

La motivación de los entrenadores deportivos: un estudio desde la teoría de la autodeterminación

Motivation of sport coaches: an study from self-determination theory

A motivação dos treinadores esportivos: um estudo da teoria da autodeterminação

José F. Guzmán¹, Laura Elvira Macagno¹ y Fabian Imfeld²

¹Universidad de Valencia, ²Universidad Católica de Valencia

Resumen: El objetivo del estudio consistió en analizar, en una muestra formada por 506 entrenadores, sus percepciones de: satisfacción de necesidades, percepción de utilidad, motivación autodeterminada, y promoción del bienestar de sus deportistas, así como las diferencias en función del sexo, edad y tipo de deporte. También se analizó si las relaciones entre las variables analizadas correspondían a los postulados de la Teoría de la Autodeterminación (TA) (Deci y Ryan, 1985a, b; 2000; Ryan y Deci, 2007). El análisis descriptivo indicó que los entrenadores en general obtuvieron altos niveles de satisfacción de necesidades, percepción de utilidad, motivación autodeterminada, y promoción del bienestar, y que estas variables se relacionaron entre ellas ajustándose a los postulados de la TA. Las mujeres indicaron mayor motivación identificada y en general una mayor percepción de promoción del bienestar: autocontrol, apoyo social, promoción de la competencia y promoción de las relaciones. Se dieron progresivamente mayores niveles de percepción de utilidad, autodeterminación y promoción del bienestar a medida que los entrenadores fueron de mayor edad. Finalmente, los entrenadores de deportes individuales puntuaron más alto en satisfacción de necesidades y promoción del bienestar, mientras que en cuanto a la motivación obtuvieron mayores niveles, tanto de motivación intrínseca como extrínseca, no apareciendo diferencias en la autodeterminación.

Palabras clave: Satisfacción de necesidades, bienestar, sexo, edad, tipo de deporte.

Abstract: The aim of this study was to analyze in a sample of 506 coaches their perception of: need satisfaction, perception of usefulness, self-determined motivation, and promotion of athletes' well-being, as well as differences by gender, age and type of sport. Moreover, it was examined whether the relationship between the analysed variables corresponded to the postulates of the Self-Determination Theory (SDT) (Deci y Ryan, 1985a, b, 2000, Ryan y Deci, 2007). The descriptive analysis indicated that coaches in general showed high levels of need satisfaction, self-determined motivation and promotion of well-being, and that these vari-

ables were related among them in line with the principles of the SDT. Women showed greater motivation and generally identified themselves having more promotion of well-being: self-control, social support, competence promotion and relatedness promotion. As coaches become older they progressively showed higher levels of perceived usefulness, self-determined motivation and promotion of well-being. Finally, individual sports' coaches showed higher values on need satisfaction and promotion of well-being, while in terms of motivation they exhibit higher levels of both intrinsic and extrinsic motivation, with no differences in self-determination.

Key words: Need satisfaction, well-being, sex, age and type of sport.

Resumo: O objetivo desse estudo foi de analisar uma mostra formada por 506 treinadores e suas percepções de: satisfação de necessidades, percepção de utilidade, motivação autodeterminada e promoção do bem estar dos seus esportistas, assim como, das diferenças em função do sexo, idade e tipo de esporte. Também foi analisado se as relações entre as variáveis analisadas correspondiam com os postulados da Teoria da Autodeterminação (TA) (Deci y Ryan, 1985a, b; 2000; Ryan y Deci, 2007). A análise descritiva indicou que os treinadores em geral obtiveram altos níveis de satisfação de necessidades, percepção de utilidade, motivação autodeterminada e promoção do bem estar, e que essas variáveis se relacionam entre elas, ajustando ao postulado da TA. As mulheres indicaram maior motivação identificada e em geral uma maior percepção e promoção das relações. Foram encontrados progressivamente maiores níveis de percepção de utilidade, autodeterminação e promoção do bem estar a medida que os treinadores tivessem mais idade. Finalmente os treinadores de esportes individuais tiveram pontuações mais altas na satisfação de necessidades e promoção do bem estar, enquanto que os treinadores de esportes coletivos tiveram maior pontuação na motivação intrínseca como na extrínseca, não havendo diferença na autodeterminação.

Palavras chave: Satisfação de necessidades, bem estar, sexo, idade, tipo de esporte.

Introducción

Las conductas de los entrenadores constituyen es un elemento clave que determina la experiencia psicológica de los deportistas en su práctica deportiva (Mageau y Vallerand, 2003). Diversas conductas de éstos tienen una influencia positiva

sobre la motivación y el bienestar, sin embargo otras, que lamentablemente no son infrecuentes, producen consecuencias negativas como descenso de la autoestima, aumento de la ansiedad, depresión y síndromes como el de "estar quemado" o burnout, abandono y alteraciones en la alimentación (Amorose, 2007; Gould, 1993; Scanlan, Stein, y Ravizza, 1991; Sundgot-Borgen y Torstveit, 2004). Estas consecuencias negativas a menudo ocurren cuando los deportistas experimentan una excesiva presión por parte de los entrenadores

Dirección para correspondencia

Jose.F.Guzman@uv.es

Agradecimientos: Está investigación fue subvencionada por el Ministerio de Ciencia e Innovación de España (DEP2009-10253)

y los adultos significativos, principalmente los padres y resto de educadores (Fraser-Thomas y Coté, 2009; Udry, Gould, Bridges, y Tuffey, 1997). Así, por ejemplo, aportar ánimos y refuerzo se asocian típicamente con mayores niveles de diversión y autoestima en los deportistas, mientras que el castigo se asocia a niveles más bajos de competencia, esfuerzo y persistencia (Coté, 2002; Smoll y Smith, 2002).

Las teorías de la motivación, y entre ellas la teoría de la autodeterminación (TA) (Deci y Ryan, 1985a, b; 2000; Ryan y Deci, 2007) ofrecen un marco teórico adecuado para explicar los procesos psicológicos que median las relaciones entre el entrenador y los deportistas y las consecuencias conductuales, cognitivas y emocionales que se derivan de ellas. El análisis de la TA en deportistas ha abarcado diferentes aspectos como el abandono (Guzmán y Kingston, 2011; Pelletier, Fortier, Vallerand, y Brière, 2001; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier y Cury, 2002), el burnout (Cresswell y Eklund, 2005; Lemyre, Treasure y Roberts, 2006), la adherencia e intención de seguir practicando (Guzmán & Kingston, 2011, Luckwu y Guzmán, 2011a), la deportividad (Chantal, Robin, Vernat y Bernache-Assollant, 2005; Donahue et al., 2006, Luckwu y Guzmán, 2011b), y el rendimiento (Mouratidis, Vansteenkiste, Lens y Sideridis, 2008)

A pesar de la abundante investigación sobre la TA con deportistas, existe poca investigación dirigida a analizarla en los entrenadores. Éstos son un colectivo de especial relevancia en el entorno deportivo puesto que como se ha indicado influyen sobre la motivación de los deportistas y sus consecuencias. Además, los entrenadores influyen directamente sobre el resultado deportivo obtenido por sus deportistas y equipos, puesto que muchas veces determinan qué se va a entrenar, cuando y cuanto, así como qué elecciones toma el deportista en las decisiones tácticas de la competición. Finalmente, también pueden cometer infracciones del reglamento que pueden ser sancionadas por los árbitros con las consiguientes consecuencias negativas para sus deportistas y equipos. Seguidamente exponemos las principales aportaciones de la TA y cómo éstas se aplican en los entrenadores.

