 1 hasta 6.

Debemos aclarar que en esta escala se eliminaron los ítems 13, 21, 26 y 27, mientras que los ítems 14, 15, 16, 17 y 22 se recodificaron para aumentar la fiabilidad del instrumento.

TABLA 12: Descriptivo de todos los factores.

	Media	DT	Varianza	Asimetría	Curtosis	Rango
Presentación de las Tareas	2,92	,954	,910	-,456	-,677	3
Feedback Correctivo	1,28	,458	,210	1,044	-,998	1
Apoyo a la Autonomía	1,96	,978	,957	,956	,207	3
Clima Ego	1,28	,458	,210	1,044	-,998	1
Clima Tarea	3,00	1,041	1,083	,000	-,040	4
Orientación al Ego	2,24	1,052	1,107	,877	,654	4
Orientación a la Tarea	4,08	,954	,910	-,796	-,181	3
Competencia	5,24	1,393	1,940	-1,171	2,258	6
Relación	4,12	,881	,777	-,645	-,392	3
FNB	1,24	,523	,273	2,197	4,463	2
Motivación Intrínseca	5,56	1,121	1,257	-,548	-,398	4
Reg. Identificada	4,32	1,930	3,727	-,193	-1,087	6
Reg. Introyectada	2,96	1,744	3,040	,425	-1,074	5
Reg. Externa	2,56	1,530	2,340	,750	-,452	5
Desmotivación	1,12	,332	,110	2,491	4,563	1
Satisfacción con la vida	5,36	1,381	1,907	-1,231	1,298	5
Burnout Deportivo	1,08	,277	,077	3,298	9,641	1

### 4.3.- Fiabilidad

En la Tabla 13 muestran los coeficientes de alfa de cada uno de los factores que se utilizó en esta investigación, las escalas como Feedback y Satisfacción con la Vida tienen un alfa arriba de .60. Mientras que factores como Clima Ego, Clima Tarea, Orientación Tarea y la Frustración de las Necesidades se encuentran por encima de .70 el coeficiente de alfa.

El alfa de cronbach de las escalas de Motivación extrínseca (R. Identificada, R. Introyectada y R. Externa), Desmotivación, Orientación Ego, Burnout Deportivo y Presentación de las Tareas es superior al .80, lo que es adecuado. Los factores Motivación Intrínseca y las Necesidades Básicas (Apoyo a la Autonomía, Relación y Competencia) se encuentran arriba del .90 del coeficiente de alfa, siendo las escalas con una mayor estabilidad en la medida.

En algunas escalas se eliminaron ítems para elevar la fiabilidad, en la escala de Feedback se eliminaron los ítems 13, 21, 26 y 27, mientras que los ítems 14, 15, 16, 17 y 22 se recodificaron para aumentar la fiabilidad del instrumento. En la variable Satisfacción con la Vida se elimino el ítem 5 para aumentar la fiabilidad de .53 a .60. y en el factor Desmotivación de la variable Motivación se elimino el ítem 25 para elevar su fiabilidad de .69 a .81.

TABLA 11: Fiabilidades de las variables.

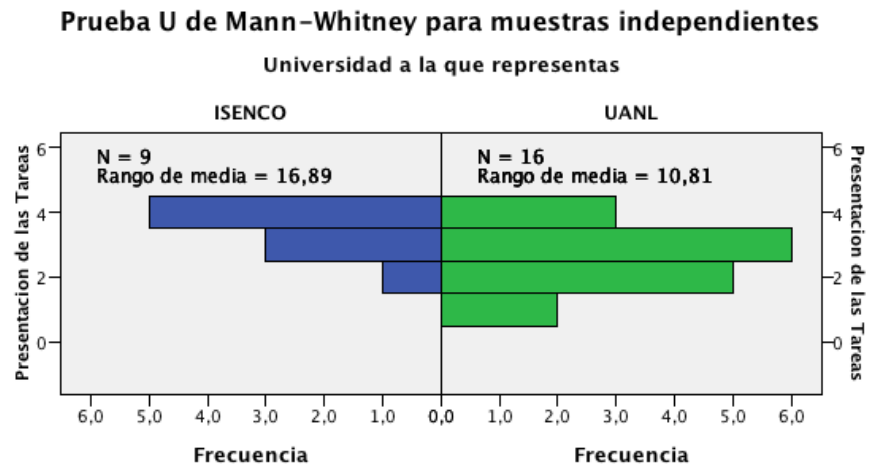
Factores	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Presentación de las tareas	.80	11
Feedback correctivo	.69	24
Apoyo a la autonomía	.90	15
Clima ego	.73	13
Clima tarea	.78	11
Orientación ego	.87	6
Orientación tarea	.78	7

Competencia	.93	5
Relación	.92	5
Frustración de las necesidades	.77	12
Motivación Intrínseca	.91	12
Regulación Identificada	.85	4
Regulación Introyectada	.86	4
Regulación Externa	.81	4
Desmotivación	.81	3
Satisfacción con la vida	.60	4
Burnout deportivo	.82	15

#### 4.4.- Estadística inferencial

Para este apartado se realizó un análisis de pruebas no paramétricas de muestras independientes de las variables dependientes (Feedback , Presentación de las Tareas, Necesidades Básicas, Orientaciones y Climmas motivacionales, Motivación Satisfacción con la vida y Burnout Deportivo) vs variables independientes (edad, universidad a la que representas, si trabaja o no, nivel académico, semestre, promedio, años de experiencia en el deporte, días de entrenamiento, horas de entrenamiento y años con el entrenador actual).

