

VARIABLES PSICOLÓGICAS RELACIONADAS CON LA MOTIVACIÓN EN JÓVENES JUGADORES DE BALONMANO QUE PRACTICAN DEPORTE DE COMPETICIÓN

Sosa González, P. I. (1) y Oliver Coronado, J. F. (2)

- (1) Real Federación Española de Balonmano, Universidad Pablo de Olavide (Sevilla). Miembro de la Union of University Handball Teachers (U.U.H.T.) and E.H.F. Master Coach.
- (2) Real Federación Española de Balonmano, Universidad Pablo de Olavide (Sevilla). Miembro de la Union of University Handball Teachers (U.U.H.T.) Lector I.H.F.

Resumen

El objetivo del presente estudio fue evaluar una serie de variables psicológicas relacionadas con la motivación de 642 jugadores de balonmano, de 13 a 16 años ($M = 14,82$, $SD = 1,01$), 313 chicos y 329 chicas. Los resultados obtenidos se deberían tener en cuenta cuando se trabaja con jóvenes jugadores para reforzar estos aspectos e incrementar, o al menos mantener, su interés por la práctica deportiva, y evitar, o al menos disminuir, el abandono prematuro.

Palabras clave: *balonmano, evaluación, motivación, jóvenes balonmanistas*

Introducción

En los últimos años, un considerable número de investigaciones han puesto de manifiesto la importancia de distintas variables psicológicas, como el control del estrés, el manejo de la concentración, la confianza en uno mismo, la motivación, el manejo de habilidades mentales, etc., en la consecución de éxito deportivo. En todas las áreas de funcionamiento que implica el deporte de competición intervienen variables psicológicas que tienen una notable importancia, como la motivación, la atención, el estrés, la ansiedad, la autoconfianza, los estados de ánimo, el autocontrol y la autorregulación, la cohesión, las habilidades interpersonales o el ajuste emocional, en consonancia con lo señalado por numerosos especialistas (Buceta, 1990, 1996a; Capafons, Labrador y Gil, 1993; García, Rodríguez, Andrade y Arce, 2006; Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (2007); Loehr, 1984; Mahoney, Gabriel y Perkins, 1987; Meyers, Cooke, Cullen y Liles, 1979; Orlick, Hansen, Reed y O'Hara, 1978; Ravizza, 1975; Roberts, 2001; Van der Auweele, Cuyper, Van Mele y Rzewninicki, 1993).

El conocimiento y el entrenamiento de estas variables puede contribuir a que los deportistas optimicen su rendimiento aumentando de esta manera las posibilidades de conseguir mejores resultados deportivos, por un lado; y de disminuir la incidencia de variables que puedan afectar a su rendimiento y a su continuidad en el deporte de competición a largo plazo, por otro.

Con respecto a variables de motivación, existen muchos nexos de unión entre todas las teorías que tratan de explicar los complejos y dinámicos procesos relacionados con ella, dado que ésta es considerada un constructo multidimensional y dinámico que puede ser analizado desde diferentes construcciones teóricas y que ejerce un papel fundamental en cualquier ámbito del comportamiento, siendo reconocida como uno de los constructos más importantes en el contexto deportivo.

En la práctica del balonmano de competición, al igual que en el resto de los deportes, están implicados una gran cantidad de aspectos psicológicos, tanto antes, durante, como después de la competición. Destacar, por ejemplo, aspectos como preparación psicológica, concentración, afrontamiento del estrés, *flow* (Csikszentmihalyi, 2003), control emocional, autocontrol, autoconfianza y competitividad, entre otros muchos. Así pues, el papel del entrenamiento

psicológico o la Psicología del Deporte aplicada pasa por examinar o conocer las características psicológicas de los deportistas, sus necesidades, habilidades mentales, destrezas y competencias, antes, durante y después de la competición.

Todo lo expuesto anteriormente justifica la importancia de llevar a cabo investigaciones como la que presentamos nosotros aquí, relacionadas con el estudio de una serie de características o variables psicológicas de deportistas –en nuestro caso de balonmanistas- en el contexto del deporte de competición, y en concreto del deporte infantil-juvenil, con el fin de conocer mejor la realidad de sus necesidades psicológicas, como un primer paso para poder contribuir a mejorar tanto su rendimiento deportivo, como su desarrollo integral como jóvenes en proceso de formación, trabajando siempre de manera conjunta e integrada, todos los profesionales del equipo técnico.