Motivación de los entrenadores

La TA propone que las personas suelen tener múltiples motivos para realizar una actividad, determinando la calidad global de la motivación (Ryan y Connell, 1989). Estos motivos pueden ser diferenciados en función de su grado de internalización o autodeterminación. El mayor nivel de internalización se asocia con motivos intrínsecos (Motivación Intrínseca, MI), los cuales reflejan un compromiso en la actividad por el disfrute personal, porque es interesante y divertida (Deci y Ryan, 1985a, b; 2000; Ryan y Deci, 2007). Se han identificado (Vallerand, Pelletier, Blais, Brière, Senécal y Vallières, 1992) tres tipos diferentes de MI: MI de conocimiento, que

muestra el interés por entender la actividad y los aspectos clave que determinan la eficacia en su práctica (e.g. “Entreno porque me gusta conocer en profundidad el deporte”); MI de estimulación, caracterizada por el interés en la actividad debido a las sensaciones experimentadas cuando ésta se practica (e.g., “Entreno porque las sensaciones que obtengo al hacerlo son agradables”); y MI de logro que manifiesta el interés en desarrollar las habilidades y destrezas relacionadas con la actividad, consiguiendo realizarla con la máxima eficacia posible (e.g., “Entreno me agrada mejorar mi habilidad para dirigir a los deportistas”).

Los motivos extrínsecos (motivación extrínseca, ME) reflejan un compromiso con la actividad por los resultados externos a ésta que se pretende o se prevé conseguir (Deci y Ryan, 1985a, b; 2000, Ryan y Deci, 2007). La internalización es el proceso mediante el cual las personas asimilan y valoran personalmente los motivos extrínsecos que se hacen importantes o valiosos para el propio desarrollo o realización de la persona (Deci y Ryan, 2000). Dentro de la TA, Deci y Ryan (1985a, b, 2000) desarrollaron la teoría de integración del organismo u organísmica, según la cual los motivos extrínsecos pueden diferenciarse en función de su grado de internalización. El estilo de motivación o regulación más interiorizado es la ME integrada, que se asocia a la práctica de actividades porque son congruentes con la personalidad y valores del individuo, formando parte de los motivos que ayudan a satisfacer sus necesidades psicológicas. Se da cuando un entrenador se dedica a esta actividad porque ser entrenador forma parte su identidad personal (Ryan y Deci, 2000, 2007) (e.g., “Entreno a porque me ayuda a realizarme como persona”). A continuación, en términos del grado de internalización se identifica la ME identificada (Ryan y Deci, 2007) que se da cuando se practica una actividad para cumplir los objetivos que se consideran pertinentes por parte del sujeto para su desarrollo personal (e.g., “Entreno porque mejora mi capacidad para relacionarme con los demás”). La ME introyectada está menos internalizada y se refiere al compromiso con la actividad como una manera de aliviar la culpa o sentimiento de pérdida que estaría asociado con la no participación (e.g., “Entreno porque sentiría añoranza si no lo hiciera”). Por último, la forma menos interiorizada de motivación extrínseca es ME de regulación externa. La participación aquí está impulsada por el deseo de recibir premios o recompensas (Deci y Ryan, 2000) (e.g., Entreno porque me permite obtener reconocimientos e ingresos”). Existe un último estilo denominado desmotivación que representa una falta de falta de autodeterminación y se define como la ausencia de intención o de energía dirigida hacia la acción (Ryan y Deci, 2007) (e.g., “Entreno aunque siento que no vale la pena mantener esta dedicación”). Se ha asociado a consecuencias negativas emocionales, cognitivas y conductuales (Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière y Blais, 1995; Vallerand y Bissonette, 1992).

Satisfacción de necesidades psicológicas básicas y motivación

La TA propone la Teoría de las necesidades básicas (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2002), según la cual existen tres necesidades esenciales para el bienestar y crecimiento psicológico de las personas, las necesidades de autonomía, competencia y afiliación. La autonomía se refiere a la necesidad de sentir que la propia conducta y sus resultados están autodeterminados, o que son consecuencia de la propia persona, en oposición a sentirse influido o controlado por fuerzas externas. La competencia se refiere a la necesidad de sentirse capaz de realizar tareas de diferentes niveles de dificultad. Finalmente, la afiliación se refiere a la necesidad de sentirse conectado, apoyado o cuidado por los demás. La teoría plantea que las tres necesidades deben satisfacerse para que pueda darse bienestar psicológico. También dentro de la TA, la Teoría de la evaluación cognitiva propone que la satisfacción de las necesidades básicas (la autonomía y competencia especialmente) tiene una influencia directa y positiva sobre la motivación autodeterminada (Deci y Ryan, 1985a, 2000; Ryan y Deci, 2000).

De forma complementaria a las tres necesidades este estudio contempla la percepción de utilidad. Esta es una cognición que valora la contribución de la actividad para conseguir el objetivo fundamental del ser humano, ser feliz (Seligman, 2002; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Esta cognición se establecería a partir de las diferentes necesidades (Csikszentmihalyi, 1988; DeCharms, 1968; Deci y Ryan, 2000; Hull, 1943; Maslow, 1970; Mc Clelland, 1965; Murray, 1938; Ryff y Keyes, 1995) satisfechas por la actividad, integradas en función de la importancia que la persona le da al grado de satisfacción de cada una de ellas.

En los procesos de toma de decisiones entre diferentes alternativas de conducta o actividades se ha propuesto que la decisión depende de la percepción de ganancia o utilidad que la persona asocie a cada una para la consecución del objetivo fundamental del ser humano, ser feliz (Seligman, 2002; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). A la hora de establecer esta percepción de utilidad no todas las satisfacciones pesan lo mismo, siendo éste peso más alto para la satisfacción de las necesidades de orden superior, como las propuestas por la TA que para necesidades fisiológicas o materiales (Easterlin, 2003, 2004; Layard, 2005). En un reciente estudio Tay y Diener (2011) confirmaron la existencia de necesidades universales predictoras de bienestar, entre las que se encontraban las tres necesidades de la TA (Ryan y Deci, 2000), e indicaron que la fuerza con la que cada satisfacción se asocia con el bienestar subjetivo o felicidad depende de las diversas culturas y personas.

La percepción de utilidad de una actividad puede considerarse como la valoración que la persona hace de la contribución de ésta a su felicidad o calidad de vida (Goudas, Der-

mitzaki y Bagiatis, 2001; Papaioannou y Theodorakis, 1996; Ryan, 1982), y dependerá de la ponderación que la persona realiza de la satisfacción de necesidades básicas que obtiene al realizarla. En otras palabras, la percepción de utilidad implica una elaboración cognitiva más o menos racional de conjunto de la satisfacción de necesidades que la persona encuentra en la actividad y una valoración general de cómo satisface el objetivo de bienestar o felicidad que será determinante a la hora de tomar decisiones. En la literatura existen referentes a la percepción de utilidad. Este factor fue utilizado en el estudio de internalización de Deci, Eghari, Patrick y Leone (1994), basado en la idea de que las personas internalizan y se hacen más auto reguladas en aquellas actividades que perciben como útiles o valiosas. En el contexto deportivo la percepción de utilidad se ha estudiado poco. Goudas, Dermitzaki y Bagiatis (2001) y Papaioannou y Theodorakis (1996) estudiaron sus efectos en la participación deportiva voluntaria, encontrando resultados no concluyentes. Mientras que Papaioannou y Theodorakis (1996) indicaron un efecto indirecto de la percepción de utilidad sobre la intención de participar en clases de Educación Física extraescolar en estudiantes de educación secundaria, Goudas, Dermitzaki y Bagiatis (2001) no encontraron diferencias significativas en percepción de utilidad entre practicantes y no practicantes de deporte en el tiempo libre. En este caso la percepción de utilidad fue altamente valorada en los dos casos.

La conducta del entrenador y la motivación

La TA aporta un modelo teórico capaz de explicar la influencia del entrenador sobre los deportistas. Propone que un entorno que satisface las necesidades individuales innatas de autonomía, competencia y afiliación llevará a una motivación alta y autodeterminada hacia la actividad física y el deporte, con consecuencias cognitivas, emocionales y conductuales positivas. Diversos estudios en el deporte (e.g., Reinboth, Duda y Ntoumanis, 2004; Mageau y Vallerand, 2003), Educación Física (e.g., Standage, Duda y Ntoumanis, 2005) y el ejercicio (e.g., Edmunds, Ntoumanis y Duda, 2006) han aportado evidencia de que las conductas del entrenador influyen sobre el rendimiento, motivación y bienestar de sus deportistas. A continuación analizaremos algunas de estas variables conductuales.