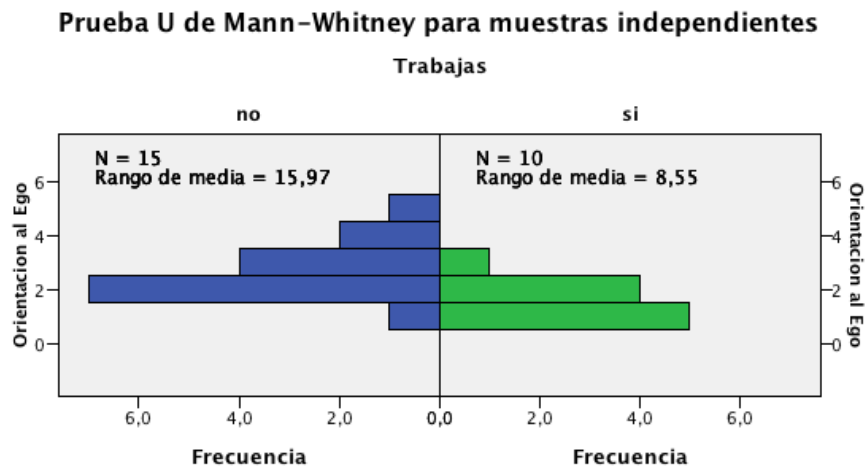
Dando como resultado una diferencias significativa de  $p < .05$  entre las medias de ambas universidades que representan (UANL vs. ISENCO) en el factor de Presentación de las Tareas. Las atletas que representan al ISENCO perciben que sus entrenadores tienen una mejor presentación de las tareas que las atletas del representativo UANL (Figura 2).



N total	25
U de Mann-Whitney	107,000
W de Wilcoxon	152,000
Estadístico de contraste	107,000
Error estándar	16,829
Estadístico de contraste estandarizado	2,080
Significación asintótica (prueba bilateral)	,038
Significación exacta (prueba bilateral)	,049

FIGURA 2: Diferencias significativas en la Presentación de las Tareas según la universidad que representan.

Otra diferencia significativa de  $p < .05$  fue entre los promedios de las jugadoras que trabajan vs. las que no trabajan según el factor de Orientación al Ego. Esto quiere decir que las jugadoras que no trabajan muestra una Orientación al Ego mayor que las atletas que si trabajan (Figura 3).



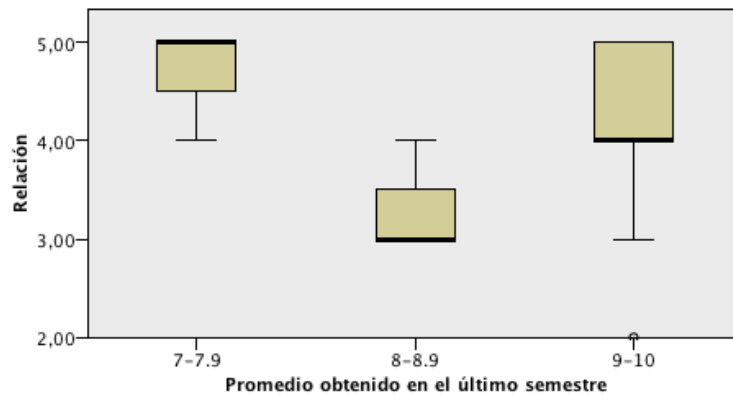
N total	25
U de Mann-Whitney	119,500
W de Wilcoxon	239,500
Estadístico de contraste	119,500
Error estándar	17,044
Estadístico de contraste estandarizado	2,611
Significación asintótica (prueba bilateral)	,009
Significación exacta (prueba bilateral)	,012

FIGURA 3: Diferencia significativa en la variable Orientación al Ego con respecto a la jugadoras que trabajan vs. Las que no trabajan.

En la Figura 4 se muestra la diferencia significativa ( $p < .05$ ) entre las medias de los promedios obtenidos en el último semestre en el factor de la satisfacción de la necesidad de relación. Aquí se muestra que las atletas con un promedio entre 7-7.9 la media se encuentra por encima de las jugadoras que tienen un promedio de 9-10 y estas a su vez tiene la media más alta que las jugadoras con un promedio de 8-8.9. Sin

embargo, la variable del promedio de 9-10 tiene un rango más amplio de respuestas que las otras variables.

**Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes**



<b>N total</b>	23
<b>Estadístico de contraste</b>	6,356
<b>Grados de libertad</b>	2
<b>Significación asintótica (prueba bilateral)</b>	,042

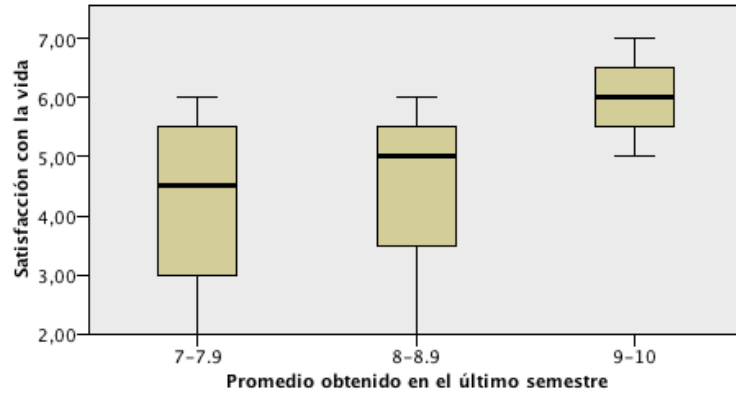
1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.

FIGURA 4: Diferencia significativa del factor Relación según el Promedio obtenido en el último semestre.

En la Figura 5, en el factor de satisfacción con la vida, podemos observar que la media del grupo de 9-10 en el ultimo semestre se encuentra por arriba de los que tienen un promedio de 8 a 8.9, y estos a su vez, que el promedio del grupo de 7 a 7.9. Sin embargo, presenta más amplitud en el rango de las respuestas promedio de este último grupo que los otros dos, siendo el grupo de 9-10 el rango más corto.



**Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes**



<b>N total</b>	23
<b>Estadístico de contraste</b>	7,031
<b>Grados de libertad</b>	2
<b>Significación asintótica (prueba bilateral)</b>	,030

1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.

FIGURA 5: Diferencia significativa de la Satisfacción con la Vida según el promedio del último semestre.

