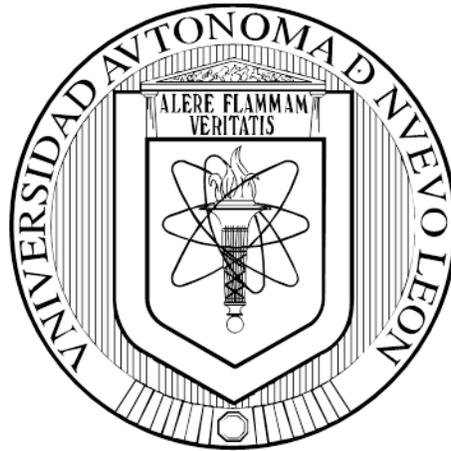


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**



TESIS

**ESTILO INTERPERSONAL DEL ENTRENADOR, PROCESOS
PSICOLÓGICOS MEDIADORES, BIENESTAR Y MALESTAR EN
DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS MEXICANOS**

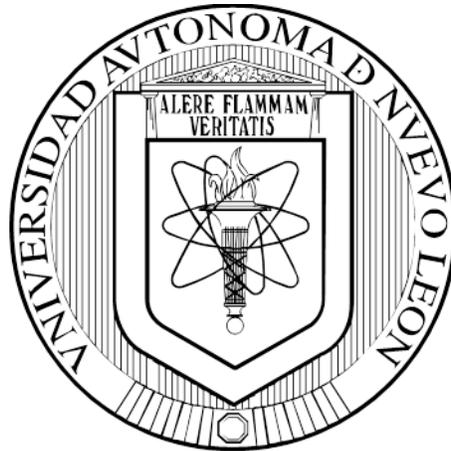
PRESENTA

ABRIL CANTÚ BERRUETO

**PARA OBTENER EL GRADO DE
DOCTOR EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA**

JULIO, 2016

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



TESIS

**ESTILO INTERPERSONAL DEL ENTRENADOR, PROCESOS
PSICOLÓGICOS MEDIADORES, BIENESTAR Y MALESTAR EN
DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS MEXICANOS**

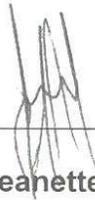
**PRESENTA
ABRIL CANTÚ BERRUETO**

**PARA OBTENER EL GRADO DE
DOCTOR EN CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA**

**DIRECTORA DE TESIS
DRA. JEANETTE M. LÓPEZ WALLE**

JULIO, 2016

Dra. Jeanette M. López Walle, como Directora de tesis interna de la Facultad de Organización Deportiva, acredito que el trabajo de tesis doctoral de la **M.P.D Abril Cantú Berrueto**, titulado **“Estilos interpersonales del entrenador, procesos psicológicos mediadores, bienestar y malestar en deportistas universitarios”** se ha revisado y concluido satisfactoriamente, bajo los estatutos y lineamientos marcados en la guía de la escritura de tesis de doctorado, propuesta por el comité doctoral de nuestra facultad, recomendando dicha tesis para su defensa con opción al grado de **Doctora en Ciencias de la Cultura Física**.



Dra. Jeanette M. López Walle
DIRECTORA DE TESIS



Dra. Blanca Rocío Rangel Colmenero
Subdirectora del Área de Posgrado

“ESTILO INTERPERSONAL DEL ENTRENADOR, PROCESOS
PSICOLÓGICOS MEDIADORES, BIENESTAR Y MALESTAR EN DEPORTISTAS
UNIVERSITARIOS”

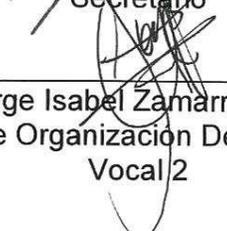
Presentado por:

M.P.D Abril Cantú Berrueto

Aprobación de la Tesis por el Jurado de Examen:

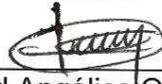


Dr. José Leandro Tristán Rodríguez
Facultad de Organización Deportiva, UANL
Secretario

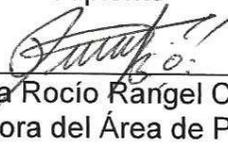


Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera
Facultad de Organización Deportiva, UANL
Vocal 2

Dr. Armando Cocca
Facultad de Organización Deportiva, UANL
Vocal 3



Dra. Xochitl Angélica Ortiz Jiménez
Facultad de Organización Deportiva, UANL
Suplente



Dra. Blanca Rocio Rangel Colmenero
Subdirectora del Área de Posgrado

Resumen

Son numerosos los beneficios que se pueden obtener a través de la actividad física y el deporte, sin embargo, algunas experiencias dentro del contexto deportivo pueden ser positivas o negativas (Balaguer y García-Merita, 1994; Janseen y LeBlanc, 2010). En el contexto del deporte universitario en México se ha invertido en la calidad del deporte a nivel nacional en instituciones públicas y privadas. El objetivo del presente estudio consistió en analizar la relación de predicción entre los estilos interpersonales del entrenador, los procesos psicológicos mediadores, las distintas formas de motivación y los indicadores de bienestar y malestar. La muestra se obtuvo en la Universiada Nacional 2012, 2013 y 2014, evento deportivo que se realiza una vez al año, en el que participan universidades públicas y privadas de México. Los participantes en el estudio fueron un total de 2,413 deportistas (Hombres = 1,377; Mujeres = 950; no menciona género = 86), con una media de edad de 21.26 años ($DT = 1.99$), practicaban deportes individuales y de conjunto como el atletismo, fútbol asociación, handball, tiro con arco, entre otros. Los participantes reportaron una media entre 6 y 7 años compitiendo en su deporte e indicaron que llevan dos años entrenando con el mismo entrenador. El 78% de la muestra total entrena de cuatro a seis días por semana, una media de poco más de dos horas por sesión de entrenamiento. Como resultado del presente trabajo, se confirmó la relación de predicción del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía del entrenador con la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas, las cuales a su vez se relacionaron con la motivación autónoma y obtuvo como consecuencia la autoestima. Por su parte, el estilo interpersonal controlador del entrenador predijo la frustración de las tres necesidades psicológicas básicas y estas a su vez se relacionaron con la motivación controlada y la no motivación teniendo como consecuencia el burnout en los deportistas. Así mismo, dentro del modelo, el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía predijo de manera negativa la frustración de las necesidades psicológicas básicas, las cuales a su vez son predictoras negativas de la motivación autónoma, la cual de igual forma predice de manera negativa el burnout. Dentro del mismo modelo de predicción el estilo controlador predijo de manera negativa la satisfacción de las necesidades

psicológicas básicas, las cuales a su vez predicen de manera negativa la motivación controlada y la no motivación, siendo esta última un predictor negativo de la autoestima. El estudio confirmó lo planteado en otros contextos deportivos y representa para nuestro país un estudio único de las variables antes mencionadas y se proponen como futuras líneas, la investigación aplicada en psicología del deporte en el trabajo con los entrenadores, con el objetivo de aumentar sus estrategias y habilidades que beneficien a los deportistas fortaleciendo las necesidades psicológicas básicas y la motivación de calidad y así aumentar los beneficios que el deporte puede ofrecerles, si las experiencias son positivas.

ÍNDICE

ÍNDICE	V
.....	1
I. Introducción	1
.....	8
II. Fundamentos Teóricos.....	9
Teoría de la Auto-determinación.....	10
<i>Teoría de la evaluación cognitiva (CET).</i>	11
<i>Teoría de orientaciones de causalidad (GCT).</i>	11
<i>Teoría de los contenidos de meta (TCM).</i>	12
<i>Teoría de la motivación en las relaciones (TMR).</i>	12
<i>Teoría de las necesidades psicológicas básicas (BPNT).</i>	13
<i>Teoría de la integración orgánica (OIT).</i>	14
Contexto Social	15
<i>Estilo de Apoyo a la autonomía generado por el entrenador.</i>	16
<i>Estilo controlador generado por el entrenador.</i>	17
Procesos Psicológicos Personales Mediadores.....	18
<i>Necesidades psicológicas básicas.</i>	19
Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.....	19
Frustración de las necesidades psicológicas básicas.	20
<i>Motivación.</i>	21
Bienestar y Malestar	22
<i>Bienestar.</i>	22
Autoestima	24
<i>Malestar.</i>	25
Burnout.....	26
Evidencia Empírica.....	28
<i>Modelo facilitador.</i>	28
<i>Modelo limitante.</i>	33
<i>Estudios que integran el modelo facilitador y el modelo limitante.</i>	36
III. Fundamento Metodológico.....	40
Objetivos e Hipótesis de Investigación	40
<i>Objetivo general.</i>	40
<i>Objetivos específicos.</i>	40

<i>Hipótesis</i>	41
Descripción de la Muestra	43
<i>Muestra</i>	43
Descripción de la población objeto de estudio.....	43
Definición de Variables Implicadas y Descripción de Instrumentos.....	50
<i>Relación de los instrumentos y las variables que miden</i>	51
Instrumento 51	
Variable 51	
<i>Instrumentos</i>	52
Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ).....	52
Propiedades psicométricas del SCQ.....	52
Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS).....	52
Propiedades psicométricas del CCBS.....	53
Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.....	53
Escala de Competencia Deportiva del Inventario de Motivación Intrínseca (IMI).....	53
Propiedades psicométricas del (IMI).....	54
Escala de Autonomía Percibida en el Deporte (NAS).....	54
Propiedades psicométricas del NAS.....	55
Sub-escala de Aceptación de la Escala de Necesidades de Relación (NRSC).....	55
Propiedades psicométricas del NRSC.....	55
Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB).....	56
Propiedades psicométricas de la FNPB.....	56
Escala de Motivación en el Deporte (SMS).....	57
Propiedades psicométricas del SMS.....	58
Sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (SDQ-III).....	58
Propiedades psicométricas del SDQ-III.....	58
Cuestionario de Burnout del Deportista (ABQ).....	59
Propiedades psicométricas del ABQ.....	59
Procedimiento de Recolección de Datos	60
Diseño del Estudio.....	61
<i>Muestreo</i>	61
Criterios de Selección.....	61
Procesamiento de los datos	62
III. Resultados	65
Análisis Preliminares: Propiedades Psicométricas de los Instrumentos.....	65
<i>Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ)</i>	66
Estadísticos descriptivos y consistencia interna del SCQ.....	66

Análisis factorial confirmatorio del SCQ.	67
<i>Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS)</i>	69
Estadísticos descriptivos y consistencia interna del CCBS.	69
Análisis Factorial Confirmatorio del CCBS.....	70
<i>Escala de Competencia Percibida del Inventario de Motivación Intrínseca (IMI)</i>	73
Análisis descriptivo y de consistencia interna del IMI.	73
Análisis factorial confirmatorio del IMI.....	73
<i>Escala de Autonomía Percibida (NAS)</i>	75
Estadísticos descriptivos y consistencia del NAS	75
Análisis factorial confirmatorio del NAS.	76
<i>Sub-escala de Aceptación de las Necesidades de Relación (NRSC)</i>	78
Estadísticos descriptivos y consistencia interna del NRSC.....	78
Análisis factorial confirmatorio del NRSC.	78
<i>Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB)</i>	80
Estadísticos descriptivos y consistencia interna de la FNPB.	80
Análisis factorial confirmatorio de la FNPB.....	81
<i>Escala de Motivación en el Deporte (SMS)</i>	84
Estadísticos descriptivos y consistencia interna del SMS.	84
Análisis factorial confirmatorio del SMS.....	86
<i>Sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (SDQ-III)</i>	89
Estadísticos descriptivos y consistencia interna de la sub-escala de Autoestima del SDQ-III.....	89
Análisis factorial confirmatorio de la sub-escala de autoestima del SDQ-III.....	90
<i>Cuestionario de Burnout del Deportista (ABQ)</i>	92
Estadísticos descriptivos y consistencia interna del ABQ.	92
Análisis factorial confirmatorio del ABQ.....	94
Análisis Descriptivos de las Variables Estudiadas	96
Análisis Diferenciales de las Variables del Estudio	97
<i>Género</i>	98
<i>Tipo de Deporte (individual o conjunto)</i>	100
<i>Tiempo</i>	102
Análisis de las variables de estudio según los años que llevan compitiendo.....	102
Análisis de las variables de estudio según los años que llevan con el mismo entrenador.....	105
Análisis de las variables de estudio según los días de entrenamiento por semana.....	106
Análisis de las variables de estudio según las horas por sesión de entrenamiento.....	107
Inter-Relaciones del Contexto Social, los Procesos Psicológicos Mediadores, Bienestar y Malestar en Deportistas Universitarios Mexicanos	110

Modelo de Relaciones entre el Contexto Social, los Procesos Psicológicos Mediadores, el bienestar y malestar.....	119
IV. Discusiones.....	126
V. Conclusiones.....	140
Limitaciones	141
Futuras líneas de investigación	141
VI. REFERENCIAS.....	144

Tabla 1.....	51
<i>Relación de los instrumentos y las variables que miden.</i>	<i>51</i>
Tabla 2.....	66
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del SCQ.....</i>	<i>66</i>
Tabla 3.....	68
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones factoriales de los ítems del SCQ.</i>	<i>68</i>
Tabla 4.....	69
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del CCBS.</i>	<i>69</i>
Tabla 5.....	70
<i>Ítems que conforman cada factor y consistencia interna de los factores de CCBS.</i>	<i>70</i>
Tabla 6.....	72
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de los factores de CCBS.</i>	<i>72</i>
Tabla 7.....	73
<i>Estadístico descriptivo y normalidad de la escala del IMI.</i>	<i>73</i>
Tabla 8.....	74
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones factoriales de los ítems de IMI.....</i>	<i>74</i>
Tabla 9.....	75
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del NAS.</i>	<i>75</i>
Tabla 10.....	77
<i>Parámetros estandarizados de la saturación de los ítems del NAS.</i>	<i>77</i>
Tabla 11.....	78
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del NRSC.</i>	<i>78</i>
Tabla 12.....	79
<i>Parámetros estandarizados del NRSC.</i>	<i>79</i>
Tabla 13.....	80
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad de FNPB.</i>	<i>80</i>
Tabla 14.....	81
<i>Ítems que conforman cada factor del FNPB.</i>	<i>81</i>
Tabla 15.....	83
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de los factores de FNPB.</i>	<i>83</i>
Tabla 16.....	84
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del SMS.</i>	<i>84</i>
Tabla 17.....	86
<i>Ítems y consistencia interna de las sub-escalas del SMS.</i>	<i>86</i>
Tabla 18.....	88
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems por sub-escala del SMS.</i>	<i>88</i>
Tabla 19.....	89

<i>Estadísticos descriptivos y normalidad del SDQ-III</i>	89
Tabla 20	91
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de la sub-escala (SDQIII)</i>	91
Tabla 21	92
<i>Estadísticos descriptivos y normalidad de ABQ</i>	92
Tabla 22	93
<i>Ítems por sub-escala y consistencia interna del ABQ</i>	93
Tabla 23	95
<i>Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems por factor del ABQ</i>	95
Tabla 24	96
<i>Estadísticos descriptivos de las variables de estudio</i>	96
Tabla 25	98
<i>Estadísticos descriptivos y diferenciales de las variables de estudio por género</i>	98
Tabla 26	100
<i>Estadísticos descriptivos de las variables de estudio en relación al tipo de deporte</i>	100
Tabla 27	103
<i>Estadísticos descriptivos de la satisfacción de la necesidad de autonomía, relación y competencia por años compitiendo en su deporte</i>	103
Tabla 28	104
<i>Estadísticos descriptivos de los tipos de motivación por años compitiendo en su deporte</i>	104
Tabla 29	104
<i>Estadísticos descriptivos del burnout por años compitiendo en su deporte</i>	104
Tabla 30	105
<i>Estadísticos descriptivos de apoyo a la autonomía, satisfacción de la necesidad de competencia y autoestima según los años que llevan con su entrenador</i>	105
Tabla 31	106
<i>Estadísticos descriptivos de apoyo a la autonomía y satisfacción de la necesidad de competencia según los días de entrenamiento por semana</i>	106
Tabla 32	107
<i>Estadísticos descriptivos de la motivación autónoma, autoestima y burnout según los días de entrenamiento por semana</i>	107
Tabla 33	108
<i>Estadísticos descriptivos del apoyo a la autonomía y el estilo controlador del entrenador según las horas de entrenamiento por sesión</i>	108
Tabla 34	109
<i>Estadísticos descriptivos de la satisfacción de la necesidad de relación, la satisfacción de la necesidad de competencia y burnout según las horas de entrenamiento por sesión</i>	109
Tabla 35	112
<i>Correlaciones bivariadas de las variables del estudio (Muestra total)</i>	112

Tabla 36..... 115
Correlaciones bivariantes entre las variables de estudio en hombres..... 115
Tabla 37..... 118
Correlaciones bivariantes entre las variables de estudio en mujeres..... 118

<i>Figura 1.</i> Porcentaje de los deportistas por género.....	44
<i>Figura 2.</i> Número de deportistas por año de competición.....	44
<i>Figura 3.</i> número de jugadores por disciplina deportiva.....	45
<i>Figura 4.</i> Porcentaje de participantes según el tipo de deporte.....	46
<i>Figura 5.</i> Frecuencia de los deportistas en relación a los años compitiendo en su deporte.....	47
<i>Figura 6.</i> Porcentaje de deportistas por años que lleva con su entrenador.....	47
<i>Figura 7.</i> Porcentaje de deportistas de acuerdo al número de días que entrenan por semana.....	48
<i>Figura 8.</i> Porcentaje de deportistas de acuerdo al número de horas que entrenan por sesión.....	49
<i>Figura 9.</i> Estructura factorial del cuestionario de clima en el deporte (SCQ).....	67
<i>Figura 11.</i> Estructura factorial del cuestionario de conductas controladoras del entrenador (CCBS).	71
<i>Figura 12.</i> Estructura factorial de la escala de competencia percibida (IMI).....	74
<i>Figura 13.</i> Estructura factorial de la escala de autonomía percibida (NAS).....	76
<i>Figura 14.</i> Estructura factorial de la sub-escala de aceptación de las necesidades de relación (NRSC).	79
<i>Figura 15.</i> Estructura trifactorial de la escala de la frustración de las necesidades psicológicas básicas (FNPB).....	82
<i>Figura 16.</i> Estructura factorial de la escala de motivación en el deporte (SMS).....	87
<i>Figura 17.</i> Estructura factorial de la sub-escala de autoestima del cuestionario de auto-descripción (SDQIII).....	90
<i>Figura 18.</i> Estructura factorial del cuestionario de <i>burnout</i> del deportista (ABQ).....	94
<i>Figura 19.</i> Medias de las variables de estudio por género.....	99
<i>Figura 20.</i> Valor medio de las variables de estudio por tipo de deporte.....	101
<i>Figura 21.</i> Modelo hipotetizado de las relaciones entre los estilos interpersonales del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación, la autoestima y el <i>burnout</i>	121
<i>Figura 22.</i> solución estandarizada de las relaciones entre los estilos interpersonales del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación, la autoestima y el <i>burnout</i>	123

I. INTRODUCCIÓN

I. Introducción

La **justificación** de nuestro estudio se logra explicar desde dos dimensiones, la primera, el papel de la actividad física como un medio para promover la salud física y mental de las personas de cualquier edad y de cualquier nivel socioeconómico (OMS, 2010). Los trabajos de investigación realizados sobre los beneficios que se obtienen a través de la actividad física regular sobre la salud mental de las personas, han mostrado que existe una reducción en los síntomas de la ansiedad, burnout o depresión (e.g., Balaguer y García-Merita, 1994; Janssen y LeBlanc, 2010; Paluska y Schwenk, 2000; Ströhle, 2009) y que mejoran el funcionamiento cognitivo, la autoestima, el auto-concepto y las habilidades sociales (e.g., Janssen y LeBlanc, 2010; Taylor, Sallis y Needle, 1985). El deporte es participe en la formación integral del ser humano ya que tiene relación con elementos físicos, psicológicos y sociales (Gutiérrez-Sanmartín, 2004). La segunda, es el impacto que ha tenido el deporte universitario en México, por una parte ha ayudado a que muchos jóvenes a nivel nacional estudien una carrera universitaria incluso el posgrado, a través de becas deportivas que en algunas universidades incluyen vivienda, alimentación, instalaciones deportivas de calidad, competencias fuera del estado y del país y vestimenta deportiva. Lo cual se ha convertido en un atractivo para los jóvenes siendo el deporte la razón por la que los mismos migran a otros estados en donde se les ofrecen los beneficios que se mencionaron anteriormente. Sin embargo, en ambas dimensiones a pesar de que son muchos los beneficios que se obtienen a través del deporte y la competición, también se da el caso en donde los jóvenes deportistas viven experiencias negativas con la práctica y la competición, lo que lleva a privar a muchos deportistas de los cuantiosos beneficios (Castillo, Balaguer, Duda, y García-Merita, 2004).

Continuando con lo anterior, un punto central en el desarrollo de las experiencias positivas o negativas de los deportistas, es el contexto social. Cómo perciben los deportistas el ambiente que genera el entrenador y en el que se desenvuelven día con día, si el deportista percibe que se puede desenvolver

autónomamente o si es limitado en lo que deberá realizar y constantemente evaluado de manera que lo intimidan, conlleva a que las experiencias de los deportistas con la suma de las características individuales de su personalidad tengan como resultado sensaciones de bienestar o malestar.

Por lo antes mencionado, en el presente trabajo de investigación se plantea el problema desde el marco de la teoría de la autodeterminación (SDT, *Self-Determination Theory*, Deci y Ryan, 1985; 2000) la cual sostiene un modelo explicativo de la motivación humana que se ha aplicado en diversos contextos, uno de ellos el deportivo. De acuerdo a la teoría de la autodeterminación, tanto las conductas adaptativas o desadaptativas de las personas se pueden explicar mejor si se considera el grado en el que el contexto social satisface o frustra las necesidades psicológicas básicas de las personas (Deci y Ryan, 1985; 2000; 2002). Las necesidades psicológicas básicas son autonomía, relación y competencia y son consideradas universales y de gran influencia en la salud y el bienestar psicológico de las personas (Ryan y Deci, 2000; Vansteenkiste, Zhou, Lens, Soenens, y Luyckx, 2006). Un aspecto clave de la SDT, es el papel que juegan las figuras de autoridad o agentes significativos en la construcción del crecimiento personal, integridad y bienestar de las personas a partir de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas; así mismo, el entorno y las personas que lo conforman son fundamentales en la facilitación o frustración de las necesidades psicológicas básicas (Deci y Ryan, 1987).

El comportamiento de un entrenador puede ser visto en términos de dos estilos interpersonales, el estilo de apoyo a la autonomía y el estilo controlador. El estilo de apoyo a la autonomía (Deci y Ryan, 1987) se caracteriza en donde la figura de autoridad (e.g., el entrenador) tiene la disposición de ponerse en el lugar del otro (e.g., el deportista) para proveer información apropiada y ofrecer oportunidades de decisión, de confianza y de pertenencia dentro del entorno deportivo (Ryan y Deci, 2000). Por otro lado, el contexto que frustra la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, es llamado estilo controlador, en donde el entrenador actúa de manera coercitiva y autoritaria, ya que impone un camino específico de cómo

deben pensar y actuar los deportistas (Bartholomew, Ntoumanis, y Thøgersen-Ntoumani, 2010).

Dentro del contexto deportivo, el entrenador suele ser considerado como una figura de autoridad que actúa con gran influencia en el desarrollo físico, deportivo y conductual del deportista (Álvarez, Estevan, Falcó y Castillo, 2012), ya sea en su bienestar (Balaguer, Castillo y Duda, 2008); en los diferentes tipos de regulaciones motivacionales (Matosic y Cox, 2014; Sheldon y Watson, 2011; Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz, 2013); o en la frustración o satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (Balaguer, González, Fabra, Castillo, Mercé, y Duda, 2012; González, Castillo, García-Merita, y Balaguer, 2015; López-Walle, Balaguer, Castillo, y Tristán, 2012). Existe una extensa línea de investigación en donde se evidencia la influencia del entrenador en aspectos cognitivos y emocionales del deportista. Estableciendo como **pregunta de investigación** ¿Cuáles son las consecuencias de la relación del contexto social generado por los entrenadores sobre los procesos psicológicos mediadores?

Para ello, la presente investigación está basada en el siguiente **enfoque metodológico**: un estudio no experimental de diseño de investigación transversal debido a que se observan los fenómenos tal y como se dan en el contexto natural a través de situaciones que ya existen. Los datos se obtuvieron durante un único momento, por lo tanto también se considera correlacional ya que se pretende conocer las relaciones entre dos o más variables. Se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico y se especificaron criterios de selección y de inclusión.

El presente trabajo de investigación hace un recorrido en **el primer capítulo**, sobre los diferentes enfoques teóricos en los que está basado el trabajo, partiendo desde el marco de la *teoría de la autodeterminación* y una breve alusión de sus mini-teorías, culminando en la evidencia empírica que se ha desarrollado a través del mundo en las que se ha utilizado las variables en las que nosotros nos basamos.

En el **segundo capítulo**, se explica el enfoque metodológico utilizado, la descripción de la muestra, los instrumentos utilizados para medir cada una de las

variables de estudio, el procedimiento utilizado para la recogida de datos, así como la explicación de los análisis estadísticos realizados. Dentro del **tercer capítulo**, se presentan los análisis que comprueban la fiabilidad y validez de cada instrumento utilizado en nuestro estudio, por otra parte, se presentan las diferencias de las variables de estudio con relación a las variables sociodemográficas; seguido de esto se presentan los resultados de las inter-relaciones de las variables de estudio y por último, los resultados del análisis de relaciones de predicción.

Una vez presentados los resultados, el **cuarto capítulo** desglosa cada una de las hipótesis planteadas para el presente trabajo de investigación, así como, los estudios previos en diferentes países que soportan las hipótesis del estudio. El **quinto capítulo**, explica las conclusiones y limitaciones del trabajo, así como, las futuras líneas de investigación planteadas por los autores.

Para llevar a cabo el presente trabajo se estableció como **objetivo general** conocer la influencia del contexto social creado por los entrenadores sobre los procesos psicológicos mediadores y las posibles consecuencias positivas o negativas en los deportistas. A nivel internacional, se ha investigado la relación que existe entre los estilos interpersonales del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador) y la satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas de los deportistas en diferentes etapas de desarrollo y competitivas. Así mismo, la influencia que existe sobre las diferentes formas de motivación las cuales a su vez tienen consecuencias positivas y negativas como la autoestima y el burnout en el deportista. Sin embargo, a nivel nacional universitario poco se conoce sobre la influencia que el contexto social generado por el entrenador puede tener sobre los deportistas universitarios mexicanos. A partir del objetivo antes mencionado, se establecieron **tres objetivos específicos**, el **primero** consiste en describir las distintas variables objeto de estudio: la percepción de los deportistas del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, el estilo controlador del entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas de los deportistas, la motivación autónoma, la motivación controlada y la no motivación de los deportistas, la autoestima y el burnout; así como explorar las diferencias por género

y tiempo (años en su deporte, años con su entrenador, días de entrenamiento por semana y horas de entrenamiento por sesión) en las distintas variables de estudio. El **segundo objetivo** específico es analizar las inter-relaciones entre las distintas variables estudiadas: estilo interpersonal del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador), procesos psicológicos mediadores (la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma, la motivación controlada y la no motivación), y los indicadores de bienestar (autoestima) y malestar (burnout). Por último, el **tercer objetivo específico** es poner a prueba un modelo de relaciones de predicción siguiendo la secuencia: Percepción del estilo interpersonal del entrenador (estilo de apoyo a la autonomía y estilo entrenador) → satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas → formas de motivación (autónoma, controlada y no motivación) → bienestar (autoestima) y malestar (burnout) en los deportistas universitarios mexicanos.

Con base a los objetivos, se plantearon **14 hipótesis** para el presente estudio de investigación, las cuales corresponden a los objetivos específicos y cumplen con el objetivo general, a continuación se presentan las hipótesis:

H₁: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera positiva con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

H₂: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

H₃: La percepción del estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

H₄: La percepción del estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma negativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas

(competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

H₅: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera positiva con la motivación autónoma y de manera negativa con la motivación controlada y con la no motivación.

H₆: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación autónoma se relacionarán de manera positiva con la autoestima.

H₇: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera negativa con la motivación autónoma y de manera positiva con la motivación controlada y con la no motivación.

H₈: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación controlada estarán relacionadas de forma positiva con el burnout.

H₉: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la no motivación estarán relacionadas de forma positiva con el burnout.

H₁₀: La percepción de apoyo a la autonomía será un predictor positivo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y negativo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

H₁₁: La percepción del estilo controlador será un predictor negativo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y positivo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

H₁₂: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas será un predictor positivo de la motivación autónoma y negativo de la motivación controlada y de la no motivación.

H₁₃: La frustración de las necesidades psicológicas básicas será un predictor negativo de la motivación autónoma, y positivo de la motivación controlada y de la no motivación.

H₁₄: La motivación autónoma predecirá de manera positiva la autoestima y de forma negativa el burnout, mientras que la motivación controlada y la no motivación predecirán de manera negativa la autoestima y de manera positiva el burnout.

II. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

II. Fundamentos Teóricos

En el presente capítulo se muestran las bases teóricas en las que está basado el presente trabajo de investigación partiendo de la *teoría de la auto-determinación*. En concreto se dará una breve explicación de las seis mini teorías que forman parte de la macro teoría antes mencionada, dando énfasis en dos mini teorías que son fundamentales para nuestro trabajo: la teoría de las *necesidades psicológicas básicas* y la teoría de la *integración organísmica*.

Se presentan los contextos sociales, los cuales son clasificados en estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y estilo interpersonal controlador; los procesos psicológicos mediadores conformados por las necesidades psicológicas básicas y las formas de motivación; las consecuencias positivas y negativas que conllevan los contextos sociales a través de los procesos psicológicos mediadores, utilizando los indicadores de autoestima y burnout para el bienestar y el malestar respectivamente.

Por último, se presenta la evidencia empírica del modelo de relaciones de predicción que sustenta el presente trabajo de investigación, y que ha sido realizada en países como Estados Unidos de América, Canadá, España, Francia, Alemania, Inglaterra, entre otros. Estos trabajos, al igual que el presente, se basan en la teoría explicada y han sido realizados en el contexto deportivo, considerando distintas disciplinas y categorías de deportistas.

Teoría de la Auto-determinación

La teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985) es una macro-teoría de la motivación que hace énfasis en el desarrollo y funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales, centrándose en la motivación humana, el desarrollo y el bienestar, analizando el grado en que las conductas humanas son volitivas o auto-determinadas, es decir, el grado en que las personas actúan al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección.

Dentro de la SDT se defiende el crecimiento y el desarrollo psicológico como una tendencia de las personas, siempre y cuando el contexto social actúe como soporte para que esto ocurra. El ambiente en el que las personas se desenvuelven actúa como facilitador o limitante para que el crecimiento y el desarrollo se logre.

La SDT considera que para que las personas logren experimentar altos niveles de bienestar, es esencial que satisfagan tres necesidades psicológicas básicas las cuales son consideradas como innatas y universales: la necesidad de autonomía, la necesidad de relación y la necesidad de competencia. El contexto social y el papel de los otros significativos es de suma importancia para lograr la satisfacción de dichas necesidades psicológicas básicas. En este sentido, el grado en que las necesidades psicológicas básicas se vean satisfechas o frustradas dependerá en gran medida del contexto social o de los entornos interpersonales en los que se desenvuelve la persona, teniendo como consecuencias predecibles en su conducta las formas de motivación y los niveles de bienestar o malestar.

La SDT se compone de seis mini-teorías que abordan distintas cuestiones en torno a la motivación de las personas. Estas mini-teorías son: La teoría de la evaluación cognitiva (*Cognitive evaluation theory*; CET, por sus siglas en inglés); la teoría de las orientaciones de causalidad (*Causality orientations theory*; COT, por sus siglas en inglés); la teoría de los contenidos de meta (*Goal contents theory*; GCT, por sus siglas en inglés); la teoría de la motivación en las relaciones (*Relationships Motivation Theory*; RMT por sus siglas en español); la teoría de las necesidades psicológicas básicas (*Basic psychological needs theory*; BPNT, por sus siglas en

español); y la teoría de la integración organísmica (*Organismic integration theory*; OIT, por sus siglas en español), siendo estas dos últimas en las que se sustenta teóricamente nuestro estudio. En los siguientes sub-apartados vamos a detenernos brevemente en cada una de ellas.

Teoría de la evaluación cognitiva (CET).

La CET tiene como objetivo explicar cómo influyen los factores externos en la motivación intrínseca. La teoría fue conformada en términos de factores sociales que facilitan o frustran la motivación intrínseca, estableciendo que los niveles de motivación hacia una determinada tarea dependerán de las circunstancias creadas por el entorno social y de la evaluación que haga el individuo de las mismas en un contexto específico (Deci y Ryan, 1985).

Así mismo, la CET sugiere que existen dos procesos cognitivos primarios a través de los cuales los factores contextuales afectan a la motivación intrínseca: 1) El cambio en la percepción de locus de causalidad, la cual se relaciona con la necesidad de autonomía, esto es, cuando un evento se percibe como controlado por fuentes externas la motivación intrínseca se verá afectada, de lo contrario cuando un evento se percibe que es controlado por fuentes internas, se verá una tendencia en la mejora de la motivación intrínseca; 2) El cambio en los procesos en la competencia percibida, se refiere a la necesidad de competencia, esto es, cuando en un evento se percibe mayor desarrollo de la competencia, la motivación intrínseca se incrementará, de lo contrario, cuando en un evento se percibe menor competencia, la motivación intrínseca se verá disminuida (Deci y Ryan, 2002).

Teoría de orientaciones de causalidad (GCT).

La GCT fue formulada con el objetivo de describir las diferencias individuales en la orientación motivacional que regula el comportamiento de las personas. Así mismo, describe y evalúa tres tipos de orientaciones hacia el ambiente. En primer lugar, se hace referencia a la orientación de autonomía donde las personas actúan con base a los intereses y valores auto-establecidos. En segundo lugar, se refiere a la orientación al control, en donde la atención se centra en las recompensas,

ganancias y la aprobación de los demás. Y en tercer lugar, se hace referencia a la orientación impersonal o no motivación caracterizada por un sentimiento de incapacidad para dominar determinada situación (Deci y Ryan, 1985; 2000).

Teoría de los contenidos de meta (TCM).

La TCM surge de las diferencias entre los objetivos intrínsecos y extrínsecos (Deci y Ryan, 2000; Ryan, Williams, Patrick, y Deci, 2009; Vansteenkiste, Lens, y Deci, 2006) y el impacto que estos puedan tener sobre la motivación, el bienestar y la salud psicológica y física. Las metas intrínsecas tales como las relaciones cercanas, el crecimiento personal y la salud física ofrecen a las personas la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y por lo tanto son asociadas con el bienestar. Por el contrario, las metas extrínsecas tales como el éxito financiero, la apariencia y la fama, están asociadas con altos niveles de malestar y bajos niveles de bienestar (Kasser y Ryan, 1996).

La TCM sostiene que las personas tienden de manera natural a perseguir las metas intrínsecas alejándose de las extrínsecas pero esto no se da de forma automática, para lograrlo es necesario que la persona se desenvuelva en un contexto que apoye la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y promueva un acercamiento hacia las metas intrínsecas (Sheldon, Arndt, y Houser-Marko, 2003).

Teoría de la motivación en las relaciones (TMR).

La RMT está centrada en la necesidad psicológica básica de relación, y defiende que las personas buscan el contacto y la pertenencia con otros e intentan desarrollar relaciones íntimas. La RMT sostiene que no todos los encuentros sociales proveen la satisfacción real de las necesidades, un número considerable de investigaciones confirman que mediante las interacciones sociales las personas tienen experiencias de satisfacción de autonomía y de relación lo cual lleva al bienestar personal. Así mismo, la satisfacción de la necesidad de competencia dentro de las relaciones también contribuye a la calidad de dichas relaciones. Cuanto mayor sea la satisfacción de las necesidades que experimenta una persona

en una relación, mayor será la satisfacción que ellos tienen con esa relación y mejor afrontarán los conflictos de la relación. De hecho las investigaciones han confirmado que tanto dar como recibir apoyo a la autonomía en una relación, contribuyen a experimentar relaciones de alta calidad (Deci y Ryan, 2014).

Teoría de las necesidades psicológicas básicas (BPNT).

Deci y Ryan (2000) definen las necesidades psicológicas básicas como las fuerzas motivacionales relevantes en el comportamiento y en el desarrollo de las personas, las cuales ayudan a que las personas logren sus objetivos y son cualitativamente diferentes a las metas o deseos. Se consideran como algo innato y universal, es decir, se espera que éstas sean evidentes en todas las culturas y en todas las etapas del desarrollo, de tal forma que son esenciales para la salud y el bienestar (Deci y Ryan, 2002; Ryan y Deci, 2000b). Las necesidades psicológicas básicas son consideradas nutrientes esenciales para el funcionamiento óptimo de las personas, ya que influyen en su desarrollo integral y en el bienestar.

El concepto de necesidades humanas resulta ser útil, ya que proporciona un medio para la comprensión de cómo las diversas fuerzas sociales y entornos interpersonales afectan a la motivación autónoma frente a la motivación controlada (Ryan y Deci, 2000b).

Esta mini-teoría asume la existencia de tres necesidades psicológicas básicas: la necesidad de competencia, la necesidad de relación y la necesidad de autonomía, las cuales se describen de la siguiente manera: La necesidad de Autonomía, la cual responde a la creencia de que uno mismo es el que decide, origina y regula sus propias conductas, actuando de acuerdo con el propio *yo* y desde un nivel alto de reflexión (De Charms, 1968). La necesidad de Competencia, la cual hace referencia a la forma en que se perciben las capacidades de interacción eficaz con el medio ambiente (White, 1959). Y la necesidad de Relación, que implica los sentimientos de pertenencia con los otros, sentirse cuidado y cuidar de ellos (Baumeister y Leary, 1995).

La BPNT defiende que el contexto social es un factor esencial en la satisfacción o la frustración de las necesidades psicológicas básicas, es decir, si el contexto ofrece un apoyo a la autonomía se podrán satisfacer las necesidades psicológicas básicas y se promoverá el óptimo funcionamiento (Deci y Vansteenkiste, 2004). De lo contrario, un contexto social controlador frustrará las necesidades psicológicas básicas y aumentará el malestar de las personas (Ryan y Deci, 2000; 2002).

La presente mini-teoría será ampliada en el apartado de Procesos Psicológicos Mediadores, ya que como hemos comentado anteriormente, el presente trabajo de investigación tiene dos mini-teorías como puntos centrales siendo la BPNT uno de ellos.