El apoyo a la autonomía se refiere a la disposición de una persona en posición de autoridad (p.e. un entrenador) para adoptar la perspectiva de los demás (p.e. el/los atleta/s), aportando oportunidades de elección mientras que al mismo tiempo minimiza las presiones y demandas externas (Black y Deci, 2000; Ryan y Deci, 2007). En el contexto deportivo, los estudios realizados han apoyado que la percepción de un clima de apoyo a la autonomía creado por el entrenador se relaciona con una mayor percepción de autonomía por los

deportistas (Reinboth, Duda y Ntoumanis, 2004; Standage, Duda y Ntoumanis, 2003). En el estudio realizado por Reinboth, Duda y Ntoumanis (2004) la percepción de un clima de apoyo a la autonomía se relacionó con la percepción de autonomía de los deportistas, que a su vez lo hizo con mayor motivación intrínseca y vitalidad subjetiva.

La percepción de competencia se ha relacionado positivamente con la regulación del estrés, la autoestima, el bienestar, la condición física y la recuperación de enfermedades crónicas y agudas (Bandura, 1997; Bisschop, Knegsmann, Beekman y Deeg, 2004; Kuijer y Ridder, 2003), mientras que lo ha hecho negativamente con la ansiedad y depresión (Faure y Loxton, 2003; Kashdan y Roberts, 2004; Shnek, Irvine, Stewart y Abbey, 2001), así como con el bienestar subjetivo (Barlow, Wright, y Cullen, 2002; Bandura, Caprara, Barbaranelli, Gerbino y Pastorelli, 2003; Caprara, 2002).

El entrenador puede promocionar la percepción de competencia a través del feedback de ejecución positivo que da a sus deportistas, el cual se ha relacionado con el bienestar, rendimiento e intenciones de práctica deportiva de éstos (Mouratidis et al., 2008). Por el contrario, el castigo se ha relacionado con baja percepción de competencia, esfuerzo y persistencia (Smoll y Smith, 2002). Junto con las recompensas disminuye la autodeterminación puesto que las conductas extrínsecamente motivadas más claras son aquellas que se realizan para obtener una conducta tangible o para evitar un castigo. Un metaanálisis de Deci, Koestner y Ryan (1999) confirmó que el feedback positivo (denominado recompensas verbales) influyó sobre el interés subjetivo y la conducta de elección, aunque este último efecto se verificó en estudiantes universitarios pero no en niños. Un estudio experimental realizado por Ryan (1982) diferenció entre feedback positivo controlado (p.e., "lo hiciste como esperaba que lo hicieras") y feedback positivo informacional (p.e., "hiciste bien la tarea"). El feedback controlado predijo menos la motivación intrínseca y la conducta de elección que el informacional. Estos resultados indican que la satisfacción de la necesidad de sentirse competente, como resultado de recibir feedback positivo, es más probable que fomente la motivación intrínseca cuando se da junto a la satisfacción de la necesidad de autonomía (ver también Kast y Connor, 1988; Pittman, Davey, Alafat, Wetherill y Kramer, 1980).

Otra dimensión que puede promover la necesidad de competencia es el énfasis puesto por los entrenadores en la mejora autorreferencial, la maestría y el esfuerzo. De acuerdo con Duda (2001), un clima de maestría fomenta la percepción de competencia debido a que los criterios autorreferencial (p.e., esfuerzo) que subyacen a los juicios de competencia son más controlables y asequibles comparados con los criterios normativos (p.e. ganar). En un estudio de Ntoumanis (2001), la percepción del énfasis de los profesores de Educación Física en la mejora autorreferencial fue un fuerte predictor de la

competencia en estudiantes de Educación Física. En el estudio de Reinboth, Duda y Ntoumanis (2004), la percepción de apoyo a la competencia se relacionó con la competencia de los atletas, que a su vez lo hizo con la vitalidad subjetiva, la motivación intrínseca y negativamente con los síntomas físicos de enfermedad.

El apoyo social puede definirse como la percepción de las personas de ser amados, valorados y apreciados por los demás (Pierce, Sarason, y Sarason, 1992). Se ha relacionado con el bienestar subjetivo (Kahn, Hessling y Russell, 2003; Mikulincer y Florian, 1998), y la depresión (Sayal et al., 2002), así como con la progresión de diversas enfermedades crónicas como las cardiovasculares y el cáncer (Bisschop et al., 2004; Garssen, 2004; Heckman, 2003; King, 1997). Ryan y Solky (1996), desde la TA, consideran que sus efectos psicológicos positivos y de salud mental pueden derivarse de la capacidad de los sistemas de apoyo social para satisfacer una o más de las necesidades psicológicas básicas, en concreto la necesidad de afiliación. En el contexto deportivo Reinboth, Duda y Ntoumanis (2004) encontraron relación entre el apoyo social llevado a cabo por el entrenador y la satisfacción de la necesidad de afiliación, aunque ésta no mostró relaciones con la vitalidad subjetiva, la motivación intrínseca y los síntomas físicos de enfermedad. En nuestro estudio diferenciamos entre dos tipos de conductas del entrenador, una de apoyo social directo hacia el deportista (apoyo social del entrenador), cuando se preocupa y muestra interés por éste, y otra de fomento de las buenas relaciones entre sus deportistas (apoyo a la afiliación), cuando lo que pretende es que éstos desarrollen lazos personales de amistad y estima mutuos.

Por último, el control emocional y conductual de los entrenadores puede influir también sobre el bienestar de los deportistas. Según la teoría motivacional-relacional de Lazarus (1991, 2000a) las emociones ocurren cuando las personas estiman que sus encuentros con el entorno tendrán efectos positivos o negativos sobre su bienestar (significado relacional), siendo básicos dos procesos, la motivación y la estimación. Lazarus (1991) considera la motivación como los objetivos individuales y como éstos movilizan las respuestas mentales y conductuales para conseguirlos. Defiende que aportan las bases para la valoración de los estímulos del ambiente en términos de costes y beneficios para el propio bienestar. Otra estimación que realiza la persona se refiere a las necesidades de afrontamiento para satisfacer las demandas del entorno y a los recursos personales para cubrirlas. Cuando un entrenador tiene objetivos normativos y extrínsecos y los recursos personales o de sus deportistas son estimados como bajos fácilmente experimentará la competición deportiva como una amenaza y en consecuencia sentirá ansiedad junto con los trastornos emocionales y conductuales asociados a ella (Lazarus, 2000b). Como los entrenadores actúan como modelos de sus deportistas, cuando manifiestan un bajo control de sus

emociones y conductas gritando, protestando al árbitro o realizando gestos bruscos, influyen directamente sobre el bienestar de sus deportistas y contribuyen a que éstos también estimen el juego como amenazante, a que sientan ansiedad y a que tiendan a experimentar emociones y a comportarse de forma similar a la de ellos.

Edad, sexo y tipo de deporte

Diversos estudios han analizado la motivación de los deportistas y estudiantes en función de su edad y sexo (e.g. Athanasios, 2007; Carroll y Loumidis, 2001; Digelidis y Papaioannou, 1999; Guzmán y Kingston, 2011; Jaakkola y Sepponen, 1997; Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2007; Van Wersch, Trew y Turner, 1992). Los resultados no han sido concluyentes puesto que mientras algunos estudios han mostrado que el interés y motivación intrínseca disminuyen con la edad (Digelidis y Papaioannou, 1999; Van Wersch, Trew y Turner, 1992), otros han encontrado un incremento en el índice de autodeterminación (IAD) en los deportistas más mayores (Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2007).