**4.5.- Gráficas de Perfil.**

En este apartado se muestran más gráficamente la comparación entre las distintas variables de las dos universidades con las que se obtuvo la muestra. En la Figura 6 se muestran los factores de la variable de las Necesidades Básicas. Se puede notar una ligera diferencia en los factores de competencia y autonomías donde el ISENCO tiene una mejor satisfacción de esas necesidades.

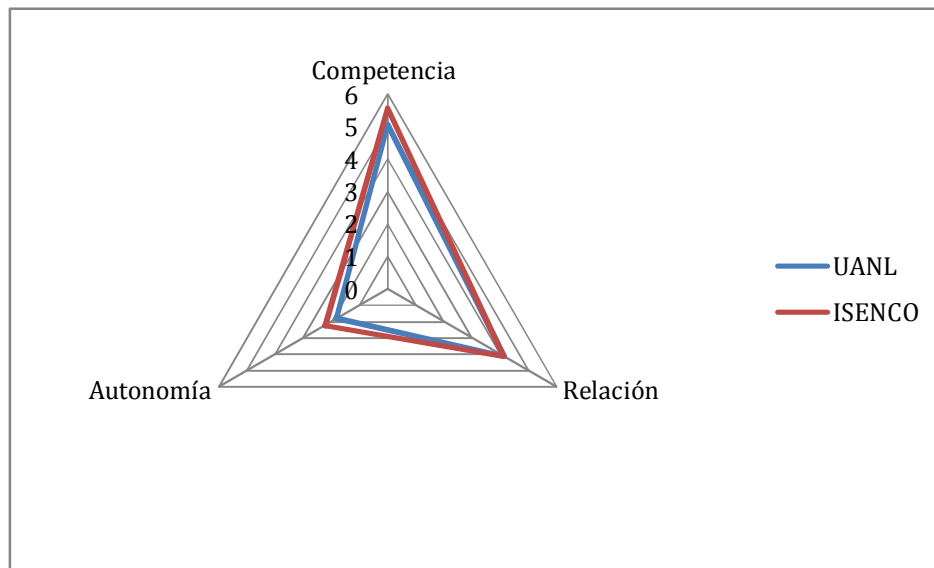


FIGURA 6: Grafica de los 3 factores de la variable de Necesidades Básicas.

En la Figura 7 se muestran las variables de las metas de logro. Podemos observar que las jugadoras de ambos equipo tienen una Orientación hacia la tarea y perciben que su entrenador les promueve un clima enfocado hacia la tarea. Sin embargo las jugadoras de la UANL tienen una ligera orientación al ego que las del ISENCO esto es viceversa en la percepción del Clima Ego.

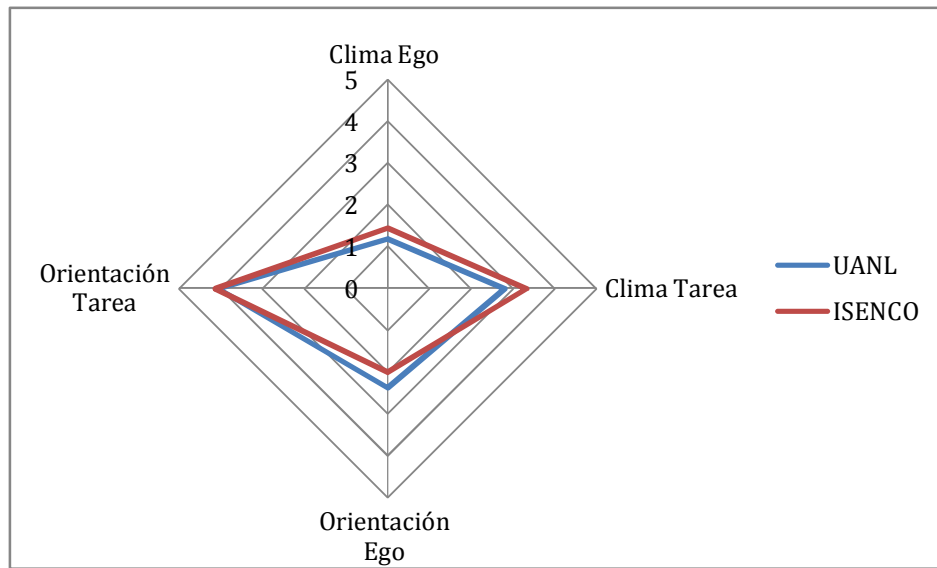


FIGURA 7: Gráfica de las variables de Metas de Logro.

En la Figura 8 están agrupados los factores de la Motivación autodeterminada, podemos ver una diferencia entre los dos equipos en los factores como la Regulación Identificada introyectada, Regulación externa y Motivación Intrínseca. Mostrando muy bajos índices de desmotivación en ambos equipos.

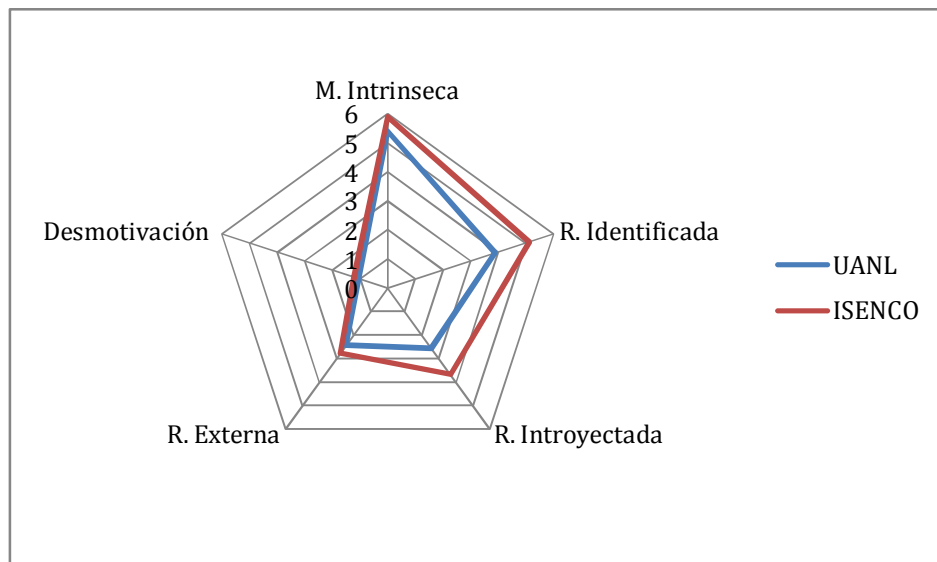


FIGURA 8: Gráfica de los factores de la Autodeterminación.