Teoría de la integración orgánica (OIT).

Deci y Ryan (1985) introdujeron la mini-teoría de la integración orgánica para explicar el desarrollo y la dinámica de la motivación intrínseca, así como el grado de autonomía que las personas experimentan mientras realizan acciones que son extrínsecamente motivadas.

Esta teoría hace referencia a la importancia que tienen los contextos sociales para ayudar o impedir que se logre la internalización, destacando principalmente el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y las relaciones como algo fundamental para que se logre.

Los grados de motivación engloban una gran variedad de comportamientos que se caracterizan por las metas de las personas en cada situación, las cuales a su vez tienen ciertas consecuencias. La OIT establece que existen diferentes tipos de motivación los cuales son parte de un continuo, denominado continuo de la auto-determinación, que va de un extremo a otro de acuerdo al grado en que la motivación nace del *yo*, esto es de lo más externo a lo más interno. Teniendo en un extremo la *no motivación*, en donde las personas no valoran la actividad que realizan, sintiendo incompetencia hacia la tarea y tienen la creencia de que la actividad no los llevara al fin que desean (Bandura, 1975; Ryan, 1995; Seligman,

1975). En el otro extremo del continuo se encuentra la *motivación intrínseca*, la cual se describe por una inclinación de la persona hacia el dominio de determinada actividad, con el objetivo de explorar y de desarrollarse cognitivamente y socialmente (Ryan, 1995); y en la parte central del continuo se situaría la *motivación extrínseca* la cual está compuesta por cuatro estilos de regulaciones, desde la más controlada hasta la más autónoma. A continuación se explican cada una de las regulaciones extrínsecas desde la menos auto-determinada hasta la más autónoma.

La *regulación externa* se caracteriza porque las personas realizan las acciones para satisfacer una demanda externa o por las recompensas que ésta les puede dejar. Las acciones de las personas son percibidas desde un locus externo de causalidad (de Charms, 1968). La *regulación introyectada* se caracteriza porque las personas realizan las conductas con el fin de evitar un castigo, una sanción o por los efectos que tienen sobre el bienestar de las mismas. Sin embargo, están bajo presión por demostrar sus habilidades, comparan y valoran sus niveles de maestría en función de los sentimientos de los demás; las conductas son impulsadas de manera interna pero poseen un locus externo de causalidad, por lo tanto no son percibidas como pertenecientes al *yo*. La *regulación identificada*, la cual ocurre cuando una actividad se realiza porque es el medio para conseguir un fin, aunque el medio no sea agradable para la persona lo soporta por las consecuencias que ésta va a tener. Por último, la *regulación integrada*, aparece cuando las regulaciones identificadas se incorporan al *yo* y se transforman en congruencia con los valores y necesidades de la persona; estas acciones son consideradas extrínsecas debido a que se realizan no por el disfrute que genera, sino con el objetivo de obtener resultados.

La OIT se presenta más detalladamente en el apartado de Procesos Psicológicos Mediadores, ya que al igual que la teoría de las necesidades psicológicas básicas es fundamental para nuestro estudio.

Contexto Social

La TNPB tiene como objeto de estudio explicar cómo el contexto social influye sobre el bienestar y el malestar de las personas, influencia que está mediada por la

satisfacción o frustración de las necesidades psicológicas básicas. Así mismo, establece que las diferencias individuales y las condiciones ambientales, actúan en los procesos de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas para tener un crecimiento natural, el cual está reflejado directamente en los indicadores de la salud mental (Ryan y Deci, 2000b). La BPNT está centrada en conocer la forma en la que el contexto social puede facilitar las oportunidades para conseguir que las necesidades psicológicas se satisfagan o se frustren y las consecuencias de bienestar o malestar (Ryan y Deci, 2000a).

En el contexto deportivo los estilos interpersonales y el comportamiento del entrenador juegan un rol importante no sólo en el rendimiento de los deportistas, sino también en las experiencias psicológicas que se derivan de la participación deportiva (Vallerand y Losier, 1999). En el contexto deportivo se sugieren dos estilos interpersonales generados por el entrenador denominados: el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y el estilo interpersonal controlador.

Estilo de Apoyo a la autonomía generado por el entrenador.

Deci y Ryan (1985; 1987) definen el apoyo a la autonomía como el deseo y voluntad que tiene una persona que ocupa una posición de autoridad (e.g., el entrenador) de situarse en el lugar o en la perspectiva de los otros (e.g., el deportista o un equipo), para detectar sus necesidades y sus sentimientos, y ofrecerles información apropiada y significativa para la realización de sus tareas, así como la oportunidad de elección. Dentro del contexto deportivo, cuando los entrenadores crean un ambiente de apoyo a la autonomía, facilitan a los deportistas la sensación de volición por el conocimiento de sus emociones y perspectivas, desatando el valor de la actividad y demostrando confianza en sus habilidades (Stebbing, Taylor, y Spay, 2015). Así mismo, estos entrenadores logran promover la iniciativa de los deportistas y crean un ambiente en el cual se disminuyen las demandas externas (Mageau y Vallerand, 2003).

Estudios previos en el campo de la investigación en psicología del deporte, se han puesto como objetivo analizar las consecuencias del estilo interpersonal de

apoyo a la autonomía y concluyen que cuando los deportistas tienen la percepción de apoyo a la autonomía por parte de sus entrenadores experimentan la satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas (e.g., Álvarez, Balaguer, Castillo, y Duda, 2009; Álvarez, Estevan, Falcó, y Castillo, 2013; Balaguer et al., 2008; Balaguer, González, Fabra, Castillo, Mercé, y Duda, 2012; Gagné et al., 2003; López-Walle, Balaguer, Castillo, y Tristán, 2012); y facilitan la motivación auto-determinada (e.g., Álvarez et al., 2009; Balaguer et al., 2008; Bartholomew et al., 2010). Así mismo, reportan mayor vitalidad subjetiva (e.g., Adie, Duda y Ntoumanis, 2012; Balaguer et al., 2012; López-Walle et al., 2012), mayor satisfacción con la vida (López-Walle et al., 2012), o mayor autoestima (e.g., Coatswortg y Conway, 2009). Estos estudios se describirán más detenidamente en el apartado 5 de este capítulo, dedicado a la evidencia empírica.

Estilo controlador generado por el entrenador.

Los entrenadores que exhiben un estilo interpersonal controlador se comportan de manera coercitiva, presionan e imponen de forma autoritaria una manera específica de comportarse y de pensar sobre sus deportistas; intimidan a sus deportistas, utilizan una forma condicional negativa de atención, proporcionan recompensas para que los deportistas realicen determinadas tareas, utilizan un lenguaje controlador y tienden a controlar la vida personal de sus deportistas (Bartholomew, Ntoumanis, y Thøgersen-Ntoumani, 2010; Deci y Ryan, 1985). Como consecuencia, la presión externa generada por el entrenador es percibida por los deportistas como el origen de su propio comportamiento y por consiguiente, la pérdida del control socava o frustra las necesidades psicológicas de los deportistas y el sentido de la auto-determinación (Blanchard, Amiot, Perreault, Vallerand, y Provencher, 2009; Deci y Ryan, 1985).

En otras palabras, el comportamiento de control por parte de los entrenadores inducen un cambio en la percepción de locus de la causalidad de los deportistas, que oscila desde un locus interno a externo (Ryan y Deci, 2002). Este cambio puede dar lugar a un círculo vicioso en el que los deportistas se sienten obligados a responder de una manera que latentemente frustre sus propias

necesidades, simplemente para satisfacer los deseos y las expectativas de su entrenador (Mageau y Vallerand, 2003).

Los entrenadores controladores impiden activamente la satisfacción de las necesidades básicas de sus deportistas los cuales son propensos a exhibir afectos, cogniciones y comportamientos negativos (Bartholomew et al., 2010; Deci y Ryan, 1985; 2000).

En los últimos años se han estudiado las relaciones del estilo interpersonal como antecedente de la frustración de las necesidades psicológicas básicas utilizando indicadores como consecuentes de la frustración como los afectos negativos (e.g., Gunnell, Crocker, Wilson, Mack y Zumbo, 2013); el *burnout* (e.g., Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012; Quested y Duda, 2011) y con los síntomas psicológicos de malestar (e.g., Bartholomew et al., 2011). Estos estudios se describen más adelante en el apartado 5 de este capítulo, en el cual se da énfasis a la evidencia empírica.

Procesos Psicológicos Personales Mediadores.

Las necesidades psicológicas básicas y la motivación, actúan como mediadores del contexto social y las consecuencias adaptativas o desadaptativas de los deportistas (Ryan y Deci, 2000). En nuestro estudio, se considera la satisfacción y la frustración de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma, la motivación contralada y la no motivación como procesos psicológicos mediadores de las respuestas conductuales de los deportistas.

Necesidades psicológicas básicas.

Dentro de la TAD y desde la BPNT, se centran en estudiar las condiciones contextuales que provoquen la satisfacción o la frustración de las necesidades psicológicas básicas, de esta forma se permite comprender las variables que soporta el óptimo desarrollo de las personas o de lo contrario genera desequilibrio y limita lograr el crecimiento.

De acuerdo con Ryan y Deci (2000a) las necesidades psicológicas básicas son una fuerza motivacional en el comportamiento y en el desarrollo humano, las cuales ayudan a que éstos logren sus objetivos. Éstas se diferencian de las metas y los deseos ya que las consecuencias de no satisfacerlas son negativas llevando a los individuos a sentir malestar o disfunción física y psicológica. Los autores establecen el concepto de necesidad como los nutrientes necesarios para lograr el crecimiento, la integridad y la salud física como la salud mental.

Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

La BPNT postula que existen procesos naturales como el bienestar, el cual solo se produce de forma óptima si una persona experimenta la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas o sucesivamente, cuando la persona a través de sus recursos internos puede sustentar su propio desarrollo (Deci y Ryan, 2000).

La necesidad de autonomía, se caracteriza por el grado en que las personas actúan de manera volitiva, sintiéndose responsables de iniciar sus acciones, experimentando una libertad psicológica y teniendo una percepción de sí mismos como generadores de sus propias conductas (deCharms, 1968). En el contexto deportivo, la satisfacción de la necesidad de autonomía se logra, cuando el deportista percibe que su entrenador toma en cuenta su punto de vista, se le permite tomar decisiones respecto a las actividades del deporte, logrando la percepción de responsabilidad de sus acciones y de la toma de decisiones.

La necesidad de competencia se refiere a la experiencia de sentirse eficaz en el entorno en el que se desenvuelve, logrando que el individuo sienta que posee la capacidad y la habilidad necesaria para lograr los objetivos establecidos (White,

1950). La BPNT postula que la retroalimentación positiva está relacionada con la promoción de la satisfacción de la necesidad de competencia, la cual a su vez se relaciona de manera positiva con la motivación intrínseca. Dentro del contexto deportivo la necesidad de competencia se satisface cuando los entrenadores se enfocan en el aprendizaje de una habilidad de manera individual y no comparando a los deportistas.

La satisfacción de la necesidad de relación es la experiencia de sentirse conectados a otras personas, a través del sentimiento de pertenencia; teniendo un importante énfasis en la experiencia con los otros significativos en el cuidado, la atención y la preocupación recíproca (Baumeister y Leary, 1995; Deci y Ryan, 1985). En el contexto deportivo, la necesidad de relación se satisface a través del sentido de pertenencia con su equipo deportivo y en gran medida del interés que el entrenador muestre hacia la persona.

La BPNT establece que las tres necesidades psicológicas básicas son nutrientes esenciales para el funcionamiento de las personas y el contexto social tiene una gran importancia para lograr que se satisfagan las necesidades psicológicas básicas, de tal forma que puede facilitar los procesos del funcionamiento, crecimiento personal y salud (Ryan y Deci, 2000).

Frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Las personas buscan satisfacer las necesidades psicológicas básicas, sin embargo, estas se pueden ver obstaculizadas por el contexto social, en concreto por los entornos controladores, en los cuales se provee malestar. El término “frustración” puntualiza la sensación de las personas cuando sus necesidades psicológicas básicas son limitadas por los otros significativos (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosh, y Thøgersen-Ntoumani, 2011; Ryan y Deci, 2000a).

Deci y Ryan (2000) propusieron que la frustración de las necesidades psicológicas básicas, puede conducir a la defensiva o a la auto-protección, lo cual puede tener consecuencias negativas significativas para la salud y el bienestar. En el contexto deportivo se ha mostrado la asociación entre la frustración de las

necesidades psicológicas básicas y el malestar, ligando dicha frustración con un mayor agotamiento, la depresión, los desórdenes alimenticios y el burnout (Bartholomew et al., 2011).

La frustración de las necesidades psicológicas básicas, se caracteriza por la percepción de no poder tomar decisiones, siendo otros los iniciadores de sus propias conductas ya que se les impone cómo debe actuar y pensar en determinadas situaciones. Así mismo, no se consideran capaces de realizar las actividades que se les solicita y tienden a evitar preocuparse por los demás centrándose en sí mismos ya que se perciben como pertenecientes a su contexto.

Los autores de la BPNT reconocen las consecuencias negativas de la frustración de las necesidades psicológicas básicas sobre el aumento del malestar en las personas (Deci y Ryan, 2000), sin embargo, existe poca investigación en el contexto deportivo que se centre en el lado oscuro de la naturaleza humana.

Motivación.

Como se mencionó en el apartado (1) en donde se explica la Teoría de la Integración Organísmica (TIO), la conducta puede estar motivada intrínsecamente, extrínsecamente o no estar motivada. Estos tres tipos de motivación difieren en su grado de autodeterminación o autonomía, oscilando desde los niveles más bajos (no motivación) hasta los niveles más altos de auto-determinación (motivación intrínseca).

Los seres humanos están motivados a integrar interiormente la regulación de las actividades que no tienen valor, pero que son necesarias para el funcionamiento efectivo en el contexto social en el que se desenvuelven (Ryan y Deci, 2000c). El proceso de internalización, se define como las personas aceptan las regulaciones que originalmente están relacionadas con incentivos externos, logrando así que la conducta se internalice (Ryan, 1993).

Dentro del contexto deportivo, los entrenadores son esenciales a lo largo del proceso de internalización a partir de la creación de los climas de apoyo a la autonomía, logrando facilitar que los deportistas interioricen los estilos de regulación

de la conducta (Deci y Ryan, 1987). En el marco de la SDT, las tres necesidades psicológicas básicas, influyen en los tipos de motivación, cuando se satisfacen se asocian con una motivación intrínseca, por el contrario cuando las necesidades se frustran bajan los niveles de motivación intrínseca y aumenta la motivación extrínseca y la no motivación (Deci y Ryan, 2000c).

Los tipos de regulación se agrupan dentro de la literatura en un nivel de motivación autónoma y motivación controlada (Deci y Ryan, 2008). La motivación autónoma está compuesta por la motivación intrínseca, la regulación integrada y la regulación identificada. Esta motivación autónoma se caracteriza por la implicación de las personas por su propia voluntad y elección, lo que mejora los procesos motivacionales y el funcionamiento psicológico. Por el contrario la motivación controlada, la cual está compuesta por la regulación externa y la regulación introyectada, está caracterizada por experiencias de presión y demandas en el comportamiento específico y determinado de las personas, lo cual es percibido como algo externo al yo. La motivación controlada y la no motivación están relacionadas con respuestas desadaptativas cognitivas, afectivas y conductuales (Deci y Ryan, 1985; 2000).

Bienestar y Malestar

Dentro de nuestro estudio, consideramos dos consecuencias del contexto social, el bienestar y el malestar. Como indicador del bienestar utilizaremos la autoestima y como indicador del malestar el burnout.

Bienestar.

El bienestar se ha estudiado desde distintas perspectivas, por lo que establecer una definición no ha sido nada fácil para los filósofos a través del tiempo. Dentro de las investigaciones se plantea el bienestar desde un punto de vista hedónico y/o eudaimónico (Balaguer, 2010; Deci y Ryan, 2008; Ryan y Deci, 2001; Ryan, Huta, y Deci, 2008).

Desde el punto de vista de la perspectiva hedónica se asocia el bienestar con el placer y la felicidad, igualando el término de bienestar con bienestar subjetivo, el

cual se ha focalizado desde la búsqueda del placer corporal, hasta la búsqueda de deseos o intereses del *yo* (Ryan y Deci, 2001 en Balaguer, 2010). Los psicólogos que han adoptado el punto de vista hedonista se han centrado en una concepción amplia de hedonismo que incluye las preferencias o necesidades sociales, esto es a los afectos positivos que se derivan de disfrutar de objetos materiales u oportunidades de acción que un individuo desea poseer o experimentar (Kahneman, Diener, y Schwarz 1999; Kubovy, 1999; Waterman, 1993; Waterman, Schwartz, y Conti, 2008). Dentro de las investigaciones para evaluar el bienestar desde este punto de vista se han utilizado los indicadores de afectos positivos y afectos negativos (Diener, 1984).

Por otro lado, desde el punto de vista de la perspectiva eudaimónica, se refiere al bienestar como algo más que la felicidad en sí, equiparándolo como el bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2001). La eudaimonia se puede definir como la auto-realización de las personas en busca del desarrollo de sus potencialidades y en la consecución de los objetivos, a través de los cuales logran vivir de acuerdo a su verdadero *yo*, realizando actividades que van en congruencia con los valores arraigados de manera integral (Waterman, 1993). Desde este concepto de bienestar, se refleja una forma de vida centrada en lo que es intrínsecamente importante para las personas y no del reflejo del producto material o emocional de una actividad. El concepto de eudaimónica se puede explicar cómo el contenido de la vida de las personas y el hedonismo como se desenvuelve el procesos de vivir bien (Ryan, Huta, y Deci, 2008).

Dentro de la psicología del deporte, los investigadores centrados en el bienestar eudaimónico han utilizado diferentes indicadores para medirlo como la autoestima (e.g., Castillo, Duda, Álvarez, Mercé, y Balaguer, 2011; Felton y Jowett, 2013; López-Walle, Balaguer, Castillo, y Tristán, 2011) y la vitalidad subjetiva (e.g., Adie, Duda, y Ntoumanis, 2008; Álvarez, Balaguer, Castillo, y Duda, 2012; Balaguer, Castillo, Duda, y García-Merita, 2011; Balaguer et al., 2012; González, Castillo, García-Merita, y Balaguer, 2015; López-Walle et al., 2012). Para la presente investigación en el contexto deportivo universitario mexicano, se ha utilizado el

bienestar desde el punto de vista eudaimónico utilizando como indicador de su evaluación la autoestima, la cual se define como la evaluación global de uno mismo como persona (Marsh, Parker, y Barnes, 1985).

Autoestima.

El término de autoestima suele aparecer en la literatura como autoestima, autoimagen, autopercepción, autoidentidad, autoevaluación, entre otros. Sin embargo, es importante para nuestro estudio que el término de autoestima sea visto como la dimensión valorativa y alude al aprecio o amor que cada persona siente por sí mismo.

A lo largo de la historia se han desarrollado diferentes modelos sobre la estructura del autoconcepto, pero es hasta los años 50 cuando se produce la mayor conceptualización del autoconcepto y se define como un constructo cognitivo (Rogers, 1951; Sarbin, 1952) y afectivo (Sullivan, 1953) y a partir de eso se comienzan a elaborar escalas de medida para este concepto.

La variabilidad en las definiciones del autoconcepto, se han desarrollado a partir de los modelos teóricos que hipotetizan una estructura determinada del autoconcepto y sus elementos. Primero se estableció un modelo unidimensional en el cual los factores (autoconcepto físico, social y académico) estaban dominadas por un factor general (autoconcepto global), sin embargo, no existe evidencia empírica que apoye este modelo (Marsh y Smith, 1982; Shavelson y Bolus, 1982; Shavelson y Marsh, 1986). Después se planteó un modelo en el cual se correlacionan los factores, llamándolo multidimensional, aunque a diferencia del modelo unidimensional, si ha tenido soporte empírico. A pesar de una falta de correlación entre los factores, ha sido más apoyado que el modelo de factores independientes (Marsh, 1992; 1997).

Además del modelo unidimensional y multidimensional, Soares y Soares (1977) desarrollaron el modelo taxonómico, el cual puede permitir analizar de forma conjunta aspectos estructurales y aspectos de proceso del autoconcepto. Por último, en el modelo multidimensional de factores jerárquicos se incorporan los modelos

antes propuestos, pasando a considerar un componente global del autoconcepto que ocupa el punto más alto en la jerarquía (Marsh y Hattie, 1996).

La autoestima es la valoración que el individuo hace sobre aquello que conoce de sí mismo, es decir, aquella característica, cualidad, peculiaridad, etc., que conoce de sí, y que valora positiva o negativamente, o que no valora (Aguilar, 2001).

Malestar.

A través del deporte, las personas logran conseguir felicidad o bienestar, sin embargo, también experimentan situaciones negativas que pueden llevar al deportista a presentar un malestar. El malestar se define como un concepto multidimensional caracterizado por un estado de *discomfort* físico, social o psicológico consecuencia de las experiencias de la vida de las personas. Los motivos del malestar pueden incluir distintas experiencias a lo largo de la vida como la culpa, la soledad, la angustia, entre otros.

Dentro del contexto deportivo y en el marco de la teoría de la auto-determinación, se han centrado en conocer las consecuencias adaptativas y desadaptativas de acuerdo al contexto social. Las investigaciones en psicología del deporte han utilizado distintos indicadores de malestar como los afectos negativos (Quested, Duda, Ntoumanis, y Maxwell, 2013), depresión y trastornos alimentarios (Bartholomew et al., 2011) y el burnout (e.g., Amorose, Anderson-Butcher y Cooper, 2009; Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012; Ntoumanis, Taylor, y Thogersen-Ntoumani, 2012).

Dentro del presente trabajo de investigación, se utilizó el indicador de burnout el cual es reconocido como una enfermedad grave entre los deportistas presentando una prevalencia estimada en un rango de 2% a 6% en los hombres y el 1% y el 9% en las mujeres (Eklund y Cresswell, 2007; Gould, Dieffenbach, y Moffet 2002; Gustafsson, Kenttä, Hassmán, y Lundqvist, 2007).

Burnout.

Dentro del contexto deportivo se han desarrollado diferentes modelos que intentan explicar el burnout a través de sus características y/o consecuencias los cuales se explican a continuación, el presente trabajo de investigación está basado en el modelo propuesto por Readeke (1997).

El Modelo Cognitivo-Afectivo del Estrés propuesto por Smith (1986), explica el *burnout* como una respuesta cognitivo-afectiva ante el estrés producido por el desequilibrio entre las demandas y los recursos del deportista, se escribe el estrés como algo crónico que conduce al agotamiento de los deportistas. Dentro de este modelo, se clasificó el burnout en cuatro etapas: 1) altas demandas y cargas de entrenamiento, expectativas extremas y presión de los padres; 2) evaluación cognitiva, en donde sí es abrumadora para el deportista aparecen respuestas fisiológicas; 3) aparecen síntomas del burnout (fatiga, tensión e insomnio); y 4) respuestas conductuales como la disminución de rendimiento, evitación o retirada de la actividad.

El Modelo Unidimensional del Desarrollo de la Identidad y el Control Externo (Coakley, 1992) añade una perspectiva muy diferente a través del desarrollo de la identidad y la falta de control de los aspectos importantes, plantea que el estrés es una posible consecuencia del burnout en donde la estructura social que rodea al deportista tiende a predisponerlo ante este problema.

El Modelo de Compromiso y Atrapamiento a la Práctica Deportiva (Schmidt y Stein, 1991; Readeke, 1997) busca una conexión entre el burnout y las razones que justifican su práctica deportiva y está compuesto por tres variables: la percepción del deportista de los beneficios menos los costos de su práctica deportiva, la inversión de tiempo y dinero que realiza en su deporte y las actividades alternativas que dispone que puedan sustituir su actividad deportiva.

El Modelo del Compromiso (Scanlan, Carpenter, Schmidt, Simons, y Keeler, 1993) define el compromiso deportivo como un estado psicológico que representa el deseo o la resolución de continuar participando en su deporte. Este modelo considera que los deportistas con restricciones sociales, los que invierten mucho en

cuanto al recurso personal y los que no se sienten satisfechos, serán los deportistas vulnerables a sentir el burnout.

Basado en recientes investigaciones (Readeke, Arce, DeFrancisco, Seoane, y Garcés, 2013; Readeke y Smith, 2004; Schaufeli y Buunk, 2003), se define el burnout como un síndrome psicofisiológico y una condición disfuncional caracterizada por el cansancio emocional y físico el cual está asociado con el intenso entrenamiento y la competencia; por la reducida sensación de logro, la cual tiene como característica una baja percepción en las capacidades en el desempeño y en las habilidades deportivas; y por último, la devaluación de la práctica deportiva, la cual tiene relación con la percepción que tiene el deportista sobre su desinterés, el cual tiende a mostrar una actitud cínica acompañado de resentimiento.

En previas investigaciones se sugiere que el desarrollo del burnout es gradual en los deportistas (Gustafsson, Kenttä, Hassmén, Lundqvist, y Durand-Bush, 2007; Schaufeli y Buunk, 2003) y está relacionado con otros indicadores de malestar como la baja autoestima, con las formas más extrínsecas de la motivación y con el abandono deportivo (Balaguer et al., 2011; Gustafsson et al., 2007; Lonsdale y Hodge, 2011).

En el marco de estas teorías, el burnout ha sido explorado en deportistas universitarios (Gould y Whitley, 2009; Raedeke y Smith, 2001), en deportistas de élite (Cresswell y Eklund, 2005; Gustafsson et al., 2008), y en deportistas olímpicos (Lemyre, Hall, y Roberts, 2008; Lemyre, Roberts, y Stray-Gundersen, 2007).

Evidencia Empírica

En esta sección se presentan los resultados de algunas investigaciones que se han realizado en base a la macro teoría de la autodeterminación y a las mini-teorías, la teoría de las necesidades psicológicas básicas y la teoría de la integración orgánica. Dentro de las presentes investigaciones plantean la influencia que tienen los contextos sociales creados por el entrenador, sobre los procesos psicológicos mediadores y sus posibles consecuencias. Los estudios están divididos por modelo facilitador y limitante, ya que el primero se caracteriza por el estudio de cómo favorecen los contextos sociales adecuados que genera el entrenador, y el segundo se caracteriza por las consecuencias que puede llegar a tener el deportista cuando el entrenador genera climas negativos. Los estudios se muestran por países. Por último, se describen aquellos trabajos donde se han integrado ambos modelos, el facilitador y el limitante.

Modelo facilitador.

En *Estados Unidos*, Gagné, Ryan y Bargmann (2003), realizaron un estudio durante cuatro semanas, con un grupo de 45 gimnastas entre los 7 y 18 años ($M = 13$; $DT = 2.35$). En los resultados muestran que el apoyo a la autonomía por parte de los padres y del entrenador está asociado con niveles altos de motivación autónoma; así mismo, la satisfacción de las necesidades básicas facilita el incremento en el bienestar de las gimnastas (utilizando como indicadores del bienestar la vitalidad, la autoestima y los afectos positivos).

Coatsworth y Conroy (2009), realizaron un estudio con una muestra de 119 jóvenes nadadores (Hombres = 40; Mujeres = 77; no respondieron = 2), de un rango de edad entre los 10 y 17 años de edad ($M = 12.07$; $DT = 1.79$). Obteniendo como resultado que la relación de apoyo a la autonomía por parte del entrenador, predice en los jóvenes nadadores la satisfacción de la necesidad de competencia, la cual influye directamente en la autoestima. Así mismo, la percepción de competencia influye en la iniciativa, en las metas y en la identidad de los deportistas, mientras que la autoestima predice la identidad de los mismos.

En *España*, se han realizado diversas investigaciones abarcando diferentes disciplinas deportivas, ambos géneros y diferentes edades.

Balaguer, Castillo y Duda (2008), con una muestra de 301 deportistas (Hombres = 171 y Mujeres = 130) de diferentes disciplinas, con una media de edad de 24.1 años ($DT = 4.7$), confirmaron la predicción que tiene el estilo interpersonal del entrenador de apoyo a la autonomía sobre la satisfacción de las necesidades de autonomía y relación, pero no sobre la necesidad de competencia. La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se asoció directamente con la motivación auto-determinada, la cual tiene como consecuencia su vez altos niveles de autoestima y satisfacción con la vida.

Álvarez, Balaguer, Castillo y Duda (2009) con una muestra de 307 futbolistas varones registrados en la Federación Valenciana de Fútbol, procedentes de 32 escuelas de fútbol, de edades comprendidas entre los 12 y 16 años ($M = 14.77$; $DT = .72$), pusieron a prueba un modelo en el que se explicó la predicción positiva y significativa de la percepción de apoyo a la autonomía sobre la satisfacción de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la cual a su vez resultó positiva y significativa sobre la motivación auto-determinada; finalmente la motivación auto-determinada predijo de forma positiva y significativa el disfrute de los jugadores de fútbol, mientras que se obtuvo una predicción negativa sobre el aburrimiento de los mismos.

Balaguer, Castillo, Quested y Morales (2011) con una muestra de 197 bailarines profesionales (Hombres = 33 y Mujeres = 154); con una edad media de 18.56 años ($DT = 3.73$), pusieron a prueba un modelo en el que se mostró que el apoyo a la autonomía por parte del entrenador se relacionó positivamente con la motivación autónoma y negativamente con la motivación controlada y la no motivación. A su vez la motivación autónoma se correlacionó de manera positiva con la intención de seguir practicando. En un segundo modelo se puso a prueba la relación entre el estilo de apoyo a autonomía, la motivación autónoma, controlada y no motivación, el burnout y la intención de práctica futura. Al igual que en el primer modelo, el apoyo a la autonomía se asoció positivamente con la motivación

autónoma y negativamente con la motivación controlada y con la no motivación. La motivación controlada y la no motivación actuaron como predictores positivos y significativos del burnout, a su vez, este se asoció de manera significativa y negativa con la intención de la práctica futura.

Almagro, Sáenz-López, González-Cutre y Moreno-Murcia (2011) en un estudio realizado con 580 deportistas de competición entre los 12 y 17 años ($M = 14.46$; $DT = 1.02$), demostraron a través de un modelo de ecuaciones estructurales que el clima motivacional de implicación a la tarea predijo positivamente las tres necesidades psicológicas básicas, mientras que el clima motivacional tarea predijo de forma directa la intención de seguir siendo físicamente activo. Por su parte el clima motivacional de implicación en el ego predijo positivamente la necesidad de autonomía y competencia. Así mismo la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas predijo positivamente la motivación intrínseca, misma que predijo positivamente la intención de ser físicamente activo en el futuro.

Álvarez, Estevan, Falcó y Castillo (2013) con una muestra de 159 taekwondistas (Hombres = 74 y Mujeres = 85), con una media de edad de 18.63 años ($DT = 4.05$), confirmaron que el apoyo a la autonomía tiene como consecuencia la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas, competencia, autonomía y relación, las cuales a su vez tienen incidencia sobre el esfuerzo extra de los deportistas, la eficacia percibida del entrenador y la satisfacción de los deportistas con el estilo de liderazgo del entrenador.

Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2013) realizaron un estudio con 278 deportistas federados con edades comprendidas entre los 11 y 17 años ($M = 13.87$; $DT = 1.68$). Se confirmó la predicción que tiene la percepción de apoyo a la autonomía generado por el entrenador, los compañeros y los padres; y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. Los resultados sustentan la predicción que existe entre el apoyo generado por el entrenador y la regulación en la motivación, influyendo de manera positiva y significativa en la regulación autónoma, de manera negativa y significativa con la no motivación, no

siendo significativa la relación entre el apoyo generado por el entrenador y la regulación controlada.

En *Inglaterra*, Adie, Duda y Ntoumanis (2008), con una muestra de 539 deportistas (Hombres = 271 y Mujeres = 268) de una media de 22.75 años, se encontró que la percepción que tienen de apoyo a la autonomía por parte del entrenador corresponde con la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas. La necesidad de autonomía y competencia resultaron predictoras de la vitalidad subjetiva de los participantes.

Adie, Duda y Ntoumanis (2012) a través de un estudio longitudinal con un total de 91 chicos jugadores de fútbol de edades comprendidas entre los 11 a 18 años ($M = 13.82$; $DT = 1.99$); pusieron a prueba diferentes modelos, el primer modelo (revelo un incremento lineal en la vitalidad subjetiva de los futbolistas durante las dos temporadas, así como un incremento significativo en el agotamiento emocional y físico. Por su parte el apoyo a la autonomía se relacionó de manera positiva y significativa con la vitalidad subjetiva, mientras que no se comprobó la mediación total de las tres necesidades psicológicas básicas en la relación de apoyo a la autonomía y el agotamiento emocional y físico.

Quested y Duda (2010) realizaron una investigación con un total de 392 bailarinas, con una media de edad de 12.12 años ($DT = 4.27$), en el que pusieron a prueba un modelo de la predicción del apoyo a la autonomía por parte del entrenador, sobre la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas autonomía, relación y competencia, las cuales a su vez se relacionan de manera positiva con los afectos positivos y de manera negativa con los aspectos negativos. En el caso de la necesidad de autonomía, solo fue significativa con los afectos positivos pero no para los afectos negativos.

Quested y Duda (2011) realizaron un estudio longitudinal de 36 semanas, con un total de 219 bailarines con una media de edad de 18.44 años ($DT = 2.29$). Dentro del estudio en el cual pusieron a prueba un modelo de los predictores psicosociales del *burnout* en la danza. Examinando y comprobando el papel de la mediación de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía,

competencia y relación entre la percepción de apoyo a la autonomía y el burnout en un año. Así mismo, se comprobó la relación negativa y significativa de la satisfacción de las tres necesidades, el apoyo a la autonomía con el *burnout*.

Quested, Duda, Ntoumanis y Maxwell (2013) realizaron una investigación con un total de 55 bailarines, con una media de edad de 20.58 años ($DT = 2.59$). Los resultados mostraron una relación positiva y significativa entre el apoyo a la autonomía por parte del entrenador y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, las cuales a su vez con excepción de la satisfacción de autonomía, correlacionaron de manera positiva y significativa con los afectos positivos de los mismos.

En México, López-Walle, Balaguer, Castillo y Tristán (2011) con un muestra de 651 atletas mexicanos (Hombres = 321 y Mujeres 330) de una media de edad de 13.99 años ($DT = 1.88$), mostraron que el clima de implicación en la tarea se asoció positivamente con la conducta autodeterminada, mientras que el clima de implicación en el ego se asoció negativamente con dicha conducta autodeterminada. Por su parte la conducta autodeterminada se asoció de forma positiva con la autoestima. Por su parte, la relación de clima de implicación al ego resulto significativa y negativa con la autoestima.

López-Walle, Balaguer, Castillo y Tristán (2012) realizaron una investigación con un total de 669 jóvenes atletas (Hombres = 339 y Mujeres = 330) con una media de edad de 13.95 años, los cuales participaban en 18 disciplinas diferentes. Los resultados obtenidos mostraron que el apoyo a la autonomía predijo la satisfacción de las necesidades básicas (autonomía, relación y competencia), las cuales a su vez mostraron como consecuente una mayor satisfacción con la vida y mayor vitalidad de los atletas.

Modelo limitante.

Dentro de la evidencia empírica para la hipótesis de los niveles de predicción de que el estilo controlador del entrenador facilita la frustración de las necesidades psicológicas básicas que a su vez se relaciona con la motivación controlada o la no motivación y tiene como consecuencia negativa el burnout; se encontraron diversas investigaciones en los últimos años sobre el sustento de la misma, las cuales se ordenan con base a los países en donde se realizaron los estudios.

En *Estados Unidos de América*, Barcza-Renner, Eklund, Morin y Habeeb (2016) realizaron una investigación con un total de 487 nadadores de un rango de edad entre los 18 y 23 años ($M = 19.70$; $DT = 1.19$). Se obtuvieron como principales resultados, un efecto indirecto entre el estilo controlador del entrenador y el *burnout* del deportista, a través del perfeccionismo del deportista (e.g., auto-orientación) y motivación (e.g., autónoma y amotivación). Así mismo, el estilo interpersonal controlador por parte del entrenador predice el perfeccionismo del deportista. Por otro lado, la auto-orientación de perfeccionismo se relacionó de manera positiva con la motivación autónoma y de manera negativa con la amotivación. Mientras que la prescripción social de perfeccionismo se asoció de manera negativa con la motivación autónoma y positiva con la motivación controlada y con la amotivación. Por su parte, la motivación autónoma se relaciona de manera negativa con el burnout, mientras que la amotivación predice de manera positiva el burnout.

En *España*, Castillo, González, Fabra, Mercé y Balaguer (2012), realizaron una investigación con 725 jugadores de fútbol de 11 a 13 años ($M = 12.6$; $DT = .54$); entrenaban 2.26 días por semana. La investigación arrojó como resultado que el estilo controlador se asocia de manera positiva y significativa con la frustración de la competencia, la autonomía y la relación, lo cual tiene a su vez la consecuente del burnout.

En *Francia*, Martinent, Guillet-Descas y Moiret (2015), con una muestra de 239 adolescentes con una media de edad de 16.61 años ($DT = 1.28$) estudiaron la relación entre la frustración de las necesidades psicológicas básicas, las regulaciones motivacionales y distintas dimensiones del burnout. Los resultados

mostraron que la frustración de autonomía correlaciona de manera significativa y positiva con el cansancio físico y con una reducida sensación de logro; la frustración de competencia correlaciona de manera significativa y positiva con el cansancio físico, la reducida sensación de logro, el distanciamiento emocional, la regulación externa y con la no motivación. Por su parte, la frustración de relación correlaciona significativamente con la reducida sensación de logro, con el distanciamiento emocional, con la regulación externa y con la no motivación.