Objetivo

El objetivo de nuestra investigación fue conocer una serie de variables psicológicas relacionadas con la motivación de deportistas españoles de balonmano, de 13 a 16 años (infantiles y cadetes), de ambos sexos y que practicaban deporte de competición.

Método

Participantes:

La muestra de nuestro estudio está formada por los mejores deportistas infantiles y cadetes de las modalidades de balonmano que, por Comunidades Autónomas a nivel nacional, participaron en el Campeonato de España de Selecciones Territoriales de su respectiva categoría deportiva.

Se trata de un total de 642 jugadores de Balonmano, de 13 a 16 años ($M=14,82$; $dt=1,01$), de los que 313 eran chicos y 329 chicas.

Instrumento de medida:

Como instrumento de recogida de información hemos utilizado las 4 subescalas de motivaciones en el deporte de la “Batería de Tests Psicológicos para Deportistas – Salamanca” (BTPD-S), de Fernández-Seara, Fernández-Navarro y Mielgo (1999), en base a lo cual se han estudiado -aplicando pequeñas modificaciones-, 4 variables psicológicas relacionadas con la motivación: motivación de logro, motivación narcisista, afiliación social y prestigio y reconocimiento social.

Estas 4 subescalas relacionadas con la motivación están compuestas por entre 5 y 10 ítems o enunciados acerca de la actividad deportiva y competitiva, que deben ser contestados señalando v (verdadero) o f (falso), según el deportista crea que se acomodan o no a su forma de ser o actuar.

Estas subescalas son: de motivación narcisista, donde contemplamos 5 de los 8 ítems que la conforman, que lo que miden es (ausencia de) motivación narcisista, pues consideramos que el resto no evalúan dicha dimensión; de afiliación social, con 8 ítems; de prestigio y reconocimiento social, que en nuestro estudio queda con 6 de los 8 ítems originales, por las mismas razones que en el caso de la subescala de motivación narcisista; y subescala de motivación de logro, que queda finalmente conformada por 10 ítems.

Las pequeñas modificaciones aquí presentadas y que nosotros hemos realizado al instrumento de medida después de llevar a cabo distintos tipos de análisis psicométricos preliminares, con el objetivo de mejorar tanto sus componentes como sus propiedades, han sido tenidas en cuenta en todos los análisis de datos (Sosa, 2008).

Las puntuaciones totales se obtienen fácilmente a través de una serie de plantillas de corrección, una para cada una de las 4 subescalas o variables. Las puntuaciones para cada subescala se obtienen sumando los valores asignados por las plantillas a cada una de las opciones de respuesta. Así, se obtienen 4 puntuaciones diferentes que reflejan de forma directa el nivel de las variables evaluadas.

Procedimiento:

Los deportistas participantes rellenaron voluntariamente el cuestionario, acompañado de una hoja de datos personales, deportivos y socio-demográficos, el día de su llegada a la sede del Campeonato. Estos datos, así como las respuestas de cada participante, se almacenaron y analizaron utilizando el paquete estadístico SPSS Versión 15.0.

Resultados y Discusión

En la Tabla 1 se presentan los resultados descriptivos (Media, Desviación típica, Mínimo y Máximo) obtenidos por la muestra completa en las 4 subescalas o variables evaluadas.

Tabla 1. Resultados descriptivos de la muestra.

Subescalas	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
(ausencia de) motivación narcisista	3,21	1,45	0,00	5,00
afiliación social	7,20	1,21	2,00	8,00
prestigio y reconocimiento social	4,31	1,20	0,00	6,00
motivación de logro	7,52	1,65	2,00	10,00

En la Tabla 2 hemos transformado las puntuaciones medias obtenidas en las 4 subescalas a una escala única de medida más habitual, de 0 (mínimo) a 10 puntos (máximo), con el objetivo de facilitar así al lector la ordenación, interpretación y comparación de los resultados de las 4 variables psicológicas analizadas, ordenadas de mayor a menor valor. Del mismo modo, y con la misma finalidad, hemos transformado las puntuaciones obtenidas en (ausencia de) motivación narcisista, y hablamos de motivación narcisista en términos de presencia.

Tabla 2. Puntuaciones medias obtenidas en una escala de 0 (mínimo) a 10 puntos (máximo) por la muestra en las 4 variables psicológicas analizadas.