En la Figura 9 se muestra una ligera diferencia de la percepción de las Presentación de las tareas de las jugadoras del ISENCO en comparación con las jugadoras de la UANL. En las variables de consecuencia los dos equipos muestran un puntaje bajo en el Burnout y una alta puntuación en Satisfacción por la vida.

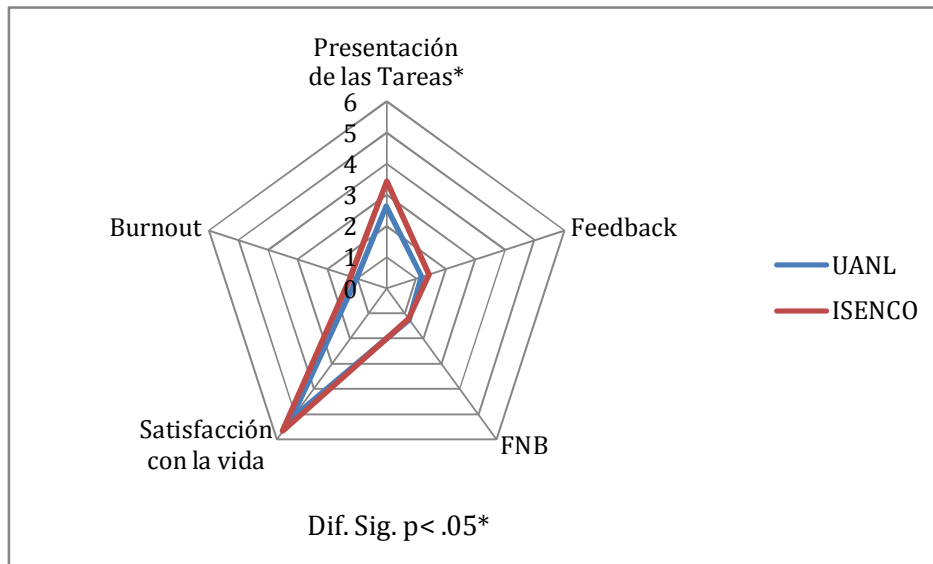


FIGURA 9: Variables de Frustración de las Necesidades, de enseñanza y las variables consecuentes.

En esta tabla se muestran todas las variables. Se puede observar en general la disposición de las jugadoras a la Motivación Intrínseca y Regulación Identificada así como a los factores como competencia, Presentación de las Tareas y Orientación motivacional a la Tarea, provocando que tengan una satisfacción con la vida. Dado esto encontramos que las variables como Clima y Orientación al Ego, la Desmotivación y el Burnout se encuentre en puntuaciones muy bajas.

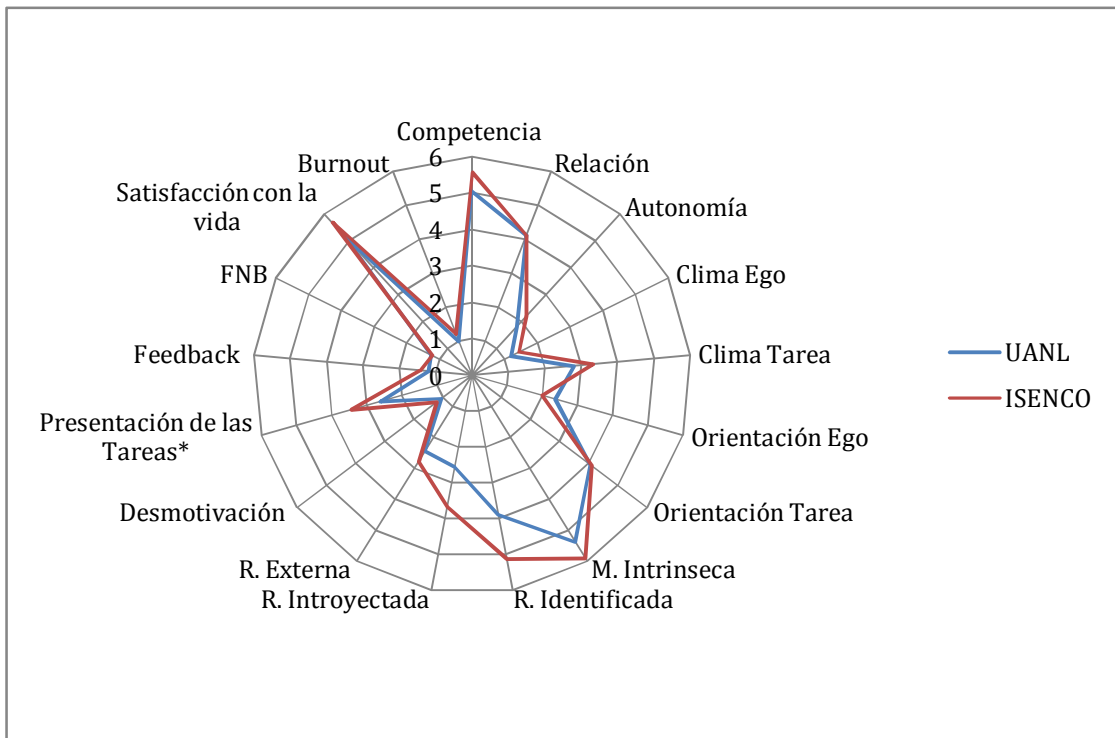


FIGURA 10: Todas las variables utilizadas para la investigación.