En *Inglaterra*, Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch y Thøgersen-Ntoumanis (2011) realizaron tres estudios con diferentes muestras. En el primer estudio con 303 mujeres deportistas entre los 16 y 25 años de edad ($M = 19.74$; $DT = 2.19$); de deportes individuales, se confirmó la correlación entre el estilo controlador del entrenador y la frustración de las necesidades psicológicas básicas, así mismo, la correlación entre dicha frustración y desórdenes alimentarios y depresión. El segundo estudio se realizó con un total de 294 (Hombres = 80 y Mujeres = 214) deportistas entre los 12 y los 17 años de edad ($M = 14.51$; $DT = 1.51$); participantes en deportes individuales ($N = 169$) y deportes de conjunto ($N = 125$), donde se confirmó un modelo en el cual el estilo de apoyo a la autonomía predijo de manera positiva la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y estas a su vez predijeron los afectos positivos; así mismo, predijeron pero en forma negativa los afectos negativos y el burnout. La otra parte del modelo es la predicción positiva del estilo controlador del entrenador sobre la frustración de las necesidades psicológicas básicas las cuales a su vez predijeron de manera positiva los afectos negativos y el burnout y de manera negativa los afectos positivos. En un tercer estudio con una muestra ($N = 61$) conformada por 24 Hombres y 37 Mujeres de edades entre los 15 y 25 años de edad ($M = 19.31$; $DT = 2.94$); se mostró que el estilo de apoyo a la autonomía predijo la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas después del entrenamiento. Por su parte la percepción del estilo controlador del entrenador resulto un predictor negativo de la satisfacción de las necesidades psicológicas y un fuerte predictor positivo de la frustración de las necesidades todos los días.

En *Inglaterra*, Jowett, Hill, Hall y Curran (2016), realizaron un estudio con un total de 222 deportistas (Hombres = 98 y Mujeres = 124) con una media de edad de 16.01 años ($DT = 2.68$), los jóvenes deportistas practicaban deportes individuales y de conjunto. como resultados significativos, se encontró que existe una correlación positiva entre los perfeccionistas preocupados y la frustración de las necesidades psicológicas básicas y esta a su vez con el burnout del deportista.

En *Alemania*, Ziemainz, Drescher, Schipfer y Stoll (2015) realizaron un estudio exploratorio con 785 deportistas (Hombres = 561 y Mujeres = 224) de una media de edad de 41 años ($DT = 11.3$); los cuales se obtuvieron en carreras, eventos de triatlón y eventos de ciclismo. Se realizaron predicciones de las variables socio demográficas, deportivas y situacionales sobre el burnout en los deportistas. Las variables sociodemográficas fueron el género, edad, conflictos familiares, situación sentimental, entrenamiento individual o en equipo, sesiones de entrenamiento por semana, horas de entrenamiento por semana, años de entrenamiento y tipo de deporte. Los hombres obtuvieron puntajes más altos de burnout en comparación con las mujeres; la cantidad de horas que entrenan y el número de sesiones se asoció de manera negativa con el burnout; los años de entrenamiento se asociación de manera positiva con la sub-escala “reducida sensación de logro”, los deportistas con más años reportaron mayores síntomas de burnout.

En *Australia*, Cresswell y Eklund (2004) con una muestra de 199 jugadores de rugby de edades entre los 19 y 33 años ($M = 25.2$; $DT = 3.0$); reportaron un media de 2.0 lesiones ($DT = 1.7$) que le han impedido entrenar o jugar. Se estudió la relación entre el burnout y los primeros signos potenciales del burnout (competencia, percepción de control, apoyo social, molestias del rugby y problemas en el rugby). Los resultados del estudio indicaron asociaciones significativas entre los primeros signos potenciales del burnout y el burnout de los deportistas; la percepción de un adecuado apoyo social, competencia y percepción de control correlacionaron de manera negativa con las características del *burnout*.

En *Nueva Zelanda*, Cresswell y Eklund (2005) con la participación de jugadores de rugby ($N = 199$) de un rango de edad entre los 19 y 33 años ($M = 25.19$; $DT = 2.98$), analizaron durante 12 semanas la relación entre los tipos de motivación y los niveles de burnout de los jugadores. Los resultados mostraron que el burnout se relaciona de manera negativa y significativa con la motivación más autodeterminada, mientras que se correlaciona de manera significativa y positiva con la no motivación.

Estudios que integran el modelo facilitador y el modelo limitante.

En este apartado se exponen, las investigaciones realizadas en el marco de la SDT y en las que se han incorporado ambos estilos interpersonales del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador) dentro del contexto deportivo.

En Canadá, Pelletier, Vallerand y Brière (2001), con 369 nadadores (Hombres = 174 y Mujeres = 195), de un rango de edad entre los 13 y 22 años ($M = 15.6$), que pertenecían a diferentes equipos de la provincia de Quebec, comprobaron que el apoyo a la autonomía por parte del entrenador se relacionó de manera positiva y significativa con la motivación intrínseca, la regulación identificada y la regulación introyectada y de manera negativa y significativa con la no motivación. Por su parte, el estilo controlador del entrenador se relacionó de manera positiva y significativa con la regulación introyectada, la regulación externa y la no motivación. Así mismo, la motivación intrínseca y la regulación identificada se relacionaron positivamente con la persistencia de la temporada 1 y 2, mientras que la regulación introyectada solo se relacionó de manera positiva con la persistencia en la temporada 1. Por su parte, la regulación externa solo fue significativa y negativa con la persistencia en la temporada 2 y la no motivación se relacionó de manera negativa y significativa en ambas temporadas con la persistencia de los deportistas.

Blanchard, Amiot, Perreault, Vallerand y Provencher (2009), realizaron un estudio con 207 deportistas (Hombres = 122; Mujeres = 76 y perdidos = 9) de un rango de edad de los 16 a 22 años ($M = 18$; $DT = 1.17$). Los deportistas pertenecían a la liga de baloncesto en la Provincia de Quebec, Canadá. Tenían una media de 6

años jugando basquetbol. Estos autores se plantearon como objetivo poner a prueba el impacto de la cohesión y del estilo controlador del entrenador en la satisfacción de las necesidades de competencia, autonomía y relación. Los resultados mostraron que la cohesión actúa como predictor positivo de la necesidad de relación, seguido de la necesidad de autonomía, mientras que la predicción de la cohesión sobre la necesidad de competencia no fue significativa. El estilo controlador del entrenador fue un predictor negativo de la necesidad de autonomía, y no se encontraron relaciones significativas con las necesidades de relación y competencia. Las tres necesidades psicológicas predijeron de manera positiva la motivación autodeterminada, la cual a su vez, se relacionó positivamente con las emociones positivas y la satisfacción en el deporte.

En *España*, Balaguer, González, Fabr , Castillo, Merc  y Duda (2012) realizaron un estudio longitudinal con una muestra de 597 jugadores de f bol de una media de edad de 12.58 años ($DT = .54$), donde se confirmó la influencia que tiene el estilo controlador del entrenador sobre la frustración de las necesidades psicológicas básicas que a su vez influyen en el burnout. Asimismo, se confirmó la parte positiva de la influencia de apoyo a la autonomía por parte del entrenador en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas que tiene como consecuencia la vitalidad de los deportistas.

Por su parte, González, García-Merita, Castillo, y Balaguer (2015) realizaron una investigación con una muestra de 360 jóvenes deportistas, con un rango de edad entre los 11 y 13 años de edad ($M = 12.6$; $DT = .53$) participantes de 24 escuelas de f bol de la Federación de la Comunidad de Valencia de F bol. El estudio confirmó la mediación de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en la relación entre la percepción del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía y la autoestima y el burnout de los deportistas. Así mismo, se comprobó el rol mediador de la frustración de las necesidades psicológicas básicas en la relación entre la percepción de apoyo a la autonomía y estilo controlador y la autoestima y el burnout de los deportistas.

En *México* Cantú-Berrueto, Castillo, López-Walle, Tristán, y Balaguer (2016) con una muestra de 550 futbolistas (Hombres = 278 y Mujeres = 254) con una media de edad de 21.43 ($DT = 1.97$), examinaron la asociación del estilo de apoyo a la autonomía y el estilo controlador por parte del entrenador con la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas y la motivación autónoma y no motivación. Obteniendo como resultado que la percepción de apoyo a la autonomía por parte de los deportistas, predice positivamente la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas. Por su parte, la satisfacción de la necesidad de relación y de autonomía, predicen positivamente la motivación autónoma. Así mismo, el estilo controlador predijo de manera positiva la frustración de las necesidades psicológicas básicas, las cuales a su vez se asociaron de manera positiva con la no motivación.

III. FUNDAMENTOS METODOLÓGICOS

III. Fundamento Metodológico

En este apartado se presenta el método utilizado para elaborar el presente estudio de investigación. En primer lugar se procede a la descripción de los objetivos y las hipótesis planteadas del estudio; en segundo lugar se presenta la descripción de la muestra; en tercer lugar se definen las variables implicadas y la descripción de los instrumentos de medida utilizados para su evaluación; en cuarto lugar se describe el procedimiento de recolección de información; en quinto lugar se muestra el diseño de estudio; y por último, en sexto lugar se exponen los análisis estadísticos realizados para la verificación de las hipótesis planteadas en la investigación.

Objetivos e Hipótesis de Investigación

Objetivo general.

El objetivo de nuestro estudio consiste en analizar la inter-relación entre los estilos interpersonales del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador), las necesidades psicológicas básicas (satisfacción y frustración), las formas de motivación (motivación autónoma, motivación controlada y no motivación) y los indicadores de bienestar (autoestima) y malestar (burnout) en los deportistas universitarios mexicanos.

Objetivos específicos.

1. Describir las distintas variables objeto de estudio: la percepción de los deportistas del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, estilo controlador del entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas de los deportistas, la motivación autónoma, la motivación controlada y la no motivación de los deportistas, la autoestima y el burnout; así como explorar las diferencias por género y tiempo (años en su deporte, años con su entrenador, días de entrenamiento por semana y horas de entrenamiento por sesión) en las distintas variables de estudio.
-

2. Analizar las inter-relaciones entre las distintas variables estudiadas: estilo interpersonal del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador), las necesidades psicológicas básicas (satisfacción y frustración), las formas de motivación (motivación autónoma, motivación controlada y no motivación), y los indicadores de bienestar (autoestima) y malestar (burnout).
3. Poner a prueba un modelo de relaciones siguiendo la secuencia:

Percepción del estilo interpersonal del entrenador (estilo de apoyo a la autonomía y estilo entrenador) → satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas → formas de motivación (autónoma, controlada y no motivación) → autoestima y burnout en los deportistas universitarios mexicanos.

Hipótesis.

Una vez planteados los objetivos específicos y a raíz del contexto teórico explicado, así como las evidencias empíricas de las investigaciones previas que se han revisado, se plantean las siguientes hipótesis:

H1: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera positiva con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

H2: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

H3: La percepción del estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

H4: La percepción de estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma negativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas

(competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

H₅: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera positiva con la motivación autónoma y de manera negativa con la motivación controlada y con la no motivación.

H₆: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación autónoma se relacionarán de manera positiva con la autoestima.

H₇: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera negativa con la motivación autónoma y de manera positiva con la motivación controlada y con la no motivación.

H₈: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación controlada estarán relacionadas de forma positiva con el burnout.

H₉: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la no motivación estarán relacionadas de forma positiva con el burnout.

H₁₀: La percepción de apoyo a la autonomía será un predictor positivo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y negativo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

H₁₁: La percepción del estilo controlador será un predictor negativo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y positivo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

H₁₂: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas será un predictor positivo de la motivación autónoma y negativo de la motivación controlada y de la no motivación.

H₁₃: La frustración de las necesidades psicológicas básicas será un predictor negativo de la motivación autónoma, y positivo de la motivación controlada y de la no motivación.

H₁₄: La motivación autónoma predecirá de manera positiva la autoestima y de forma negativa el burnout, mientras que la motivación controlada y la no motivación predecirán de manera negativa la autoestima y de manera positiva el burnout.

Descripción de la Muestra

Muestra.

Descripción de la población objeto de estudio.

La población objeto de estudio de la presente investigación son deportistas universitarios (hombre y mujeres) mexicanos que participaron en alguna de las universiadas nacionales, un evento deportivo que se realiza una vez al año, en el que participan las universidades públicas y privadas del país de México. Los deportistas pasan por un proceso de selección (regional y estatal) para poder competir en la "Universiada Nacional". La sede de la Universiada se asigna a una universidad diferente cada año y tiene una duración de 15 días. En dicho evento participan disciplinas como atletismo, voleibol, fútbol asociación, judo, karate, basquetbol, entre otros. Los participantes de la presente investigación se obtuvieron durante los eventos deportivos de Universiada Nacional 2012 (UN12) realizada en Veracruz, Veracruz; la Universiada Nacional 2013 (UN13) que se llevó a cabo en Culiacán, Sinaloa; y la Universiada Nacional 2014 (UN14) la cual se realizó en Puebla, Puebla.

La muestra final analizada en el presente trabajo de investigación está compuesta por un total de 2,413 deportistas de ambos géneros, hombres (N = 1,377); mujeres (N = 950); no consta el género (N = 86), con un rango de edad que oscila entre los 18 y los 28 años ($M = 21.26$; $DT = 1.99$) (véase Figura 1).

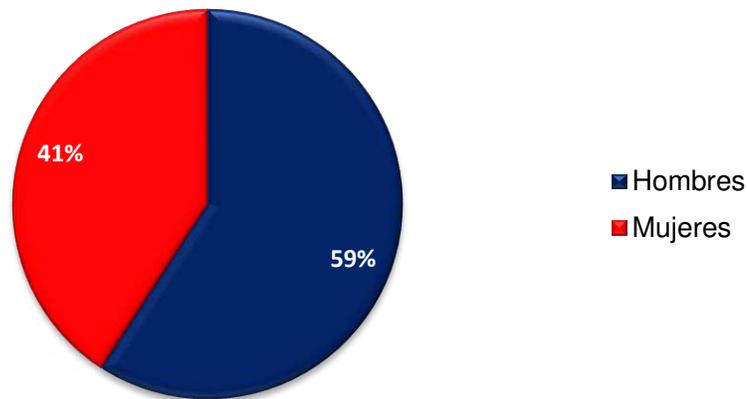
Deportistas

Figura 1. Porcentaje de los deportistas por género.

Los sujetos eran participantes de las competiciones de Universiada Nacional que se llevó a cabo en el año 2012 (N = 858), 2013 (N = 867) y 2014 (N = 688) (véase Figura 2).

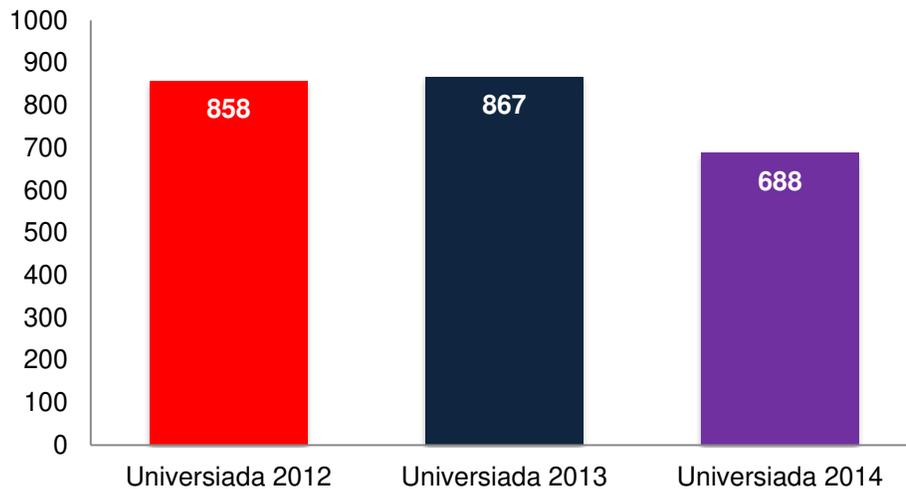
Deportistas por Universiada

Figura 2. Número de deportistas por año de competición.

Los participantes pertenecen a diferentes disciplinas deportivas: ajedrez (N = 54), karate (N = 208), halterofilia (N = 65), tenis de mesa (N = 60), atletismo (N =

151), gimnasia aeróbica (N = 20), tiro con arco (N = 45), triatlón (N = 50), judo (N = 219), fútbol rápido (N = 298), fútbol asociación (N = 252), handball (N = 313), baloncesto (N = 205), béisbol (N = 301), voleibol de sala (N = 121) y no consta el deporte (N = 51) (véase Figura 3).

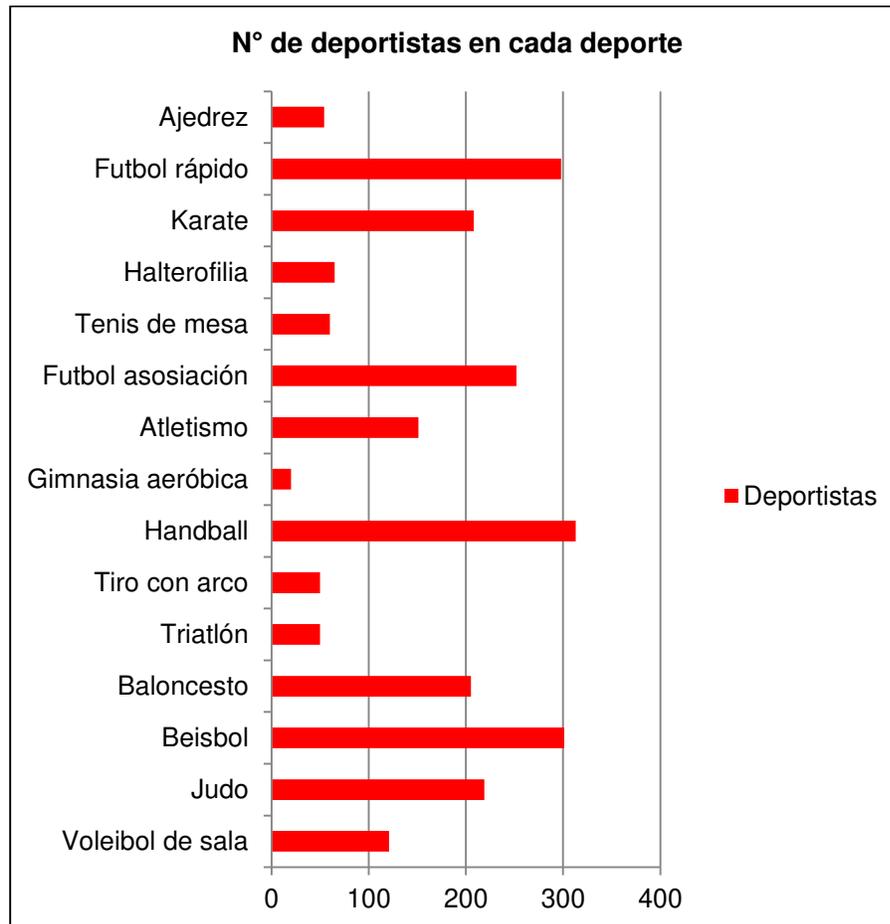


Figura 3. Número de jugadores por disciplina deportiva.

Los deportes se clasificaron en deportes individuales (N = 807), deportes de conjunto (N = 1558) y no consta el deporte (N = 48). Se consideraron deportes individuales: ajedrez, karate, halterofilia, tenis de mesa, atletismo, gimnasia aeróbica, tiro con arco, triatlón y judo; y deportes de conjunto: futbol rápido, futbol asociación, handball, baloncesto, béisbol y voleibol de sala. En la Figura 4 aparece la distribución por clasificación de deporte.

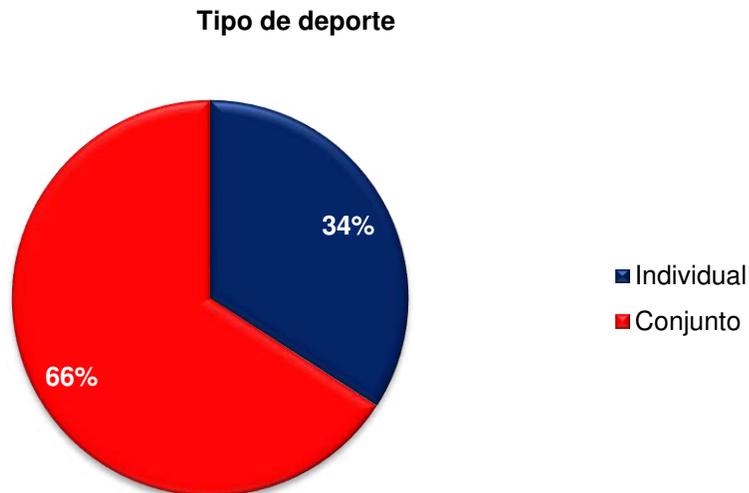


Figura 4. Porcentaje de participantes según el tipo de deporte.

Otras variables socio-demográficas consideradas en nuestro estudio son: el número de años que llevan los deportistas compitiendo en su disciplina, el número de años que los deportistas llevan entrenando con el mismo entrenador, el número de días que entrenan por semana y las horas de entrenamiento por sesión.

En cuanto al tiempo que llevan compitiendo en su disciplina, la escala de respuesta oscila de (1) “cinco años o menos” a (5) “15 años o más” (véase Figura 5), “cinco años o menos” obtuvo la frecuencia más elevada (N = 591), mientras que “seis a siete años” obtuvo la frecuencia más baja (N = 228) por parte de los deportistas universitarios mexicanos, y no consta los años que llevan compitiendo en su disciplina (N = 707). La media de los deportistas se sitúa en 2.69, lo cual indica

que la media de los deportistas es entre los 6 y 7 años compitiendo en su deporte.

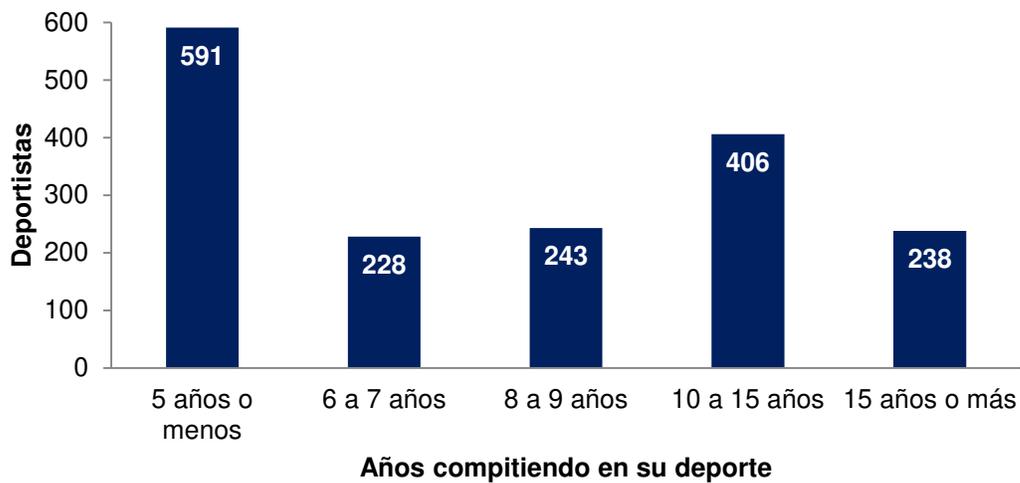


Figura 5. Frecuencia de los deportistas en relación a los años compitiendo en su deporte.

En lo que respecta a los años que llevan entrenando con el mismo entrenador (véase Figura 6), la escala de respuesta oscila de (1) “1/2 años o menos” a (5) “cinco años o más”, mostrando alrededor de los tres como media en el rango ($M = 3.04$; $DT = 1.23$), lo que implica que la media de años con el mismo entrenador estaría en 2 años.

Porcentaje de deportistas por años con su entrenador

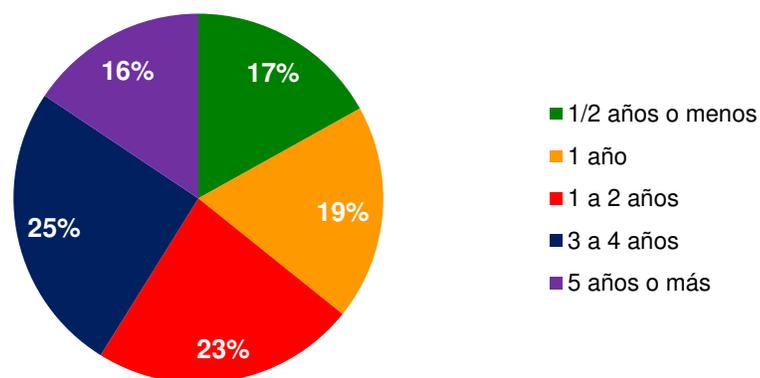


Figura 6. Porcentaje de deportistas por años que lleva con su entrenador.

En lo que se refiere al número de días de entrenamiento por semana, se utilizó una escala de respuesta que va de (1) “2 días/semana” a (6) “7 días/semana”. Se obtuvo una media de entrenamiento de más de cuatro días por semana ($M = 3.86$; $DT = 1.21$), podemos observar en la Figura 7 el porcentaje de deportistas en relación al número de días que entrenan por semana.

Porcentaje de deportistas por días de entrenamiento por semana

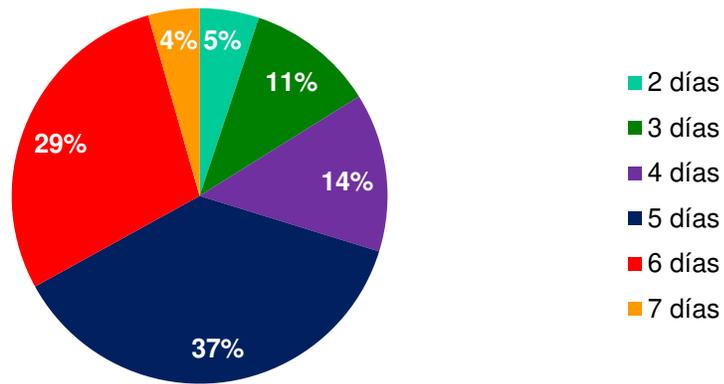


Figura 7. Porcentaje de deportistas de acuerdo al número de días que entrenan por semana.

En la Figura 8 podemos ver el porcentaje de deportistas de acuerdo al número de horas por sesión de entrenamiento, partiendo de una escala de respuesta que va de (1) “1 hora por sesión” a (5) “5 horas por sesión”. Se obtiene una media de entrenamiento de poco más de dos horas y media por sesión ($M = 2.54$; $DT = .764$).

Porcentaje de deportistas por horas de entrenamiento

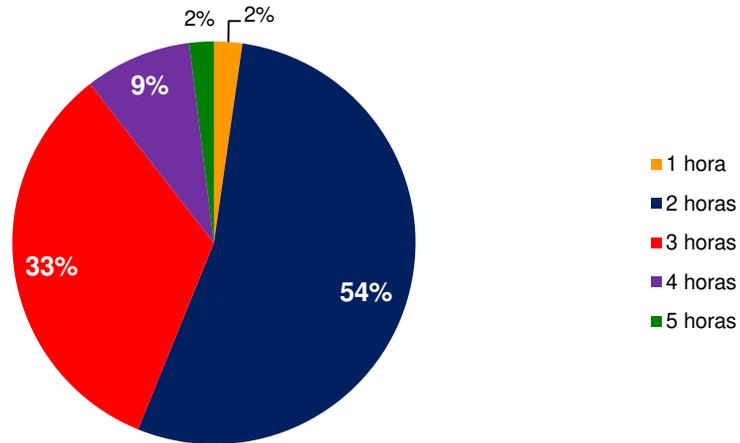


Figura 8. Porcentaje de deportistas de acuerdo al número de horas que entrenan por sesión.

Definición de Variables Implicadas y Descripción de Instrumentos

Las variables que fueron utilizadas en la presente investigación han sido: la percepción que tienen los deportistas universitarios sobre el Estilo interpersonal de Apoyo a la autonomía y el Estilo Controlador del entrenador, la Satisfacción y la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas, la Motivación Autónoma, la Motivación Controlada, la No Motivación, la Autoestima y el Burnout.

Para evaluar las variables del estudio se utilizaron cuestionarios específicos que incluyeron el Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ), la Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS), la escala de Competencia Deportiva del Cuestionario de Motivación Intrínseca (IMI), la Escala de Autonomía Percibida (NAS), la Sub-escala de Aceptación de la Escala de Necesidades de Relación (NRSC), la Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (PNTS), la Escala de Motivación en el Deporte (SMS), el Cuestionario de Auto-descripción (SDQ-III) y el Cuestionario de Burnout del Deportista (ABQ) (véase Tabla 1).

Tabla 1.
Relación de los instrumentos y las variables que miden.

Instrumento	Variable
Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ)	Percepción de apoyo a la autonomía por parte del entrenador.
Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS)	Estilo interpersonal controlador del entrenador: Uso controlador de recompensas Atención condicional negativa Intimidación Excesivo control personal
Escala de Competencia Percibida del Inventario de Motivación Intrínseca (IMI)	Satisfacción de la necesidad de competencia
Escala de Autonomía Percibida (NAS)	Satisfacción de la necesidad de autonomía
Sub-escala de Aceptación de las Necesidades de Relación (NRSC)	Satisfacción de la necesidad de relación
Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB)	Frustración de las necesidades psicológicas básicas Frustración de la necesidad de competencia Frustración de la necesidad de autonomía Frustración de la necesidad de relación
Escala de Motivación en el Deporte (SMS)	Motivación deportiva Motivación intrínseca Regulación identificada Regulación introyectada Regulación extrínseca No motivación
Sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (SDQIII)	Autoestima
Cuestionario de Burnout del deportista (ABQ)	Burnout Sensación reducida de logro Agotamiento emocional y físico Devaluación de la práctica deportiva

Instrumentos.***Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ).***

Para medir la percepción del apoyo a la autonomía por parte del entrenador, se utilizó la versión española (Balaguer, Castillo, Duda, y Tomás, 2009) adaptada al contexto mexicano (López-Walle et al., 2012) del Cuestionario de Clima en el Deporte (*Sport Climate Questionnaire*, SCQ; Website: <http://www.psych.rochester.edu/SDT/>). El cuestionario se compone de 15 ítems. Un ejemplo de ítem es “*Mi entrenador se preocupa de mi como persona*”, las preguntas llevan un encabezado que dice “*En mi deporte...*” y cuentan con una escala de respuesta de tipo Likert que oscila de (1) *Nada verdadero* a (7) *Muy verdadero*.

Propiedades psicométricas del SCQ.

Validez factorial. El SCQ ha sido utilizado en previas investigaciones, en las que se ha confirmado que el cuestionario presenta una estructura unifactorial (e.g., Balaguer et al., 2009; Jõesaar, Hein, y Hagger, 2010; López-Walle, Balaguer, Castillo, y Tristán, 2012).

Fiabilidad: El instrumento ha mostrado en previas investigaciones una buena consistencia interna, la cual oscila entre .80 y .90 en el indicador de alfa de Cronbach (e.g., Balaguer et al., 2009; Fenton, Duda, Quested, y Barrett, 2014; González et al., 2015; Ramis, Torregrosa, Viladrich, y Cruz, 2013).

Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS).

Para medir las conductas controladoras por parte del entrenador, se aplicó la versión en castellano (Castillo, Tomás, Ntoumanis, Bartholomew, Duda y Balaguer, 2014) adaptada al contexto mexicano (Tristán, López-Walle, Balaguer, Duda, Aguirre, y Ríos, 2014) de la Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (*Controlling Coach Behavior Scale*, CCBS, Bartholomew et al., 2010). La escala está compuesta por cuatro dimensiones: La sub-escala Uso Controlador de Recompensas la cual está compuesta por cuatro ítems, un ejemplo de ítem es “*Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento*”. La sub-escala Atención Condicional Negativa está

compuesta por cuatro ítems y un ejemplo es “*Mi entrenador es poco amistoso conmigo cuando no me esfuerzo en ver las cosas a su manera*”. La sub-escala de Intimidación que se conforma por cuatro ítems, un ejemplo de ítem es “*Mi entrenador me acobarda, me intimida para conseguir que haga lo que él quiere que haga*”. Y por último, la sub-escala de Excesivo Control Personal que consta de tres ítems y un ejemplo de ítem es “*Mi entrenador trata de entrometerse en aspectos de mi vida fuera del entrenamiento*”.

El encabezado de las preguntas de la escala del CCBS es “*En mi equipo de entrenamiento...*” y los ítems comienzan por “*Mi entrenador...*” Los deportistas responden a cada ítem en una escala tipo Likert que va de (1) *Totalmente en desacuerdo* a (7) *Totalmente de acuerdo*.

Propiedades psicométricas del CCBS.

Validez factorial. Los resultados en previas investigaciones han demostrado y confirmado que el cuestionario está formado por cuatro factores (Bartholomew et al., 2010; Castillo, et al., 2014). No obstante, se ha comprobado que si es necesario se puede utilizar como un solo indicador de estilo controlador conformado por los cuatro factores (e.g., Castillo et al., 2012; Bartholomew et al., 2011; Stebbings, Taylor, y Spray, 2015).

Fiabilidad. Las investigaciones previas muestran una buena consistencia interna, oscilando el componente de fiabilidad de la escala total entre el .92 y .97 (e.g., Castillo et al., 2012; Bartholomew et al., 2011).

Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

Para medir la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, se aplicaron tres cuestionarios:

Escala de Competencia Deportiva del Inventario de Motivación Intrínseca (IMI).

La satisfacción de la necesidad de competencia se evaluó con la versión al castellano (Balaguer et al., 2008) y adaptada al contexto mexicano (López-Walle et al., 2012) de la escala de competencia percibida del Inventario de Motivación

Intrínseca (*Intrinsic Motivation Inventory*; IMI, McAuley, Duncan, y Tammen, 1989). Consta de cinco ítems y un ejemplo es “*Creo que soy bastante bueno en mi deporte*”, la escala de respuesta tipo Likert oscila de (1) *Totalmente en desacuerdo* a (7) *Totalmente de acuerdo*.

Propiedades psicométricas del (IMI).

Validez factorial. Investigaciones previas en el contexto deportivo han comprobado la validez unifactorial de la escala (e.g., Balaguer et al., 2008; Balaguer et al., 2012; González et al., 2015; López-Walle et al., 2012).

Fiabilidad. En estudios previos dentro del contexto deportivo se ha comprobado la fiabilidad de la escala mostrando coeficientes de alfa de Cronbach que oscilan entre .79 y .88 (e.g., Balaguer et al., 2008; Bartholomew et al., 2011; López-Walle et al., 2012; Quested y Duda, 2010).

Escala de Autonomía Percibida en el Deporte (NAS).

Para medir la satisfacción de la necesidad de autonomía se utilizó la versión validada al castellano (Balaguer et al., 2008) y adaptada al contexto mexicano (López-Walle et al., 2012), de la Escala de Autonomía Percibida en el Deporte (*Perceived Autonomy in Sport Scale*; NAS, Reinboth y Duda, 2006). La escala consta de diez ítems los cuales comienzan con un encabezado que dice “*En mí deporte...*”. Un ejemplo de ítem es “*yo puedo dar mi opinión*”. Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert cuyo rango oscila de (1) *Nada verdadero* a (7) *Muy verdadero*.

Propiedades psicométricas del NAS.

Validez factorial. Las investigaciones previas confirman la estructura unifactorial de la escala dentro del contexto deportivo (e.g., Álvarez et al., 2012; Balaguer et al., 2008; González et al., 2015; López-Walle et al. 2012; Reinboth et al., 2004).

Fiabilidad. En estudios previos dentro del contexto deportivo, se ha comprobado la fiabilidad de la escala, mostrando valores satisfactorios en el coeficiente de alfa de Cronbach, con valores que oscilan entre .79 y .89 (e.g., Álvarez et al., 2009; Álvarez et al., 2012; López-Walle et al., 2012; Quested, Duda, y Ntoumanis, 2013; Reinboth, y Duda, 2006).

Sub-escala de Aceptación de la Escala de Necesidades de Relación (NRSC).

Para medir la satisfacción de la necesidad de relación se utilizó la versión al castellano (Balaguer et al., 2008) adaptada al contexto mexicano (López-Walle et al., 2012) de la sub-escala de Aceptación de la Escala de Necesidades de Relación (*Perceived Relatedness Scale Friends; NRSC*, Richer y Vallerand, 1998). La cual comienza con una leyenda que dice “*Cuando participo en mi deporte, me siento...*” y un ejemplo de ítem es “*Apoyado(a)*”. Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert que oscila de (1) *Totalmente en desacuerdo* a (5) *Totalmente de acuerdo*.

Propiedades psicométricas del NRSC.

Validez factorial. En previas investigaciones dentro del contexto deportivo se esa confirmado su estructura unifactorial (e.g., Balaguer et al., 2004; González et al., 2015; López-Walle et al., 2012).

Fiabilidad. Las investigaciones iniciales muestran una buena consistencia interna de la escala dentro del contexto deportivo, a través del coeficiente de alfa de Cronbach el cual oscila entre el .84 y .87 (e.g., Balaguer et al., 2008; López-Walle et al., 2012).

Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB).

Para medir la frustración de las necesidades psicológicas básicas, se utilizó la versión en castellano (Balaguer, Castillo, Mercé, Rodenas, Rodríguez, García-Merita, y Ntoumanis, 2010) adaptada al contexto mexicano (López-Walle, Tristán, Cantú-Berrueto, Zamarripa, y Cocca, 2013) de la escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (*Psychological Need Thwarting Scale*; PNTS, Bartholomew et al., 2011). La escala está conformada por tres sub-escalas, la frustración de la necesidad de competencia que consta de cuatro ítems y un ejemplo de ítem es “*Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz*”; La sub-escala de la necesidad de autonomía conformada por cuatro ítems, un ejemplo de ítem es “*Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte*”; y la sub-escala de la necesidad de relación la cual está construida con cuatro ítems, un ejemplo de ítem es “*En mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta*”. El instrumento cuenta con una escala de respuesta tipo Likert que oscila de (1) *Fuertemente en desacuerdo* a (7) *Fuertemente de acuerdo*.

Propiedades psicométricas de la FNPB.

Validez factorial. Los resultados obtenidos en investigaciones anteriores apoyan la existencia de tres factores que corresponden a la frustración de autonomía, relación y competencia (e.g., Bartholomew et al., 2011; Balaguer et al., 2010). Existen investigaciones previas que han utilizado la escala midiendo la frustración de las necesidades psicológicas básicas en su conjunto (e.g., Balaguer et al., 2012; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, y Thøgersen-Ntoumani, 2011; López-Walle et al., 2013).

Fiabilidad. La fiabilidad de la escala en investigaciones previas han demostrado la fiabilidad unifactorial, a través del coeficiente de alfa de Cronbach con resultados que oscilan entre el .86 y .93 (e.g., Castillo et al., 2014; González et al., 2015; López-Walle et al., 2013).

Escala de Motivación en el Deporte (SMS).