En relación con el sexo de los deportistas, de nuevo los resultados no son concluyentes puesto que mientras que algunos estudios muestran mayores niveles de motivación intrínseca, percepción de competencia y diversión para los chicos (Carroll y Loumidis, 2001; Jaakkola y Sepponen, 1997), otros han obtenido que las chicas perciben mayores niveles de las formas más autodeterminadas de motivación (Vallerand y Bissonnette, 1992; Fortier, Vallerand, Briere y Provencher, 1995) y mayor IAD (Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2007). Además, otros estudios han encontrado interacción de la edad y el sexo (Athanasios, 2007). Este autor analizó las diferencias en la autodeterminación hacia la educación física voluntaria en función del curso y sexo. La autodeterminación de los estudiantes disminuyó a medida que éstos eran de cursos superiores y las diferencias en función del sexo solo se dieron en un curso (grado 11, equivalente a primero de bachillerato), mostrando los chicos mayores niveles de autodeterminación en comparación con las chicas de la misma edad.

Finalmente, pocos estudios han analizado las diferencias en la motivación de los deportistas en función del tipo de deporte, encontrando que los practicantes de deportes colectivos tienen una mayor orientación al ego y una mayor percepción de clima ego, mientras que en los deportes individuales es mayor la orientación a la tarea y el IAD (Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2007).

Si la investigación con deportistas es poco concluyente, no hemos encontrado estudios de la motivación de los entrenadores en función de variables demográficas. Por ello, el objetivo del presente estudio fue analizar a los estos últimos y en concreto su satisfacción de necesidades básicas, motivación y percepción de comportamiento promotor de bienestar de sus

deportistas, y las posibles diferencias en función del sexo, edad y tipo de deporte (individual o colectivo). Asimismo, analizamos si las relaciones entre satisfacción de necesidades, motivación y percepción de promoción del bienestar de sus deportistas estaban en concordancia con los supuestos de la TA.

Método

Participantes

En este estudio participaron 506 entrenadores, 358 varones y 148 mujeres, de edades comprendidas entre 17 and 56 años ($M = 26,8$; $DT = 9,05$), de los cuales 190 entrenaban en deportes individuales y 316 en deportes de equipo. Según la edad, dividimos la muestra en tres grandes grupos: menores de 20 años ($N = 130$), entre 20 y 30 años ($N = 228$) y mayores de 30 años ($N = 148$). Todos los entrenadores recibían algún tipo de gratificación económica por su trabajo y de media habían estado trabajando como entrenadores aproximadamente 5 años. Estos entrenadores fueron contactados por los investigadores en los cursos de formación de técnicos deportivos de la Generalitat Valenciana (España).

Instrumentos

Fueron utilizadas tres escalas: La Escala de Satisfacción de Necesidades Básicas para Entrenadores (ESANPE), la Escala de Motivación Deportiva para Entrenadores (EME), y la Escala de Percepción de Promoción de Bienestar de los Deportistas para Entrenadores (EPPBE). Todas ellas estaban en español y utilizaban escalas Likert de 7 puntos.

La ESANPE se basó en una escala previa de medida de la satisfacción de necesidades de los deportistas (Guzmán y Kingston, 2011; Lukwu y Guzmán, 2011a, b). Esta escala estaba compuesta por cuatro subescalas que medían las percepciones de competencia, afiliación, autonomía y utilidad. Los coeficientes Alfa de las subescalas fueron ,83; ,65; ,51 y ,81; respectivamente. Los índices de ajuste indicaron un ajuste a los datos adecuado: $\chi^2/df = 2,26$; CFI = ,93; TLI = ,91; IFI = ,93; NFI = ,88; RMSEA = ,05. Se calculó un Índice de Satisfacción de Necesidades (ISN) a partir de la media de las tres necesidades propuestas por la TA.

La EME se basó en la traducción española del Sport Motivation Scale para deportistas de Guzmán, Carratalá, García Ferriol y Carratalá (2006); utilizada en diferentes estudios (Guzmán y Kingston, 2011; Lukwu y Guzmán, 2011a, b). No obstante, de forma similar al Behavioural Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ, Lonsdale, Hodge y Rose, 2008), la EME estuvo compuesta por 8 subescalas de 4 ítems (32 ítems) que midieron los diferentes estilos motivacionales conceptualizados dentro de la TA. Los coeficientes alfa de las escalas estuvieron comprendidos entre ,65 para la desmotivación

ción y ,90 para la ME de regulación externa. Los índices de ajuste del modelo fueron aceptables: $\chi^2/df = 2,64$; CFI = ,92; TLI = ,90; IFI = ,92; NFI = ,87; RMSEA = ,057. Se calculó un índice de autodeterminación (IAD), (e.g. Guzmán y Kingston, 2011; Sarrazin et al., 2002; Vallerand, 2007) dando a cada una de las subescalas un peso específico dependiendo del continuo propuesto en la TA. Siguiendo las recomendaciones de Vallerand (2007) se calculó siguiendo la expresión: $((MI \text{ conocimiento} + MI \text{ logro} + MI \text{ estimulación})/3) \times 3 + (ME \text{ integrada} \times 2) + ME \text{ identificada} - ((ME \text{ introyectada} + (ME \text{ externa} \times 2) - (Desmotivación \times 3)))$.

La EPPBE (Guzmán y García-Ferriol, 2011) midió la percepción de los entrenadores de su conducta promotora del bienestar de los deportistas. La escala estaba compuesta por siete dimensiones de 4 ítems (28 ítems in total) que median las percepciones de: autocontrol ($\alpha = ,74$), empleo del castigo ($\alpha = ,70$), apoyo social ($\alpha = ,80$), promoción de la competencia ($\alpha = ,81$), promoción de la autonomía ($\alpha = ,66$) y promoción de la afiliación ($\alpha = ,82$). Los índices de ajuste del análisis factorial confirmatorio indicaron un ajuste adecuado a los datos: $\chi^2/df = 3,20$; CFI = ,88; TLI = ,86; IFI = ,89; NFI = ,84; RMSEA = ,066. Se calculó un Índice de Promoción del Bienestar de los Deportistas (IPB) a partir de la media de los valores obtenidos en las dimensiones, siendo el empleo del castigo una dimensión inversa.

Análisis de datos

Se realizó con el paquete estadístico SPSS 19.0. Previamente al análisis inferencial se calcularon los descriptivos de las diferentes variables analizadas y las correlaciones existentes entre ellas. Posteriormente se realizaron tres análisis mediante el Modelo Lineal General. En cada uno de ellos se tomaron como variables independientes el sexo, edad (factorizada en tres grupos de edades, menores de 20 años, entre 20 y 30 años y mayores de 30 años) y tipo de deporte (individual v. colectivo). En el primer análisis se tomaron como variables dependientes las percepciones de satisfacción de las diferentes necesidades y el ISN, en el segundo las motivaciones y el IAD, en el tercero las percepciones de conductas promotoras de bienestar y el IPB.

Resultados

Análisis descriptivo y correlacional

Los entrenadores mostraron una alta satisfacción de necesidades, mostrando en todas ellas valores por encima de 5,4 siendo su valor medio 3,5. Consecuentemente el valor del ISN fue alto ($M = 5,71$). También indicaron una alta motivación autodeterminada, pasando de tener valores superiores a 5,80 en la MI a ser menor de 3,5 (el valor medio de la escala), en la ME de regulación externa y próxima a 2 en la desmotivación. Por último, los entrenadores también se percibieron como promotores del bienestar de sus deportistas con puntuaciones en las conductas promotoras de éste superiores a 5. En el caso de la conducta punitiva, considerada como una variable inversamente relacionada con el bienestar, la puntuación fue más baja que en el resto de variables, pero estuvo por encima del valor medio 3,5.

En cuanto a las relaciones entre las variables, las correlaciones entre las necesidades obtuvieron valores entre $r = ,25$ ($p < ,01$) y $r = ,54$ ($p < ,01$). La menor se dio entre las percepciones de competencia y autonomía, y la mayor entre la percepción de competencia y afiliación. El ISN se relacionó positivamente con el IAD ($r = ,29$; $p < ,01$) y el IPB ($r = ,55$; $p < ,01$). Tomadas individualmente las motivaciones se relacionaron con la satisfacción de necesidades (ISN) según los postulados de la TA, siendo positivas y altas para las motivaciones intrínsecas (r entre ,42 y ,50; $p < ,01$) y negativa para la desmotivación ($r = -,20$; $p < ,01$). Asimismo, las motivaciones entre sí también se correlacionaron de acuerdo con la TA, siendo estas correlaciones altas y positivas entre las motivaciones próximas en el continuo de la autodeterminación, y progresivamente menores, hasta convertirse en negativas a medida que se separaban en este continuo. El ejemplo más claro de este patrón es el de la desmotivación, que se relacionó positivamente con la ME de regulación enterna ($r = ,14$; $p < ,05$) y negativamente con las motivaciones intrínsecas (r entre -,30 y -,14; $p < ,01$).