# **CAPÍTULO V**

# **CONCLUSIONES**

### **5.1.- Conclusión.**

En conclusión, el perfil psicológico de todas las jugadoras fue adecuado en general, ya que las entrenadoras(es) general adecuados climas motivacionales, dejan claras las instrucciones y las retroalimentan; por parte de las jugadoras existe una orientación a la tarea, se satisfacen sus necesidades básicas de competencia y relación, así como un predominio en la motivación autónoma, favoreciendo una satisfacción con la vida.

Las variables que se utilizaron en esta investigación se han trabajado de forma positiva influyendo en el rendimiento deportivo, puesto que estos dos equipos han estado en los primeros tres lugares del país por cuatro años consecutivos en la Universiada Nacional. Las jugadoras que participaron en este estudio, durante la Universiada 2014 se posicionaron en primer (UANL) y cuarto lugar (ISENCO).

Haciendo una comparación entre los dos equipos no surgieron muchas diferencias significativas, únicamente en el factor de presentación de la tareas, favoreciendo al equipo de ISENCO. Se propone en un futuro comparar entre equipos de diferente nivel de rendimiento, lo que probablemente pueda mostrar mayores diferencias significativas entre los factores. Los resultados nos dan pauta para trabajar con diferentes variables psicológicas que incidan en el rendimiento deportivo.

# REFERENCIAS



## Referencias:

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I. y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema, 12*, 314-319.
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. (2003). La Escala de Motivación Deportiva: una nueva medida de la motivación intrínseca, motivación extrínseca y no-motivación. Análisis psicométrico de la versión española. *En libro de resúmenes del II Congreso Internacional de Psicología aplicada al Deporte* (p. 165). Madrid: Dykinson, S.L.
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. (2007). Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología, 24* (2).
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. L. (2008). *Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte*.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Álvarez, O. y Díaz, A. (2004). ¿Favorecen los entrenadores la autonomía de los deportistas?: El Cuestionario de clima en el deporte. Análisis de las propiedades psicométricas. *En Proceedings of the VII European Conference on Psychological Assessment* (p.174). Málaga: Facultad de Psicología, Universidad de Málaga.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J.L., Quested, E., & Morales, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 7* (25), 305-319.
- Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., Ródenas, L.T., Rodríguez, A., García-Merita, M., & Ntoumanis, N. (2010). Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas, en el contexto deportivo: Análisis de las propiedades psicométricas. VII Congreso Iberoamericano de Psicología. Oviedo, Asturias. 20-24 julio
- Balaguer, I., Mayo, C., Atienza, F., & Duda, J. L. (1997). Factorial validity of the Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 in the case of Spanish elite female handball teams. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*, 27.

- Banda, J. A (s.f.) . *Balonmano*. Nuevo León, México: UANL
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., &Thogersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport &Exercise Psychology*, 33(1), 75-102.
- Chamberlain, K. (1988). On the structures of well-being. *Social Indicators Resarch*, 20 , 581-604.
- Chantal, Y., Guay, F., Dobreva-Martinova, T., y Vallerand, R. J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 173-182.
- Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas*. Memoria de Docencia e Investigación. Cáceres: Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura.
- Carpentier, J. Mageau G.A. (2013). When change-oriented Feedback enhances motivation, well-being and performance: A look at autonomy-supportive Feedback in sport. *Journal Psychology of Sport and Exercise*. 14 pp 423-435.
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., &Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas, y Burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-145.
- 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 behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (Eds.), (2002). *Handbook of self-determination research*.Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Duda, J. L. (1989). Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 318-335.
- Duda, J. L. y Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement-motivation in

- schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 290-299.
- Falco, M. y. (2009). *Tierra de Campeones*. Nuevo León.
- Federation International Handball. (2014). *Federation International Handball*. Retrieved 2014 from IHF: <http://www.ihf.info>
- Filak, V. F., & Sheldon, K. M. (2003). Student psychological need satisfaction and college teacher-course evaluation. *Educational Psychology*, 23(3), 235-247.
- García, J. L. (2000). *Balonmano. Perfeccionamiento e investigación*. Barcelona, España. : INDE.
- Gorostiaga, E. (2009). Diferencias de la condición física y en el lanzamiento entre jugadores de balonmano elite y amateur. *Revistan de Ciencias del Deporte* , 57-64.
- Hernández Sampieri , R., Fernandez-Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la Invetigación* . México D. F., México: McGraw-Hill Interamericana.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Meliá, J., Castillo, I., & Tristán, J. (2011). Adaptación a la población mexicana del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ). *Revista de Psicología del Deporte* , 523-536.
- McAuley, E., Duncan, T. y Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the intrinsic motivation inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60 (1), 48-58.
- Moreno , J., & Martínez , A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico- deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del deporte* , 6 (2), 39-54.
- Mouratidis, A., Lens, W., & Vansteenkiste, M. (2010). How You Provide Corrective Feedback Makes a Difference: The Motivating Role of Communicating in an Autonomy-Supporting Way. *Journal of Sport & Exercise Psychology* , 619-637.

- Newton, M. L., & Duda, J. L. (1993). The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2: Construct and predictive validity. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 15*, S59.
- Newton, M., Duda, J. L., & 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*, 275-290.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C.R., y Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction With Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being. *Social Indicators Research, 28*, 1-20.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M. y Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*, 35-53.
- Raedeke, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete Burnout measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 23*(4), 281-306.
- Richer, S. y Vallerand, R. J. (1998). Construction and validation of the Perceived Relatedness Scale. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée, 48*, 129-137.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality, 63*, 397-427.
- Velasco, J. M. (2011). *Efectos sobre variables antropométricas y de fuerza de dos programas de entrenamiento de contrastes a corto plazo en jugadores jóvenes de deportes colectivos*. León, León, España.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2007). *Fundamentos de Psicología del Deporte y del Ejercicio Físico (4a ed.)*. Madrid, España: Editorial Medica Panamericana.