Para evaluar los tipos de motivación se utilizó la versión al castellano (Balaguer, Castillo, y Duda, 2007) validada en el contexto mexicano (López-Walle et al., 2011) de la Escala de Motivación en el Deporte (*Sport Motivation Scale*; SMS; Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briperre y Blais, 1995). La escala conformada por 28 ítems se puede clasificar en siete, cinco o tres factores, para nuestro estudio se utilizó la clasificación de cinco factores: La sub-escala de No Motivación la cual está conformada por cuatro ítems y un ejemplo es “*No lo sé; siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte*”. La sub-escala de Regulación Externa la cual está formada por cuatro ítems un ejemplo de ítem es “*Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte*”. La sub-escala de Regulación Introyectada la cual se conforma por cuatro ítems un ejemplo es “*Porque me sentiría mal si no participara*”. La sub-escala de Regulación Identificada la cual está formada por cuatro ítems un ejemplo es “*Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo(a)*”. Por último, la sub-escala de Motivación Intrínseca la cual está formada por 12 ítems y un ejemplo es “*Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso(a) en mi ejecución deportiva*”.

La escala de motivación en el deporte inicia con una leyenda que dice “*¿Por qué participas en tu deporte?* Los deportistas responden cada ítem a través de una escala tipo Likert que oscila de (1) *Totalmente en desacuerdo* a (7) *Totalmente de acuerdo*.”

De acuerdo con Deci y Ryan (1987), la motivación autónoma está formada por la motivación intrínseca y la regulación identificada y para formar la motivación controlada se conjuntan las regulaciones introyectada y la externa, con base a lo anterior dentro de nuestro estudio se consideran tres formas de motivación: motivación autónoma, motivación controlada y la no motivación.

Propiedades psicométricas del SMS.

Validez factorial. En previas investigaciones en el contexto deportivo se ha comprobado la validez factorial de la escala utilizando la clasificación de motivación autónoma, motivación controlada y no motivación (e.g., Balaguer Castillo, y Duda, 2007; Balaguer, Castillo, Duda, Quested y Morales, 2011; López-Walle et al., 2011;).

Fiabilidad. Los resultados en previos estudios de investigación dentro del contexto deportivo, comprueba mediante el coeficiente de alfa de Cronbach la fiabilidad de la escala con resultados que oscilan de .74 a .83 (Balaguer, Castillo, y Duda, 2007; López-Walle et al., 2011; Pelletier et al., 1995).

Sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (SDQ-III).

Para medir la autoestima se utilizó la versión validada al castellano (Balaguer et al., 2008) adaptada al contexto mexicano (López-Walle, Balaguer, Castillo y Tristán en 2011) de la sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (*Self Description Questionnaire*; SDQ-III; Marsh, Richards, Johnsons, Roche y Tremayne, 1994). La escala está conformada por 12 ítems y un ejemplo es “*En general, no tengo muy buen concepto de mí mismo(a)*”. La escala de respuesta del instrumento es tipo Likert la cual oscila de (1) *Totalmente falso* a (6) *Totalmente verdadero*.

Propiedades psicométricas del SDQ-III.

Validez factorial. Los resultados obtenidos en diversas investigaciones han apoyado la fiabilidad y validez unifactorial de la sub-escala de autoestima confirmando la medición de un solo constructo (e.g., Balaguer et al., 2008; López-Walle et al., 2011; Marsh, Ellis, Parada, Richards y Heubeck, 2005).

Fiabilidad. El coeficiente de consistencia interna en pasados estudios ha mostrado valores superiores a .75 (e.g., López-Walle et al., 2011; Marsh et al., 2005).

Cuestionario de Burnout del Deportista (ABQ).

Para medir el burnout se utilizó la versión al castellano (Balaguer et al., 2011) del Cuestionario de Burnout del Deportista (*Athlete Burnout Questionnaire*; ABQ; Raedeke y Smith, 2001). La escala está compuesta por tres sub-escalas: la sub-escala de Sensación Reducida de Logro compuesta por cinco ítems y un ejemplo es “*No estoy logrando nada en el deporte*”. La sub-escala de Agotamiento Físico y Emocional la cual está formada por cinco ítems, un ejemplo es “*Me siento demasiado cansado(a) por practicar en mi deporte*”. Y por último la sub-escala de Devaluación de la Práctica Deportiva donde un ejemplo de ítem es “*No me implicó tanto en mi deporte*”. La escala de respuesta es tipo Likert la cual oscila de un rango de (1) *Casi nunca* a (5) *Casi siempre*.

Propiedades psicométricas del ABQ.

Validez factorial. Los resultados obtenidos en investigaciones previas apoyan la existencia tanto de tres factores (e.g., Balaguer et al., 2010; Isoard-Gauthier, Oger, Guillet, y Martin-Krumm, 2013; Readeke y Smith, 2001), como unifactorial (e.g., Jowett, Hill, Hall, y Curran, 2016; Ziemainz, Drescher, Schipfer, y Stoll, 2015).

Fiabilidad. En estudios previos en los cuales se ha utilizado el ABQ con un solo factor los valores de alfa de Cronbach han sido superiores al .87 (e.g., Jowett, et al., 2016). Cuando se han utilizado los cuatro factores, los valores han oscilado entre .70 y .91 (e.g., Lonsdale, Hodge, y Rose, 2009; Readeke y Smith, 2004; Ziemainz et al, 2015).

Procedimiento de Recolección de Datos

El procedimiento de recolección de datos que se utilizó en cada competición de Universiada Nacional (UN) fue el siguiente:

- UN 2012: Se solicitó permiso directamente al Comité Nacional del Deporte Estudiantil (CONDEE; www.condde.mx) así como al comité organizador de la universidad sede para instalar un módulo dentro del comedor del evento. Se les explicaba a los entrenadores y deportistas el objetivo del estudio. A los que aceptaban se les solicitaba el consentimiento por escrito y se les aplicaba el cuestionario. Al menos un investigador estaba presente y al pendiente por si surgían dudas. El tiempo aproximado de administración fue de 30 minutos por deportista.
- UN 2013: Se solicitó permiso al CONDEE y a la universidad sede para instalar módulos en los hoteles sede de la universidad. Una vez que se contó con el permiso, se habló con los entrenadores de los equipos deportivos sobre la investigación, una vez que aceptaban participar se programaba la aplicación de cuestionarios a sus deportistas. En el momento de la aplicación se les explicaba a los deportistas el objetivo y si aceptaban participar se entregaba por escrito un consentimiento informado de participación y se les entregaba los cuestionarios. Al menos un investigador estaba presente y al pendiente por si surgían dudas. El tiempo aproximado de administración de los cuestionarios fue de 30 minutos por deportista.
- UN 2014: Se solicitó permiso al CONDEE y a la universidad sede para aplicar las encuestas en diferentes lugares que eran sede de la Universiada. La recogida de información se obtuvo en los hoteles, comedores y gimnasios en algunos casos. Se informó a los entrenadores de los equipos deportivos sobre la investigación y a su vez con los deportistas, se les un consentimiento informado por escrito y el cuadernillo de aplicación. Se estuvo al pendiente de la dinámica para aclarar dudas y el tiempo para dicha toma fue aproximadamente de 30 minutos por deportista.

- Para dicha recolección se utilizaron los siguientes materiales: lápices, cuadernillos de aplicación en versión óptico, sobres amarillos, marcadores, cajas, sacapuntas para los lápices, borradores, plumas, backpacks para los deportistas que contestaban la encuesta y estuches de viaje para los entrenadores.

Diseño del Estudio

La presente investigación se clasificaría como no experimental con diseño de investigación transversal, el cual consiste en observar fenómenos tal y como se dan en el contexto natural a través de situaciones ya existentes. No existió manipulación por parte de los investigadores. La recogida de información se realizó durante un único momento, el cual a su vez se especifica como correlacional, ya que pretende conocer la relación que existe entre dos o más variables, las cuales se sustentan previamente en las hipótesis. Teniendo como objetivo principal del estudio conocer la inter-relación del contexto social desde la percepción del estilo interpersonal del entrenador sobre los procesos psicológicos mediadores, el bienestar y malestar de los deportistas universitarios mexicanos.

Muestreo.

Para obtener la muestra del presente trabajo de investigación, se utilizó un tipo de muestreo no probabilístico de acuerdo a las características de nuestro estudio, es decir, no dependíamos de la probabilidad para aplicar los cuestionarios de las variables de estudio antes mencionadas.

Criterios de Selección.

Para la recolección de los datos se establecieron criterios de selección para obtener la muestra de la investigación. Como criterios de inclusión se consideraron aquellos deportistas competidores de la Universiada Nacional 2012, 2013 y 2014 que aceptaran formar parte del estudio. Por otra parte, quedaron excluidos del estudio, los entrenadores, el cuerpo técnico y el personal del staff de la Universiada Nacional.

Procesamiento de los datos

Para lograr los objetivos y confirmar las hipótesis antes mencionadas es importante obtener la fiabilidad de los ítems que conforman cada una de las escalas y sub-escalas del Estilo de Apoyo a la Autonomía, del Estilo Interpersonal Controlador del Entrenador, de la Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas, de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas, la Motivación Autónoma, la Motivación Controlada, la No Motivación, de la Autoestima y del Burnout, a través de la normalidad de las variables, que corresponden al error estándar de la curtosis y de la asimetría, para el cual se estableció un punto de corte en 1.96 al 1% de nivel de confianza (Hair, Anderson, Tatham, y Black, 1998).

Se analizó la consistencia interna de cada una de las escalas y sub-escalas, a través del cálculo del coeficiente de alfa de Cronbach, siguiendo los criterios de eliminación de los ítems cuya exclusión aumente el coeficiente de alfa y eliminar los ítems que correlacionen con el resto de los ítems de la escala con un indicador menor a .30. Dentro de nuestro estudio, consideramos que los valores entre 0.60 y 0.80 indican fiabilidad buena y aceptable y cuando es mayor a 0.80 se consideran con una fiabilidad muy buena (Bland y Altman, 1997; Dugard, Todman, y Staines, 2010; Field, 2009; Schmitt, 1996; Streiner y Norman, 1995).

Se realizaron un análisis factorial confirmatorio (AFC) de los instrumentos utilizados, agrupándolos ítems en escalas y sub-escalas, los cuales se realizaron a través del programa LISREL 8.8 (Jöreskog, y Sörbom, 2006). El buen ajuste de los modelos se tomaron en cuenta los siguientes índices: la chi cuadrada y los grados de libertad (χ^2/df ; Wheaton, Muthén, Alwin y Summer, 1977), representando los valores menores a 5 un buen ajuste del modelo; el índice de ajuste no normativo (*Non-Normed Fit Index*; NNFI) y el índice de ajuste comparativo (*Comparative Fit Index*, CFI) cuyos valores superiores a 0.90 indican un ajuste aceptable de los datos. La raíz cuadrada del promedio del error de aproximación (*Root Mean Square Error of Approximation*, RMSEA) donde se toman como puntos de corte valores menores a 0.08, indicando un ajuste adecuado de los datos (Hu y Bentler, 1995).

Se realizaron los análisis descriptivos de las variables de estudio, utilizando las medias y desviaciones típicas de manera univariante. Se realizaron los análisis diferenciales con el objetivo de estudiar si existían diferencias significativas en las variables de estudio (contexto social, procesos psicológicos mediadores, bienestar y malestar) según las variables socio-demográficas (género, años en su deporte, años con su entrenador, días de entrenamiento y horas de entrenamiento). Se comprobó la relación bivariante entre las variables de la investigación a través de una matriz de correlaciones de Pearson (Field, 2009).

Por último, se puso a prueba un modelo estructural que relaciona la percepción de los estilos interpersonales del entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación (motivación autónoma, controlada y no motivación), y los indicadores de bienestar (autoestima) y malestar (burnout). Para examinar este modelo se ha seguido la aproximación de dos pasos sugeridas por Anderson y Gerbing (1988). El primer paso ha consistido en examinar un modelo de medida para determinar si los indicadores (ítems) de las variables latentes se relacionan con sus factores de una manera satisfactoria. Para poder ejecutar con éxito el modelo de ecuaciones estructurales, es necesario que el modelo de medida informe de ajustes satisfactorios. En el segundo paso se ha puesto a prueba el modelo de ecuaciones estructurales hipotetizado. Para medir el buen ajuste de los modelos se utilizaron los mismos índices propuestos para los análisis factoriales confirmatorios.

Para el análisis de los datos se utilizaron los paquetes estadísticos SPSS Statistics v.20 y LISREL v. 8.80 (para los AFC y modelos estructurales).

IV. RESULTADOS

III. Resultados

En el presente capítulo presentaremos, en primer lugar, los resultados de los análisis preliminares realizados para examinar las propiedades psicométricas de los instrumentos de la presente investigación; en segundo lugar, se mostrarán los análisis descriptivos y diferenciales por género de las distintas variables del presente estudio de investigación; en tercer lugar, se mostrarán las correlaciones entre las variables de estudio; y en cuarto lugar, los resultados del modelo propuesto.

Análisis Preliminares: Propiedades Psicométricas de los Instrumentos

Dentro de este apartado se presentará la composición de las escalas y los ítems pertenecientes a cada uno de los factores que componen los instrumentos de medida utilizados en nuestro estudio. Se presenta la fiabilidad hallada mediante el coeficiente de Cronbach y posteriormente se presenta el análisis factorial confirmatorio a través del método de Máxima Verosimilitud del programa LISREL 8.80 (Jöreskog y Sörbom, 2006).

Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna del SCQ.

En la Tabla 2, se presentan los estadísticos descriptivos de cada uno de los ítems que componen el cuestionario que mide el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía por parte del entrenador, mostrando la normalidad en la distribución de los ítems. El ítem 14 “*Mi entrenador(a) trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas*” obtuvo la media más baja ($M = 4.58$), mientras que el ítem con la media más elevada fue el ítem 5 “*Me siento aceptado(a) por mi entrenador*” ($M = 5.61$).

Tabla 2.

Estadísticos descriptivos y normalidad del SCQ.

Ítems	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Mi entrenador(a) me ofrece distintas alternativas y opciones.	5.29	1.54	-0.84	0.16
2. Me siento comprendido(a) por mi entrenador(a).	5.27	1.54	-0.80	-0.02
3. Tengo la posibilidad de poder comunicarme fácilmente con mi entrenador(a) mientras estoy entrenando.	5.36	1.60	-0.89	0.00
4. Mi entrenador(a) hace que yo confíe en mi habilidad para hacerlo bien en mi deporte.	5.50	1.52	-1.00	0.32
5. Me siento aceptado (a) por mi entrenador(a).	5.61	1.49	-1.15	0.73
6. Mi entrenador(a) se asegura que yo realmente entienda cuál es mi papel en mi deporte y de lo que tengo que hacer.	5.61	1.43	-1.11	0.73
7. Mi entrenador me anima a que le pregunte lo que quiera saber.	5.42	1.57	-0.99	0.24
8. Confió mucho en mi entrenador.	5.43	1.62	-1.01	0.21
9. Mi entrenador responde a mis preguntas con esmero (determinante y en detalle).	5.35	1.60	-0.91	0.02
10. A mi entrenador(a) le interesa saber la forma en que me gusta hacer las cosas.	5.15	1.64	-0.74	-0.28
11. Mi entrenador(a) maneja muy bien las emociones de la gente.	4.96	1.73	-0.62	-0.55
12. Mi entrenador(a) se preocupa de mi como persona.	5.18	1.72	-0.81	-0.25
13. No me gusta la forma en la que me habla mi entrenador.	4.85	2.04	-0.53	-1.09
14. Mi entrenador(a) trata de entender como veo las cosas antes de sugerirme una nueva manera de hacerlas.	4.58	1.89	-0.46	-0.87
15. Me siento capaz de compartir mis sentimientos con mi entrenador(a).	4.71	1.87	-0.47	-0.88

NOTA: Rango 1-7.

El análisis de fiabilidad mostró que todos los ítems del cuestionario de Clima en el Deporte correlacionaban por encima de .32 con el resto de los ítems a excepción del ítem 13 “*No me gusta la forma en la que me habla mi entrenador*” el cual mostró una correlación de .11. Así mismo, la eliminación del ítem 13 aumenta el coeficiente de alfa de Cronbach de .94 a .96, por lo tanto, se decidió eliminar el ítem 13 para los análisis posteriores.

Análisis factorial confirmatorio del SCQ.

La Figura 9 representa la estructura que se pone a prueba en base a la Teoría de la Autodeterminación. El modelo hipotetiza la existencia de una variable latente “Apoyo a la Autonomía”, que subyace a 14 variables observables o ítems (ya que como se ha comentado se ha eliminado el ítem 13). Los índices de bondad de ajuste del análisis factorial del cuestionario de Clima en el Deporte fueron: $\chi^2 = 2242.98$; $gI = 77$; RMSEA = .08; NNFI = .99; CFI = .99, mostrando un adecuado ajuste del modelo.

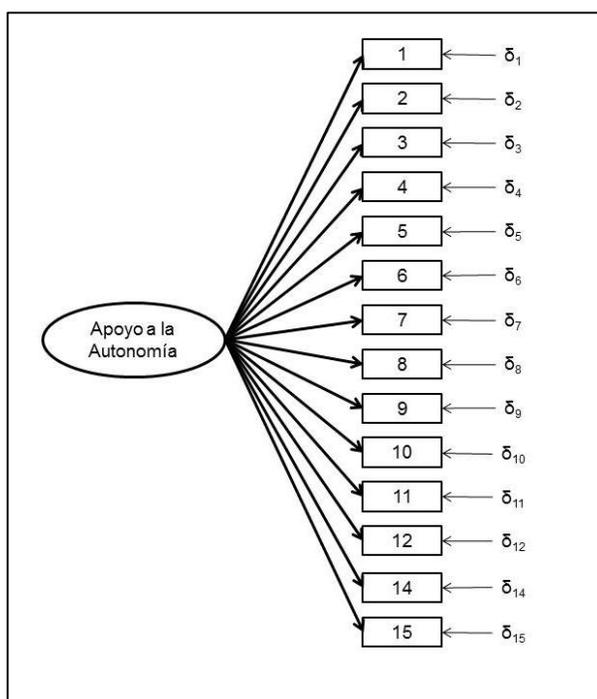


Figura 9. Estructura factorial del cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ).

Las saturaciones factoriales estimadas para el modelo aparecen en la Tabla 3, resultando todas ellas estadísticamente significativas ($p < .01$) y superiores a .74. Los valores de R^2 para los ítems oscilaban entre .57 y .88. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y del factor al que pertenecen. Es decir, todos los ítems constituyen un indicador fiable de la escala de la que forma parte.

Tabla 3.

Parámetros estandarizados de las saturaciones factoriales de los ítems del SCQ.

Ítems	Apoyo a la Autonomía
1	.75
2	.84
3	.88
4	.90
5	.90
6	.88
7	.90
8	.91
10	.89
11	.85
12	.84
14	.56
15	.78

Nota. Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .01$)

Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna del CCBS.

En la Tabla 4 se presentan los análisis descriptivos de los ítems, mostrando que siguen una distribución de normalidad. El ítem con la media más baja fue el ítem 11 “*Sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que termine todas las tareas que ha puesto durante el entrenamiento*” ($M = 2.66$). Por otro lado, el ítem con la media más alta fue el ítem 1 “*Me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas*” ($M = 3.41$).

Tabla 4.

Estadísticos descriptivos y normalidad del CCBS.

<i>Mi entrenador...</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Es poco amistoso conmigo cuando no me esfuerzo en ver las cosas a su manera.	3.41	2.08	0.28	-0.34
2. Me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas.	3.39	2.11	0.30	-0.36
3. Sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento.	2.87	1.90	0.66	-0.83
4. Me apoya menos cuando no estoy entrenando o jugando bien en los partidos.	3.39	2.03	0.27	-0.26
5. Intenta controlar lo que hago en mi tiempo libre.	2.81	1.99	0.72	-0.86
6. Amenaza con castigarme para "mantenerme a raya" durante el entrenamiento".	2.90	2.04	0.66	-0.98
7. Trata de animarme (motivarme) prometiéndome premios si lo hago bien.	3.33	2.03	0.38	-0.19
8. Me presta menos atención cuando está disgustado conmigo.	3.28	2.05	0.38	-0.21
9. Me acobarda (me intimida) para conseguir que haga lo que él quiere que haga.	2.75	1.99	0.80	-0.71
10. Trata de entrometerse en aspectos de mi vida fuera del entrenamiento.	2.72	1.99	0.83	-0.69
11. Sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que termine todas las tareas que ha puesto durante el entrenamiento.	2.66	1.90	0.87	-0.51
12. Me acepta menos, si le he decepcionado.	2.86	1.95	0.71	-0.79
13. Me avergüenza delante de los demás si no hago las cosas que él quiere que haga.	2.78	2.00	0.78	-0.76
14. Sólo utiliza premios y/o halagos para hacerme entrenar más duro.	2.75	1.94	0.78	-0.69
15. Espera que toda mi vida se centre en el deporte que practico.	3.02	2.05	0.57	-0.05

NOTA: Rango 1 – 7.

La escala de conductas controladoras del entrenador presentó adecuados índices de fiabilidad en cada uno de sus factores y en la escala total. Podemos observar en la Tabla 5 los ítems que corresponden a cada factor y el índice de fiabilidad de cada una de las sub-escalas. Los índices de alfa de Cronbach alcanzan valores por encima de .86.

Tabla 5.

Ítems que conforman cada factor y consistencia interna de los factores de CCBS.

Sub-escala	Ítems	Alfa de Cronbach
Uso Controlador de Recompensas	3, 7, 11, 14	.88
Atención Condicional Negativa	1, 4, 8, 12	.87
Intimidación	2, 6, 9, 13	.90
Excesivo Control Personal	5, 10, 15	.88
Escala Total		.96

Análisis Factorial Confirmatorio del CCBS.

La Figura 11 representa la estructura que se pone a prueba en base a la Teoría de la Autodeterminación así como en estudios anteriores. El modelo puesto a prueba hipotetiza la existencia de cuatro variables latentes dependientes: “Uso Controlador de Recompensas”, “Atención Condicional Negativa”, “Intimidación” y “Excesivo Control Personal”, que subyacen a las 15 variables observables o ítems. Los índices de bondad de ajuste del modelo del CCBS fueron: $\chi^2 = 1084.16$; $gI = 84$; RMSEA = .07; NNFI = .98; CFI = .99, mostrando un adecuado ajuste del modelo.

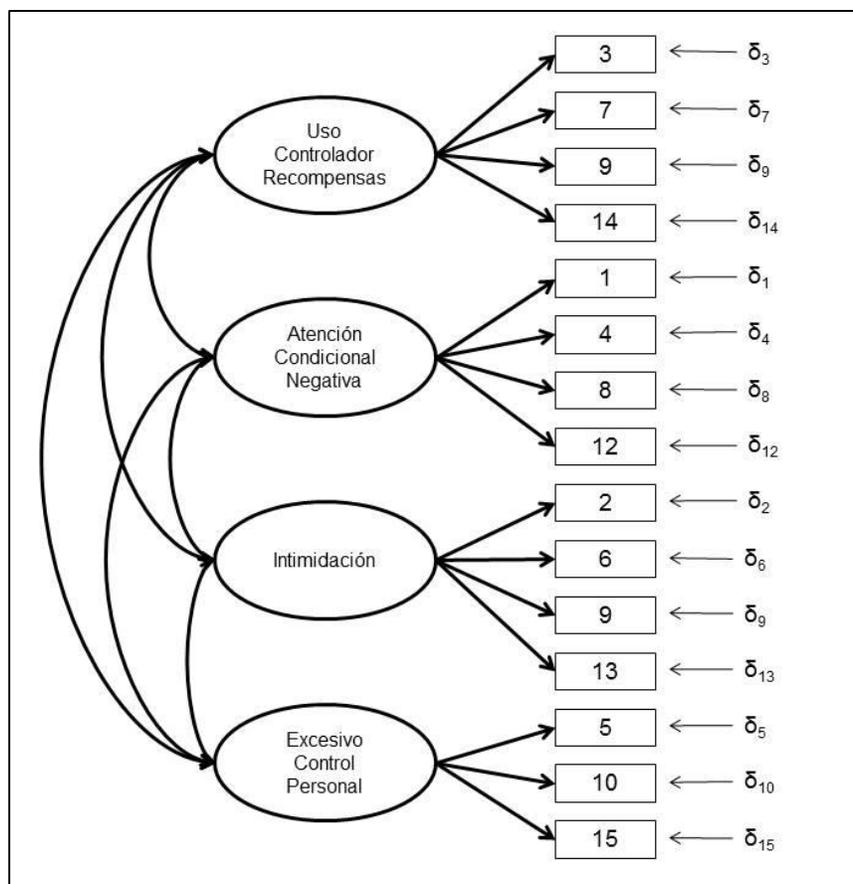


Figura 11. Estructura factorial del Cuestionario de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS).

Las saturaciones factoriales estimadas para el modelo aparecen a la Tabla 6, resultando todas ellas estadísticamente significativas ($p < .01$) y superiores a .72. Los valores de R^2 para los ítems oscilaban entre .44 y .90, lo cual confirma la fiabilidad de los ítems y de las escalas a las que pertenecen. Es decir, cada ítem constituye un indicador fiable de la escala de la que forma parte.

Tabla 6.
Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de los factores de CCBS.

Ítems	Uso Controlador de Recompensas	Atención Condicional Negativa	Intimidación	Excesivo Control Personal
3	.83			
7	.73			
11	.95			
14	.93			
1		.76		
4		.80		
8		.87		
12		.92		
6			.88	
9			.93	
13			.93	
5				.88
10				.91
15				.86

Nota. Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .01$).

Escala de Competencia Percibida del Inventario de Motivación Intrínseca (IMI).

Análisis descriptivo y de consistencia interna del IMI.

En la Tabla 7 aparecen los ítems y los estadísticos descriptivos de los mismos, mostrando que siguen una distribución normal, a excepción de los ítems 4 y 5, que se encuentran por encima del punto de corte 1.96. El ítem con la media más elevada fue el ítem 5 “Puedo hacer (actuar, ejecutar) muy bien mi deporte” ($M = 5.83$), mientras que la media más baja fue el ítem 1 “Creo que soy bastante bueno(a) en mi deporte” ($M = 5.16$). El alfa de Cronbach de la escala fue satisfactorio (alfa = .89)

Tabla 7.

Estadístico descriptivo y normalidad de la escala del IMI.

<i>Ítems</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Creo que soy bastante bueno(a) en mi deporte.	5.16	1.37	-0.78	0.54
2. Estoy satisfecho(a) con lo que puedo hacer en mi deporte.	5.50	1.46	-0.29	0.31
3. Soy bastante hábil en mi deporte.	5.52	1.34	-0.32	0.91
4. Yo puedo dominar las habilidades deportivas después de haberlas practicado durante un tiempo.	5.79	1.30	-0.66	0.28
5. Puedo hacer (actuar, ejecutar) muy bien mi deporte.	5.83	1.24	-0.71	0.70

NOTA: Rango de 1 –7.

Análisis factorial confirmatorio del IMI.

La Figura 12 representa la estructura que se pone a prueba la cual hipotetiza la existencia de una variable latente “Satisfacción de la Necesidad de Competencia”, que subyace a 5 variables observables o ítems. Los índices de bondad de ajuste del modelo de la escala del IMI fueron: $\chi^2 = 37.49$; $gl = 5$; RMSEA = .05; NNFI = .99 CFI = .99, mostrando un adecuado ajuste del modelo.

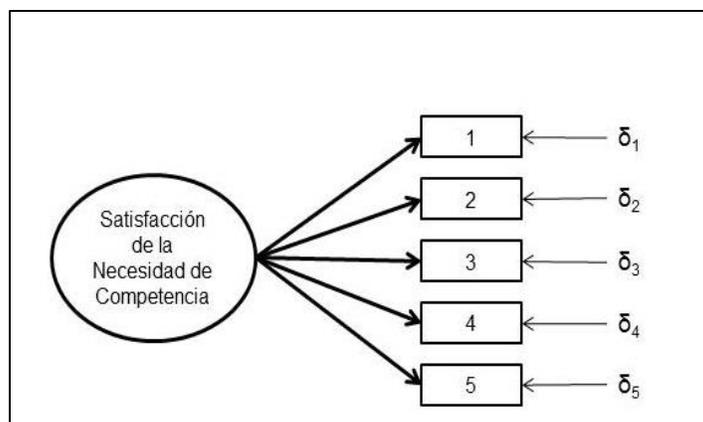


Figura 12. Estructura factorial de la escala de Competencia Percibida de (IMI).

Las saturaciones factoriales estimadas para el modelo aparecen en la Tabla 8, resultando todas ellas estadísticamente significativas ($p < .05$) y superiores a .67. Los valores de R^2 oscilan de .51 a .74. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de la escala a la que pertenecen, constituyendo cada ítem un indicador fiable de la escala.

Tabla 8.

Parámetros estandarizados de las saturaciones factoriales de los ítems de IMI.

Ítems	Competencia Percibida
1	.68
2	.79
3	.86
4	.84
5	.87

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .01$).

Escala de Autonomía Percibida (NAS).

Estadísticos descriptivos y consistencia del NAS

En la Tabla 9 aparecen los ítems y los estadísticos descriptivos de los mismos, mostrando una distribución normal. El ítem con la media más elevada fue el ítem 4 “*Tengo muy clara la decisión sobre cuáles son las actividades/habilidades que quiero practicar*” ($M = 5.88$), mientras que la media más baja fue para el ítem 7 “*Siento que mi opinión se toma en cuenta a la hora de decidir cómo se debe llevar a cabo la práctica/entrenamiento*” ($M = 5.24$). El alfa de Cronbach de la escala fue satisfactorio (alfa = .94).

Tabla 9.

Estadísticos descriptivos y normalidad del NAS.

<i>Cuando practico mi deporte...</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Me siento libre de expresar mis ideas y opiniones.	5.54	1.43	-0.96	0.43
2. Me siento libre para hacer las cosas a mi manera.	5.34	1.50	-0.83	0.07
3. Siento que en buena medida puedo ser yo mismo(a).	5.67	1.36	-0.01	0.52
4. Tengo muy clara la decisión sobre cuáles son las actividades/habilidades que quiero practicar.	5.88	1.22	-0.20	0.20
5. Tengo la oportunidad de participar en las decisiones sobre las estrategias que se deberían utilizar.	5.44	1.48	-0.94	0.35
6. Yo puedo dar mi opinión.	5.68	1.40	-0.11	0.69
7. Siento que mi opinión se toma en cuenta a la hora de decidir cómo se debe llevar a cabo la práctica/entrenamiento.	5.24	1.58	-0.83	-0.03
8. Siento que soy la causa de mis acciones.	5.74	1.30	-0.04	0.68
9. Yo realmente me siento muy libre, sin condiciones cuando hago mi deporte.	5.56	1.42	-0.02	0.55
10. Siento que mis elecciones y acciones se basan en mis verdades intereses y valores.	5.81	1.28	-0.15	0.00

NOTA: Rango 1 – 7.

Análisis factorial confirmatorio del NAS.

La Figura 13 representa la estructura hipotetizada que se pone a prueba, en donde se considera la existencia de una variable latente “Autonomía Percibida”, que subyace a 10 variables observables o ítems. Los índices de bondad de ajuste del modelo del NAS fueron: $\chi^2 = 796.67$; $gl = 35$; RMSEA = .09; NNFI = .98; CFI = .98, mostrando un adecuado ajuste del modelo.

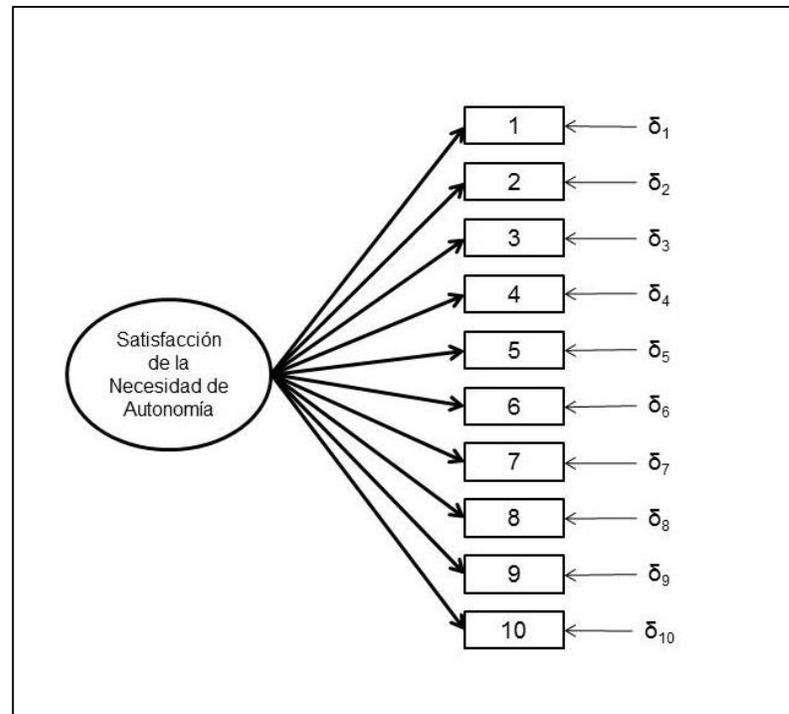


Figura 13. Estructura factorial de la escala de Autonomía Percibida (NAS).

Las saturaciones factoriales de los ítems de la Escala de la Necesidad de Autonomía resultaron estadísticamente significativas ($p < .05$), siendo además superiores a .77. Las R^2 de los ítems oscilan entre .48 a .75. Lo cual confirma la fiabilidad de los ítems constituyendo un indicador fiable de la escala de la que forma parte (véase Tabla 10).

Tabla 10.

Parámetros estandarizados de la saturación de los ítems del NAS.

Ítems	Necesidad de Autonomía
1	.86
2	.83
3	.88
4	.81
5	.84
6	.86
7	.78
8	.78
9	.82
10	.82

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .05$).

Sub-escala de Aceptación de las Necesidades de Relación (NRSC).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna del NRSC.

En la Tabla 11 se muestran los resultados de los análisis estadísticos descriptivos y de normalidad de cada uno de los ítems que pertenecen a la sub-escala. El ítem 1 “Apoyado(a)” y 5 “Seguro(a)” mostraron la media más alta ($M = 4.21$), mientras que el ítem 3 “Escuchado(a)” mostró la media más baja ($M = 4.08$). En cuanto a la distribución de normalidad de los ítems fue confirmada en los cinco ítems. El coeficiente de alfa de Cronbach de la sub-escala fue satisfactorio (alfa = .93).

Tabla 11.

Estadísticos descriptivos y normalidad del NRSC.

<i>Ítems</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Apoyado(a).	4.21	.97	-0.39	0.84
2. Comprendido(a).	4.11	.94	-0.03	0.91
3. Escuchado(a).	4.08	.98	-0.02	0.81
4. Valorado(a).	4.14	.97	-0.14	0.08
5. Seguro(a).	4.21	.95	-0.31	0.60

NOTA: Rango 1-5.

Análisis factorial confirmatorio del NRSC.

La Figura 14 representa la estructura que se pone a prueba, el cual hipotetiza la existencia de una variable latente “Satisfacción de la Necesidad de Relación”, que subyace a 5 variables observables o ítems. Los índices de bondad de ajuste del modelo del NRSC fueron: $\chi^2 = 55.22$; $gl = 5$; RMSEA = .06; NNFI = .99; CFI = .99, mostrando un adecuado ajuste del modelo.

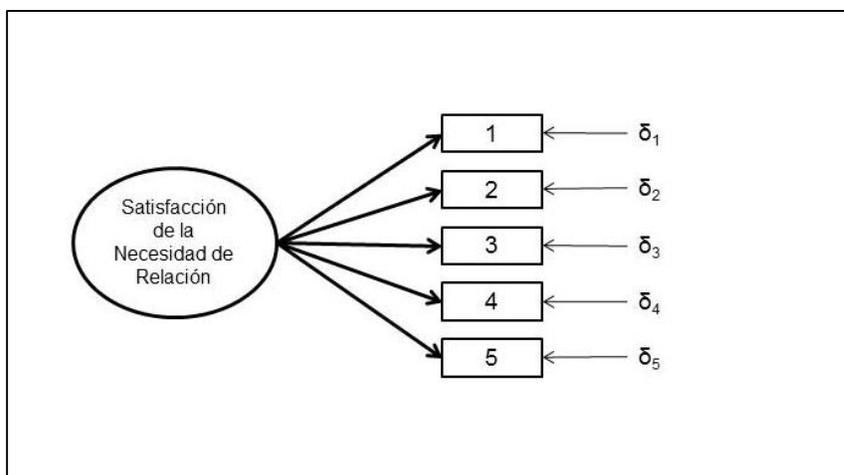


Figura 14. Estructura factorial de la sub-escala de Aceptación de la Necesidades de Relación (NRSC).

Las saturaciones factoriales de todos los ítems del NRSC resultaron estadísticamente significativas ($p < .05$), siendo además superiores a .81. Las R^2 de los ítems oscilan entre .66 y .84. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de la escala a la que pertenece, constituyendo un indicador fiable de la escala de la que forma parte (véase Tabla 12).

Tabla 12.
Parámetros estandarizados del NRSC.

Ítems	Satisfacción de la Necesidad de Relación
1	.90
2	.94
3	.95
4	.91
5	.82

NOTA: Todas las saturaciones son estadísticamente significativas ($p < .05$).

Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB)

Estadísticos descriptivos y consistencia interna de la FNPB.

En la Tabla 13 se muestran los resultados de los estadísticos descriptivos y la normalidad de la FNPB. El ítem 4 “*En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean*”, mostro la media más baja con 2.68 y el ítem 5 “*Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte*” con una media de 3.41. Los índices de normalidad presentan valores dentro del punto de corte aceptado (véase Tabla 12).

Tabla 13.

Estadísticos descriptivos y normalidad de FNPB.

Ítems	M	DT	Asimetría	Curtosis
1. Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte.	3.06	1.81	0.44	-0.81
2. Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz.	3.25	1.82	0.33	-0.94
3. En mi deporte me siento presionado para comportarme de una forma determinada.	3.08	1.79	0.43	-0.84
4. En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean.	2.68	1.83	0.78	-0.55
5. Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte.	3.41	1.93	0.21	-1.13
6. Me siento incompetente como deportista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial.	2.93	1.89	0.58	-0.88
7. Me siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en mí deporte.	2.94	1.85	0.57	-0.80
8. En mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta.	2.75	1.87	0.73	-0.66
9. En mi deporte hay situaciones que me hacen sentir incapaz.	2.96	1.88	0.54	-0.90
10. Siento que hay personas de mi equipo a las que no les gusto.	3.03	1.93	0.51	-0.96
11. En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en mi deporte.	2.91	1.89	0.63	-0.80
12. Tengo la sensación de que otras personas de mi equipo me envidian cuando tengo éxito.	3.17	2.01	0.45	-0.06

NOTA: Rango 1 -7.

En la Tabla 14 aparece la distribución de ítems de acuerdo al factor al que corresponden, así como, el coeficiente de alfa de Cronbach de cada una de las sub-escalas y el total de la misma.