Finalmente el IAD se relacionó positivamente con la percepción de las conductas promotoras de bienestar (IPB) ($r = ,36$; $p < ,01$), siendo esta relación positiva con todas las conductas excepto con la conducta punitiva (considerada como variable inversa), con la que se relacionó negativamente ($r = -,10$; $p < ,05$) (tabla 1).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables estudiadas y correlaciones entre ellas.

M	DT.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
P. Competencia	5,41	,75	1																			
P. Afiliación	5,84	,69	,544**	1																		
P. Autonomía	5,89	,872	,253**	,351**	1																	
P. Utilidad	5,77	,93	,290**	,381**	,413**	1																
ISN	5,71	,59	,762**	,795**	,740**	,476**	1															
MI Estimulación	5,89	,87	,368**	,333**	,281**	,451**	,425**	1														
MI Conocimiento	5,85	,97	,325**	,348**	,308**	,410**	,427**	,486**	1													
MI Logro	5,89	,87	,454**	,389**	,313**	,388**	,499**	,531**	,629**	1												
ME Integrada	5,26	1,11	,256**	,273**	,192**	,489**	,310**	,438**	,460**	,454**	1											
ME Identificada	5,36	1,10	,331**	,366**	,171**	,390**	,368**	,452**	,376**	,474**	,720**	1										
ME Introyectada	4,14	1,61	,270**	,215**	,091**	,377**	,244**	,428**	,238**	,309**	,418**	,393**	1									
ME Externa	3,49	1,67	,265**	,170**	,059	,227**	,208**	,132**	,077	,214**	,250**	,329**	,301**	1								
Desmotivación	2,10	,10	-,109*	-,162**	-,184**	-,201**	-,288**	-,166**	-,177**	-,002	-,025	,035	,147**	1								
IAD	15,91	6,25	,160**	,248**	,260**	,275**	,293**	,458**	,514**	,455**	,435**	,348**	-,079	-,471**	-,653**	1						
C. Autocontrol	5,27	,88	,430**	,321**	,231**	,182**	,422**	,230**	,264**	,242**	,201**	,199**	,072	,181**	-,057	,122**	1					
C- Punitiva	4,51	1,20	,073	,024	,041	-,068	,060	,039	,021	,216**	-,022	,007	,148**	,146**	,056	-,099*	-,066	1				
C. Apoyo social	6,06	,74	,431**	,417**	,207**	,272**	,448**	,418**	,317**	,373**	,231**	,294**	,218**	,089*	-,198**	,279**	,307**	,063	1			
C. fcompetencia	6,21	,65	,529**	,459**	,276**	,292**	,540**	,457**	,370**	,450**	,290**	,347**	,190**	,131**	-,250**	,341**	,367**	,073	,682**	1		
C. frelaciones	6,33	,61	,452**	,403**	,248**	,313**	,472**	,413**	,328**	,403**	,238**	,263**	,191**	,073	-,238**	,317**	,354**	,069	,583**	,723**	1	
C. fautonomía	5,90	,73	,458**	,337**	,328**	,339**	,488**	,377**	,381**	,436**	,330**	,342**	,191**	,1012	-,154**	,313**	,359**	-,094*	,514**	,653**	,565**	1
IPPBD	5,54	,50	,526**	,455**	,296**	,360**	,547**	,434**	,391**	,365**	,319**	,343**	,143**	,088*	-,230**	,362**	,642**	-,354**	,709**	,777**	,724**	,700**

* p < ,05; ** p < ,01

Análisis de la satisfacción de necesidades

Realizamos un análisis mediante MLG tomando como variables independientes el sexo, la edad (menor o igual a 20; entre 20 y 30; mayor de 30) y el tipo de deporte (individual o colectivo), y como variables dependientes la percepción de satisfacción de las cuatro necesidades medidas (competencia, autonomía, afiliación y utilidad), y el ISN.

La prueba de los contrastes multivariados mostró efectos significativos para la edad ($F=2,14$, $gl = 8$, $\lambda Wilks = ,966$; $p = ,031$; η^2 parcial = $,017$; $1-\beta = ,86$) y el deporte ($F=3,16$, $gl = 4$, $\lambda Wilks = ,98$; $p = ,014$; η^2 parcial = $,025$; $1-\beta = ,82$). Sin embargo la prueba de los efectos intersujetos mostró efectos significativos de la edad sobre la percepción de autonomía ($F = 3,73$; $p = ,025$; η^2 parcial = $,017$; $1-\beta = ,68$).

Las pruebas de los efectos inter-sujetos no obtuvieron diferencias significativas en función del sexo. En relación con la edad, se observó mayor percepción de utilidad en el grupo de entrenadores de mayor edad. Por otro lado, los valores obtenidos en función del deporte, reflejaron que los entrenadores de los deportes individuales tuvieron mayor satisfacción de necesidades psicológicas de competencia, autonomía, utilidad y mayor ISN que los entrenadores de deportes colectivos. Finalmente se dio interacción entre sexo y deporte, de forma que los entrenadores varones de los deportes colectivos fueron los que menos percibieron que promocionaban las relaciones entre sus deportistas (tabla 2).

Tabla 2. Diferencias y descriptivos de satisfacción de necesidades en función del sexo, edad y deporte.

Factor	V. dependiente	F	Sig	η^2 parc.	1- β	Media marginal(error típico)		
						< 20	20-30	>30
Edad	p. utilidad	5,00	,008	,019	,80	5,58 (.08)	5,87 (.07)	6,01 (.15)
						Individual	Colectivo	
Deporte	p. competencia	6,70	,010	,013	,73	5,61 (.07)	5,35 (.07)	
	p. autonomía	5,18	,023	,004	,62	6,04 (.08)	5,77 (.08)	
	p. utilidad	7,60	,006	,015	,79	6,00 (.09)	5,65 (.09)	
	ISN	7,86	,005	,016	,80	5,90 (.06)	5,65 (.05)	
Sexo x deporte	p. relaciones	4,06	,045	,008	,52	Hombres	6,01 (.07)	5,70 (.05)
						Mujeres	5,92 (.11)	5,98 (.12)

Análisis de la motivación

Se realizó un análisis mediante MLG considerando como variables independientes el sexo, edad y tipo de deporte, y como variables dependientes las motivaciones medidas en la Escala de Motivación de Entrenadores, incluyéndose además el IAD.

La prueba de los contrastes multivariados mostró efectos significativos para el sexo ($F=2,87$; $gl = 9$; $\lambda Wilks = ,95$; $p = ,003$; η^2 parcial = $,051$; $1-\beta = ,97$) y el deporte ($F=2,84$; $gl = 19$; $\lambda Wilks = ,95$; $p = ,003$; η^2 parcial = $,050$; $1-\beta = ,96$). La prueba de los efectos intersujetos, por otro lado, mostró una interacción entre el sexo y el tipo de deporte sobre la moti-

vación identificada ($F = 6,72$; $p = ,01$; η^2 parcial = $,015$; $1-\beta = ,74$). Por otro lado, muy cerca de la significación estuvo el efecto de la interacción entre sexo y tipo de deporte sobre el IAD ($F = 4,54$; $p = ,051$; η^2 parcial = $,009$; $1-\beta = ,50$).

Las pruebas de los efectos inter-sujetos verificaron más motivación identificada para las mujeres que para los hombres. En cuanto a la edad, se observaron mayores niveles de MI de estimulación y motivación autodeterminada (IAD) a medida que los entrenadores pertenecían a décadas más mayores. Los entrenadores de deportes individuales mostraron mayores niveles de motivación MI de conocimiento, y ME integrada, introyectada y de regulación externa (tabla 3).