# ANEXOS



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**



Protocolo de Investigación Folio

**Biotipo y Rendimiento Deportivo de las jugadoras de balonmano de la UANL  
y del ISENCO**

LEFD. ROSA ISELA RAMOS ANDRADE

LEFD. PAULINA GPE. SILVA RODRIGUEZ

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Sr.: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Se le extiende una invitación a participar en el proyecto titulado "Biotipo y Rendimiento Deportivo de las jugadoras de balonmano de la UANL y del ISENCO" el propósito de este estudio es Determinar el rendimiento deportivo a partir del control físico, antropométrico, técnico y psicológico de las jugadoras de balonmano de la Universidad Autónoma de Nuevo León y del Instituto Superior de Educación Normal del Estado de Colima en fechas que se calendarizaran de acuerdo el protocolo utilizado. Se me ha comunicado a detalle el objeto de mi cooperación y al aceptar participar en este proyecto de investigación los resultados obtenidos serán manejados en forma confidencial y que en ningún momento se violará mi privacidad. Entiendo también que el análisis de mis registros durante este estudio no implicará ningún costo extra para mí y que los gastos serán absorbidos por el investigador, así como entiendo que los resultados obtenidos podrán ser publicados en revistas de divulgación científica.

Entiendo que estoy en mi derecho de solicitar cualquier aclaración o información acerca de la investigación en cualquier momento del desarrollo de la misma y que estoy en libertad de retirarme de este estudio en el momento que desee.

Testigo 1: \_\_\_\_\_  
Nombre y firma

Testigo 2: \_\_\_\_\_  
Nombre y firma

### INFORMACIÓN DESCRIPTIVA

Estimado deportista, estamos realizando un estudio en el área de la psicología del deporte, si decides participar nos ayudarás en gran medida al incremento de la ciencia en el deporte mexicano.

La información aquí descrita será confidencial, al final del proyecto se regresarán los resultados a quien corresponda. A continuación se le solicita llenar los campos lo más sincero posible. Por su apoyo muchas gracias.

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Trabajas: si ( ) no ( )    Cuantas horas al día: \_\_\_\_\_

Universidad a la que representas: \_\_\_\_\_

Grado en el que estudias: Licenciatura ( ) Maestría ( ) Doctorado ( )

Semestre: 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( ) 5 ( ) 6 ( ) 7 ( ) 8 ( ) 9 ( ) 10 ( )

Promedio obtenido en el último semestre: \_\_\_\_\_ (100 calificación máxima)

Porcentaje de materias que no has aprobado en primera oportunidad: \_\_\_\_\_

¿Cuántos años llevas compitiendo en este deporte?

- 5 años o menos       8-9 años       15 o más años  
 6-7 años       10-15 años

¿Cuántos días a la semana entrenas en promedio?

- 2 días       4 días       6 días  
 3 días       5 días       7 días

¿Cuántas horas en promedio entrenas en un día normal de entrenamiento?

- 1 hora     3 horas     5 horas  
 2 horas     4 horas

¿Cuántos años llevas con tu entrenador actual?

- ½ año o menos     3-4 años  
 1 año       5 años o mas  
 1-2 años

PT

Por favor indica el nivel personal de acuerdo con cada afirmación rodeando con un círculo la respuesta apropiada.

	Durante los entrenamientosí	Completamente en desacuerdo	En desacuerdo		De acuerdo	Completamente de acuerdo
1	Mi profesor me informa de los elementos a enfocarme sobre las formas o técnicas al realizar la actividad, tarea o ejercicio correctamente.	1	2	3	4	5
2	Mi profesor me informa sobre los elementos apropiados a enfocarme para la realización del movimiento de la tarea.	1	2	3	4	5
3	Mi profesor me demuestra visualmente la forma incorrecta de ejecutar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	1	2	3	4	5
4	Mi profesor menciona el objetivo de cada una de las tareas que se van a realizar.	1	2	3	4	5
5	Mi profesor me comunica demasiados elementos a enfocarme sobre la ejecución del movimiento de la tarea.	1	2	3	4	5
6	Mi profesor me da una explicación verbal del movimiento, tarea, ejercicio o actividad que se va a realizar.	1	2	3	4	5
7	Mi profesor me comunica de manera precisa los elementos en que me voy a enfocaren la tarea que se va a realizar, reflejando las bases del análisis dela mecánica del movimiento.	1	2	3	4	5
8	Mi profesor me informa sobre los elementos de calidad en los que me tengo que enfocar en el proceso del movimiento que se va a realizar.	1	2	3	4	5
9	Mi profesor me demuestra visualmente la forma correcta de realizar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	1	2	3	4	5
10	Mi profesor me da una explicación clara de lo que hay que hacer y cómo hacerlo.	1	2	3	4	5
11	Mi profesor me demuestra visualmente la forma de realizar el movimiento a través de un compañero, medios visuales o una combinación de estos.	1	2	3	4	5



FC

Calidad y cantidad

Marca con una cruz (x) el número de la alternativa elegida.

En el entrenamiento...		Nunca	Casi nunca	Algunas veces	A veces	Normalmente	Casi siempre	Siempre
1	Cuando mi entrenador me dice que no está satisfecho con mi rendimiento, siento que no se da cuenta cuanto me esfuerzo para superar los obstáculos.	1	2	3	4	5	6	7
2	Con frecuencia, mi entrenador me hace las mismas correcciones durante la misma sesión de entrenamiento, sin darme el tiempo necesario para corregirlas.	1	2	3	4	5	6	7
3	Mi entrenador espera que corrija inmediatamente todo lo que me dice.	1	2	3	4	5	6	7
4	Cuando mi entrenador me dice que no está satisfecho, no toma en cuenta las dificultades que tengo que enfrentar durante mi desempeño.	1	2	3	4	5	6	7
5	Mi entrenador toma en cuenta mis sentimientos mientras que me da una retroalimentación negativa.	1	2	3	4	5	6	7
6	Cuando mi entrenador quiere que corrija alguna cosa, tengo la impresión que el comprende que yo no puedo corregir en el campo todo lo que me pide.	1	2	3	4	5	6	7
7	Mi entrenador con frecuencia sugiere muchas ideas para corregir mis errores. Después me deja escoger la que yo prefiera.	1	2	3	4	5	6	7
8	Mi entrenador me deja intentar varias estrategias para corregir mis errores para que pueda ver cual se me adapta mejor.	1	2	3	4	5	6	7
9	Cuando mi entrenador quiere que corrija algo, me da varias soluciones posibles para que pueda elegir la que se me adapte mejor.	1	2	3	4	5	6	7
10	Las correcciones hechas por mi entrenador generalmente me acercan gradualmente a un objetivo que es claro.	1	2	3	4	5	6	7
11	Cuando mi entrenador quiere que corrija algo, sé cual objetivo me permitirá alcanzar eventualmente este cambio.	1	2	3	4	5	6	7