Tabla 14.
Ítems que conforman cada factor del FNPB.

Sub-escalas	Ítems	Alfa de Cronbach
Frustración Necesidad de Autonomía	1, 3, 5, 7	.87
Frustración Necesidad de Competencia	2, 6, 9, 11	.89
Frustración Necesidad de Relación	4, 8, 10, 12	.91
Escala Total		.95

Análisis factorial confirmatorio de la FNPB.

En la Figura 15 se muestra el modelo que hipotetiza la existencia de tres variables latentes dependientes de escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas: la Frustración de la Necesidad de Autonomía, la Frustración de la Necesidad de Relación y la Frustración de la Necesidad de Competencia, a las cuales pertenecen 12 variables observables o ítems. Se obtuvieron índices de ajuste adecuados que confirman la estructura factorial de la escala: $\chi^2 = 685.91$; $g/df = 51$; RMSEA = .07; NNFI = .98 y CFI = .99.

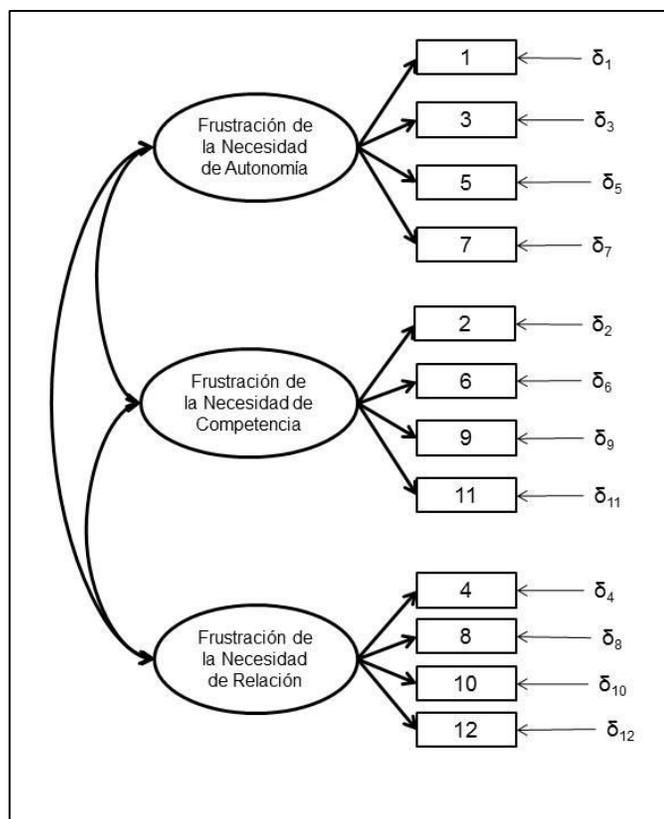


Figura 15. Estructura trifactorial de la escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas (FNPB).

En la Tabla 15 se muestran las saturaciones factoriales de todos los ítems de la escala FNPB, siendo todas ellas estadísticamente significativas ($p < .05$) y superiores a .75. Las R^2 de los ítems oscilan entre .59 y .91. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de las sub-escalas a las que pertenecen. Es decir, cada ítem constituye un indicador fiable de la escala de la que forma parte.

Tabla 15.

Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de los factores de FNPB.

Ítems	Frustración Necesidad de Autonomía	Frustración Necesidad de Competencia	Frustración Necesidad de Relación
1	.76		
3	.86		
5	.79		
7	.90		
2		.77	
6		.87	
9		.91	
11		.91	
4			.90
8			.93
10			.89
12			.83

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .05$)

Escala de Motivación en el Deporte (SMS).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna del SMS.

En la Tabla 16 se muestran los ítems de la Escala de Motivación en el Deporte, los análisis descriptivos de los mismos y la normalidad de los datos. La escala cuenta con una leyenda general “¿Por qué participas en tu deporte?...” un ejemplo de ítem es el ítem 1 “*Por la satisfacción que me produce realizarlo*”. Tal y como se observa, los ítems del 16 al 28 muestran una normalidad dentro del punto de corte establecido, mientras que el resto de los ítems se encuentran fuera del rango de normalidad.

Tabla 16.

Estadísticos descriptivos y normalidad del SMS.

<i>¿Por qué participas en tu deporte?</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Por la satisfacción que me produce realizarlo.	6.37	1.06	-0.58	0.21
2. Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso(a) en mi ejecución deportiva.	6.34	.994	-0.23	0.54
3. Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mí deporte.	6.32	.987	-0.14	0.17
4. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso(a) en mi deporte.	6.29	1.01	-0.02	0.24
5. Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento.	6.24	1.06	-0.02	0.21
6. Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos débiles.	6.25	1.04	-0.03	0.37
7. Por la satisfacción que experimento mientras perfecciono mis habilidades.	6.23	1.05	-0.99	0.21
8. Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte.	6.20	1.09	-0.97	0.79
9. Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento.	6.24	1.07	-0.96	0.67
10. Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.	6.23	1.05	-0.94	0.82
11. Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución de juego.	6.21	1.06	-0.94	0.85

<i>¿Por qué participas en tu deporte? (Continuación)</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
12. Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente.	6.18	1.07	-0.82	0.27
13. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo(a).	5.78	1.41	-0.41	0.73
14. Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida.	6.11	1.14	-0.84	0.10
15. Porque esta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos(as).	6.11	1.15	-0.82	0.14
16. Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma.	5.72	1.46	-0.43	0.74
17. Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a).	5.36	1.75	-0.07	0.24
18. Porque me sentiría mal si no participo.	5.44	1.70	-0.15	0.51
19. Porque siento que debo realizar con regularidad en mi deporte.	5.20	1.86	-0.97	-0.13
20. Porque me permite ser valorado(a) por la gente que conozco.	5.51	1.64	-0.21	0.73
21. Por el prestigio de ser un deportista.	5.16	1.85	-0.93	-0.18
22. Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista.	5.43	1.72	-0.19	0.56
23. Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.	5.02	1.93	-0.83	-0.47
24. Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo.	4.99	1.96	-0.80	-0.56
25. No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte.	3.92	2.37	-0.03	-0.62
26. No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte.	3.64	2.42	0.15	-0.67
27. Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego).	3.36	2.43	0.36	-0.60
28. A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos.	3.60	2.45	0.20	-0.66

NOTA: Rango 1 -7.

En la Tabla 17 se muestran los ítems que corresponden a cada sub-escala del SMS y la consistencia interna de cada factor. Los índices oscilan entre .88 y .96, lo cual muestra que son valores satisfactorios en cada sub-escala.

Tabla 17.

Ítems y consistencia interna de las sub-escalas del SMS.

Sub-escala	Ítems	Alfa de Cronbach
Motivación Intrínseca	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	.96
Regulación Identificada	13, 14, 15, 16	.84
Regulación Introyectada	17, 18, 19, 20	.88
Regulación Externa	21, 22, 23, 24	.91
No Motivación	25, 26, 27, 28	.94

Análisis factorial confirmatorio del SMS.

La Figura 16 representa la estructura que pone a prueba la hipótesis de la existencia de cinco variables latentes dependientes: “Motivación Intrínseca”, “Regulación Identificada”, “Motivación Introyectada”, “Regulación Externa” y la “No Motivación”, que subyacen a los 28 ítems o variables observables. Los resultados de los índices de ajuste son satisfactorios y confirman la estructura de la escala de motivación en el deporte: $\chi^2 = 8767.40$; $gl = 340$; $RMSEA = .06$; $NNFI = .98$ y $CFI = .98$.

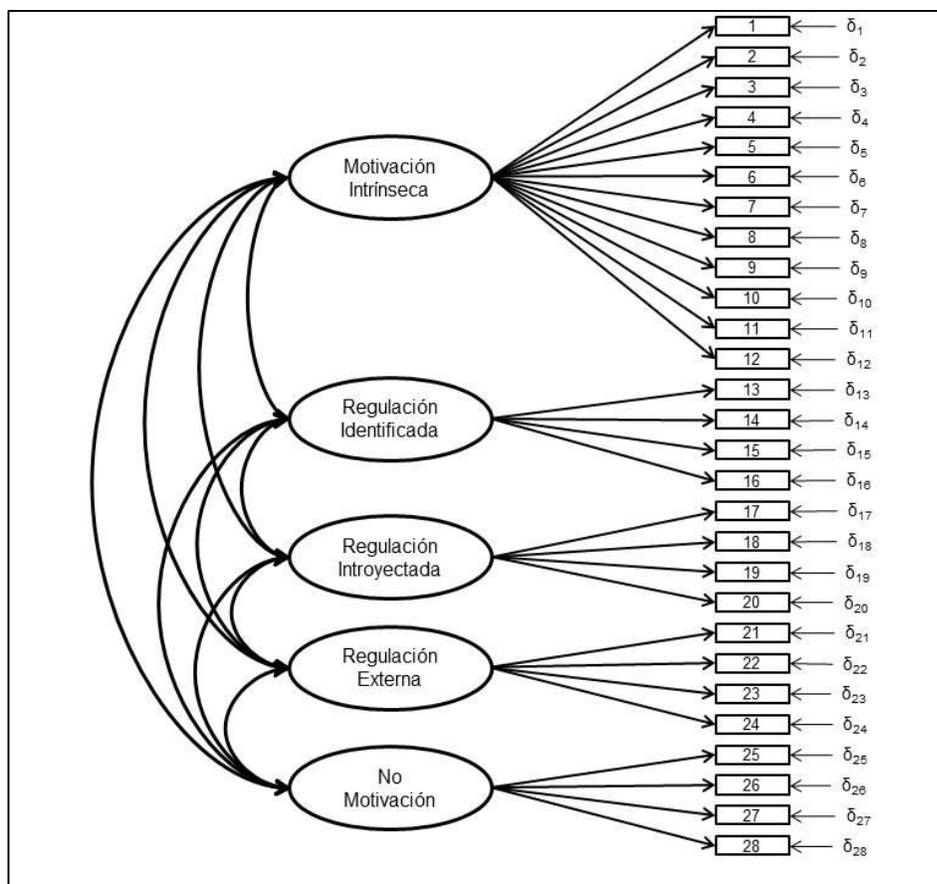


Figura 16. Estructura factorial de la escala de Motivación en el Deporte (SMS).

Las saturaciones factoriales estimadas para el modelo aparecen en la Tabla 18, resultando todas ellas estadísticamente significativas ($p < .05$) y superiores a .76. Las R^2 de los ítems oscilan entre .30 y .95. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de las escalas a las que pertenecen, lo cual lleva a concluir que cada ítem conforma un indicador fiable de la escala de la que forma parte.

Siguiendo lo sugerido por la SDT y lo utilizado en estudios previos (Balaguer et al., 2011; Gagné, Ryan, y Bragmann, 2003), para el presente estudio agruparemos las escalas de motivación intrínseca y regulación identificada para conformar la variable de motivación autónoma, así como la agrupación de las escalas de regulaciones introyectada y externa para conformar la variable de

Motivación Controlada. El alfa de Cronbach para Motivación Autónoma ha sido de .90 y el de Motivación Controlada de .85.

Tabla 18.

Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems por sub-escala del SMS.

Ítems	Motivación Intrínseca	Regulación Identificada	Regulación Introyectada	Regulación Externa	No Motivación
1	.85				
2	.87				
3	.88				
4	.88				
5	.90				
6	.91				
7	.91				
8	.90				
9	.90				
10	.89				
11	.90				
12	.88				
13		.79			
14		.87			
15		.85			
16		.77			
17			.81		
18			.88		
19			.86		
20			.85		
21				.88	
22				.87	
23				.92	
24				.87	
25					.87
26					.93
27					.98
28					.96

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .05$).

III). Sub-escala de Autoestima del Cuestionario de Auto-descripción (SDQ-III).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna de la sub-escala de Autoestima del SDQ-III.

En la tabla 19 se puede observar las medias de cada uno de los ítems, siendo la media más baja la del ítem 6 ($M = 3.90$) “*En general, tengo falta de confianza en mí mismo(a)*”, y la más alta la del ítem 1 “*En general, nada de lo que yo hago es muy importante*” ($M = 4.16$). Se utilizaron siete ítems de la sub-escala de autoestima de la escala de auto-descripción. El coeficiente de alfa de Cronbach en nuestra muestra fue de .93.

Tabla 19.
Estadísticos descriptivos y normalidad del SDQ-III.

<i>En general...</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Nada de lo que yo hago es muy importante.	4.16	1.78	-0.28	-0.58
2. No soy muy original en mis ideas, pensamientos y acciones.	4.14	1.68	-0.26	-0.47
3. No tengo muy buen concepto de mí mismo(a).	4.00	1.78	-0.19	-0.52
4. Tengo sentimientos bastante negativos sobre mí mismo(a).	4.09	1.77	-0.23	-0.54
5. No me acepto mucho a mí mismo(a).	4.02	1.81	-0.22	-0.51
6. Tengo falta de confianza en mí mismo(a).	3.90	1.73	-0.14	-0.42
7. No tengo mucho respeto hacia mí mismo(a).	3.99	1.84	-0.19	-0.57

NOTA: Rango 1-6.

Análisis factorial confirmatorio de la sub-escala de autoestima del SDQ-III.

La Figura 17 representa la estructura que pone a prueba la hipótesis de la existencia de un solo factor o variable latente dependiente “Autoestima”, el cual se conforma por siete ítems. Los resultados de los índices de ajuste son satisfactorios y confirman la estructura de la sub-escala de autoestima $\chi^2 = 132.87$; $gl = 14$; $\chi^2/ gl = 6.60$; $RMSEA = .04$; $NNFI = .99$ y $CFI = .99$ (véase Figura 17).

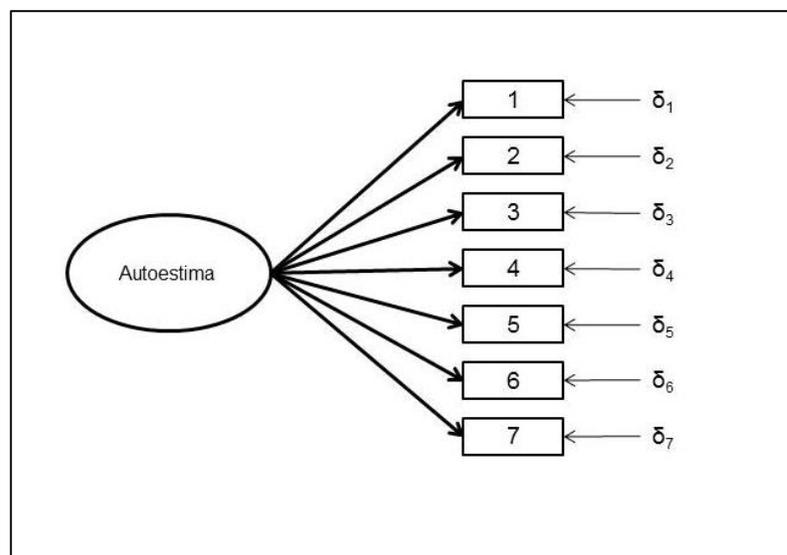


Figura 17. Estructura factorial de la sub-escala de Autoestima del cuestionario de Auto-descripción (SDQIII).

Las saturaciones factoriales estimadas para el modelo aparecen en la Tabla 20, resultando todas ellas estadísticamente significativas ($p < .05$), siendo además todas superiores a .71. Las R^2 de los ítems de la escala oscilan entre .52 y .88. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de la escala a la que pertenecen. Es decir, cada ítem constituye un indicador fiable de la escala.

Tabla 20.
Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems de la sub-escala (SDQIII).

Ítems	Autoestima
1	.87
2	.85
3	.82
4	.89
5	.84
6	.72
7	.83

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .05$).

Cuestionario de Burnout del Deportista (ABQ).

Estadísticos descriptivos y consistencia interna del ABQ.

En la Tabla 21 se muestran los valores de la media, desviaciones típicas, asimetrías y curtosis de cada uno de los ítems de la escala. Mostrando que el ítem 15 “*Tengo sentimientos negativos hacia el deporte*” reporta la media más baja con una media de 1.85 y la media más alta el ítem 2 “*Me siento muy cansado(a) de mi entrenamiento que batallo para encontrar energía para hacer otras cosas*” con una media de 2.70. La distribución de la muestra es normal en todos los ítems con valores por debajo del punto de corte.

Tabla 21.

Estadísticos descriptivos y normalidad de ABQ.

Ítems	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Asimetría</i>	<i>Curtosis</i>
1. Estoy logrando muchas cosas valiosas en mi deporte.	2.54	1.27	0.52	-0.80
2. Me siento muy cansado(a) de mi entrenamiento que batallo para encontrar energía para hacer otras cosas.	2.70	1.12	0.20	-0.69
3. El esfuerzo que hago en el deporte sería mejor si lo hiciera para otras cosas.	2.50	1.27	0.41	-0.91
4. Me siento demasiado cansado(a) por practicar en mi deporte.	2.26	1.24	0.63	-0.70
5. No estoy logrando nada en el deporte.	2.00	1.27	0.02	-0.21
6. Ya no me intereso mucho sobre mi desempeño en el deporte como lo hacía antes.	2.20	1.32	0.73	-0.74
7. Ya no estoy rindiendo más de mi capacidad en el deporte.	2.30	1.28	0.61	-0.79
8. Me siento fastidiado(a) en el deporte.	1.97	1.29	0.09	-0.12
9. No me implico tanto en mi deporte como solía hacerlo.	2.19	1.28	0.77	-0.59
10. Me siento físicamente agotado(a) por mi deporte.	2.17	1.22	0.82	-0.33
11. Me siento menos preocupado(a) por ser exitoso(a) en el deporte que lo que solía estarlo.	2.33	1.28	0.58	-0.82
12. Estoy exhausto(a) por las demandas físicas y mentales del deporte.	2.12	1.20	0.86	-0.27
13. Parece que no importa lo que haga, no me desempeño tan bien como debiera.	2.19	1.26	0.75	-0.56
14. Me siento exitoso(a) en el deporte.	2.68	1.33	0.35	-0.02
15. Tengo sentimientos negativos hacia el deporte.	1.85	1.25	0.29	0.39

NOTA: Rango 1- 5.

En la Tabla 22 se presentan las sub-escalas con los ítems que las componen, así como la consistencia interna de las mismas y de la escala total, mostrando adecuados índices de alfa de Cronbach.

Tabla 22.

Ítems por sub-escala y consistencia interna del ABQ.

Sub-escala	Ítems	Alfa de Cronbach
Sensación Reducida de Logro	1, 5, 7, 13, 14	.69
Agotamiento Emocional y Físico	2, 4, 8, 10, 12	.91
Devaluación de la Práctica Deportiva	3, 6, 9, 11, 15	.87
Escala Total		.93

El análisis de fiabilidad mostró que todos los ítems de la escala de agotamiento físico y emocional y de la escala de devaluación de la práctica deportiva correlacionaban por encima de .30 con el resto de los ítems de su escala, no aumentado el coeficiente Alfa de Cronbach con la eliminación de ninguno de los ítems. Sin embargo, la fiabilidad de la escala de Sensación Reducida de Logro mostró que el Alfa de Cronbach era de .69, mostrando que si se eliminaba el ítem 14 “*Me siento exitoso(a) en el deporte*” aumentaba a .72. Aun así, el ítem 1 “*Siento que estoy logrando cosas valiosas en mi deporte*” correlaciona con los ítems por debajo del .10, por lo que se eliminó también este ítem. El alfa de Cronbach una vez eliminados los ítems 14 y 1 fue de .85. En la figura 18 aparecen los ítems que se han utilizado para los posteriores análisis.

Análisis factorial confirmatorio del ABQ.

Se realizó el análisis factorial confirmatorio comprobando la hipótesis de la existencia de tres variables latentes dependientes: “agotamiento emocional y físico”, “reducida sensación de logro” y “devaluación de la práctica deportiva”, compuesta por 13 variables observables o ítems (véase Figura 18). Los índices de bondad de ajuste del modelo fueron adecuados: $\chi^2 = 1257.27$; $gl = 62$; $RMSEA = .09$; $NNFI = .98$ y $CFI = .98$.

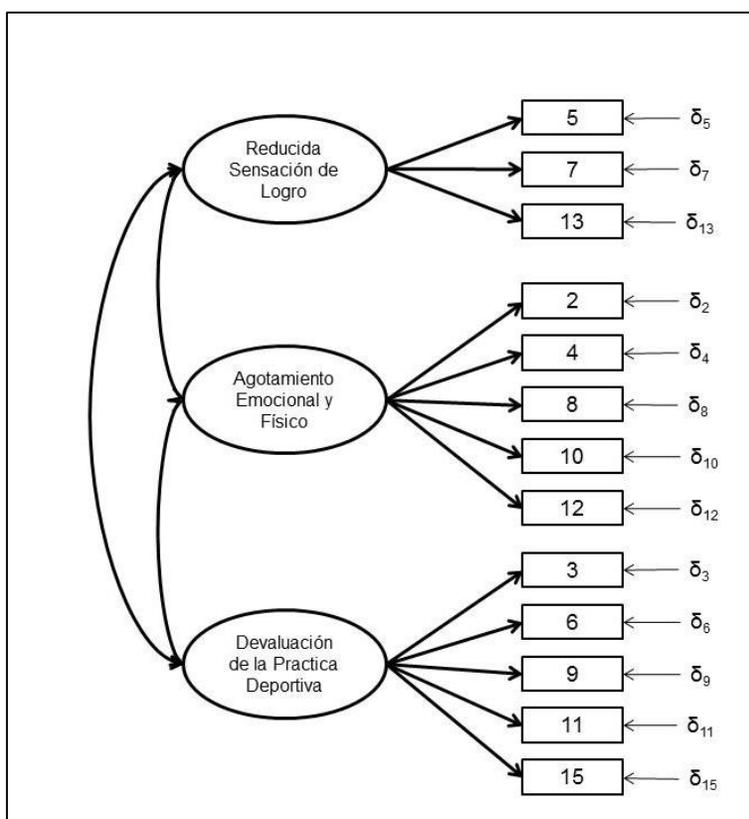


Figura 18. Estructura factorial del cuestionario de *Burnout* del Deportista (ABQ).

En la Tabla 23 se muestran las saturaciones factoriales de los ítems, resultado todas ellas estadísticamente significativas ($p < .05$), con valores igual o superior a .68. Esto confirma la fiabilidad de los ítems y de las escalas a las que pertenecen. Es decir, cada ítem constituye un indicador fiable de la escala de la que forma parte.

Tabla 23.

Parámetros estandarizados de las saturaciones de los ítems por factor del ABQ.

Ítems	Sensación Reducida de Logro	Agotamiento Físico y Emocional	Devaluación de la Práctica Deportiva
5	.83		
7	.88		
13	.87		
2		.71	
4		.85	
8		.89	
10		.92	
12		.92	
3			.68
6			.88
9			.87
11			.81
15			.87

NOTA: Todas las saturaciones factoriales son estadísticamente significativas ($p < .05$).

Análisis Descriptivos de las Variables Estudiadas

En la Tabla 24 se muestran las medias y desviaciones típicas de las diferentes variables del presente estudio, así como, el rango que corresponde a cada una de las variables del contexto social, de los procesos psicológicos mediadores, del bienestar y del malestar.

Tabla 24.

Estadísticos descriptivos de las variables de estudio.

Variable	Rango	<i>M</i>	<i>DT</i>
Apoyo a la autonomía	1-7	5.21	1.25
Estilo Controlador	1-7	3.00	1.61
Satisfacción Necesidad de Autonomía	1-7	5.58	1.13
Satisfacción Necesidad de Competencia	1-7	5.55	1.13
Satisfacción Necesidad de Relación	1-5	4.15	0.86
Frustración Necesidad de Autonomía	1-7	3.12	1.57
Frustración Necesidad de Competencia	1-7	3.01	1.64
Frustración Necesidad de Relación	1-7	2.91	1.71
Motivación Autónoma	1-7	6.17	0.88
Motivación Controlada	1-7	5.25	1.47
No Motivación	1-7	3.63	2.24
Autoestima	1-6	4.04	1.49
Burnout	1-5	2.44	0.88

Análisis Diferenciales de las Variables del Estudio.

Se realizaron los análisis diferenciales para comparar las medias de las variables de estudio según las siguientes variables sociodemográficas: Género, Tipo de Deporte (individual y conjunto) y tiempo (Años Compitiendo en su Deporte, Años Entrenando con su Entrenador, Días de entrenamiento por semana y Horas por sesión de entrenamiento).

En primer lugar se muestran los análisis diferenciales por género; después aparecen las comparaciones entre las variables de estudio según el tipo de deporte; y por último, las comparaciones entre las variables de estudio y las variables que corresponden al tiempo.

Género.

En la Tabla 25 se muestran los resultados de los descriptivos y diferenciales obtenidos en cada una de las variables de estudio de acuerdo al género, con el objetivo de obtener información sobre si el género se asocia significativamente con la puntuación de las diferentes variables de estudio.

Tabla 25.

Estadísticos descriptivos y diferenciales de las variables de estudio por género.

Variable (Rango)	Hombres		Mujeres		t
	M	DT	M	DT	
Apoyo a la autonomía (1-7)	5.34	1.29	5.09	1.32	3.79**
Estilo Controlador (1-7)	3.17	1.70	2.70	1.40	6.99**
Satisfacción Necesidad de Autonomía (1-7)	5.29	0.82	5.11	.859	3.95**
Satisfacción Necesidad de Relación (1-5)	4.18	0.86	4.10	.849	2.21**
Satisfacción Necesidad de Competencia (1-7)	5.65	1.13	5.40	1.10	5.10**
Frustración Necesidad de Autonomía (1-7)	3.23	1.62	2.91	1.45	4.77**
Frustración Necesidad de Relación (1-7)	3.10	1.79	2.61	1.51	6.85**
Frustración Necesidad de Competencia (1-7)	3.12	1.70	2.82	1.59	4.41**
Motivación Autónoma (1-7)	6.15	0.84	6.20	.901	-1.40
Motivación Controlada (1-7)	5.51	1.35	4.89	1.56	10.13**
No Motivación (1-7)	4.08	2.25	2.94	2.04	12.34**
Autoestima (1-6)	3.85	1.50	4.30	1.42	-7.15**
Burnout (1-5)	2.34	1.09	2.01	0.84	7.71**

NOTA: ** $p < .01$.

Los resultados obtenidos muestran que existen diferencias significativas por género en las variables estudiadas, a excepción de la motivación autónoma. Los hombres deportistas universitarios perciben en mayor medida un estilo de apoyo a la autonomía, un estilo controlador del entrenador, satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas (autonomía, competencia y relación), motivación controlada y no motivación, así como burnout en comparación con las mujeres deportistas (véase Figura 9). Por su parte las mujeres informan de una motivación autónoma y mayor autoestima en comparación con los hombres.

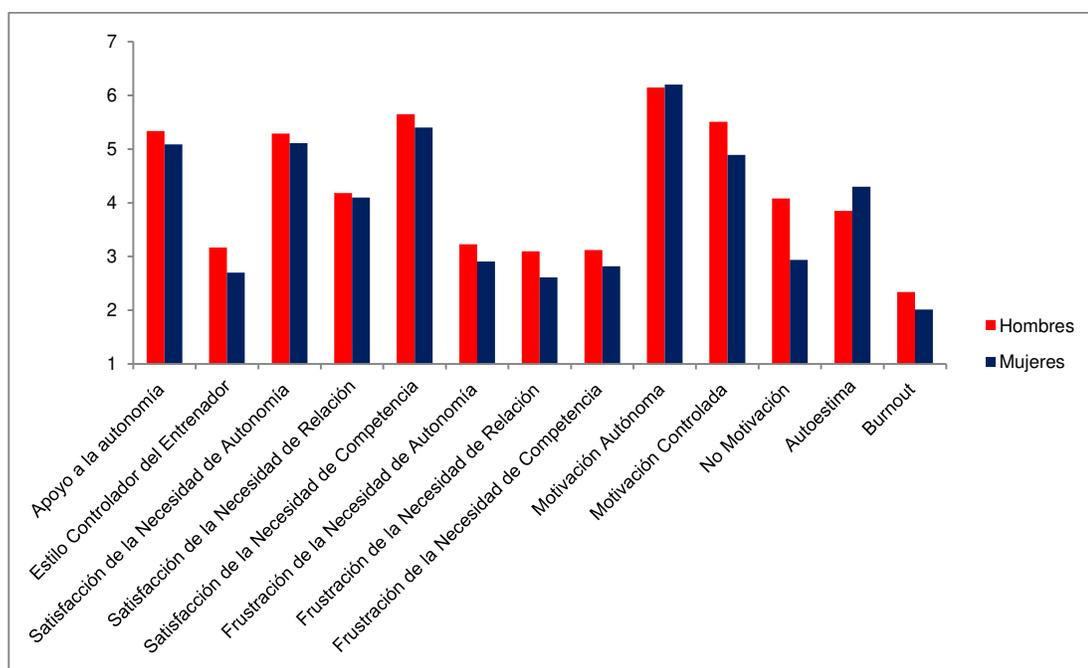


Figura 19. Medias de las variables de estudio por género.

Tipo de Deporte (individual o conjunto).

En la Tabla 26 se presentan los resultados obtenidos de la comparación del tipo de deporte (individual y conjunto) en las diferentes variables evaluadas en los deportistas universitarios mexicanos. Se pretende obtener información sobre si el practicar un tipo de deporte (individual o de conjunto) es estadísticamente significativo en relación a la puntuación en alguna de las variables evaluadas.

Tabla 26.

Estadísticos descriptivos de las variables de estudio en relación al tipo de deporte.

Variable (Rango)	Individual		Conjunto		t
	M	DT	M	DT	
Apoyo a la autonomía (1 – 7)	5.22	1.34	5.24	1.30	-0.46
Estilo Controlador (1-7)	2.95	1.51	2.99	1.64	-0.49*
Satisfacción de la Necesidad de Autonomía (1-7)	5.58	1.11	5.59	1.14	-0.07
Satisfacción de la Necesidad de Competencia (1-7)	5.52	1.18	5.57	1.11	-0.99
Satisfacción de la Necesidad de Relación (1-5)	4.03	0.96	4.21	0.80	-4.94**
Frustración de la Necesidad de Autonomía (1-7)	3.06	1.48	3.13	1.61	-0.01
Frustración de la Necesidad de Competencia (1-7)	2.96	1.55	3.03	1.67	-0.97
Frustración de la Necesidad de Relación (1-7)	2.89	1.66	2.91	1.73	-0.30
Motivación Autónoma (1-7)	6.14	0.92	6.19	0.85	-1.23
Motivación Controlada (1-7)	5.20	1.51	5.28	1.46	-1.22
No Motivación (1-7)	3.49	2.21	3.68	2.26	1.96*
Autoestima (1-6)	3.54	1.40	4.30	1.46	-12.10**
Burnout (1-5)	2.16	0.90	2.28	1.06	-1.28

NOTA: ** $p < .01$; * $p < .05$.

Los deportistas que practican deportes de conjunto tales como fútbol rápido, basquetbol, voleibol, entre otros, reportaron medidas más elevadas en las variables de estilo controlador, la satisfacción de la necesidad de relación, la no motivación y la autoestima. En la Figura 10 se muestran las medias en cada variable por tipo de deporte.

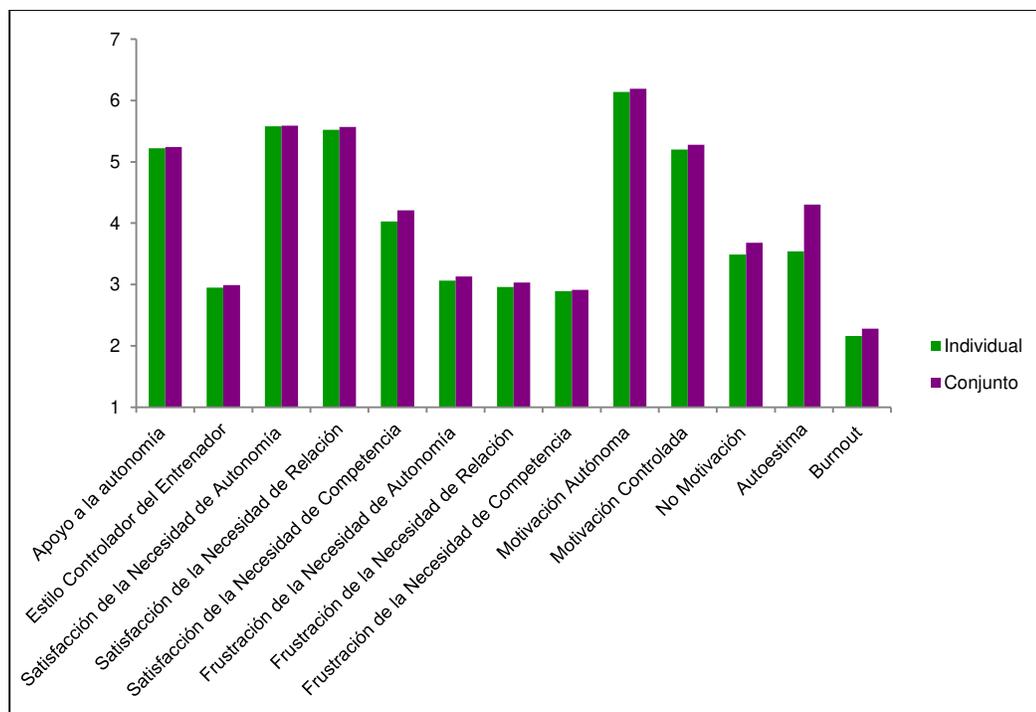


Figura 20. Valor medio de las variables de estudio por tipo de deporte.

Tiempo

En los siguientes apartados se presentan las comparaciones de las variables sociodemográficas que corresponden a tiempo y las variables de estudio, a través de un ANOVA. En primer lugar aparece la variable “años compitiendo en su deporte”; en segundo lugar “años que lleva entrenando con su entrenador”; en tercer lugar “días de entrenamiento por semana”; y en último lugar, “las horas por sesión de entrenamiento”. Se muestran solo las variables de estudio en las cuales hubo significación estadística.

Análisis de las variables de estudio según los años que llevan compitiendo.

Los resultados obtenidos según los años que llevan compitiendo mostraron diferencias significativas en las variables de satisfacción de la necesidad de autonomía [$F_{(4, 1699)} = 6.45, p < .01$], la necesidad de competencia [$F_{(4, 1698)} = 18.16, p < .01$]; la necesidad de relación [$F_{(4, 1700)} = 4.46, p < .05$]; en la motivación autónoma [$F_{(4, 1690)} = 5.35, p < .01$], la motivación controlada [$F_{(4, 1685)} = 11.60, p < .01$] y la no motivación [$F_{(4, 1686)} = 4.18, p < .01$]. Así como en el burnout [$F_{(4, 1700)} = 3.13, p < .05$].

En la Tabla 26 aparecen los estadísticos descriptivos de la variable de satisfacción de la necesidad de autonomía por años de competición en su deporte. Las diferencias fueron significativas ($p < .05$) entre los deportistas que llevan 5 años o menos en comparación con los que llevan 10 – 15 años y 15 años o más. Por su parte, la satisfacción de la necesidad de relación y los años que llevan compitiendo en su deporte, mostraron diferencias significativas ($p < .05$) entre los deportistas que llevan de 6 a 7 años compitiendo en comparación con lo que llevan de 10 a 15 años compitiendo en su deporte. Por último, la variable de satisfacción de la necesidad de competencia, en relación con los años que llevan compitiendo en su deporte, mostrando diferencias significativas ($p < .05$) entre los deportistas que llevan 5 años o menos y los que llevan 8 a 9 años y 15 años o más; los deportistas que llevan 6 a 7 años y los deportistas que llevan 10 a 15 años y 15 años o más. Así mismo, los

deportistas que llevan 8 a 9 años mostraron diferencias significativas con los deportistas que llevan 15 años o más.

Tabla 27.

Estadísticos descriptivos de la satisfacción de la necesidad de autonomía, relación y competencia por años compitiendo en su deporte.

Variable	Años compitiendo	<i>M</i>	<i>DT</i>
Satisfacción Necesidad de Autonomía (1 – 7)	5 años o menos	5.43	1.18
	6 – 7 años	5.58	1.05
	8 – 9 años	5.64	1.06
	10 – 15 años	5.66	1.10
	15 años o más	5.84	1.03
Satisfacción Necesidad de Relación (1 – 7)	5 años o menos	4.08	0.85
	6 – 7 años	4.01	0.87
	8 – 9 años	4.14	0.84
	10 – 15 años	4.25	0.84
	15 años o más	4.25	0.97
Satisfacción Necesidad de Competencia (1 – 7)	5 años o menos	5.37	1.19
	6 – 7 años	5.49	1.19
	8 – 9 años	5.66	1.16
	10 – 15 años	6.85	1.10
	15 años o más	6.01	1.17

Los deportistas universitarios mexicanos mostraron diferencias significativas en la motivación autónoma en los deportistas que llevan 5 años o menos en comparación con los que llevan 10 a 15 años y con los deportistas que llevan 15 años o más. En cuanto a la motivación controlada mostraron diferencias significativas los deportistas que llevan 5 años o menos en comparación con los que llevan 10 a 15 años y 15 años o más compitiendo en su deporte. Así como, los deportistas que llevan 6 a 7 años y los deportistas que llevan 8 a 9 años en comparación con los de 15 años o más. Por último, la no motivación solo mostro diferencias significativas entre los deportistas que llevan 5 años o menos y los que llevan 15 años o más (véase Tabla 27).

Tabla 28.

Estadísticos descriptivos de los tipos de motivación por años compitiendo en su deporte.

Variable	Años compitiendo	<i>M</i>	<i>DT</i>
Motivación autónoma (1 – 7)	5 años o menos	6.10	0.94
	6 – 7 años	6.04	1.02
	8 – 9 años	6.15	0.87
	10 – 15 años	6.28	0.77
	15 años o más	6.33	0.80
Motivación Controlada (1 – 7)	5 años o menos	4.99	1.51
	6 – 7 años	5.08	1.51
	8 – 9 años	5.27	1.50
	10 a 15 años	5.39	1.44
	15 años o más	5.70	1.36
No Motivación (1 – 7)	5 años o menos	3.33	2.12
	6 – 7 años	3.40	2.09
	8 – 9 años	3.54	2.20
	10 – 15 años	3.59	2.30
	15 años o más	4.01	2.38

El burnout mostró diferencias significativas entre los deportistas de acuerdo a los años que llevan compitiendo en su deporte, sin embargo, no hubo diferencias significativas entre los diferentes grupos de deportistas (véase Tabla 28).