Tabla 3. Diferencias y descriptivos de la motivación en función del sexo, edad y deporte

Factor	V. dependiente	F	Sig	η^2 parc.	1- β	Media marginal(error típico)	
						Varones	Mujeres
Sexo	ME identificada	9,60	,002	,019	,87	5,26 (.07)	5,71 (.13)
Edad	MI Estimulación	3,21	,041	,013	,61	< 20	5,78 (.09)
						20-30	6,02 (.06)
	IAD	4,85	,008	,019	,80	14,74 (.57)	18,28 (1,02)
Deporte	MI Conocimiento	6,70	,010	,013	,73	Individual	6,11 (.09)
	ME Integrada	6,83	,009	,014	,74	Colectivo	5,77 (.09)
	ME Introyectada	6,37	,012	,013	,71		5,58 (.11)
	ME Externa	5,07	,025	,010	,61		4,41 (.16)
							3,87 (.15)
							3,28 (.15)

Análisis de la percepción de conducta promotora del bienestar de los atletas

Se realizó un análisis mediante MLG considerando como variables independientes el sexo, edad y tipo de deporte, y como variables dependientes las percepciones de autocontrol, apoyo social, fomento de la competencia, fomento de la afiliación, fomento de la autonomía y conducta punitiva, así como un índice de percepción de conducta promotora de bienestar, calculado a partir de la media de las variables anteriores con la conducta punitiva inversa.

La prueba de los contrastes multivariados mostró efectos significativos del sexo (F=3,47; gl = 6; λ Wilks = ,96; p = ,002; η^2 parcial = ,041, 1- β = ,95), edad (F= 2,02; gl = 12; λ Wilks

= ,95; p = ,02; η^2 parcial = ,024; 1- β = ,93) y deporte (F=8,13; gl = 6; λ Wilks = ,91; p < ,001; η^2 parcial = ,091; 1- β = 1,00).

Las pruebas de los efectos inter-sujetos indicaron la existencia de diferencias en función del sexo puesto que las mujeres indicaron en general una mayor percepción de promoción de bienestar de los deportistas (IPB) y en concreto mayor conducta de autocontrol, apoyo social, fomento de la competencia y fomento de las relaciones sociales. En relación con la edad, se observó un descenso de la percepción de conducta punitiva en los entrenadores mayores. Finalmente, se verificaron mayores percepciones de autocontrol y fomento de la autonomía para los entrenadores de deportes individuales, mientras que los entrenadores de deportes colectivos tuvieron valores más altos en la percepción de conducta punitiva (tabla 4).

Tabla 4. Diferencias y descriptivos de la percepción de conducta promotora de bienestar en función del sexo, edad y deporte

Factor	V.dependiente	F	Sig	η^2 parc.	1- β	Media marginal (error típico)	
						Varones	Mujeres
Sexo	Autocontrol	4,56	,033	,009	,57	5,30 (.05)	5,55 (.10)
	Apoyo social	13,14	<,001	,026	,95	6,00 (.04)	6,32 (0,9)
	P. competencia	6,95	,009	,014	,75	6,15 (.04)	6,38 (.08)
	P. relaciones	5,00	,026	,010	,61	6,29 (.04)	6,47 (.07)
	IPPBD	11,51	,001	,023	,92	5,53 (.03)	5,74 (.06)
Edad	Autocontrol	3,12	,045	,012	,60	< 20	5,27 (.08)
						20-30	5,34 (.07)
						>30	5,67 (.14)
	Punitiva	4,37	,013	,017	,76	4,58 (.10)	4,43 (.09)
	IPPBD	3,97	,019	,016	,71	5,53 (.04)	5,60 (.04)
Deporte	Autocontrol	9,09	,003	,018	,85	Individual	5,60 (.08)
	Punitiva	34,79	<,001	,066	1,00	Colectivo	5,25 (.08)
	IPPBD	22,30	<,001	,043	1,00		3,87 (.11)
							4,77 (.11)
							5,78 (.05)
							5,49 (.04)

Discusión

Los resultados descriptivos indican que en general el colectivo de entrenadores mostró altos niveles de satisfacción de necesidades, de motivación autodeterminada y de promoción del bienestar de los deportistas. Dado que en España la labor del entrenador está en general escasamente reconocida en términos económicos y aporta escasas recompensas extrínsecas se puede entender que si a pesar de ello siguen vinculados al deporte debe ser porque obtienen una suficiente satisfacción de sus necesidades, tanto de las contempladas por la TA: competencia, afiliación y autonomía, como de la utilidad para la mejora de su calidad de vida o felicidad.

La alta motivación autodeterminada de los entrenadores y su alta percepción de promoción del bienestar de sus deportistas pueden entenderse como consecuencias de la satisfacción de necesidades, dando apoyo a la TA y contribuyendo a explicar los resultados descriptivos obtenidos, puesto que dado que existió relación positiva entre satisfacción de necesidades, motivación autodeterminada y promoción del bienestar de los deportistas, una alta percepción de necesidades se corresponde con los valores altos en las otras variables.

Las percepciones de competencia, afiliación y autonomía se relacionaron positivamente con el IAD, dando apoyo a la teoría de la evaluación cognitiva que propone que la satisfacción de las necesidades básicas (la autonomía y competencia especialmente) tiene una influencia directa y positiva sobre la motivación autodeterminada, y estando en línea con los resultados obtenidos en estudios previos (Deci y Ryan, 1985a, 2000; Ryan y Deci, 2000). Además, la relación entre la percepción de utilidad y el IAD fue positiva y ligeramente superior a las del resto de necesidades (r utilidad-IAD = ,275; r media competencia, afiliación, autonomía-IAD = ,223), poniendo de manifiesto la importancia de esta percepción.

En cuanto a las diferencias en función del sexo, no se dieron diferencias en la satisfacción de necesidades, no concordando con los resultados obtenidos por Carroll y Loumidis (2001) con deportistas, los cuales obtuvieron mayores niveles de percepción de competencia para los chicos. Las mujeres solo presentaron mayores niveles de ME identificada, que no llegó a traducirse en un aumento del IAD. Estos resultados van en la misma línea que los encontrados en deportistas en diversos estudios (Vallerand y Bisonnette, 1992; Fortier, Vallerand, Briere y Provencher, 1995) los cuales encontraron mayores niveles de formas autodeterminadas de motivación. Sin embargo en este caso la diferencia tan solo se produjo en la motivación identificada, pero no en el IAD, como había indicado el estudio previo de Moreno, Cervelló y González-Cutre (2007) con deportistas. Estos resultados ponen de manifiesto las similitudes en las motivaciones entre deportistas y entrenadores. Este resultado podría deberse a que ser entrenadora en España es mucho menos usual que ser entrenador, al

igual que ser mujer deportista en relación a chico deportista. Éste hecho podría contribuir en mayor medida que en los hombres a concebir la vinculación al deporte (como deportista o entrenador) como una actividad diferenciadora para establecer la identidad especialmente en las mujeres.

En relación con la promoción del deportista, se dieron grandes diferencias entre mujeres y hombres, puesto que ellas se percibieron con mayor autocontrol, más aportadoras de apoyo social y más promotoras de la percepción de competencia y de relaciones de sus deportistas. Este resultado pone de manifiesto que las mujeres, aun con niveles similares de satisfacción de necesidades y de motivación autodeterminada mostraron mayores niveles de promoción del bienestar de sus deportistas. Como posibles variables explicativas de esta diferencia podríamos hipotetizar que éstas podrían poseer mayores niveles de empatía o inteligencia emocional, podrían adoptar distintos tipos de liderazgo, o podrían crear diferente clima motivacional que los hombres. La verificación de estas hipótesis necesitaría estudios adicionales.