12	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, generalmente estoy de acuerdo que lo puedo hacer mejor.	1	2	3	4	5	6	7
13	En general, cuando mi entrenador me pide que mejore algo, sus demandas son razonables.	1	2	3	4	5	6	7
14	Después de un mal desempeño, mi entrenador tiende a despreciarme como persona.	1	2	3	4	5	6	7
15	Después de un mal desempeño, los malos comentarios de mi entrenador con frecuencia se relacionan con lo que soy yo como persona.	1	2	3	4	5	6	7
16	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, con frecuencia me ofende personalmente.	1	2	3	4	5	6	7
17	Con frecuencia siento que son ataques personales en la forma en que mi entrenador me dice que no está satisfecho con mi rendimiento.	1	2	3	4	5	6	7
18	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi desempeño, me da consejos para que pueda mejorar en el futuro.	1	2	3	4	5	6	7
19	Mi entrenador con frecuencia me hace ver mis errores sin ofrecerme soluciones que me ayuden a corregirlos.	1	2	3	4	5	6	7
20	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, me ayuda a encontrar una solución en lugar de solamente criticar lo que he hecho	1	2	3	4	5	6	7
21	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi desempeño, me grita.	1	2	3	4	5	6	7
22	Mi entrenador me grita cuando tiene que darme una retroalimentación negativa.	1	2	3	4	5	6	7
23	En general, cuando mi entrenador habla conmigo acerca de un problema, lo hace sin gritarme tanto.	1	2	3	4	5	6	7
24	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, me dice usando un tono de voz respetuoso.	1	2	3	4	5	6	7
25	Cuando mi entrenador no está satisfecho con mi rendimiento, el me lo hace saber.	1	2	3	4	5	6	7
26	Cuando no estoy realizando bien un ejercicio, mi entrenador me da una retroalimentación negativa.	1	2	3	4	5	6	7
27	Cuando no me estoy desempeñando bien, mi entrenador me lo dice.	1	2	3	4	5	6	7

PMSCSQ-2

Por favor indica el nivel personal de acuerdo con cada afirmación rodeando con un círculo la respuesta apropiada.

En mi grupo de entrenamiento...		Nunca	Pocas	Algunas	La mayoría	Siempre
1	El entrenador se enfada cuando falla un deportista	1	2	3	4	5
2	El entrenador presta más atención a los deportistas "estrella".	1	2	3	4	5
3	El entrenador sólo felicita a los deportistas cuando destacan unos de otros.	1	2	3	4	5
4	Los deportistas se sienten bien cuando intentan hacerlo lo mejor posible.	1	2	3	4	5
5	Los deportistas se ayudan entre sí para aprender.	1	2	3	4	5
6	Se anima a que los deportistas compitan entre sí.	1	2	3	4	5
7	El entrenador tiene sus deportistas preferidos.	1	2	3	4	5
8	El entrenador ayuda a mejorar a los deportistas en los aspectos en los que no son buenos.	1	2	3	4	5
9	El entrenador grita a los deportistas cuando fallan.	1	2	3	4	5
10	Los deportistas sienten que han tenido éxito cuando mejoran.	1	2	3	4	5
11	Sólo los deportistas con mejores resultados reciben felicitaciones.	1	2	3	4	5
12	Los deportistas son castigados cuando fallan.	1	2	3	4	5
13	Se premia el esfuerzo.	1	2	3	4	5
14	El entrenador anima a que los deportistas se animen unos a otros para aprender.	1	2	3	4	5
15	El entrenador deja claro quiénes son los mejores deportistas.	1	2	3	4	5
16	Los deportistas se motivan cuando juegan mejor que sus compañeros.	1	2	3	4	5
17	El entrenador le da importancia al esfuerzo personal de los deportistas.	1	2	3	4	5
18	El entrenador solo se fija en los mejores deportistas.	1	2	3	4	5
19	Los deportistas tienen miedo a fallar.	1	2	3	4	5
20	Se anima a que los deportistas mejoren en sus puntos débiles.	1	2	3	4	5
21	El entrenador favorece a algunos deportistas más que a otros.	1	2	3	4	5
22	El entrenador le da importancia a que los deportistas mejoren en cada competencia o en cada entrenamiento.	1	2	3	4	5
23	Los deportistas trabajan "conjuntamente como equipo".	1	2	3	4	5

24	Los deportistas se ayudan a mejorar y a superarse.	1	2	3	4	5
----	--	---	---	---	---	---

### TEOSQ

Lee cada una de las siguientes oraciones que indica la alternativa que describa, cuando es que te sientes con más éxito (satisfecho/a) en tu deporte.