Tabla 29.

Estadísticos descriptivos del burnout por años compitiendo en su deporte.

Variable	Años en su deporte	<i>M</i>	<i>DT</i>
<i>Burnout</i> (1 – 5)	5 años o menos	2.04	0.89
	6 – 7 años	2.26	0.95
	8 – 9 años	2.16	0.89
	10 – 15 años	2.14	0.99
	15 años o más	2.24	0.95

Análisis de las variables de estudio según los años que llevan con el mismo entrenador.

Los resultados obtenidos según los años que llevan con el mismo entrenador mostraron diferencias significativas en la variable de apoyo a la autonomía [$F_{(4, 1691)} = 5.05, p < .01$], en la satisfacción de la necesidad de competencia [$F_{(4, 1691)} = .148, p < .05$] y en la variable de autoestima [$F_{(4, 1684)} = 3.26, p < .05$].

La variable de apoyo a la autonomía mostró diferencias significativas ($p < .05$) entre los deportistas que llevan menos de un año con el mismo entrenador en comparación con los deportistas que llevan un año entrenando con su entrenador y entre los deportistas que llevan un año en comparación con los deportistas que llevan tres a cuatro años con el mismo entrenador. En la satisfacción de la necesidad de competencia y la autoestima no mostraron diferencias significativas por grupos de deportistas (véase Tabla 30).

Tabla 30.

Estadísticos descriptivos de apoyo a la autonomía, satisfacción de la necesidad de competencia y autoestima según los años que llevan con su entrenador.

Variable	Años con su entrenador	M	DT
Apoyo a la autonomía (1 – 7)	½ año o menos	5.09	1.46
	1 año	5.54	1.11
	1 – 2 años	5.22	1.27
	3 – 4 años	5.22	1.45
	5 años o más	5.36	1.35
Satisfacción Necesidad de Competencia (1 – 7)	½ año o menos	5.46	1.28
	1 año	5.55	1.27
	1 – 2 años	5.65	1.13
	3 – 4 años	5.72	1.15
	5 años o más	5.74	1.07
Autoestima (1 – 6)	½ año o menos	3.84	1.41
	1 año	3.62	1.50
	1 – 2 años	3.96	1.44
	3 – 4 años	3.94	1.52
	5 años o más	3.73	1.47

Análisis de las variables de estudio según los días de entrenamiento por semana.

Los resultados obtenidos según los días de entrenamiento por semana, mostraron diferencias significativas en la variable de apoyo a la autonomía [$F_{(5, 2282)} = 4.29, p < .05$], la satisfacción de la necesidad de competencia [$F_{(5, 2281)} = 5.59, p < .01$]; la motivación autónoma [$F_{(5, 2261)} = 5.07, p < .01$]; la autoestima [$F_{(5, 2273)} = 13.61, p < .01$]; y el burnout [$F_{(5, 2281)} = 2.81, p < .01$].

Los deportistas que entrenan dos días por semana mostraron diferencias significativas ($p < .05$) en comparación con los deportistas que entrenan cuatro, cinco, seis y siete días por semana en la variable de apoyo a la autonomía. En la satisfacción de la necesidad de competencia los deportistas que entrenan dos días por semana mostraron diferencias significativas ($p < .05$) con los deportistas que entrenan cinco, seis y siete días por semana (véase Tabla 31).

Tabla 31.

Estadísticos descriptivos de apoyo a la autonomía y satisfacción de la necesidad de competencia según los días de entrenamiento por semana.

Variable	Días entrenamiento semanal	M	DT
Apoyo a la autonomía (1 – 7)	2 días	4.77	1.57
	3 días	5.17	1.23
	4 días	5.27	1.31
	5 días	5.24	1.27
	6 días	5.29	1.31
	7 días	5.52	1.46
Satisfacción Necesidad de Competencia (1 – 7)	2 días	5.10	1.18
	3 días	5.51	1.06
	4 días	5.48	1.14
	5 días	5.55	1.11
	6 días	5.64	1.16
	7 días	5.77	1.07

En cuanto a la variable de motivación autónoma se encontraron diferencias significativas ($p < .05$) entre los deportistas universitarios mexicanos que entrenan dos días a la semana y los que entrenan tres, cuatro, cinco, seis y siete días por semana; así mismo, la autoestima mostró resultados significativos en los deportistas

que entrenan dos días por semana y los que entrenan tres días por semana y los deportistas que entrenan tres días por semana, mostraron diferencias significativas entre los que entrenan seis y siete días por semana. Por su parte la variable de burnout no mostró diferencias significativas entre los grupos de respuesta (véase Tabla 32).

Tabla 32.

Estadísticos descriptivos de la motivación autónoma, autoestima y burnout según los días de entrenamiento por semana.

Variable	Días entrenamiento semanal	M	DT
Motivación Autónoma (1 – 7)	2 días	5.78	1.27
	3 días	6.18	0.86
	4 días	6.16	0.84
	5 días	6.22	0.79
	6 días	6.18	0.91
	7 días	6.20	0.88
	Autoestima (1 – 6)	2 días	3.69
3 días		4.38	1.43
4 días		4.14	1.49
5 días		4.05	1.47
6 días		4.00	1.49
Burnout (1 – 5)	7 días	3.58	1.54
	2 días	2.41	0.99
	3 días	2.14	0.95
	4 días	2.31	1.06
	5 días	2.15	0.99
	6 días	2.17	1.18
	7 días	2.31	1.18

Análisis de las variables de estudio según las horas por sesión de entrenamiento.

Los resultados obtenidos en las variables de estudio según las horas por sesión de entrenamiento, mostraron diferencias significativas ($p < .01$) en la variable de apoyo a la autonomía [$F_{(4, 2376)} = 5.24, p < .01$], el estilo controlador [$F_{(4, 2373)} = 3.47, p < .05$], la satisfacción de la necesidad de relación [$F_{(4, 2374)} = 5.86, p < .01$], la satisfacción de la necesidad de competencia [$F_{(4, 2375)} = 2.67, p < .05$], y la variable de burnout [$F_{(4, 2375)} = 3.07, p < .05$].

El estilo interpersonal de apoyo a la autonomía presento diferencias significativas en los deportistas universitarios mexicanos que entrenan una hora por sesión de entrenamiento mostraron diferencias significativas ($p < .05$) en las medias en comparación con los deportistas que entrenan dos, tres, cuatro y cinco horas por sesión. Por su parte, el estilo interpersonal controlador del entrenador no mostró diferencias significativas entre los grupos de deportistas y las horas que entrenan (véase Tabla 11).

Tabla 33.

Estadísticos descriptivos del apoyo a la autonomía y el estilo controlador del entrenador según las horas de entrenamiento por sesión.

Variable	Horas por sesión de entrenamiento	M	DT
Apoyo a la autonomía (1 – 7)	1 hora	4.43	1.80
	2 horas	5.25	1.26
	3 horas	5.26	1.30
	4 horas	5.20	1.43
	5 horas	5.60	1.29
Estilo Controlador (1 – 7)	1 hora	2.79	1.74
	2 horas	2.91	1.55
	3 horas	3.04	1.60
	4 horas	3.27	1.84
	5 horas	3.37	1.81

Por su parte, la satisfacción de la necesidad de relación mostró diferencias significativas ($p < .05$) entre los deportistas que entrenan una hora por sesión y los deportistas que entrenan dos, tres, cuatro y cinco horas por sesión de entrenamiento. Mientras que la satisfacción de la necesidad de competencia y el burnout no mostraron diferencias significativas entre los grupos de respuesta de los deportistas universitarios mexicanos (véase Tabla 12).

Tabla 34.

Estadísticos descriptivos de la satisfacción de la necesidad de relación, la satisfacción de la necesidad de competencia y burnout según las horas de entrenamiento por sesión.

Variable	Horas por sesión de entrenamiento	M	DT
Satisfacción Necesidad de Relación (1 – 7)	1 hora	3.59	1.10
	2 horas	4.16	0.86
	3 horas	4.17	0.84
	4 horas	4.13	0.89
	5 horas	4.17	0.88
Satisfacción Necesidad de Competencia (1 – 5)	1 hora	5.18	1.31
	2 horas	5.53	1.10
	3 horas	5.61	1.12
	4 horas	5.63	1.15
	5 horas	5.34	1.40
Burnout (1 – 5)	1 hora	2.46	0.91
	2 horas	2.17	0.98
	3 horas	2.23	1.03
	4 horas	2.21	1.07
	5 horas	2.58	1.24

Inter-Relaciones del Contexto Social, los Procesos Psicológicos Mediadores, Bienestar y Malestar en Deportistas Universitarios Mexicanos.

En este apartado se presentan las inter-relaciones establecidas entre las variables del estudio: los estilos interpersonales por parte del entrenador (apoyo a la autonomía y estilo controlador), la necesidad de autonomía, relación y competencia (satisfacción y frustración), la motivación (autónoma, controlada y no motivación), el bienestar (autoestima) y el malestar (burnout). Dado que se han encontrado diferencias significativas entre los hombres y las mujeres en las variables del estudio a excepción de la motivación autónoma, las relaciones se mostrarán tanto en la muestra global como por género.

En la Tabla 35 se muestran las relaciones establecidas entre las variables del estudio del total de la muestra. Respecto al estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, los resultados muestran una alta relación positiva y significativa entre dicho estilo y la satisfacción de la necesidad de autonomía, relación y competencia, la motivación autónoma y la motivación controlada, mientras que la relación es negativa y significativa con el estilo interpersonal controlador del entrenador, la frustración de la necesidad de autonomía, relación y competencia, así como con la no motivación y con el burnout.

Por su parte, el estilo interpersonal controlador del entrenador se relaciona de manera positiva y significativa con la frustración de la necesidad de autonomía, relación y competencia, así como, con la motivación controlada, la no motivación y el burnout. Por el contrario, dicho estilo controlador se relaciona de manera negativa y significativa con la necesidad de autonomía y con la necesidad de relación.

La satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia se relacionan de manera positiva y significativa entre sí, así como, con la motivación autónoma, con la autoestima y con menos fuerza con la motivación controlada. Así mismo, la satisfacción de las tres necesidades se relacionan de manera negativa y significativa con el estilo controlador del entrenador, la frustración de las necesidades psicológicas básicas, la no motivación y el burnout.

Por su parte, la frustración de la necesidad de autonomía, relación y competencia se relaciona de manera positiva y significativa con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout, mientras que se relaciona de manera negativa con la motivación autónoma y con la autoestima.

La motivación autónoma se relaciona de manera positiva y significativa con la motivación controlada y con la autoestima, y de manera negativa con la no motivación y con el burnout. Por su parte, la motivación controlada, se relaciona de manera positiva y significativa con la no motivación y con el burnout. Por último, la no motivación, se relaciona de manera significativa ($p < .01$) y positiva con el burnout. Mientras que dicho burnout se relaciona de manera negativa y significativa con la autoestima (véase Tabla 11).

Tabla 35.
Correlaciones bivariadas de las variables del estudio (Muestra total).

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Apoyo a la Autonomía	1											
2. Estilo Controlador	-.25**	1										
3. Satisfacción Necesidad de Autonomía	.64**	-.23**	1									
4. Satisfacción Necesidad de Competencia	.26**	-.02	.34**	1								
5. Satisfacción Necesidad de Relación	.48**	-.16**	.50**	.33**	1							
6. Frustración Necesidad de Autonomía	-.26**	.49**	-.29**	-.10**	-.22**	1						
7. Frustración Necesidad de Competencia	-.24**	.48**	-.30**	-.13**	-.25**	.85**	1					
8. Frustración Necesidad de Relación	-.20**	.48**	-.26**	-.11**	-.21**	.80**	.88**	1				
9. Motivación Autónoma	.32**	-.15**	.41**	.29**	.32**	-.19**	-.22**	-.23**	1			
10. Motivación Controlada	.13**	.21**	.15**	.16**	.13**	.11**	.10**	.12**	.42**	1		
11. No Motivación	-.05*	.40**	-.11**	-.04*	-.11**	.33**	.39**	.41**	-.10**	.42**	1	
12. Autoestima	-.03	-.23**	.02	.05*	.08**	-.16**	-.18**	-.20**	.10**	-.06**	-.17**	1
12. Burnout	-.13**	.54**	-.17**	-.09**	-.17**	.41**	.45**	.44**	-.21**	.15**	.49**	-.22**

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

En cuanto a las relaciones establecidas entre las variables del estudio en el grupo de los hombres, se puede observar que la percepción de un estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se relaciona de manera positiva y significativa con la satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la motivación autónoma y con la motivación controlada, mientras que dicho apoyo a la autonomía se relaciona de manera negativa con el estilo controlador del entrenador, con la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la no motivación y con el burnout.

Por otra parte, el estilo interpersonal controlador del entrenador se relaciona de manera positiva y significativa con la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout. Mientras que el estilo interpersonal controlador del entrenador se relaciona de manera negativa y significativa con la satisfacción de las necesidades de autonomía y relación, la motivación autónoma y la autoestima, no siendo significativa la relación con la satisfacción de la necesidad de competencia.

La relación entre la satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia es positiva y significativa, lo mismo ocurre entre las tres necesidades y la motivación autónoma y la motivación controlada. La satisfacción de la necesidad de autonomía se relaciona de manera negativa y significativa con la no motivación y el burnout. Mientras que la satisfacción de la necesidad de relación y competencia se relacionan de manera negativa y significativa con la no motivación y con el burnout. La autoestima no se relaciona de manera significativa con la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas.

La frustración de las tres necesidades psicológicas básicas se correlacionan de manera positiva y significativa entre ellas y con la motivación controlada, la no motivación y el burnout. Mientras que dichas frustraciones se relacionan de manera negativa y significativa con la motivación autónoma y con la autoestima. La motivación autónoma se relaciona de manera positiva y significativa con la motivación controlada y de manera negativa y significativa con la no motivación y el burnout. La motivación controlada se relaciona de manera positiva y significativa

con la no motivación y con el burnout, así mismo, la correlación entre la no motivación y el burnout es significativa y positiva (véase Tabla 12).

Tabla 36.
Correlaciones bivariantes entre las variables de estudio en hombres.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Apoyo a la Autonomía	1											
2. Estilo Controlador	-.20**	1										
3. Satisfacción Necesidad de Autonomía	.64**	-.21**	1									
4. Satisfacción Necesidad de Competencia	.22**	-.03	.30**	1								
5. Satisfacción Necesidad de Relación	.45**	-.12**	.48**	.30**	1							
6. Frustración Necesidad de Autonomía	-.22**	.47**	-.27**	-.09**	-.18**	1						
7. Frustración Necesidad de Competencia	-.21**	.48**	-.28**	-.10**	-.19**	.88**	1					
8. Frustración Necesidad de Relación	-.18**	.47**	-.24**	-.09**	-.16**	.83**	.91**	1				
9. Motivación Autónoma	.31**	-.14**	.41**	.23**	.31**	-.21**	-.24**	-.24**	1			
10. Motivación Controlada	.15**	.17**	.18**	.14**	.16**	.07**	.08**	.09**	.50**	1		
11. No Motivación	-.03	.39**	-.08**	-.06*	-.06*	.31**	.37**	.38**	-.07**	.41**	1	
12. Autoestima	-.04	-.22**	-.01	.03	.04	-.14**	-.15**	-.15**	.05	-.04	-.11**	1
13. Burnout	-.12**	.57**	-.16**	-.08**	-.12**	.29**	.42**	.41**	-.18**	.15**	.46**	-.18**

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

En la Tabla 13 aparecen las inter-relaciones de las variables de estudio en el grupo de mujeres deportistas universitarias mexicanas. Se puede observar como la percepción del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se relaciona de manera positiva y significativa con la satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia, así mismo, con la motivación autónoma. Por el contrario, se relaciona de manera negativa y significativa con la estilo interpersonal controlador del entrenador, la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la no motivación y con el burnout. En cuanto al estilo interpersonal controlador por parte del entrenador se relaciona de manera positiva y significativa con la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, así como, con la motivación controlada, la no motivación y el burnout. Mientras que se relaciona de manera negativa y significativa con la satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la motivación autónoma y con la autoestima.

Por su parte la satisfacción de las necesidades de autonomía, relación y competencia se relacionan entre sí de manera positiva y significativa; de la misma forma la satisfacción de las necesidades se relacionan de manera positiva y significativa con la motivación autónoma y con la autoestima. Siendo la satisfacción de la necesidad de competencia la única que se relaciona de manera positiva y significativa con la motivación controlada. Por el contrario, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, se relacionan de manera negativa y significativa con la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, con la no motivación y con el burnout. Lo mismo sucede con la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia, las cuales se relacionan entre sí de manera positiva y significativa; así mismo, la frustración de las necesidades de autonomía, relación y competencia se relacionan de manera positiva y significativa con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout. Por el contrario, la frustración de las tres necesidades psicológicas básicas se relaciona de manera negativa y significativa con la motivación autónoma y con la autoestima.

La motivación autónoma se relaciona de manera positiva y significativa ($p < .01$) con la motivación controlada y la autoestima, mientras que se relaciona de manera negativa y significativa ($p < .01$) con la no motivación y con el burnout. Por otra parte, la motivación controlada se relaciona de manera positiva y significativa ($p < .01$) con la no motivación y con el burnout. En cuanto a la no motivación se observa una inter relación fuertemente significativa con el burnout, mismo que correlaciona de manera negativa y significativa con la autoestima (véase Tabla 37).

Tabla 37.
Correlaciones bivariantes entre las variables de estudio en mujeres.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Apoyo a la Autonomía	1											
1. Estilo Controlador	-.42**	1										
2. Satisfacción Necesidad de Autonomía	.64**	-.37**	1									
3. Satisfacción Necesidad de Competencia	.27**	-.10**	.37**	1								
4. Satisfacción Necesidad de Relación	.48**	-.26**	.50**	.33**	1							
5. Frustración Necesidad de Autonomía	-.38**	.50**	-.38**	-.18**	-.34**	1						
6. Frustración Necesidad de Competencia	-.34**	.44**	-.38**	-.23**	-.38**	.79**	1					
7. Frustración Necesidad de Relación	-.30**	.44**	-.35**	-.23**	-.35**	.73**	.82**	1				
8. Motivación Autónoma	.30**	-.17**	.40**	.34**	.30**	-.19**	-.22**	-.22**	1			
9. Motivación Controlada	.05	.21**	.05	.14**	.04	.12**	.08*	.09**	.40**	1		
10. No Motivación	-.16**	.35**	-.23**	-.12**	-.25**	.33**	.37**	.39**	-.14**	.37**	1	
11. Autoestima	.01	-.17**	.10**	.13**	.15**	-.12**	-.18**	-.20**	.14**	-.00	-.15**	1
12. Burnout	-.25**	.42**	-.27**	-.18**	-.33**	.40**	.44**	.43**	-.27**	.08**	.48**	-.20**

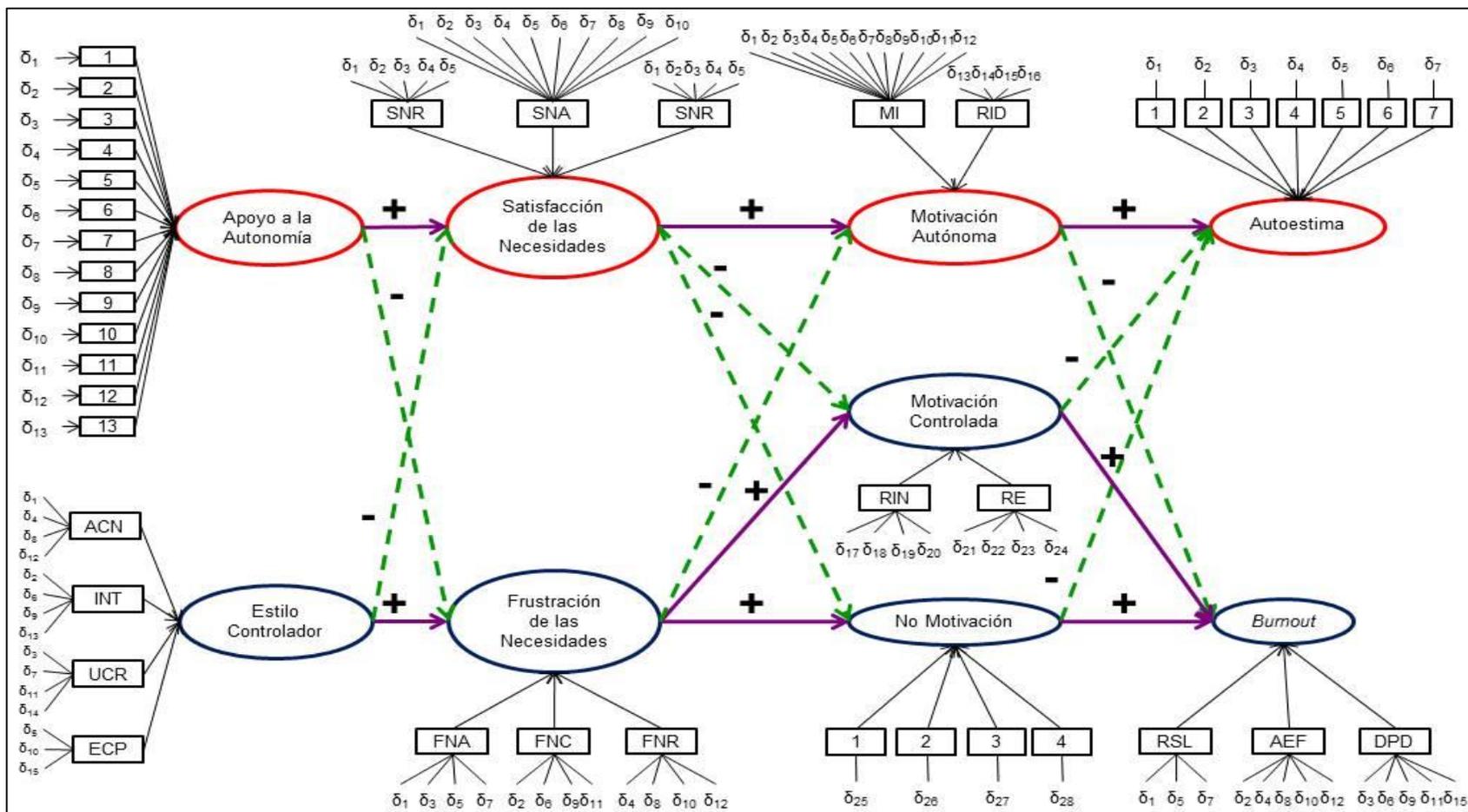
Nota. ** $p < .01$, * $p < .05$

Modelo de Relaciones entre el Contexto Social, los Procesos Psicológicos Mediadores, el bienestar y malestar.

Como ya se comentó en el apartado 6 sobre procesamiento de los datos se pone a prueba un modelo estructural que relaciona la percepción de los estilos interpersonales del entrenador, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación (motivación autónoma, controlada y no motivación), y los indicadores de bienestar (autoestima) y malestar (burnout). Para examinar este modelo se ha seguido la aproximación de dos pasos sugeridas por Anderson y Gerbing (1988).

El primer paso ha consistido en examinar un modelo de medida para determinar si los indicadores (ítems) de las variables latentes se relacionan con sus factores de una manera satisfactoria (para más detalle sobre los indicadores de cada factor véase Figura 11). En el segundo paso, se ha puesto a prueba el modelo de ecuaciones estructurales el cual hipotetiza que la percepción del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se asociará positivamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de manera negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, mientras que el estilo interpersonal controlador del entrenador se asociará de manera positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas y de manera negativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Por su parte, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se asociará de manera positiva con la motivación autónoma y de manera negativa con la motivación controlada y la no motivación, mientras que la frustración de las necesidades psicológicas básicas se asociará de manera positiva con la motivación controlada y la no motivación, mientras que de manera negativa con la motivación autónoma. Así mismo, la motivación autónoma se asociará de manera positiva con la autoestima y de manera negativa con el burnout, mientras que la motivación controlada y la no motivación se asociarán de manera positiva con el burnout y de manera negativa con la autoestima. Dado que las relaciones entre las distintas variables del estudio han sido similares en ambos

géneros (véase Tablas 11 y 12), este modelo se pondrá a prueba considerando la muestra total (véase Figura 11).



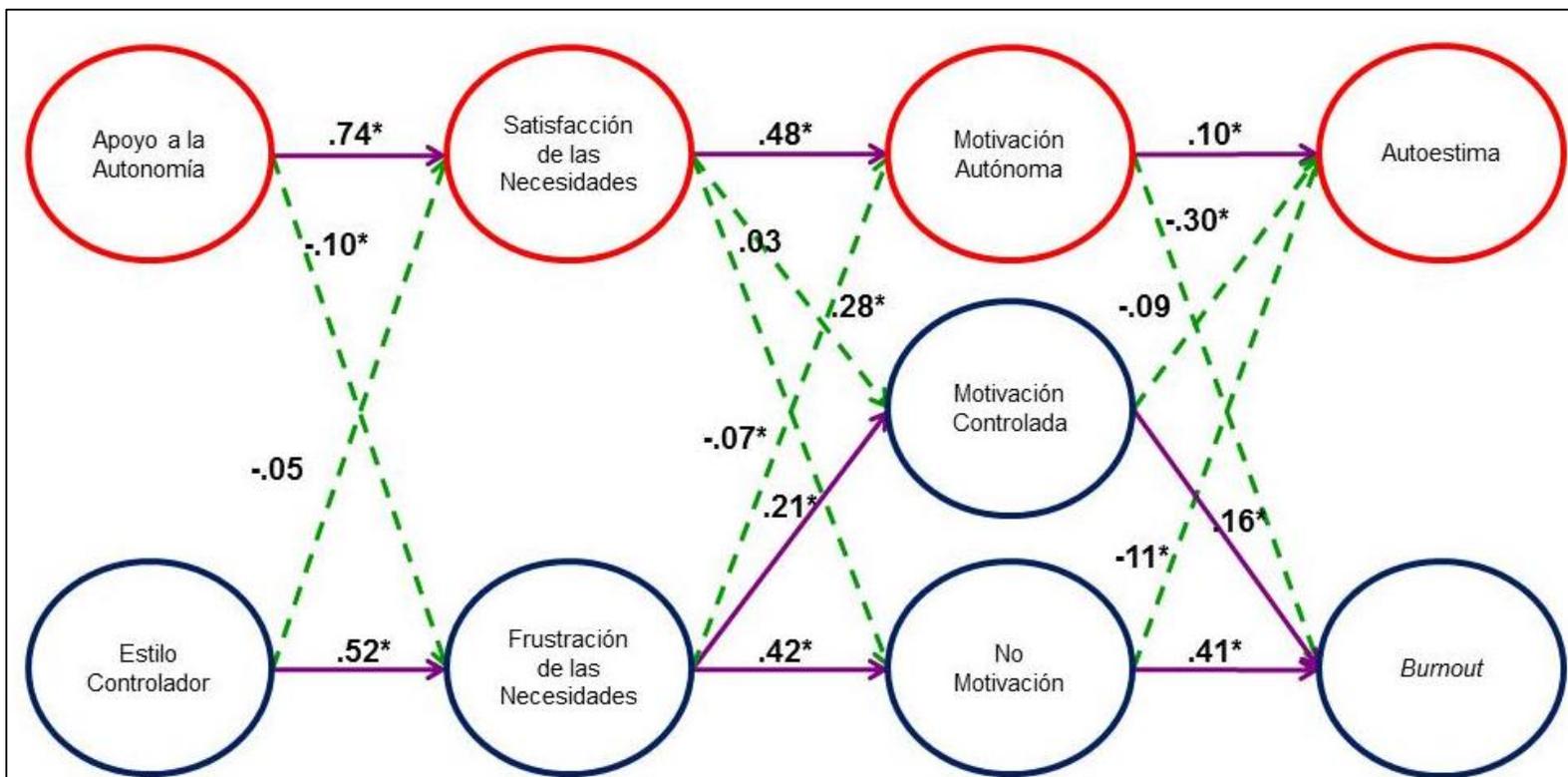
NOTA: ACN = Atención Condicional Negativa; INT = Intimidación; UCR = Uso Controlador de Recompensas; ECP = Excesivo Control Personal; SNR = Satisfacción de la Necesidad de Relación; SNA = Satisfacción de la Necesidad de Autonomía; SNC = Satisfacción de la Necesidad de Competencia; FNA = Frustración de la Necesidad de Autonomía; FNC = Frustración de la Necesidad de Competencia; FNR = Frustración de la Necesidad de Relación; MI = Motivación Intrínseca; RID = Regulación Identificada; RIN = Regulación Introyectada; RE = Regulación Externa; RSL = Reducida Sensación de Logro; AEF = Agotamiento Emocional y Físico; DPD = Devaluación de la Práctica Deportiva. Las líneas discontinuas significan relaciones negativas

Figura 21. Modelo Hipotetizado de las relaciones entre los estilos interpersonales del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación, la autoestima y el burnout.

El modelo de medida presentó índices de ajuste aceptables: $\chi^2 = 3753.99$, $gl = 783$; $p < .01$; NNFI = .97; CFI = .97; RMSEA = .05. Así mismo, todos los indicadores saturaron de manera significativa en sus correspondientes variables latentes ($t > 2.58$).

El modelo de ecuaciones estructurales presentó índices de ajuste aceptables: $\chi^2 = 4306$, $gl = 800$; $p < .01$; NNFI = .96; CFI = .96; RMSEA = .06. El estilo interpersonal de apoyo a la autonomía se asoció positivamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, por el contrario se relacionó de manera negativa y significativamente con la frustración de las necesidades psicológicas básicas. La relación entre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas resultó significativa y positiva con la motivación autónoma y con la motivación controlada, la motivación autónoma se asoció de manera positiva y significativa con la autoestima (véase Figura 12).

Por su parte, el estilo interpersonal controlador se asoció de manera positiva y significativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas y de manera negativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Por su parte, la frustración de las necesidades básicas se asoció de manera positiva y significativa con la no motivación y con la motivación controlada, mientras que de manera negativa con la motivación autónoma. La motivación controlada se asoció de manera positiva y significativa con el burnout. Así mismo, la no motivación se asoció de manera positiva y significativa con el burnout, mientras que se asoció de manera negativa y significativa con la autoestima (véase Figura 12).



NOTA: $**p < .01$; $*p < .05$

Figura 22. Solución estandarizada de las relaciones entre los estilos interpersonales del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación, la autoestima y el burnout.

Además de los efectos directos antes mencionados, el modelo también mostró efectos indirectos de los estilos interpersonales del entrenador, las necesidades psicológicas básicas, las formas de motivación. El estilo interpersonal de apoyo a la autonomía mostró efectos indirectos sobre la motivación autónoma ($\beta = .36; p < .05$), sobre la motivación controlada ($\beta = .18; p < .05$), sobre la no motivación ($\beta = -.01; p < .05$) a través de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, así como sobre la autoestima ($\beta = .01; p < .05$) y sobre el burnout ($\beta = -.08; p < .05$) a través de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y de las formas de motivación (motivación autónoma y motivación controlada). Por su parte, el estilo interpersonal controlador del entrenador mostró efectos indirectos sobre la motivación autónoma ($\beta = -.06; p < .05$), sobre la motivación controlada ($\beta = .09; p < .05$), y sobre la no motivación ($\beta = .21; p < .05$) a través de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, así como sobre la autoestima ($\beta = -.03; p < .05$) y sobre el burnout ($\beta = .12; p < .05$), a través de dichas frustraciones y de las formas de motivación.

Así mismo, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas mostraron efectos indirectos sobre la autoestima ($\beta = .01; p < .05$) y sobre el burnout ($\beta = -.08; p < .05$), a través de las formas de motivación (motivación autónoma y controlada). Por su parte, la frustración de las necesidades psicológicas básicas también mostró efectos indirectos sobre la autoestima ($\beta = -.07; p < .05$) y sobre el burnout ($\beta = .22; p < .05$) a través de las formas de motivación.

IV. DISCUSIONES

IV. Discusiones

En este capítulo se presentan las discusiones en base a los resultados obtenidos en el trabajo de investigación por cada uno de los objetivos e hipótesis planteados, comparándolos con el enfoque teórico antes presentado.

Con lo que respecta al objetivo uno, pudimos observar en el capítulo de resultados, los datos estadísticos de cada una de las variables de estudio. Así mismo, se realizaron los análisis diferenciales entre las variables de estudio y las variables sociodemográficas, obteniendo como resultados los siguientes:

En lo que respecta al contexto social y el género, los hombres reportaron medias más altas en las variables de apoyo a la autonomía y en la percepción del estilo controlador por parte del entrenador...

Las necesidades psicológicas básicas y el género, los hombres reportaron medias más altas en la satisfacción y frustración de las tres necesidades psicológicas básicas en comparación con las mujeres...

En cuanto las formas de motivación y género, los hombres mostraron mayores medias en las formas menos auto-determinadas de la motivación esto es la motivación controlada y la no motivación, esto es que reportan que continúan realizando su deporte por las consecuencias externas que éste les provee y el prestidío y posición ante sus círculos sociales, este resultado va en línea con estudio previos (Fortier et al., 1995; Gane y Latinjak, 2014; Gillet y Rosbnet, 2008; Hollembeak y Amorose, 2005 y Pelletier et al., 1995). Por su parte, las mujeres reportaron mayor motivación autónoma, por lo tanto, las mujeres realizan su actividad deportiva por los beneficios físicos y porque les gusta mejorar sus habilidades, lo cual va en línea con la investigación de Hollembeak y Amorose (2005) en donde se utilizó el indicador de regulación intrínseca.

El bienestar y malestar también mostraron diferencias significativas entre hombres y mujeres, en donde las mujeres muestran indicadores más altos en autoestima que los hombres, lo cual es contrario a previas investigaciones (p.e.,

García-Molina et al., 2007), en donde los hombres tienen una percepción más positiva de su competencia deportiva, caso contrario a nuestro estudio (e.g., Balaguer, 1998). Mientras que los hombres mostraron indicadores más altos en burnout en comparación con las mujeres, resultado que va en línea con el estudio previo de Ziemainz y colaboradores (2015), en el cual pusieron a prueba diferentes variables sociodemográficas como predictoras del burnout y de sus síntomas.

Los deportes se clasificaron en individual y de conjunto dentro de nuestro estudio, los deportistas que practican en un deporte de equipo o de conjunto, mostraron medias más altas en la percepción del estilo controlador del entrenador, la satisfacción de la necesidad de relación, la no motivación y la autoestima. En un estudio realizado por González y colaboradores (2015) en donde se comparan una muestra de bailarines y un equipo de fútbol, se muestran resultados similares en cuanto a la satisfacción de la necesidad de relación mostrando una media más alta en comparación con los bailarines, el cual podría equiparse con los deportes individuales de nuestro estudio, así mismo, en un estudio realizado por Gane y Latinjak (2014) realizaron una comparación entre deportes como atletismo, triatlón, natación y esquí con baloncesto, fútbol y waterpolo en donde se obtuvieron resultados similares a los antes mencionados.

Una aportación de nuestro estudio de investigación, son las diferencias significativas entre las variables de estudio y las variables de tiempo específicamente en los años que tienen compitiendo en su deporte, los años que tienen con su entrenador, los días de competencia por semana y las horas por sesión de entrenamiento. De manera concreta se presentan a continuación:

Las variables estudiadas y los años que tienen compitiendo en su deporte y la satisfacción de la necesidad de autonomía, relación y competencia, en la motivación autónoma, controlada y no motivación y en el burnout. Mostrando que los deportistas que tienen más de 10 años en su deporte reportan que se sienten parte de sus equipos deportivos, que toman en cuenta sus opiniones y que son competentes para realizar sus tareas, en comparación con los deportistas que tienen menos de cinco años. Mismos que realizan sus actividades por que les gusta,

por aprender cosas nuevas, por la satisfacción que sienten al realizarlo, sin embargo, también lo hacen por evitar vergüenzas y por mantener el estatus que les da el ser un deportista. Por su parte, la pérdida de interés en la actividad, el agotamiento emocional y físico, la devaluación de su práctica deportiva también se incrementa en relación al número de años que llevan compitiendo en su deporte.

Los años que llevan entrenando con su entrenador fue significativo en el estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, la satisfacción de la necesidad de competencia y con la autoestima. Los deportistas que tienen un año con su entrenador reportan que sus entrenadores se preocupan por ellos, les da información necesaria para poder mejorar, toma en cuenta los puntos de vista de los deportistas en comparación con lo que tienen más de cinco años con su entrenador. Por otra parte, los deportistas que llevan más de cinco años con su entrenador, se perciben más competentes y más capaces de realizar lo que sus entrenadores indiquen. Por último, la autoestima de los jóvenes deportistas es mayor entre uno y cuatro años con su entrenador, sin embargo, se reporta una disminución importante en los deportistas que tienen más de cinco años con sus entrenadores.

Los días de entrenamiento por semana mostraron diferencias significativas, la percepción de apoyo a la autonomía por parte de los deportistas aumenta con el número de días que se entrene por semana, esto es que a mayor días de entrenamiento mayor es la percepción de que mi opinión es tomada en cuenta, el entrenador se preocupa por mí y se interesa en que mejore mis habilidades, sintiéndose competente a las actividades que el entrenador indica, aumentando a su vez la satisfacción que pueda sentir al mejorar entrenamiento tras entrenamiento, así como, el interés del propio deportista por aprender cosas nuevas. La autoestima de estos deportistas también aumenta con el número de días de entrenamiento por semana, logrando que estos se valoren más y confíen en sus capacidades y éxitos. Por el contrario, el burnout aumenta de acuerdo al número de días que entrenen por semana, esto es que entre más días de entrenamiento por semana tengan los

deportistas, estos se sienten más agotados física y mentalmente y pueden llegar a devaluar su práctica deportiva.

La última variable de tiempo con la cual se realizaron los análisis diferenciales fue el número de horas que entrenan por sesión de entrenamiento, encontrando un aumento en las medias de las variables de apoyo a la autonomía, estilo controlador, satisfacción de la necesidad de relación y competencia y burnout conforme aumenta las horas de entrenamiento. Los deportistas perciben que sus entrenadores se preocupan por ellos y porque mejoren en su deporte logrando en ellos que se sientan parte del equipo y que se preocupen por el equipo así como un aumento en la percepción de eficacia para su deporte. Del mismo modo, la percepción de que sus entrenadores tienen favoritismo dentro del equipo, así como que estos utilizan recompensas a cambio de que realicen sus actividades también aumenta por con las horas por sesión de entrenamiento, llevando a que los deportistas presenten cansancio físico y emocional para realizar sus actividades fuera del deporte.