Se dieron diferencias en función de la edad, las cuales pueden darnos pistas acerca de las variables relacionadas con la adherencia al rol de entrenador. De forma que aquellas variables cuyos valores fueran mayores en el colectivo de entrenadores de mayor edad se relacionarían con la adherencia, mientras que aquellas variables cuyas puntuaciones fueran menores en el colectivo de entrenadores de más edad podrían relacionarse con el abandono. La percepción de utilidad aumentó a medida que el colectivo de entrenadores fue mayor, por lo que podría hipotetizarse que aquellos que percibieran el rol del entrenador como más útil para ser felices tenderían a mantenerse en la actividad en mayor medida que los que puntuaran más bajo. Esta hipótesis requiere de estudios longitudinales que permitan verificarla. También se dieron diferencias significativas en la motivación, tanto en la MI de estimulación como en el IAD, que es más significativo, siendo mayores en los grupos de mayor edad. Esta tendencia fue similar a la encontrada con deportistas españoles por Moreno, Cervelló y González-Cutre (2007). De los resultados de nuestro estudio, y de igual forma a como se ha procedido con la percepción de utilidad, la motivación autodeterminada (IAD) podría hipotetizarse como un factor protector del abandono de los entrenadores. Finalmente, con la edad también se produjo una mayor percepción de autocontrol, menor percepción de uso del castigo y en general una mayor percepción de promoción del bienestar de los deportistas. Tal y como se mencionó para las mujeres, habría que estudiar si ésta tendencia se debe a que los entrenadores con mayor inteligencia emocional, o los que tienen mayor empatía o los que crean un determinado tipo de liderazgo son los que más perduran en el rol de entrenador.

Finalmente, en relación con el tipo de deporte, los resultados del estudio indicaron que los entrenadores de los deportes individuales tenían mayores puntuaciones en satisfacción de

necesidades (competencia, autonomía, utilidad e ISN) y en promoción del bienestar de sus deportistas (más autocontrol, menos conducta punitiva y mayor IPB). Sin embargo, con la motivación se dio que los entrenadores de deportes individuales puntuaron más alto que los de deportes colectivos tanto en motivaciones intrínsecas y autodeterminadas (MI conocimiento y ME integrada) como en motivaciones extrínsecas y menos autodeterminadas (ME introyectada y ME Regulación externa), resultando que no se dieron diferencias con los entrenadores de deportes colectivos en el IAD. En este caso podríamos decir que la motivación del entrenador en el deporte individual es más alta que en el deporte colectivo, y en ésta habría motivos de todo tipo, tanto internos como externos. Podríamos hipotetizar que la dilución de la responsabilidad del resultado es menor que en el deporte colectivo, de forma que los entrenadores de deportes individuales se sienten más responsables del resultado y por lo tanto muestran una gran motivación hacia éste.

Conclusiones

Como principales conclusiones del estudio se podrán destacar las siguientes: (1) El colectivo de entrenadores mostró

altos niveles de satisfacción de necesidades, de motivación autodeterminada y de promoción del bienestar de los deportistas, y las relaciones entre estas variables apoyaron la TA; (2) las entrenadoras ellas se perciben con mayor autocontrol, más aportadoras de apoyo social y más promotoras de la percepción de competencia y de relaciones de sus deportistas; (3) La percepción de utilidad aumentó a medida que el colectivo de entrenadores fue mayor, pudiendo contribuir a aumentar la adherencia; y (4) mientras que los entrenadores de los deportes individuales tuvieron mayores puntuaciones en satisfacción de necesidades y en promoción del bienestar de sus deportistas, sin embargo no se dieron diferencias con los deportes colectivos en motivación autodeterminada.

Los resultados del estudio contribuyen a conocer el perfil motivacional de los entrenadores deportivos, y cómo éste varía en función de las características sociales; apoya la TA como marco teórico útil para realizar este análisis; y finalmente sugiere hipótesis para estudios futuros que analicen los factores protectores y de riesgo de la adherencia y abandono del rol de entrenador, así como las relaciones entre la metodología de entrenamiento y de competición en función del perfil motivacional de éste.

Referencias

- Amorose, A.J. (2007). Coaching effectiveness: Exploring the relationship between coaching behavior and self-determined motivation. En M.S. Hagger, y N.L.D. Chatzisarantis (Eds.) *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport* (pp. 209-227). Champaign IL: Human Kinetics.
- Athanasios, K. (2007). Grade and gender differences in students' self-determination for participating in physical education. *Georgian Electronic Scientific Journal: Education Science and Psychology*, 2(11), 23-30.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman y Co.
- Bandura, A.; Caprara, G. V.; Barbaranelli, C.; Gerbino, M., y Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*, 74, 769-782.
- Barlow, J., Wright, C., y Cullen, L. (2002). A job-seeking self-efficacy scale for people with physical disabilities: preliminary development and psychometric testing. *British Journal of Guidance and Counselling*, 30, 37-53.
- Bisschop, M. I., Knegsman, D. M. W., Beekman, A. T. F., y Deeg, D. J. H. (2004). Chronic diseases and depression: the modifying role of psychosocial resources. *Social Science and Medicine*, 59, 721-733.
- Black, A. E. y Deci, E. L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education*, 84, 740-756.
- Caprara, G. V. (2002). Personality psychology: filling the gap between basic processes and molar functioning. En C. von Hofsten y L. Backman (Eds.). *Psychology at the turn of the millennium: Social, developmental, and clinical perspectives* (vol. 2, pp. 201-224). Florence, KY: Taylor y Frances.
- Carroll, B. y Loumidis, J. (2001). Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school. *European Physical Education Review*, 7, 24-43.
- Chantal, Y., Robin, P., Vernat, J. P. y Bernache-Assollant, I. (2005). Motivation, sportspersonship, and athletic aggression: a mediational analysis. *Psychology of Sport & Exercise*, 6, 233-249.
- Côté, J. (2002). Coach and peer influence on children's development through sport. In J. M. Silva and D. E. Stevens (Ed.), *Psychological Foundations of Sport* (pp. 520-540). Boston, MA: Allyn y Bacon.
- Cresswell, S. L., & Eklund, R. C. (2005). Motivation and Burnout in Professional Rugby Players. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76, 370-376.
- Csikszentmihalyi, M. (1988). *Optimal experience*. New York, NY: Cambridge University Press.
- De Charms, R. (1968). *Personal causation: The internal affective determinants of behavior*. New York, NY: Academic Press.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (1985a). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (1985b). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits. *Human Educational Psychologist*, 28, (2), 117-48
- Deci, E. L.; Eghari, H.; Patrick, B. C. y Leone, D. R. (1994). Facilitating internalization: The self-determination theory perspective. *Journal of Personality*, 62, 119-142.
- Deci, E.L., Koestner, R., y Ryan, R.M. (1999). A meta-analytic reviews of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125, 627-668.
- Digelididis, N. y Papaioannu, A. (1999). Age-group differences in intrinsic motivation, goal orientations and perceptions of athletic competence, physical appearance and motivational climate in Greek physical education. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9, 375-380.