Yo me siento con más éxito en mi deporte cuandoí		Muy en desacuerdo	En desacuerdo		De acuerdo	Muy de
1	Soy el/la único/a que puede hacer los ejercicios o elementos técnicos en cuestión.	1	2	3	4	5
2	Aprendo un nuevo elemento o ejercicio y me impulsa a practicar más.	1	2	3	4	5
3	Puedo hacerlo mejor que mis compañeros/as.	1	2	3	4	5
4	Los/as otros/as no pueden hacerlo tan bien como yo.	1	2	3	4	5
5	Aprendo algo que es divertido hacerlo.	1	2	3	4	5
6	Otros/as fallan y yo no.	1	2	3	4	5
7	Aprendo una nueva habilidad esforzándome mucho.	1	2	3	4	5
8	Trabajo realmente duro.	1	2	3	4	5
9	Consigo mas puntos o calificaciones que todos/as.	1	2	3	4	5
10	Algo que he aprendido me impulsa a seguir y a entrenar.	1	2	3	4	5
11	Soy el/la mejor.	1	2	3	4	5
12	Noto que una habilidad que he aprendido funciona.	1	2	3	4	5
13	Pongo todo lo que esta de mi parte (todo lo que puedo).	1	2	3	4	5

### IMI

#### ¿CÓMO TE PERCIBES EN TU DEPORTE?

Por favor indica el nivel personal de acuerdo con cada afirmación rodeando con un círculo la respuesta apropiada.

		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Algo en desacuerdo		Algo de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Creo que soy bastante bueno(a) en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
2	Estoy satisfecho(a) con lo que puedo hacer en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
3	Soy bastante hábil en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
4	Yo puedo dominar las habilidades deportivas después de haberlas practicado durante un tiempo.	1	2	3	4	5	6	7

5	Puedo hacer (actuar, ejecutar) muy bien mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---	---	---

SMS

Por favor indica el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes frases teniendo en cuenta la experiencia que tienes en TU DEPORTE. Rodea un solo número por pregunta.

	<i>¿Por qué participas en tu deporte?</i>	Totalmente en desacuerdo (-)					Totalmente de Acuerdo (+)	
		1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción que me produce realizarlo.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso(a) en mi ejecución deportiva.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso(a) en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos débiles.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción de aprender algo más sobre este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución de juego.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque es una de las mejores formas que tengo para	1	2	3	4	5	6	7

	desarrollar otros aspectos de mi mismo(a).							
*	Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque esta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos(as).	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque me sentiría mal si no participara.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque me permite ser valorado(a) por la gente que conozco.	1	2	3	4	5	6	7
*	Por el prestigio de ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
*	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
*	Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo.	1	2	3	4	5	6	7
*	No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
*	A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos.	1	2	3	4	5	6	7

## SWLS

Por favor indica tu grado de acuerdo con cada ítem rodeando con un círculo el número apropiado (solo uno por afirmación). Por favor se sincero/a con tu respuesta.

		Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo		Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	En la mayoría de los aspectos mi vida es como yo quiero que sea.	1	2	3	4	5	6	7
2	Las circunstancias de mi vida son muy buenas.	1	2	3	4	5	6	7
3	Estoy satisfecho(a) con mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes.	1	2	3	4	5	6	7
5	Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada.	1	2	3	4	5	6	7

## NRS

### ¿CÓMO TE SIENTES?

Las siguientes cuestiones tratan sobre cómo te sientes cuando haces deporte. Por favor indica tu nivel personal de acuerdo o desacuerdo con ellas, rodeando con un círculo la respuesta apropiada.

	CUANDO PARTICIPO EN MI DEPORTE, ME SIENTO Í	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo		De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Apoyado(a).	1	2	3	4	5
2	Comprendido(a).	1	2	3	4	5
3	Escuchado(a).	1	2	3	4	5
4	Valorado(a).	1	2	3	4	5
5	Seguro(a).	1	2	3	4	5

BD

Por favor indica tu grado de acuerdo con cada ítem rodeando con un círculo el número apropiado (solo uno por afirmación). Por favor se sincero(a) con tu respuesta.

		Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
1	Estoy logrando muchas cosas valiosas en mi deporte.	1	2	3	4	5
2	Me siento muy cansado(a) de mi entrenamiento que batallo para encontrar energía para hacer otras cosas.	1	2	3	4	5
3	El esfuerzo que hago en el deporte sería mejor si lo hiciera para otras cosas.	1	2	3	4	5
4	Me siento demasiado cansado(a) por practicar en mi deporte.	1	2	3	4	5
5	No estoy logrando nada en el deporte.	1	2	3	4	5
6	Ya no me intereso mucho sobre mi desempeño en el deporte como lo hacía antes.	1	2	3	4	5
7	Ya no estoy rindiendo más de mi capacidad en el deporte.	1	2	3	4	5
8	Me siento fastidiado(a) del deporte.	1	2	3	4	5
9	No me implico tanto en mi deporte como solía hacerlo.	1	2	3	4	5
10	Me siento físicamente agotado(a) por mi deporte.	1	2	3	4	5
11	Me siento menos preocupado(a) por ser exitoso(a) en el deporte que lo que solía estarlo.	1	2	3	4	5
12	Estoy exhausto(a) por las demandas físicas y mentales del deporte.	1	2	3	4	5
13	Parece que no importa lo que haga, no me desempeño tan bien como debiera.	1	2	3	4	5
14	Me siento exitoso(a) en el deporte.	1	2	3	4	5
15	Tengo sentimientos negativos hacia el deporte.	1	2	3	4	5



### SCQ

Por favor indica el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes frases teniendo en cuenta la experiencia que tienes en TU DEPORTE. Rodea un solo número por pregunta.

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

## FR-N

Por favor indica tu grado de acuerdo con cada ítem rodeando con un círculo el número apropiado (solo uno por afirmación). Por favor se sincero(a) con tu respuesta.

Por favor, indica tu nivel de acuerdo o desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones:	Fuertemente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo		Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Fuertemente de acuerdo
1. Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
2. Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz	1	2	3	4	5	6	7
3. En mi deporte me siento presionado para comportarme de una forma determinada	1	2	3	4	5	6	7
4. En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean	1	2	3	4	5	6	7
5. Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento inadecuado como deportista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial	1	2	3	4	5	6	7
7. Me siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
8. En mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta	1	2	3	4	5	6	7
9. En mi deporte hay situaciones que me hacen sentir incapaz	1	2	3	4	5	6	7
10. Siento que hay personas de mi equipo a las que no les gusto	1	2	3	4	5	6	7
11. En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
12. Tengo la sensación de que otras personas de mi equipo me envidian cuando tengo éxito	1	2	3	4	5	6	7