A continuación pasamos a valorar las hipótesis planteadas para el presente estudio, que responden a los objetivos específicos 2 (Hipótesis 1 a 7) y 3 (Hipótesis 8 a 12):

Hipótesis 1: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera positiva con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

Los resultados muestran que cuando los entrenadores se preocupan por sus deportistas, proporcionan información necesaria para mejorar y toman en cuenta la opinión de todos sus deportistas, estos perciben que son parte del equipo, que el equipo se preocupa por ellos, así mismo, se aumenta el sentido de eficacia para realizar las acciones aumentando la toma de decisiones. Lo cual va en sintonía con resultados previos obtenidos por Adie, Duda y Ntoumanis (2008); Álvarez y colaboradores (2009); Balaguer y colaboradores (2008); Coatsworth y Conroy (2009); González y colaboradores (2015); López-Walle y colaboradores (2012); Queded y colaboradores (2013). Así mismo, cuando los entrenadores toman en

cuenta los puntos de vista de sus deportistas y fomentan la participación reconociendo el esfuerzo día con día, consiguen que estos acudan a los entrenamientos y competencias por iniciativa propia y por gusto a realizar la actividad. Esta inter-relación va en la línea con el trabajo realizado por Álvarez y colaboradores (2009); Bartholomew y colaboradores (2010); Gagné, Ryan, y Bargmann (2003) y Balaguer y colaboradores (2008). Por el contrario dentro de nuestro estudio, la asociación entre el estilo de apoyo que facilita los sentimientos de pertenencia, de autonomía y de relación en su práctica deportiva no se asocia con los sentimientos de respeto, confianza y aceptación de sí mismos. Por lo tanto en nuestro estudio la primera hipótesis propuesta se rechazó.

Hipótesis 2: La percepción de apoyo a la autonomía estará relacionada de manera negativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

Los resultados confirman que cuando los entrenadores fomentan la toma de decisiones, el trabajo en equipo y premian el esfuerzo, evitan que sus deportistas sientan que no son los propios iniciadores de sus acciones, que sientan que son rechazados dentro de su equipo deportivo, así como los sentimientos de incompetencia para realizar las acciones que se le piden, lo cual va en línea con investigaciones como la de González y colaboradores (2015). Así mismo, cuando los entrenadores se preocupan por cómo ven las cosas y toman en cuenta sus opiniones, evitando que aparezcan los sentimientos de frustración para tomar decisiones, que se sientan competentes y parte del equipo al que pertenecen, evitan las formas menos auto-determinadas para actuar, esto es que ellos realizan sus actividades por temor a decepcionar a su contexto social o por los beneficios externos que puedan perder si no lo practican, así como el no sentirse capaz de tener éxito en su deporte, esto va en línea con lo obtenido en el estudio realizado por Balaguer y colaboradores (2011) y Ramis, Torregrosa, Viladrich y Cruz (2013). Por último, los ambientes generados por los entrenadores de apoyo que evitan los sentimientos de frustración se asocian de manera negativa con el agotamiento

emocional, con el agotamiento físico, evitando una devaluación de su práctica deportiva y que no tengan la percepción de que lo que realizan no pueda tener éxito, lo cual va en la línea con lo obtenido por Balaguer y colaboradores (2011; 2012) y por Pelletier y colaboradores (2001). Por lo tanto en nuestro estudio la segunda hipótesis propuesta se confirmó.

Hipótesis 3: La percepción de estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma positiva con la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación controlada, con la no motivación y con el burnout.

Los resultados ofrecen apoyo a la asociación positiva entre el estilo de entrenador que acobarda a sus deportistas, que se entromete en aspectos de la vida personal, desvalorizan y castigan a sus deportistas cuando fallan con los sentimientos de incompetencia en su deporte, rechazo dentro de su equipo deportivo y una limitación para decir lo que piensa o siente (Balaguer et al., 2012; Bartholomew et al., 2011; Castillo et al., 2012). Sentimientos que a su vez se asocian de manera positiva con los sentimientos de culpa por no realizar sus actividades deportivas o por el prestigio que este puede ofrecerles (Smith y Ntoumanis, 2010). Así mismo, el estilo controlador y los sentimientos de frustración o limitación también se asocian con la no motivación, esto se ve reflejado en la falta de buenas razones para continuar o para practicar su deporte, así como, llevar al deportista a que considere que el deporte que practica no es para él (Barcza-Renner, Eklund, Morin, Habeeb, 2016). Por lo tanto, la tercera hipótesis propuesta dentro de nuestro estudio, se confirmó.

Hipótesis 4: La percepción de estilo controlador del entrenador estará relacionada de forma negativa con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación), con la motivación autónoma y con la autoestima.

Los resultados defiende que cuando los deportistas perciben que sus entrenadores ofrecen recompensas a cambio de acciones o que los hacen menos si fallan estos no logran sentirse parte del equipo, se sentirán rechazados por sus

compañeros y no se sentirán que pueden tomar decisiones. Sin embargo, no se encontró una asociación negativa entre la percepción de los entrenadores controladores y el sentido de eficacia o competencia. Nuestros resultados han sido comprobados en investigaciones como la de González y colaboradores (2015) en donde se utilizó la puntuación media de la satisfacción de las necesidades, por su parte Matosic y Cox (2014) comprobaron la relación negativa entre las características del estilo controlador y la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas. Así mismo, Blanchard y colaboradores (2009) obtuvieron resultados significativos con la necesidad de autonomía, no así con la relación y competencia. Dentro de los resultados de la presente investigación, se encontró que cuando los entrenadores son poco amistosos, controlando el tiempo libre de sus deportistas e intimidan a los mismos, se asocia de manera negativa con la satisfacción y las emociones que estos pueden sentir cuando entrenan o compiten en su deporte, lo cual va en línea con Matosic y Cox (2014), en donde obtuvieron resultados negativos significativos entre el estilo controlador y las regulaciones que conforman la motivación autónoma. Por último, cuando estos actúan de forma que intimidan, minimizan o utilizan recompensas para lograr que actúen como ellos creen que es correcto, limitan que se estos se acepten, se respeten o tengan confianza en sí mismos, asociación que ha sido confirmada previamente por González y colaboradores (2015). Por tanto y con lo anterior mencionado los resultados de nuestro estudio rechazan la cuarta hipótesis,

Hipótesis 5: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera positiva con la motivación autónoma y de manera negativa con la motivación controlada y con la no motivación.

Los resultados de la presente investigación apoyan la asociación positiva entre el sentimiento de eficacia de los deportistas para realizar su deporte, los sentimientos de seguridad y de apoyo, así como los sentimientos de elección y decisión sobre sus acciones, y la satisfacción que le produce llevarlas a cabo y descubrir habilidades nuevas para perfeccionarlas, asociación que va en línea con

previas investigaciones (e.g., Almagro, et al., 2011; Balaguer, Castillo y Duda, 2008; Gené y Latinjak, 2014). Así mismo, los sentimientos que caracterizan la satisfacción de la necesidad de autonomía, relación y competencia, se asociaron de manera negativa con la práctica deportiva que se realiza para evitar sentimientos de culpa o por el interés de los actores deportivos por el prestigio que conlleva el deporte, así como con la falta de razones positivas para realizar la práctica deportiva, lo cual va en línea con la investigación realizada por Martinent y colaboradores (2015). Por tanto, los resultados de la presente investigación confirman la quinta hipótesis

Hipótesis 6: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación autónoma se relacionará de manera positiva con la autoestima.

Los resultados muestran que cuando los deportistas se creen lo bastante buenos y hábiles para su deporte, y también valorados, seguros y apoyados cuando practican, se asocia de manera positiva con sentimientos de satisfacción al mejorar, al aprender cosas nuevas y habilidades nuevas, así como, un gusto por los sentimientos que experimentan cuando practican, lo cual va en línea con previas investigaciones (e.g., Álvarez, et al., 2009; Balaguer, Castillo y Duda, 2008; Martinent et al., 2015). Estas características también se relacionan con la confianza, aceptación y valoración de ellos como personas y deportistas, lo cual va en la línea de estudio previos realizados en el contexto deportivo (e.g., Balaguer, et al., 2008; Gagné, et al., 2003). En el caso de los sentimientos de toma de decisiones que caracterizan a la satisfacción de la necesidad de autonomía no se relacionó con el indicador de bienestar, en este caso la autoestima. La sexta hipótesis de nuestro estudio no se confirmó.

Hipótesis 7: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) se relacionará de manera negativa con la motivación autónoma y de manera positiva con la motivación controlada y con la no motivación.

Los resultados de nuestra investigación confirman la asociación positiva entre los sentimientos de frustración de las necesidades psicológicas básicas,

caracterizados por la falta de apoyo por parte de sus compañeros de equipo, por la presión que se genera en su entorno deportivo por comportarse y pensar de determinada manera, así como, la sensación de incompetencia para realizar las demandas del deporte; con el interés de demostrarle a los demás lo bueno que son en su deporte y para evitar sentimientos de culpa si dejaran de realizarlo. Los sentimientos de frustración también se asocian de manera positiva con el desconocimiento de la razón por la cual practican su deporte. Así mismo, la frustración se asocia de manera negativa con el interés de mejorar o perfeccionar las habilidades que demanda el deporte, así como la emoción o satisfacción que este puede provocarles, las tres asociaciones descritas van en línea con investigaciones previas en el contexto deportivo (e.g., Balaguer et al., 2012; Gagné et al., 2003; Martinent et al., 2015). Los resultados de la presente investigación apoyan la séptima hipótesis.

Hipótesis 8: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la motivación controlada están relacionadas de forma positiva con el burnout.

Los resultados del presente estudio de investigación soportan la asociación positiva entre los sentimientos de incompetencia para realizar determinadas tareas, las sensaciones de rechazo en su equipo deportivo y las limitaciones para tomar decisiones, lo que conlleva que asistan la práctica para evitar que las personas que lo rodean se molesten o por el prestigio que deja ser un deportista, así mismo, estos motivos se asocian con la desvalorización de la práctica deportiva, el cansancio tanto emocional como físico y falta de interés sobre los posibles éxitos. Esta interrelación va en la línea de resultados en estudios previos (Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012; Martinent et al., 2015; Quested y Duda, 2011). Por tanto, se confirma la octava hipótesis planteada en nuestra investigación.

Hipótesis 9: La frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) y la no motivación estarán relacionadas de forma positiva con el burnout.

Los resultados de la presente investigación confirman que existe una asociación positiva entre los sentimientos de presión para realizar las actividades deportivas, el rechazo de los compañeros de equipo y los sentimientos de incapacidad para realizar la tarea con la falta de motivos para continuar realizando el deporte y estos a su vez se asocian de manera positiva con una percepción de un mal desempeño en el deporte, sentimientos de fastidio hacia el deporte y falta de energía para continuar. Esto va en la línea con previos estudios de investigación (e.g., Balaguer et al., 2012; González et al., 2015; Jowett, Hill, Hall y Curran, 2016; Martinent et al., 2015). Nuestros resultados confirman la novena hipótesis planteada.

Hipótesis 10: La percepción de apoyo a la autonomía será un predictor positivo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y negativo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

Los resultados de la presente investigación apoyan que cuando los entrenadores fomentan la toma de decisiones, el trabajo en equipo, reconocen el esfuerzo, manejan las emociones de sus deportistas, logran que estos se sientan capaces de realizar las acciones que se le pidan, teniendo la libertad de tomar decisiones y que sientan que son parte de un equipo al cual cuidarán porque el equipo los cuida. Así mismo, las acciones de apoyo por parte del entrenador evitará que se sientan limitados, frustrados u obligados a pensar o actuar de determinada manera. Este resultado de predicción va en la línea de lo obtenido en pasadas investigaciones (González et al., 2015). Por lo tanto, se apoya la décima hipótesis planteada en nuestro estudio de investigación.

Hipótesis 11: La percepción de estilo controlador del entrenador será un predictor negativo de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y positivo de la frustración de dichas necesidades psicológicas básicas.

Los resultados del presente estudio de investigación establece que cuando los entrenadores aceptan menos a sus deportistas cuando estos fallan e intentan motivar a los mismos a través de premios si lo hacen como ellos esperan, causan en sus deportistas sentimientos de presión por comportarse de determinada manera, así como sentimientos de ineficacia e incapacidad para cumplir con las demandas

de su deporte y logrando dentro de su equipo deportivo percepciones de rechazo entre los mismos (Castillo et al., 2012; González et al., 2015). Por otra parte, nuestros resultados no cumplen con la relación de predicción negativa entre el estilo controlador por parte del entrenador y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, solo se conocen dos trabajos en los que se han puesto a prueba esta relación (Bartholomew et al., 2011), sin embargo nuestros resultados van en la línea por el estudio realizado por González y colaboradores (2015) en el cual no se comprobó la relación negativa entre el estilo controlador del entrenador y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, en concordancia con nuestros resultados podemos puntualizar que el estilo de entrenador que utiliza recompensas, determina maneras de pensar y de actuar no influyen de manera negativa con los sentimientos de frustración en cuanto a la toma de decisiones o al sentido de pertenencia dentro de un equipo deportivo universitario. Por lo tanto, se rechaza undécima hipótesis.

Hipótesis 12: La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas será un predictor positivo de la motivación autónoma y negativo de la motivación controlada y de la no motivación.

Los resultados muestran que cuando los deportistas sienten que tienen voz y voto durante los entrenamientos y competencias, teniendo la libertad de tomar decisiones y se sienten capaces de realizar las acciones de la mejor manera, estos acudirán a cada entrenamiento y partido por iniciativa propia, por el gusto que le tienen a su actividad deportiva y por el interés propio de aprender cosas nuevas (Balaguer et al., 2008). Así mismo, la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, relación y competencia, actúan como predictores positivos de acudir a los entrenamientos por los beneficios materiales que obtienen de ello o por el temor a los castigos, vergüenzas, etc. Lo cual va en línea con la investigación de Martinent y colaboradores (2015). Por último, plantea que las satisfacciones de las necesidades psicológicas básicas evitan que los deportistas sientan que no tienen motivo para acudir a los entrenamientos o competencias. Predicciones que no se cumplen dentro de nuestro estudio que va en línea con estudios de

correlaciones (Gane y Latinjak, 2014) en donde no se comprueba la correlación negativa entre la satisfacción e las tres necesidades psicológicas básicas y las formas menos auto-determinadas de la motivación. Los resultados de la presente investigación no confirma la duodécima hipótesis planteada.

Hipótesis 13: La frustración de las necesidades psicológicas básicas será un predictor negativo de la motivación autónoma, y positivo de la motivación controlada y de la no motivación.

Los resultados de la presente investigación muestran que cuando un deportista se siente limitado para tomar decisiones, no se cree capaz de realizar las actividades deportivas y no se siente parte del equipo deportivo en el que se desenvuelve, éste realizará las actividades deportivas porque recibe algo material a cambio o simplemente no tendrá motivación para realizarlas, lo cual va en la línea con investigaciones previas (Alcaraz et al., 2015; Martinent et al., 2015). Así mismo, se confirma que cuando los deportistas sienten frustradas sus necesidades psicológicas básicas, esto genera que no se creen capaces de realizar los ejercicios o actividades deportivas, sienten que el equipo no los acepta, evita que se sientan que practican su deporte por gusto o por interés de mejorar sus habilidades, lo cual va en la línea con Martinent et al., (2015). Por lo tanto, se confirma la decimotercera hipótesis planteada en nuestro estudio.

Hipótesis 14: La motivación autónoma predecirá de manera positiva la autoestima y de forma negativa el burnout, mientras que la motivación controlada y la no motivación predecirán de manera negativa la autoestima y de manera positiva el burnout.

Nuestros resultados muestran que cuando los deportistas practican su deporte por la satisfacción que les provoca el sentir que están perfeccionando sus habilidades, por la emoción que les provoca realizar su deporte lleva a que estos tengan sentimientos positivos sobre ellos mismos, se acepten, se respeten y tengan la confianza en sí mismos. Esto va en línea con estudios previos (López-Walle et al., 2011). Así mismo, este sentimiento de satisfacción y emoción hacia el deporte, evita que los deportistas presenten sentimientos de fastidio hacia el deporte, el

agotamiento emocional y que no tengan sentimientos negativos. La predicción se ha comprobado con antelación (Balaguer et al., 2008; Barcza-Renner et al., 2016). Por su parte, cuando los deportistas continúan con la práctica deportiva para evitar sentimientos de culpa o evitarle disgusto a las personas que los rodean, predicen sentimientos de desvalorización para obtener éxitos en su deporte, así como de un cansancio por las demandas físicas y mentales que éste pueda provocar (Balaguer et al., 2011; Cresswell y Eklund, 2005), sin embargo, no predice de forma negativa los niveles de autoestima. Los resultados de la investigación no confirman la decimocuarta hipótesis.

V. CONCLUSIONES, LIMITACIONES Y FUTURAS LINEAS DE INVESTIGACIÓN

V. Conclusiones

Los resultados obtenidos en el presente trabajo, confirman la importancia que tienen los entrenadores como líderes en el contexto deportivo universitario mexicano, el estilo interpersonal que éste utilice es clave para lograr la satisfacción o frustración de los jóvenes deportistas, lo cual llevará a regular la motivación de los mismos consiguiendo el bienestar o malestar.

En concreto cuando los deportistas perciben que su entrenador utiliza un estilo interpersonal de apoyo a la autonomía, es decir perciben que su entrenador se preocupa por ellos y tiene en cuenta su punto de vista, percibirán sus necesidades psicológicas básicas satisfechas, esto es que se sentirán competentes en cada actividad que realicen, se sentirán autónomos en las decisiones y acciones que llevan a cabo junto con un sentido de pertenencia en su equipo deportivo y en el contexto que los rodea. Esta satisfacción de las necesidades psicológicas básicas tendrá como consecuencia una motivación autónoma, esto es que realicen las actividades por que quieren aprender, mejorar y se sienten felices de realizar su deporte teniendo como una importante consecuencia niveles altos de autoestima.

Por su parte, cuando los deportistas percibe que su entrenador actúa a través de un estilo interpersonal controlador, el cual se caracteriza por controlar a sus deportistas dentro y fuera del área deportiva, intimidándolos, utilizando recompensas para lograr que actúen de forma que ellos quieren, percibirán sus necesidades psicológicas básicas frustradas, por lo que se sentirán controlados para realizar las acciones correspondientes a su deporte, sintiendo que no son parte del equipo y no se considerarán capaces de poder realizar las acciones que se le solicitan. Esta frustración de las necesidades psicológicas básicas tendrá como consecuencia una motivación controlada o una no motivación, esto es que se sentirán responsables de sus acciones y lo harán por obtener recompensas externa o en algunos casos no sentirán motivación para continuar, dando como consecuencia sensaciones de devaluación de la práctica deportiva, agotamiento para realizar sus actividades aumentando los niveles de burnout.

Es destacable el hecho de que los entrenadores en formación o los entrenadores ya formados, se vean beneficiados con este tipo de estudios para que puedan aumentar la posibilidad de que los deportistas continúen practicando deporte y que puedan aprender estrategias que ayuden al beneficio de sus deportistas y que por ende los beneficiaran a ellos y al equipo deportivo al que pertenecen. A través de estrategias de comunicación y *feedback* se puede lograr que nuestros deportistas se sientan bien en lo que hacen y en como lo hacen. Logrando que a través del bienestar psicológico logren el bienestar físico en busca de obtener el óptimo rendimiento en su disciplina.

Limitaciones

1. El presente estudio de investigación se realizó a través de un diseño transversal, por lo que interesaría realizar en futuras investigaciones un estudio con diseño longitudinal.
2. Dentro del presente estudio se realizó la aplicación de cuestionarios, por lo que en futuras investigaciones interesaría obtener los datos de rendimiento de los participantes de estudios.
3. La presente investigación fue realizada a través de un método cuantitativo por lo que sería interesante realizar en futuras investigaciones el método cualitativo con los deportistas.

Futuras líneas de investigación

Existen importantes líneas de investigación futuras, una de ellas es utilizar la metodología longitudinal, que si se ha empleado para estudios en el contexto deportivo pero solo utilizando algunas de las variables y no en su totalidad como se presenta en el modelo de este trabajo. Así mismo, los estudios desde la metodología cualitativa en nuestro contexto mediante la cual puede actuar como un apoyo a la información que se obtiene en los cuestionarios, estas investigaciones se han desarrollado en otros países y deportes.

Otras variables del contexto social que serían importante estudiar en el futuro hace referencia a los padres y/o directores deportivos, tanto por la importancia de

los padres en las etapas de iniciación o formación, como por la importancia que los directivos o gestores deportivos tienen sobre la cultura o valores que transmiten en el centro donde tiene lugar la actividad deportiva.

Así mismo, el trabajo de intervención adecuado y el seguimiento en investigación es importante para la psicología del deporte, en nuestro país son pocos los estudios que combinan el trabajo cuantitativo con la intervención a partir de un programa de intervención adecuado y del seguimiento correspondiente, es por ello, que la intervención en psicología del deporte siguiendo el modelo teórico planteado en el presente trabajo de investigación es de suma importancia y de enriquecimiento en el área que nos interesa y con acentuación especial en el deportista el cual es el actor principal de este contexto.

VI. REFERENCIAS

VI. REFERENCIAS

- Adie, J., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion, 32*(3), 189-199. DOI: 10.1007/s11031-008-9095-z.
- Adie, J. W., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2012). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well-and ill-being of elite youth soccer players: A longitudinal investigation. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(1), 51-59.
- Aguilar, M. C. (2001). *Concepto de sí mismo. Familia y escuela*. Madrid: Dykinson.
- Alcaraz, S., Torregrosa, M., y Viladrich, C. (2015). El lado oscuro de entrenar: influencia del contexto deportivo sobre la experiencia negativa de entrenadores de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte, 24*(1), 71-78.
- Almagro, B.J., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., y Moreno-Murcia, J. A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 25*(7), 250-265.
- Álvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2009). Coach autonomy support and quality of sport engagement in young soccer players. *Spanish Journal of Psychology, 12*, 138–148.
- Álvarez, O., Estevan, I., Falcó, C., y Castillo, I. (2012). Efectos del apoyo a la autonomía del entrenador en taekwondoistas españoles de élite. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 8*(1), 59-70.
- Amorose, A. J. y Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise, 8*, 654-670.

- Amorose, A. J., Anderson-Butcher, D., y Cooper, J. (2009). Predicting changes in athlete's well-being from changes in need satisfaction over the course of a competitive season. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80, 386-392.
- Arce, C., De Francisco, C., Andrade, E., Arce, I., y Raedeke, T. (2010). Adaptación española del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para la medida del burnout en futbolistas. *Psicothema*, 22(2), 250-255.
- Balaguer, I. (2010). Clima motivacional y bienestar. Actuación de los entrenadores. En J. M. Buceta y E. Larumbe (Eds.), *Experiencias en Psicología del Deporte* (pp. 181-202): Madrid: Dykinson.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., y Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 73-83.
- Balaguer, I. y Castillo, I. (2007). Relationship of coach provided autonomy support to need satisfaction and well-being in young elite female tennis players. Paper presented at the 2007 *Annual Meeting of the International Society for Behavioral Nutrition and Physical Activity*. Oslo, Norway.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2007). Propiedades psicométricas de la escala de la motivación deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 197-207.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, (17), 123-139.
- Balaguer, I., y García-Merita, M. L. (1994). Exercici físic i benestar psicològic. *Anuari de Psicología*, 1, 3-26.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., y García-Merita, M. (2011). Asociaciones entre la percepción del clima motivacional creado por el entrenador, orientaciones disposicionales de meta, regulaciones motivacionales y vitalidad subjetiva en

-
- jóvenes jugadoras de tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 133-148.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Quested, E., y 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, 305-319.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J., y Duda, J.L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1619-1629.
- Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., Ródenas, L. T., Rodríguez, A., García-Merita, M., y Ntoumanis, N. (2010). Escala de Frustración de las Necesidades Psicológicas, en el contexto deportivo: Análisis de las propiedades psicométricas [Psychological Need Thwarting Scale in the sport context: Analysis of psychometric properties]. Paper presented at VII Iberoamerican Congress of Psychology, Oviedo, Asturias (Spain).
- Bandura, A. (1975). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, H.J.: Prentice-Hall.
- Barcza-Renner, K., Eklund, R.C., Morin, A.J.S., y Habeeb, C.M. (2016). Controlling coaching behaviors and athlete burnout: Investigating the mediating roles of perfectionism and motivation. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38, 30-44.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, 32, 193-216.
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Ryan, R., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011) Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the dark side of athletic experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33, 75-102.
-

-
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Ryan, R., Bosch, J., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Self-determination theory and diminished functioning: The role of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37.
- Baumeister, R. F. y Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Blanchard, C. M., Amiot, C. E., Perreault, S., Vallerand, R. J., y Provencher, P. (2009). Cohesiveness coach's interpersonal style and psychological needs: Their effects on self-determination and athletes' subjective well-being. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 545-551.
- Blan, J. M. y Altman, D. G. (1997). Statistics Notes: Cronbach's alpha. *British Medical Journal*, 314(7080):572.
- Castillo, I., González, L., Fabra, P., Mercé, J., y Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-146.
- Castillo, I., Tomás, I., Ntoumanis, N., Bartholomew, K., Duda, J.L., y Balaguer, I. (2014). Psychometric properties of the Spanish version of the Controlling Coach Behaviors Scale in the sport context. *Psicothema*, 26(3), 409-414.
- Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: a personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal*, 9, 271-285.
- Coatsworth, J. D. y Conway, D. E. (2009). The effects of autonomy supportive coaching need satisfaction, and self-perceptions on initiative and identity in youth swimmers. *Developmental Psychology*, 45, 320-328.
- Cresswell, S.L y Eklund, R. C. (2005). Motivation and burnout in professional rugby players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(3), 370-376.

-
- Cresswell, S. L. y Eklund, R. C. (2006). The convergent and discriminant validity of burnout measures in sport: A multi-trait/multi-method analysis. *Journal of Sports Sciences, 24*, 209-220.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1980). Self-determination theory: When mind mediates behavior. *Journal of Mind and Behavior, 1*, 33-43.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(6), 1024-1037.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*, 227-268.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2002). *Handbook of Self-Determination research*. Rochester: The University of Rochester Press.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2008). Facilitating Optimal Motivation and Psychological Well-Being Across Life's Domains. *Canadian Psychology, 49*, (1), 14-23.
- DeCharms, R. (1968). *Personal causation: The internal affective determinants of behavior*. New York: Academic Press.
- De Francisco, C., Garcés de los Fayos, E. J., y Arce, C. (2013). Burnout en deportistas: Prevalencia del síndrome a través de dos medidas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 14*(1), 29-38.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.
- Dugard, P., Todman, J., y Staines, H. (2010). *Approaching multivariate analysis: A practical introduction* (2nd Edition). Hove, Sussex y New York: Routledge.
- Eklund, R.C. y Cresswell, S.L. (2007). Athlete burnout. In G. Tenenbaum, & R.C. Eklund, (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd Ed., pp. 621-641) Hoboken, NJ: Wiley.

-
- Feigley, D.A. (1984). Psychological burnout in high-level athletes. *The Physician and Sports Medicine*, 12(10), 108- 1 19.
- Fenton, S. A. M., Duda, J. L., Quested, E., y Barrett, T. (2014). Coach autonomy support predicts autonomous motivation and daily moderate-to-vigorous physical activity and sedentary time in youth sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(5), 453-463.
- Field, A. (2009). Exploratory Factor Analysis, En A. F. (Ed). *Discovering statistics using SPSS (3er Edition)* (pp. 619-680). Londres: SAGE Publications Ltd.
- Gené, P. S. y Latinjak, A. T. (2014). Relación entre necesidades básicas y autodeterminación en deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 49-56.
- Gagné, M., Ryan, R. M., y Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372– 390. <http://dx.doi.org/10.1080/714044203>.
- González, L., Castillo, I., García-Merita, M., y Balaguer, I. (2015). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades psicológicas y bienestar: Invarianza de un modelo estructural en futbolistas y bailarines. *Revista de Psicología del Deporte*, 25, 1, 121-129.
- Gould, D., Dieffenbach, K., y Moffet, A. (2002). Psychological characteristics and their development in olimpíic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172-204.
- Gould, D., y Whitley, M. A. (2009). Sources and consequences of athletics burnout among college athletes. *Journal of Intercollegiate Sports*, 2, 16-30.
- Goodger, K., Wolfenden, L., y Lavalley, D. (2007). Symptoms and consequences associated with three dimensions of burnout in junior tennis players. *International Journal of Sport Psychology*, 38, 342-364.
- Goodger, K., Gorely, T., Lavalley, D., y Harwood, C. (2007). Burnout in sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, 21, 127-151.

-
- Gunnell, K. E., Crocker, P. R. E., Mack, D. E., Wilson, P. M., y Zumbo, B. D. (2013). Goal contents, motivation, psychological need satisfaction, well-being and physical activity: A test of self-determination theory over 6 months. *Psychology of Sport and Exercise, 15*, 19-29.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., y Lundqvist, C. (2007). Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. *The Sport Psychologist, 21*, 21-37.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., Hassmén, P., Lundqvist, C., y Durand-Bush, N. (2007). The process of burnout: a multiple case study of three elite endurance athletes. *International Journal of Sport Psychology, 38*, 388- 416.
- Gustafsson, H., Hassmén, P., Kenttä, G., y Johansson, M. (2008). A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 9*, 800-816.
- Hair, J. F., Anderson, R. F., Tatham, R. L., y Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis (5th Edition)*. Upper Saddle River: NJ: Prentice Hall.
- Hagger, M. y Chatzisarantis, N. (2007). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hu, L. y Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. En R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling issues, concepts, and applications* (pp. 76-99). Newbury Park, CA: Sage.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación* (3^a.ed.). México: McGraw-Hill/Interamericana Editores.
- Isoard-Gauthier, S., Oger, M., Guillet, E., y Martin-Krumm, C. (2010). Validation of a French version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): in competitive sport and physical education context. *European Journal of Psychological Assessment, 26*(3), 203–211.

- Janssen, I. y LeBlanc, A. G. (2010). Review systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40), 1-16.
- Jõesaar, H., Hein, V., y Hagger, M. S. (2010). Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 257-262.
- Jöreskog, K., y Sörbom, D. (2006). *LISREL 8.8 for Windows*. Chicago, IL: Scientific Software International, Inc.
- Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., y Curran, T. (2016). Perfectionism, burnout and engagement in youth sport: The mediating role of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise*, 24, 18-26.
- Kahneman, D., Diener, E., y Schwarz, N. (1999). *Well-being: Foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation Press.
- Kasser, T. y Ryan, R. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 80-87.
- Kubovy, M. (1999). *On the Pleasures of the Mind*. New York: Russell Sage Foundation.
- Lavigne, G. L., Vallerand, R. J., y Crevier-Braud, L. (2011). The fundamental need to belong: On the distinction between growth and deficit-reduction orientations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(9), 1185-1201.
- Lemyre, P. N., Hall, H. K., y Roberts, G. C. (2008). A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 18, 221-234.
- Lemyre, P. N., Roberts, G. C., y Stray-Gundersen, J. (2007). Motivation, overtraining, and burnout: can self-determined motivation predict overtraining and burnout in elite athletes?. *European Journal of Sport Science*, 7(2), 115-126

-
- Lonsdale, C., Hodge, K., y Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences, 27*(8), 785-795.
- López-Walle, J. M., Balaguer, I., Castillo, I., y Pérez J. (2009) Mediación de las necesidades básicas entre el contexto social y el bienestar con deportistas mexicanos. Presentado en el *XVII Congreso Mexicano de Psicología*. Acapulco, Gro. México.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., y Tristán, J. (2011) Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte. 20* (1), 209-222.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., y Tristán, J. (2012). Autonomy support, basic psychological needs and well-being in Mexican athletes. *The Spanish Journal of Psychology, 15*(3), 1283-1292.
- López-Walle, J., Tristán, J., Cantú-Berrueto, A., Zamarripa, J., y Cocca, A. (2013). Propiedades psicométricas de la Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Deporte. *Revista Mexicana de Psicología, 30*, 2038-2041.
- Lloret-Segura, S., Ferreres-Traver, A., Hernández-Baeza, A., y Tomás-Marco, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología, 30*(3), 1151-1169.
- Mageau, G. A. y Vallerand, R. J. (2003). "The coach-athlete relationship: a motivational model" *Journal of Sports Sciences, 21*, 883 – 904. Taylor & Francis Ltd.
- Marsh, H. W., Ellis, L. A., Parada, R. H., Richards, G., y Heubeck, B. G. (2005). A short version of the Self-Description Questionnaire II: operationalizing criteria for short-form evaluation with new applications of confirmatory factor analyses. *Psychological Assessment, 17*(1), 81.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, L., y Tremayne, P. (1994). Physical self-description questionnaire: Psychometric properties and

-
- multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16, 270-305.
- Marsh, H. W. y Hattie, J. (1996). Theoretical perspectives on the structure of self-concept. En B.A. Bracken (Ed.), *Handbook of Self-Concept: Developmental, social and clinical considerations* (pp. 38-90). New York: Wiley.
- Martinent, G., Guillet-Descas, E., y Moiret, S. (2015). Reliability and validity evidence for the French psychological need thwarting scale (PNTS) scores: Significance of a distinction between thwarting and satisfaction of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise*, 20, 29-39.
- Maslach, C. y Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational settings. In S. Oskamp (Ed.), *Applied social psychology annual: Applications in organizational settings*, 5, 133-15. Beverly Hills, CA: Sage.
- Matosic, D. y Cox, A. E. (2014). Athletes' motivation regulations and need satisfaction across combinations of perceived coaching behaviors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(3), 302-317.
- Matosic, D., Cox, A. E., y Amorose, A. J. (2014). Scholarship status, controlling coach behavior and intrinsic motivation in collegiate swimmers: A test of cognitive evaluation theory. *Sport, Exercise and Performance Psychology*, 3(1), 1-12.
- 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, 48-58.
- Wheaton, B., Muthén, B., Alwin, D. F., y Summers, G. (1977). Assessing reliability and stability in panel models. *Sociological Methodology*, 8(1), 84-136.
- Myeres, N. D., Martin, J. J., Ntoumanis, N., Celimli, S. y Bartholomew, K. J. (2014). Exploratory bifactor analysis in sport, exercise and performance psychology: A substantive-methodological synergy. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(4), 258-272.
-

- Ntoumanis, N., Taylor, I. M., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2012). A longitudinal examination of coach and peer motivational climates in youth sport: implications for moral attitudes, well-being and behavioral investment. *Developmental Psychology*, *48*, 213-223.
- Paluska, S. A. y Schwenk, T. L. (2009). Physical activity and mental health. Current concepts. *Sport Medicine*, *29*(3), 167-180.
- Pedrosa, I., Suárez, J., Sánchez, B., y García-Cueto, E. (2011). Adaptación preliminar al castellano del Athlete Burnout Questionnaire en futbolistas. *Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, *16*(1), 35-49.
- Pelletier, L.G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., y Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, *25*(4). 279 – 306.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., y Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *17*, 35-53.
- Quested, E. y Duda, J. L. (2010). Exploring the social-environmental determinants of well- and ill-being in dancers: A test of basic needs theory. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *32*, 39-60.
- Quested, E. y Duda, J. L. (2011). Antecedents of burnout among elite dancers: A longitudinal test of basic needs theory. *Psychology of Sport and Exercise*, *12*(1), 159-167.
- Quested, E., Duda, J. L., Ntoumanis, N., y Maxwell, J.P. (2013). Daily fluctuations in the affective states of dancers: A cross-situational test of basic needs theory. *Psychology of Sport and Exercise*, *14*, 586-595.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., y Cruz, J. (2013). El apoyo a la autonomía generado por entrenadores, compañeros y padres y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. *Anales de Psicología*, *29*(1), 243-248.

-
- Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(4), 396-417
- Raedeke, T. D. y Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 23*(4), 281-306.
- Raedeke, T. D. y Smith, A. L. (2004). Coping resources and athlete burnout: an examination of stress mediated and moderation hypotheses. *Sport Psychology, 26*, 525-541.
- Raedeke, T. D., Arce, C., De Francisco, C., Seonae, G., y Ferraces, M. (2013). The construct validity of the Spanish version of the ABQ using a multi-trait/multi-method approach. *Anales de Psicología, 29*(1), 693-700.
- Reinboth, M. y Duda, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise, 7*, 269–286.
- Reinboth, M., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion, 28* (3), 297-313.
- Richer, S. y Vallerand, R. (1998). Construction et validation de l'Echelle du sentiment d'appartenance social. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée, 48*, 129-137.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Ryan, R. M., Kuhl, J., y Deci, E. L. (1997). Nature and autonomy: An organizational view of social and neurobiological aspects of self-regulation in behavior and development. *Development and Psychopathology, 9*, 701-728.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality, 63*, 397-427.

-
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78. <http://dx.doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000b). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 319-338. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_03
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000c). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2001). To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In S. Fiske (Ed.), *Annual Review of Psychology* (Vol. 52; 141-166). Palo Alto, CA: Annual Reviews/ Inc.
- Ryan, R.M. y Deci, E.L. (2002). *Handbook of Self-Determination Research*. In Ryan, R.M. y Deci, E.L. (Eds). An overview of Self-Determination Theory: an organismic-dialectical perspective (pp. 3-33). The University of Rochester Press.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2004). Autonomy is no illusion: Self-determination theory and the empirical study of authenticity, awareness, and will. In J. Greenberg, S. L. Koole, & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 449–479). New York: Guilford Press.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2007). Active human nature: Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger, y N. L. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp. 1-19). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R. M., Huta, V., y Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170.