21. Donahue, E. G., Miquelon, P., Valois, P., Goulet, C., Buist, A. y Vallerand, R. J. (2006). A motivational model of performance-enhancing substance use in elite athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 511-520.
22. Duda, J. L. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
23. Easterlin, R. (2003). Explaining happiness. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 100 (19), 11176 – 11183.
24. Easterlin, R. (2004). The economics of happiness. *Daedalus*, 133 (2), 26 – 33.
25. Edmunds, J.; Ntoumanis, N. y Duda, J. L. (2006). A test of self-determination theory in the exercise domain. *Journal of Applied Social Psychology*, 36, 2240-2265.
26. Faure, S. y Loxton, H. (2003). Anxiety, depression and self-efficacy levels of women undergoing first trimester abortion. *South African Journal of Psychology*, 33, 28–38.
27. Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Briere, N.M. y Provencher, P.J. (1995). Competitive and recreational sport structures and gender: Test of their relationship with sport motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 2439.
28. Fraser-Thomas, J. y Côté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist*, 23, 3-23.
29. Garssen, B. (2004). Psychological factors and cancer development: evidence after 30 years of research. *Clinical Psychology Review*, 24, 315–338.
30. Goudas, M.; Dermitzaki, I. y Bagiatis, K. (2001). Motivation in Physical education is correlated with participation in sport after school. *Psychological Reports*, 88, 491-496.
31. Gould, D. (1993). Intensive sport participation and the prepubescent athlete: Competitive stress and burnout. In B. Cahill and A. Pearl (eds.) *Intensive Participation in Children's Sports* (pp. 19-38). Champaign, IL: Human Kinetics.
32. Guzmán, J.F. y García-Ferriol, A. (2011). Escala de Percepción de Promoción del Bienestar para Entrenadores (EPPBE): Análisis inicial de sus propiedades psicométricas y validez. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 26, 393-407. doi:10.5232/ricyde2011.02605
33. Guzmán, J.F. y Ramón-Llin, J. (en prensa). Escala de Satisfacción de Necesidades para Entrenadores (ESANPE): Análisis de sus propiedades psicométricas y validez. Aceptado por *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*
34. Guzmán, J.F., Carratalá, E., García Ferriol, A. y Carratalá, V. (2006). Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 16, 85-98.
35. Guzmán, J. F. y Kingston, K. (2011). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. *European Journal of Sport Sciences*, DOI:10.1080/17461391.2011.573002.
36. Guzmán, J.F. y Romagnoli, M. (2011). Escala de motivación para entrenadores (EME): análisis inicial de sus propiedades psicométricas y validez. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 27, 1-19.
37. Heckman, T. G. (2003). The Chronic Illness Quality of Life (CIQOL) Model: explaining life satisfaction in people living with HIV disease. *Health Psychology*, 22, 140–147.
38. Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior: An introduction to behavior theory*. New York: Appleton-Century-Crofts.
39. Jaakkola, T. y Sepponen, K. (1997). The associations between goal orientations, motivational climate, and intrinsic motivation in physical education. *Unpublished master thesis*, University of Jyväskylä, Finland.
40. Kahn, J. H.; Hessling, R. M. y Russell, D. W. (2003). Social support, health, and well-being among the elderly: what is the role of negative affectivity?. *Personality and Individual Differences*, 35, 5–17.
41. Kashdan, T. B. y Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 119–141.
42. Kast, A. y Connor, K. (1988). Sex and age differences in responses to information and controlling feedback. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 14, 514–523.
43. King, K. B. (1997). Psychological and social aspects of cardiovascular disease. *Annals of Behavioral Medicine*, 19, 264–270.
44. Kuijter, R. G. y de Ridder, D. (2003). Discrepancy in illness-related goals and quality of life in chronically ill patients: the role of self-efficacy. *Psychology and Health*, 18, 313–330.
45. Layard, R. (2005) *Happiness: Lessons From a New Science*, New York and London: Penguin.
46. Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford, UK: Oxford University Press.
47. Lazarus, R.S. (2000a). Cognitive-motivational-relational theory of emotion. En Y.L. Hanin (Ed.), *Emotions in sport* (pp. 39-63). Champaign, IL: Human Kinetics.
48. Lazarus, R.S. (2000b). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229-252.
49. Lemyre, P. N., Treasure, D. C. y Roberts, G. C. (2006). Influence of variability in motivation and affect on elite athlete burnout susceptibility. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 32-48.
50. Lonsdale, C., Hodge, K. y Rose, E. A. (2008). The behavioral regulation in sport questionnaire: instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 323-355.
51. Lukwu, R.M. y Guzmán, J.F. (2011a). Sport commitment and adherence: A social-cognitive analysis. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25(7), 277-286. doi:10.5232/ricyde2011.02503
52. Lukwu, R.M. y Guzmán, J.F. (2011b). Deportividad en balonmano: un análisis desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 305-320.
53. Mageau, G. A. y Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21, 881–954.
54. Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.) New York: Harpers and Row.
55. McClelland, D. C. (1965). Toward a theory of motive acquisition. *American Psychologist*, 20, 321–333.
56. Mikulincer, M. y Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. En J. A. Simpson y W. S. Rhodes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143–165). New York: Guilford.
57. Moreno, J.A.; Cervelló, E. y González-Cutre, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25, 35-51.
58. Mouratidis, A.; Vansteenkiste, M.; Lens, W. y Sideridis, G. (2008). The motivating role of positive feedback in sport and physical education: evidence for a motivational model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 240-268
59. Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
60. Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225–242.
61. Papaioannou, A. y Theodorakis, Y. (1996). A test of three models for the prediction of intention for participation in physical education lessons. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 383-389.
62. Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
63. 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 motiva-

- tion, extrinsic motivation and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
64. Pierce, G. R.; Sarason, B. R., y Sarason, I. G. (1992). General and specific social support expectations and stress as predictors of perceived supportiveness: An experimental study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 297-307.
65. Pittman, R. S.; Davey, M. E.; Alafat, K. A.; Wetherill, K. V. y Kramer, N. A. (1980). Informational versus controlling verbal rewards. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6, 228-233.
66. Reinboth, M.; Duda, J. y Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 28, 297-313.
67. Ryan, R.M. y Connell, J.P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.
68. Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
69. 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. Hagger, & N. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
70. Ryan, R. M. y Solky, J. A. (1996). What is supportive about social support? On the psychological needs for autonomy and relatedness. En G. R. Pierce, B. R. Sarason y I. G. Sarason (Eds.), *Handbook of Social Support and the Family*. New York: Plenum.
71. Ryan, R. M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 450-461.
72. Ryan, R.M. y Deci, E.L. (2002). On assimilating identities to the self: A self-determination perspective of integration and integrity with cultures. In M.R. Leary, y J.P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 253-272). New York: The Guilford Press.
73. 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 *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport*, Hagger, M., y Chatzisarantis, N. (Eds.). Champaign, IL: Human Kinetics.
74. Ryff, C. D. y Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
75. Sarrazin, P.; Vallerand, R.; Guillet, E.; Pelletier, L. y Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418.
76. Sayal, K.; Checkley, S.; Rees, M.; Jacobs, C.; Harris, T.; Papadopoulos, A. et al. (2002). Effects of social support during weekend leave on cortisol and depression ratings: a pilot study. *Journal of Affective Disorders*, 71, 153-157.
77. Scanlan, T. K.; Stein, G. L. y Ravizza, K. (1991). An in-depth study of former elite figure skaters: III. Sources of stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 103-120.
78. Seligman, M. E. P. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. doi:10.1037/0003-066X.55.1.5
79. Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic Happiness*. New York: Free Press.
80. Shnek, Z. M.; Irvine, J.; Stewart, D. y Abbey, S. (2001). Psychological factors and depressive symptoms in ischemic heart disease. *Health Psychology*, 20, 141-145.
81. Smoll, F. L. y Smith, R. E. (2002). Coaching behavior research and intervention in youth sports. In F. L. Smoll y R. E. Smith (Eds.), *Children and youth in sport: A biopsychological perspective* (2nd ed., pp. 211-234). Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing.
82. Standage, M.; Duda, J.L. y Ntoumanis, N. (2003). Predicting motivational regulations in physical education: the interplay between dispositional goal orientations, motivational climate and perceived competence. *Journal of Sports Sciences*, 21, 631-647.
83. Sundgot-Borgen, J. y Torstveit, M.K. (2004). Prevalence of eating disorders in elite athletes is higher than in the general population. *Clinical Journal of Sport Medicine* 14, 25-32.
84. Tay, L. y Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the World. *Personality Processes and Individual Differences*, 101, 354-265. doi: 10.1037/a0023779
85. Udry, E.; Gould, D.; Bridges, D. y Tuffey, S. (1997). People helping people? Examining the social ties of athletes coping with burnout and injury stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 368-395.
86. Vallerand, R.J. (2007). A Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Physical Activity. En M.S. Hagger y N.L.D Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport* (pp. 255-280). Champaign, IL: Human Kinetics.
87. Vallerand, R.J. y Bissonette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality*, 60, 599-620.
88. Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Brière, N.M., Senécal, C. y Vallières, E.F. (1992). The Academic Motivation Scale: a measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1.003-1.017.
89. Van Wersch, A., Trew, K. y Turner, I. (1992). Post-primary school education: Age and gender differences. *British Journal of Educational Psychology*, 62, 56-72.