-
- Ryan, R. M., Williamns, G. C., Patrick, H., y Deci, E. L. (2009). Self-determination theory and physical activity: The dynamics of motivation in development and wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 107-124.
- Sánchez, D., Leo, F., Sánchez, P., Gómez, F., y García-Calvo, T. (2011). Teoría de la autodeterminación y comportamientos pro-sociales en jóvenes jugadores de fútbol. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 103(1), 32-38.
- Scalan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., y Kleerler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15, 1-15.
- Sheldon, K. y Watson, A. (2011). Coach's autonomy support is especially important for varsity compared to club and recreational athletes. *International Journal of Sport Science y Coaching*, 6(1), 109-123.
- Silva, J. M. (1990). An analysis of the training stress syndrome in competitive athletes. *The Journal of Applied Sport Psychology*, 2, 5-20.
- Schaufeli, W. B. y Buunk, B. P. (2003). Burnout: An overview of 25 years of research and theorizing. In M. J. Schabracq, J. A. M. Winnubst, y C. L. Cooper (Eds.), *Handbook of work and health psychology*, 383 – 425. Chichester: Wiley.
- Schmidt, G. W. y Stein, G. L. (1991). Sport commitment: a model integrating enjoyment, dropout and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8, 254-265.
- Schmidt, N. (1996). Uses and abuses of coefficient alpha. *Psychological Assessment*, 8(4), 350-353.
- Seligman, M. (1975). *Helplessness. On depression, development and death*. San Francisco: Freeman.
- Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-50.
- Smoll, F. L. y Smith, R. E. (2002). Coaching behavior research and intervention in youth sports. In F. L. Smoll & R. E. Smith (Eds.), *Children and youth in sport*:

-
- A biopsychological perspective (2nd ed., pp. 211–234). Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing
- Soares, L. M. y Soares, A. T. (1977). *The self-concept: Mini, maxi, multi*. Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, New York.
- Sport Climate Questionnaire (n.d.). Extraído en Junio 2003 del sitio Web de la Self-Determination Theory (SDT): [http://www.psych.rochester.edu/SDT/measures-\(auton_sport.html](http://www.psych.rochester.edu/SDT/measures-(auton_sport.html)
- Stebbins, J., Taylor, I. M., y Spray, C. M. (2015). The relationship between psychological well-and ill-being, and perceived autonomy supportive and controlling interpersonal styles: A longitudinal study of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise, 19*, 42-49.
- Ströhle, A. (2009). Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. *Journal of Neural Transmission, 116*, 777-784.
- Taylor, C. B., Sallis, J. F., y Needle, R. (1985). The relation of physical activity and exercise to mental health. *Public Health Reports, 100*(2), 195-202.
- Tristán, J., López-Walle, J., Balaguer, I., Duda, J., Aguirre, H., y Ríos, R. (2014) Coaches' controlling style, basic need thwarting, and well/ill being in Mexican university players. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 36*, S117.
- Vallerand, R. J. y Losier, G. F (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology, 11*, 142–169.
- Vansteenkiste, M., Lens, W., y Deci, E. L. (2006). Intrinsic versus extrinsic goal contents in self-determination theory: Another look at the quality of academic motivation. *Educational Psychologist, 41*, 19-31.
- Vansteenkiste, M., Zhou, M., Lens, W., Soenens, B., y Luyckx, K. (2006). Autonomy and Relatedness among Chinese Sojourners and Applicants: Conflictual or Independent Predictors of Well-Being and Adjustment?. *Motivation and Emotion, 30*, 273-282
-

- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Waterman, A. S., Schwartz, S. J., y Conti, R. (2008). The implication of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9, 41-79.
- White, R.W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.
- Ziemainz, H., Drescher, A., Schipfer, M., y Stoll, O. (2015). An explorative study of possible demographic variables, sports-related situational variables, and social variables as predictors of athlete burnout and its core dimensions among German non-elite endurance athletes. *Advances in Physical Education*, 5, 60-69.

VII. ANEXOS

VII. Anexos

Dentro de este apartado se muestran los anexos del documento, el Anexo 1 corresponde a las propiedades psicométricas de las escalas de evaluación utilizadas en nuestro estudio, que incluyen los análisis descriptivos, los análisis de consistencia interna y los análisis factoriales confirmatorios. Como Anexo 2 aparecen los cuestionarios utilizados en cada una de las universidades nacionales para obtener la muestra que se utilizó en el estudio.

BATERÍA DE PRUEBAS PSICOLÓGICAS ENFOCADAS AL DEPORTE

Estimado deportista, estamos realizando un estudio a nivel nacional en el área de la psicología del deporte, si decides participar nos ayudarás en gran medida al crecimiento de la ciencia en el deporte mexicano. El estudio es voluntario, y tú eres libre de retirarte en cualquier momento. Los resultados de esta investigación serán publicados, pero se hará de manera que tú no pueda ser identificado(a), asegurando una estricta confidencialidad (no necesita proporcionar su nombre).

Este proyecto de investigación será realizado por dos grupos de investigación, dirigido por la Dra. Isabel Balaguer, catedrática de la Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia, España, y la Dra. Jeanette M. López-Walle, profesora investigadora de la Facultad de Organización Deportiva, de la Universidad Autónoma de Nuevo León, México. Para obtener más información, puede escribir al mail de la Dra. López-Walle, jeanette.lopezw@uanl.mx. El completar el cuestionario toma alrededor de 25 a 30 minutos.

Con el fin de investigar los cambios en sus respuestas a lo largo del tiempo, es ESENCIAL que usted proporcione la misma dirección de correo electrónico en los cinco cuestionarios subsiguientes (o que nos envíe un aviso si cambia su dirección de correo electrónico). Esto es indispensable para poder relacionar sus datos a lo largo del tiempo, durante su participación. Utilizaremos su dirección de correo electrónico únicamente para recordarle cuando estén disponibles los siguientes cuestionarios en línea mediante la plataforma SurveyMonkey (<http://es.surveymonkey.com>)

E-mail principal: _____ E-mail secundario: _____

El grupo de investigación sólo utilizará su número de teléfono celular para enviar un mensaje de texto si hay un problema con su dirección de correo electrónico.

Teléfono celular: (incluye clave lada): () _____

INFORMACIÓN DESCRIPTIVA

<p>Estado o Procedencia:</p> <p><input type="radio"/> AGS <input type="radio"/> COA <input type="radio"/> HGO <input type="radio"/> NL <input type="radio"/> SIN <input type="radio"/> YUC</p> <p><input type="radio"/> BC <input type="radio"/> COL <input type="radio"/> JAL <input type="radio"/> OAX <input type="radio"/> SON <input type="radio"/> ZAC</p> <p><input type="radio"/> BCS <input type="radio"/> DF <input type="radio"/> MEX <input type="radio"/> PUE <input type="radio"/> TAB</p> <p><input type="radio"/> CAM <input type="radio"/> DUR <input type="radio"/> MIC <input type="radio"/> QRO <input type="radio"/> TAM</p> <p><input type="radio"/> CHP <input type="radio"/> GTO <input type="radio"/> MOR <input type="radio"/> QROO <input type="radio"/> TLX</p> <p><input type="radio"/> CHI <input type="radio"/> GRO <input type="radio"/> NAY <input type="radio"/> SLP <input type="radio"/> VER</p> <p>¿Es tu primera participación en una Universiada Nacional? <input type="radio"/> Sí <input type="radio"/> No</p> <p>¿En qué deporte compites?</p> <p><input type="radio"/> Ajedrez <input type="radio"/> Atletismo <input type="radio"/> Baloncesto</p> <p><input type="radio"/> Fútbol rápido <input type="radio"/> Gimnasia aeróbica <input type="radio"/> Tenis</p> <p><input type="radio"/> Karate <input type="radio"/> Tae kwon do <input type="radio"/> Beisbol</p> <p><input type="radio"/> Halterofilia <input type="radio"/> Handball <input type="radio"/> Judo</p> <p><input type="radio"/> Tenis de mesa <input type="radio"/> Tiro con arco <input type="radio"/> Voleibol de sala</p> <p><input type="radio"/> Fútbol asociación <input type="radio"/> Triatlón <input type="radio"/> Voleibol de playa</p> <p>¿Cuántos años llevas compitiendo en este deporte?</p> <p><input type="radio"/> 5 años o menos <input type="radio"/> 8-9 años <input type="radio"/> 15 o más años</p> <p><input type="radio"/> 6-7 años <input type="radio"/> 10-15 años</p> <p>¿Cuántos días a la semana entrenas en promedio?</p> <p><input type="radio"/> 2 días <input type="radio"/> 4 días <input type="radio"/> 6 días</p> <p><input type="radio"/> 3 días <input type="radio"/> 5 días <input type="radio"/> 7 días</p>	<p>Universidad a la que representa:</p> <p>Género: <input type="radio"/> Hombre <input type="radio"/> Mujer</p> <table border="1"> <tr> <td rowspan="10" style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Edad</td> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> <tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr> </table> <table border="1"> <tr> <td rowspan="10" style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Número de universiadas en las que has participado</td> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> <tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr> </table> <table border="1"> <tr> <td rowspan="10" style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">¿Cuántas horas faltan para tu siguiente competencia en la Universiada?</td> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> <tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr> </table> <p>¿Cuántos horas en promedio entrenas en un día normal de entrenamiento?</p> <p><input type="radio"/> 1 hora <input type="radio"/> 3 horas <input type="radio"/> 5 horas</p> <p><input type="radio"/> 2 horas <input type="radio"/> 4 horas</p> <p>¿Cuántos años llevas con tu entrenador actual?</p> <p><input type="radio"/> 1/2 año o menos <input type="radio"/> 3-4 años</p> <p><input type="radio"/> 1 año <input type="radio"/> 5 años o más</p> <p><input type="radio"/> 1-2 años</p> <p>Al día de hoy ¿ha concluido tu participación en la Universiada? <input type="radio"/> Sí <input type="radio"/> No</p>	Edad	<input type="text"/>	Número de universiadas en las que has participado	<input type="text"/>	¿Cuántas horas faltan para tu siguiente competencia en la Universiada?	<input type="text"/>																																																									
Edad	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>		<input type="text"/>																																																													
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
Número de universiadas en las que has participado	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
¿Cuántas horas faltan para tu siguiente competencia en la Universiada?	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														
	<input type="text"/>	<input type="text"/>																																																														

IMI

¿CÓMO TE PERCIBES EN TU DEPORTE?

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

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni 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)

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. Rellena un círculo por pregunta.

EN MI DEPORTE ...	Nada verdadero		Algo verdadero			Muy verdadero	
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

NAS

PERCEPCIONES DE TU EXPERIENCIA EN EL DEPORTE

¿En general, cómo te sientes cuando participas en tu deporte?.

EN MI DEPORTE ...	Nada verdadero		Algo verdadero			Muy verdadero	
1. Me siento libre de expresar mis ideas y opiniones.	1	2	3	4	5	6	7
2. Me siento libre para hacer las cosas a mi manera.	1	2	3	4	5	6	7
3. Siento que en buena medida puedo ser yo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
4. Tengo muy clara la decisión sobre cuáles son las actividades/habilidades que quiero practicar.	1	2	3	4	5	6	7
5. Tengo la oportunidad de participar en las decisiones sobre las estrategias que se deberían utilizar.	1	2	3	4	5	6	7
6. Yo puedo dar mi opinión.	1	2	3	4	5	6	7
7. Siento que mi opinión se toma en cuenta a la hora de decidir cómo se debe llevar a cabo la práctica/entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
8. Siento que soy la causa de mis acciones.	1	2	3	4	5	6	7
9. Yo realmente me siento muy libre, sin condiciones cuando hago mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
10. Siento que mis elecciones y acciones se basan en mis verdaderos intereses y valores.	1	2	3	4	5	6	7

BURNOUT DEPORTIVO

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	Raravez	Algunas veces	Frecuente-mente	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 interesa 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

	Casi nunca	Raravez	Algunas veces	Frecuente-mente	Casi siempre	
9. No me implico tanto en mi deporte como solía hacerlo.	1	2	3	4	5	63
10. Me siento físicamente agotado(a) por mi deporte.	1	2	3	4	5	62
11. Me siento menos preocupado(a) por ser exitoso(a) en el deporte que lo que solía estarlo.	1	2	3	4	5	61
12. Estoy exhausto(a) por las demandas físicas y mentales del deporte.	1	2	3	4	5	60
13. Parece que no importa lo que haga, no me desempeño tan bien como debiera.	1	2	3	4	5	59
14. Me siento exitoso(a) en el deporte.	1	2	3	4	5	58
15. Tengo sentimientos negativos hacia el deporte.	1	2	3	4	5	57

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...	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	
1. Apoyado(a).	1	2	3	4	5	46
2. Comprendido(a).	1	2	3	4	5	45
3. Escuchado(a).	1	2	3	4	5	44
4. Valorado(a).	1	2	3	4	5	43
5. Seguro(a).	1	2	3	4	5	42
EN MI FAMILIA, ME SIENTO...						41
1. Apoyado(a).	1	2	3	4	5	40
2. Comprendido(a).	1	2	3	4	5	39
3. Escuchado(a).	1	2	3	4	5	38
4. Valorado(a).	1	2	3	4	5	37
5. Seguro(a).	1	2	3	4	5	36

VITALIDAD

Por favor, responde a cada una de las siguientes afirmaciones, indicando el grado en que por lo general son verdaderas para ti.

	No es verdad		Algo de verdad			Verdadero		
1. Me siento vivo(a) y vital.	1	2	3	4	5	6	7	26
2. A veces me siento tan vivo(a) que solo quiero saltar.	1	2	3	4	5	6	7	25
3. Tengo energía y ánimo.	1	2	3	4	5	6	7	24
4. Me ilusiono con cada nuevo día.	1	2	3	4	5	6	7	23
5. Casi siempre me siento alerta y despierto(a).	1	2	3	4	5	6	7	22
6. Me siento activado(a) (siento que tengo mucha energía).	1	2	3	4	5	6	7	21

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	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente en acuerdo	De acuerdo	Muy en acuerdo	
1. En la mayoría de los aspectos mi vida es como yo quiero que sea.	1	2	3	4	5	6	7	12
2. Las circunstancias de mi vida son muy buenas.	1	2	3	4	5	6	7	11
3. Estoy satisfecho(a) con mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	10
4. Hasta ahora he conseguido de la vida las cosas que considero importantes.	1	2	3	4	5	6	7	9
5. Si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada.	1	2	3	4	5	6	7	8

SELF

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas:

	Totamente falso	Bastante falso	Algo falso	Algo verdadero	Bastante verdadero	Totamente verdadero
1. En general, nada de lo que yo hago es muy importante	1	2	3	4	5	6
2. No soy muy original en mis ideas, pensamientos y acciones	1	2	3	4	5	6
3. En general, tengo sentimientos bastante positivos sobre mí mismo	1	2	3	4	5	6
4. En general, no tengo muy buen concepto de mí mismo	1	2	3	4	5	6
5. En general, tengo sentimientos bastante negativos sobre mí mismo	1	2	3	4	5	6
6. En general, hago muchas cosas que son importantes	1	2	3	4	5	6
7. En general, no me acepto mucho a mí mismo	1	2	3	4	5	6
8. En general, tengo un gran respeto hacia mí mismo	1	2	3	4	5	6
9. En general, tengo falta de confianza en mí mismo	1	2	3	4	5	6
10. En general, me acepto bastante a mí mismo	1	2	3	4	5	6
11. En general, no tengo mucho respeto hacia mí mismo	1	2	3	4	5	6
12. En general, tengo mucha confianza en mí mismo	1	2	3	4	5	6

SMS

<i>¿Por qué participas en tu deporte?</i>	Totalmente en desacuerdo		Indiferente			Totalmente de acuerdo	
1. Por la satisfacción que me produce realizarlo.	1	2	3	4	5	6	7
2. Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso(a) en mi ejecución deportiva.	1	2	3	4	5	6	7
3. Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
4. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso(a) en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
5. Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
6. Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos débiles.	1	2	3	4	5	6	7
7. Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades.	1	2	3	4	5	6	7
8. Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
9. Por la satisfacción de aprender algo más sobre este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
10. Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
11. Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.	1	2	3	4	5	6	7
12. Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución de juego	1	2	3	4	5	6	7
13. Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente.	1	2	3	4	5	6	7
14. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
15. 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
16. Porque esta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos(as).	1	2	3	4	5	6	7
17. Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma.	1	2	3	4	5	6	7
18. Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
19. Porque me sentiría mal si no participara.	1	2	3	4	5	6	7
20. Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
21. Porque me permite ser valorado(a) por la gente que conozco.	1	2	3	4	5	6	7
22. Por el prestigio de ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
23. Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
24. Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
25. Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo.	1	2	3	4	5	6	7
26. No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
28. No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
29. A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos.	1	2	3	4	5	6	7

63
62
61
60
59
58
57
56
55
54
53
52
51
50
49
48
47
46
45
44
43
42
41
40
39
38
37
36
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

63
62
61
60
59
58
57
56
55
54
53
52
51
50
49
48
47
46
45
44
43
42
41
40
39
38
37
36
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

CCBS

Por favor, indica tu nivel de acuerdo o de desacuerdo con las siguientes afirmaciones:

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

INT - P

	No tiene nada que ver conmigo	Tiene algo que ver conmigo			Se sujeta totalmente a mí	
1. Intentaré seguir practicando mi deporte la próxima temporada	1	2	3	4	5	6
2. Estoy firmemente decidido a continuar practicando mi deporte la próxima temporada	1	2	3	4	5	6
3. Tengo previsto continuar en mi deporte la próxima temporada	1	2	3	4	5	6
4. Tengo previsto seguir en este mismo equipo la próxima temporada	1	2	3	4	5	6

SDQ-III
EN GENERAL, CÓMO ME VEO A MÍ MISMO(A).

Por favor indica lo verdadero de cada una de las siguientes frases respecto a la descripción de ti mismo(a). Responde a cada frase en función de cómo te sientes **AHORA**, incluso si te sentiste diferente en cualquier otro momento de tu vida.

	Totalmente falso	Bastante falso	Algo falso	Algo verdadero	Bastante verdadero	Totalmente verdadero
1. En general, nada de lo que yo hago es muy importante.	1	2	3	4	5	6
2. No soy muy original en mis ideas, pensamientos y acciones.	1	2	3	4	5	6
3. En general, tengo sentimientos bastante positivos sobre mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
4. En general, no tengo muy buen concepto de mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
5. En general, tengo sentimientos bastante negativos sobre mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
6. En general, hago muchas cosas que son importantes.	1	2	3	4	5	6
7. En general, no me acepto mucho a mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
8. En general, tengo un gran respeto hacia mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
9. En general, tengo falta de confianza en mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
10. En general, me acepto bastante a mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
11. En general, no tengo mucho respeto hacia mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
12. En general, tengo mucha confianza en mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6

TEOSQ

Lee cada una de las siguientes afirmaciones e indica el nivel de acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas. ¿Cuándo te sientes con mas éxito (satisfecho/a) en tu deporte?

Yo me siento con más éxito en mi deporte cuando...	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
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

PMCSQ-2

Piensa sobre como es tu ambiente de entrenamiento EN GENERAL e indica a continuación como percibes la forma en la que entrena tu entrenador.

EN MI GRUPO DE ENTRENAMIENTO...	Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	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 quienes 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

63
62
61
60
59
58
57
56
55
54
53
52
51
50
49
48
47
46
45
44
43
42
41
40
39
38
37
36
35
34
33
32
31
30
29
28
27
26
25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

CSAI-2RD

Instrucciones: A continuación se presentan una serie de frases que los deportistas utilizan para describir sus sensaciones antes de una competencia.

¿Cómo te sientes justo antes de la competencia?	Nada	Un poco	Moderado	Mucho
1. Estoy muy inquieto	1	2	3	4
2. Me preocupa no rendir en esta competición tan bien como podría hacerlo	1	2	3	4
3. Estoy seguro de mi mismo	1	2	3	4
4. Noto mi cuerpo tenso	1	2	3	4
5. Me preocupa perder	1	2	3	4
6. Siento tensión en mi estómago	1	2	3	4
7. Estoy seguro de que puedo hacer frente a este desafío	1	2	3	4
8. Me preocupa bloquearme ante la presión.	1	2	3	4
9. Mi corazón se acelera	1	2	3	4
10. Tengo confianza de hacerlo bien	1	2	3	4
11. Me preocupa un bajo rendimiento o hacerlo mal	1	2	3	4
12. Tengo un nudo en mi estómago	1	2	3	4
13. Tengo confianza de que me veo alcanzando mi objetivo	1	2	3	4
14. Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	1	2	3	4
15. Mis manos están sudorosas	1	2	3	4
16. Confío en responder bien ante la presión	1	2	3	4
17. Noto mi cuerpo rígido	1	2	3	4

¿Piensas que esa sensación te perjudicará o ayudará en la ejecución de tus rutinas de competencia?	Pienso que este estado:						
	Me perjudicará			Me beneficiará			
1. Estoy muy inquieto	-3	-2	-1	0	1	2	3
2. Me preocupa no rendir en esta competición tan bien como podría hacerlo	-3	-2	-1	0	1	2	3
3. Estoy seguro de mi mismo	-3	-2	-1	0	1	2	3
4. Noto mi cuerpo tenso	-3	-2	-1	0	1	2	3
5. Me preocupa perder	-3	-2	-1	0	1	2	3
6. Siento tensión en mi estómago	-3	-2	-1	0	1	2	3
7. Estoy seguro de que puedo hacer frente a este desafío	-3	-2	-1	0	1	2	3
8. Me preocupa bloquearme ante la presión.	-3	-2	-1	0	1	2	3
9. Mi corazón se acelera	-3	-2	-1	0	1	2	3
10. Tengo confianza de hacerlo bien	-3	-2	-1	0	1	2	3
11. Me preocupa un bajo rendimiento o hacerlo mal	-3	-2	-1	0	1	2	3
12. Tengo un nudo en mi estómago	-3	-2	-1	0	1	2	3
13. Tengo confianza de que me veo alcanzando mi objetivo	-3	-2	-1	0	1	2	3
14. Me preocupa que los demás se sientan decepcionados con mi rendimiento	-3	-2	-1	0	1	2	3
15. Mis manos están sudorosas	-3	-2	-1	0	1	2	3
16. Confío en responder bien ante la presión	-3	-2	-1	0	1	2	3
17. Noto mi cuerpo rígido	-3	-2	-1	0	1	2	3

EIC

Por favor lee cada una de las siguientes afirmaciones e indica el grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas.

	Frecuentemente en desacuerdo			Frecuentemente de acuerdo		
1. Prefiero depender de mi mismo que de otros.	1	2	3	4	5	6
2. Es importante que yo haga mi trabajo mejor que los demás.	1	2	3	4	5	6
3. Si un compañero obtuviera un premio, me sentiría orgulloso.	1	2	3	4	5	6
4. Padres e hijos deben mantenerse juntos el mayor tiempo posible.	1	2	3	4	5	6
5. La mayoría de las veces confío en mi mismo, raramente confío en alguien más.	1	2	3	4	5	6
6. Ganar lo es todo.	1	2	3	4	5	6
7. El bienestar de mis compañeros de equipo es importante para mí.	1	2	3	4	5	6
8. Es mi deber cuidar a mi familia, aún cuando tenga que sacrificar lo que me gusta o quiero.	1	2	3	4	5	6
9. Por lo general hago mis propias cosas.	1	2	3	4	5	6
10. Competir es una ley de la naturaleza.	1	2	3	4	5	6
11. Para mí pasar tiempo con otros es un placer.	1	2	3	4	5	6
12. Los miembros de la familia deberían permanecer juntos, no importa los sacrificios que se tengan que hacer.	1	2	3	4	5	6
13. Mi identidad personal, independiente de las otras, es muy importante para mí.	1	2	3	4	5	6
14. Cuando una persona lo hace mejor que yo, me pongo tenso y alterado.	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando coopero con los demás.	1	2	3	4	5	6
16. Es importante para mí respetar las decisiones hechas por mi equipo de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6



**BATERÍA DE PRUEBAS
PSICOLÓGICAS
ENFOCADAS AL DEPORTE**



INFORMACIÓN DESCRIPTIVA

Estimado deportista, estamos realizando un estudio a nivel nacional 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. Con el fin de investigar los cambios en sus respuestas a lo largo del tiempo, es **ESENCIAL** que usted proporcione la misma dirección de correo electrónico en los cuestionarios subsiguientes, ya que es indispensable para poder relacionar sus datos a lo largo del tiempo. Utilizaremos su dirección de correo electrónico únicamente para recordarle cuando estén disponibles los siguientes cuestionarios en línea mediante la plataforma SurveyMonkey (<http://es.surveymonkey.com>)

E-mail principal: _____ **E-mail secundario:** _____

El grupo de investigación sólo utilizará su número de teléfono celular para enviar un mensaje de texto si hay un problema con su dirección de correo electrónico.

Teléfono celular: (incluye clave lada) () _____

INFORMACIÓN DESCRIPTIVA

Estado o Procedencia:

- AGS COA HGO NL SIN YUC
 BC COL JAL OAX SON ZAC
 BCS DF MEX PUE TAB
 CAM DUR MIC QRO TAM
 CHP GTO MOR QROO TLX
 CHI GRO NAY SLP VER

¿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

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:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Porcentaje de materias que no has aprobado en primera oportunidad: _____

¿En qué deporte compites?

- Ajedrez Atletismo Básquetbol
 Fútbol rápido Gimnasia aeróbica Tenis
 Karate Do Tae kwon do Beisbol
 Halterofilia Handball Judo
 Tenis de mesa Tiro con arco Voleibol de sala
 Fútbol Asociación Triatlón Voleibol de playa

Universidad a la que representa:

Género: Hombre Mujer

Edad										Número de Universidades en las que has participado									
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

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

- 1 hora 2 horas 3 horas 4 horas 5 horas

¿Cuántos años llevas con tu entrenador actual?

- 1/2 año o menos 1-2 años 5 años o más
 1 año 3-4 años

INT - P

	No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se sujeta totalmente a mí	
1. Intentaré seguir practicando mi deporte la próxima temporada.	1	2	3	4	5	6	7
2. Estoy firmemente decidido a continuar practicando mi deporte la próxima temporada.	1	2	3	4	5	6	7
3. Tengo previsto continuar en mi deporte la próxima temporada.	1	2	3	4	5	6	7
4. Tengo previsto seguir en este mismo equipo la próxima temporada.	1	2	3	4	5	6	7

PT

Las siguientes preguntas tratan de la presentación de las tareas, ejercicios o actividades que recibes de tu profesor(a). Por favor contesta las siguientes oraciones para calificar a tu profesor(a), en donde 1 es COMPLETAMENTE EN DESACUERDO y 5 es COMPLETAMENTE DE ACUERDO.

DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS...	Completa- mente en desacuerdo	En desacuerdo		De desacuerdo	Completa- mente 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 éstos.	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 enfocar en la tarea que se va a realizar, reflejando las bases del análisis de la 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 éstos.	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 éstos.	1	2	3	4	5

IMI

¿CÓMO TE PERCIBES EN TU DEPORTE?

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

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni 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

CFC

Las siguientes preguntas tratan de la cantidad de retroalimentación negativa que recibes de tu entrenador(a). Además, tú vas a indicar cómo tu entrenador(a), lo comunica. Por favor contesta las siguientes oraciones para calificar a tu entrenador(a), en donde 5 es COMPLETAMENTE DE ACUERDO y la 1 es COMPLETAMENTE EN DESACUERDO.

1. Mi entrenador(a) me señala mis defectos.	Completa- mente en desacuerdo	En desacuerdo		De desacuerdo	Completa- mente de acuerdo
1. ¿Hasta que punto es esto cierto en el caso de tu entrenador(a)?	1	2	3	4	5
2. Creo que, si mi entrenador(a) señala mis defectos, es porque tiene motivos para ello.	1	2	3	4	5
3. El que mi entrenador(a) haga hincapié en mis defectos me ofende.	1	2	3	4	5
4. Si mi entrenador(a) me señala mis defectos, puedo aprender y mejorar.	1	2	3	4	5
5. Si este es el caso, ¿de qué manera lo hace tu entrenador(a)?					
(a) Mi entrenador(a) me grita.	1	2	3	4	5
(b) Mi entrenador(a) me dice que solo conseguiré una recompensa si consigo corregir el defecto.	1	2	3	4	5
(c) Mi entrenador(a) me dice que lo he decepcionado.	1	2	3	4	5
(d) Mi entrenador(a) me dice que toda la responsabilidad de solucionarlo recae sobre mí.	1	2	3	4	5
(e) Mi entrenador(a) escucha mi opinión al respecto.	1	2	3	4	5

2. Mi entrenador(a) me informa de mis puntos débiles.	Completamente en desacuerdo	En desacuerdo		De desacuerdo	Completamente de acuerdo
1. ¿Hasta que punto es esto cierto en el caso de tu entrenador(a)?	1	2	3	4	5
2. Si mi entrenador(a) me informa de mis puntos débiles, sé aceptarlo / no es algo que me quite el sueño.	1	2	3	4	5
3. Si mi entrenador(a) me informa de mis puntos débiles, lo considero esto como una oportunidad para aprender y mejorar.	1	2	3	4	5
4. Si mi entrenador(a) me informa de mis puntos débiles, lo considero un fracaso personal.	1	2	3	4	5
5. Si este es el caso, ¿de qué manera lo hace tu entrenador(a)?					
(a) Mi entrenador(a) me lo dice de mala manera.	1	2	3	4	5
(b) Mi entrenador(a) me dice que solo recibiré una recompensa si me esfuerzo por mejorar mis puntos débiles.	1	2	3	4	5
(c) Mi entrenador(a) me dice que debería sentirme avergonzado(a).	1	2	3	4	5
(d) Mi entrenador(a) me dice que tengo el deber de demostrar lo que valgo.	1	2	3	4	5
(e) Mi entrenador(a) me da a conocer los motivos que le hacen opinar de esta manera.	1	2	3	4	5

3. Mi entrenador(a) me confronta con mis fallos.	Completamente en desacuerdo	En desacuerdo		De desacuerdo	Completamente de acuerdo
1. ¿Hasta que punto es esto cierto en el caso de su entrenador(a)?	1	2	3	4	5
2. Si mi entrenador(a) me confronta con mis fallos, lo considero esto como una oportunidad para aprender y mejorar.	1	2	3	4	5
3. Si mi entrenador(a) me informa de mis fallos, lo considero un fracaso personal.	1	2	3	4	5
4. Si mi entrenador(a) me muestra mis fallos, lo veo como un fracaso.	1	2	3	4	5
5. Si este es el caso, ¿de qué manera lo hace tu entrenador(a)?					
(a) Mi entrenador(a) intenta sancionarme si no tomo medidas al respecto.	1	2	3	4	5
(b) Mi entrenador(a) me dice que solo conseguiré una recompensa si consigo corregir mis fallos.	1	2	3	4	5
(c) Mi entrenador(a) no muestra interés alguno hasta que no ve indicios de que estoy mejorando.	1	2	3	4	5
(d) Mi entrenador(a) me recalca que si me esta mostrando mis fallos es solo por mi propio bien.	1	2	3	4	5
(e) Mi entrenador(a) me hace comprender que sabe que no es fácil para mí asimilar esta información.	1	2	3	4	5

4. Mi entrenador(a) me dice claramente qué estoy haciendo mal.	Completamente en desacuerdo	En desacuerdo		De desacuerdo	Completamente de acuerdo
1. ¿Hasta que punto es esto cierto en el caso de su entrenador(a)?	1	2	3	4	5
2. El hecho de que mi entrenador(a) me diga qué es lo que estoy haciendo mal no me quita el sueño.	1	2	3	4	5
3. Si mi entrenador(a) me dice que es lo que estoy haciendo mal, me lo tomo como una oportunidad para mejorar.	1	2	3	4	5
4. Si mi entrenador(a) me dice que es lo que estoy haciendo mal, me lo tomo como una ofensa personal.	1	2	3	4	5
5. Si este es el caso de tu entrenador(a), ¿de qué manera el discutiría esto contigo.					
(a) Mi entrenador(a) me dice, a modo de amenaza, que las consecuencias serán graves si no percibe mejora alguna por mi parte.	1	2	3	4	5
(b) Mi entrenador(a) promete que recibiré una recompensa si logro corregir los fallos.	1	2	3	4	5
(c) Mi entrenador(a) hace que yo me sienta culpable.	1	2	3	4	5
(d) Mi entrenador(a) me dice que ahora depende de mí.	1	2	3	4	5
(e) Mi entrenador(a) me comenta que hay diferentes posibilidades para solucionarlo.	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. Rellena un círculo por pregunta.

EN MI DEPORTE...	Nada verdadero		Algo verdadero			Muy verdadero	
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

NAS

PERCEPCIONES DE TU EXPERIENCIA EN EL DEPORTE

¿En general, cómo te sientes cuando participas en tu deporte?

EN MI DEPORTE...	Nada verdadero		Algo verdadero			Muy verdadero	
1. Me siento libre de expresar mis ideas y opiniones.	1	2	3	4	5	6	7
2. Me siento libre para hacer las cosas a mi manera.	1	2	3	4	5	6	7
3. Siento que en buena medida puedo ser yo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
4. Tengo muy clara la decisión sobre cuáles son las actividades/habilidades que quiero practicar.	1	2	3	4	5	6	7
5. Tengo la oportunidad de participar en las decisiones sobre las estrategias que se deberían utilizar.	1	2	3	4	5	6	7
6. Yo puedo dar mi opinión.	1	2	3	4	5	6	7
7. Siento que mi opinión se toma en cuenta a la hora de decidir cómo se debe llevar a cabo la práctica/entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
8. Siento que soy la causa de mis acciones.	1	2	3	4	5	6	7
9. Yo realmente me siento muy libre, sin condiciones cuando hago mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
10. Siento que mis elecciones y acciones se basan en mis verdaderos intereses y valores.	1	2	3	4	5	6	7

BOD

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

	Casi nunca	Rara vez	Algunas veces	Frecuente-mente	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 implica 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

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, llenando el círculo que corresponda a la respuesta apropiada.

CUANDO PARTICIPO EN MI DEPORTE, ME SIENTO...	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	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
EN MI FAMILIA, ME SIENTO...					
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

VIT

Por favor, responde a cada una de las siguientes afirmaciones, indicando el grado en que por lo general son verdaderas para ti.

	No es verdad		Algo de verdad			Verdadero	
1. Me siento vivo(a) y vital.	1	2	3	4	5	6	7
2. A veces me siento tan vivo(a) que solo quiero saltar.	1	2	3	4	5	6	7
3. Tengo energía y ánimo.	1	2	3	4	5	6	7
4. Me ilusiono con cada nuevo día.	1	2	3	4	5	6	7
5. Casi siempre me siento alerta y despierto(a).	1	2	3	4	5	6	7
6. Me siento activado(a) (siento que tengo mucha energía).	1	2	3	4	5	6	7

SWLS

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

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente en acuerdo	De acuerdo	Muy en 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

CCBS

Por favor, indica tu nivel de acuerdo o de desacuerdo con las siguientes afirmaciones:

EN MI EQUIPO DE ENTRENAMIENTO...	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Mi entrenador es poco amistoso conmigo cuando no me esfuerzo en ver las cosas a su manera.	1	2	3	4	5	6	7
2. Mi entrenador me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas.	1	2	3	4	5	6	7
3. Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
4. Mi entrenador me apoya menos cuando no estoy entrenando o jugando bien en los partidos.	1	2	3	4	5	6	7
5. Mi entrenador intenta controlar lo que hago en mi tiempo libre.	1	2	3	4	5	6	7
6. Mi entrenador amenaza con castigarme para "mantenerme a raya" durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
7. Mi entrenador trata de animarme (motivarme) prometiéndome premios si lo hago bien.	1	2	3	4	5	6	7
8. Mi entrenador me presta menos atención cuando está disgustado conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
9. Mi entrenador me acobarda (me intimida) para conseguir que haga lo que él quiere que haga.	1	2	3	4	5	6	7
10. Mi entrenador trata de entrometarse en aspectos de mi vida fuera del entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
11. Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que termine todas las tareas que ha puesto durante el entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
12. Mi entrenador me acepta menos, si le he decepcionado.	1	2	3	4	5	6	7
13. Mi entrenador me avergüenza delante de los demás si no hago las cosas que él quiere que haga.	1	2	3	4	5	6	7
14. Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para hacerme entrenar más duro.	1	2	3	4	5	6	7
15. Mi entrenador espera que toda mi vida se centre en el deporte que practico.	1	2	3	4	5	6	7

SDQ-III

EN GENERAL, CÓMO ME VEO A MÍ MISMO(A).

Por favor indica lo verdadero o falso de cada una de las frases respecto a la descripción de ti mismo(a). Responde a cada frase en función de cómo te sientes AHORA, incluso si te sentiste diferente en cualquier otro momento de su vida.

	Totalmente falso	Bastante falso	Algo falso	Algo verdadero	Bastante verdadero	Totalmente verdadero
1. En general, nada de lo que yo hago es muy importante.	1	2	3	4	5	6
2. No soy muy original en mis ideas, pensamientos y acciones.	1	2	3	4	5	6
3. En general, tengo sentimientos bastante positivos sobre mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
4. En general, no tengo muy buen concepto de mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
5. En general, tengo sentimientos bastante negativos sobre mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6
6. En general, hago muchas cosas que son importantes.	1	2	3	4	5	6
7. En general, no me acepto mucho a mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
8. En general, tengo un gran respeto hacia mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
9. En general, tengo falta de confianza en mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
10. En general, me acepto bastante a mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
11. En general, no tengo mucho respeto hacia mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6
12. En general, tengo mucha confianza en mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6

TEOSQ

Lee cada una de las siguientes afirmaciones e indica el nivel de acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas. ¿Cuándo te sientes con más éxito (satisfecho/a) en tu deporte?

Yo me siento con más éxito en mi deporte cuando...	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Muy de acuerdo
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 más 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

SMS

¿Por qué participas en tu deporte?	Totalmente en desacuerdo		Indiferente		Totalmente de acuerdo		
1. Por la satisfacción que me produce realizarlo.	1	2	3	4	5	6	7
2. Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso(a) en mi ejecución deportiva.	1	2	3	4	5	6	7
3. Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
4. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso(a) en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
5. Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
6. Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos débiles.	1	2	3	4	5	6	7
7. Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades.	1	2	3	4	5	6	7
8. Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
9. Por la satisfacción de aprender algo más sobre este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
10. Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento.	1	2	3	4	5	6	7
11. Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.	1	2	3	4	5	6	7
12. Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución de juego.	1	2	3	4	5	6	7
13. Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente.	1	2	3	4	5	6	7
14. Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mi mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
15. 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
16. Porque esta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos(as).	1	2	3	4	5	6	7
17. Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma.	1	2	3	4	5	6	7
18. Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7
19. Porque me sentiría mal si no participara.	1	2	3	4	5	6	7
20. Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
21. Porque me permite ser valorado(a) por la gente que conozco.	1	2	3	4	5	6	7
22. Por el prestigio de ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
23. Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ser un deportista.	1	2	3	4	5	6	7
24. Para mostrar a otros lo bueno(a) que soy en mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
25. Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo.	1	2	3	4	5	6	7
26. No lo sé; siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte.	1	2	3	4	5	6	7
27. No lo tengo claro; en realidad no creo que éste sea mi deporte.	1	2	3	4	5	6	7
28. A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos.	1	2	3	4	5	6	7

PMCSQ-2

Piensa sobre como es tu ambiente de entrenamiento EN GENERAL e indica a continuación como percibes la forma en la que entrena tu entrenador.

EN MI GRUPO DE ENTRENAMIENTO...	Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	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 quienes 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