Subescalas	Media
afiliación social	9,00
motivación de logro	7,52
prestigio y reconocimiento social	7,18
motivación narcisista	3,58

Como se puede observar en la Tabla 2, 3 de las 4 subescalas o variables de motivaciones evaluadas –excepto motivación narcisista-, alcanzan puntuaciones medias elevadas, por encima de 5, valor intermedio del máximo posible de las subescalas. Según estos resultados, parece ser que la afiliación social y la motivación de logro son las principales fuentes de motivación de los deportistas de balonmano que conforman la muestra, lo que coincide con otros muchos estudios sobre motivos de práctica deportiva en niños y adolescentes (Gill, Gross y Huddleston, 1983; Gould, 1980), donde los principales motivos que llevan al niño a la práctica deportiva son: aprender/mejorar habilidades y pasarlo bien/disfrutar, estar con amigos, conocer gente nueva, demostrar habilidad deportiva al compararse con otros, estar bien físicamente, experimentar nuevas sensaciones, y, lejos de estos motivos, competir, tener éxito y ganar.

La necesidad de afiliación o relación social es una de las tres necesidades básicas en las que se apoya la Teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985) junto a las necesidades de competencia y de autonomía. Dentro de este marco teórico se postula que las personas cuando interaccionan con su ambiente necesitan sentirse relacionadas con los demás, en conexión con los demás, y la satisfacción de estas necesidades es esencial para el desarrollo tanto de la motivación autodeterminada (Deci y Ryan, 1985) como del bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2000). Esta necesidad de relacionarse satisfactoriamente con el medio social y el grupo al que se pertenece está en la línea de los resultados de la investigación llevada a cabo por Molinero, Salguero del Valle, Tuero, Álvarez y Márquez (2006) sobre motivos de abandono con una muestra de 561 deportistas, chicos y chicas, con una edad media de edad de 15,2 años y de 11 modalidades deportivas distintas, tanto colectivas como individuales, ya que uno de los principales motivos de abandono era la ausencia de una buena atmósfera o ambiente de equipo. Vemos, pues, las posibilidades que nos ofrece el deporte –y que no debemos desaprovechar- para contribuir a ese bienestar psicológico, y a que los deportistas sigan practicando deporte por motivación intrínseca, o motivación “básica” en términos de Buceta (1996b), frente a motivos más extrínsecos como recompensas externas o por obligación.

La motivación de logro ha ocupado el segundo lugar dentro de la escala de motivaciones de nuestros jóvenes deportistas. Esta variable, analizada desde la Teoría de metas de logro, se relaciona con orientaciones y estados motivacionales implicados a la tarea, es decir, orientados a demostrar el dominio de una tarea, centrándose más en el proceso de aprendizaje que en el resultado final de la conducta. El criterio a través del cual se evalúa la ejecución se encuentra relacionado con la tarea en sí misma, y parte del nivel de ejecución previo del individuo, sin tener en cuenta la ejecución de los demás; es autorreferencial. La meta del comportamiento es dominar la tarea, y la consecución de esta meta está asociada al aumento de los propios sentimientos de competencia (Nicholls, 1984). Igualmente, se basa en la Teoría de la motivación de logro planteada por McClelland (1961) de que las personas están intrínsecamente motivadas para el establecimiento y consecución de diferentes logros -resultados o metas-, y el deporte es un contexto que lo favorece.

En nuestra opinión, desde el punto de vista de los entrenadores, deberíamos reflexionar sobre estos resultados, y tener en cuenta los motivos e intereses que verdaderamente mueven a nuestros deportistas en el sentido de crear climas motivacionales adecuados, y de no aplicar en el deporte de iniciación el modelo del deporte de competición adulto, centrado normalmente en la consecución inmediata de resultados, olvidándonos de la importancia del proceso en estas edades de formación deportiva y de la aplicación de criterios autorreferenciales, donde se valore el esfuerzo y el progreso del deportista en la consecución del dominio de la tarea -lo que normalmente lleva asociado un aumento de los sentimientos de competencia-, en lugar de comparaciones utilizando referentes externos, y, a menudo, demasiado lejanos.

El tercer lugar lo ocupan las motivaciones relacionadas con el prestigio y el reconocimiento social, que normalmente se relacionan con los deportistas orientados al ego, quienes perciben que la actividad física y deportiva les puede ayudar a adquirir mayor reconocimiento y estatus social,

aumentar la popularidad, conseguir riqueza económica, etc. En estas conductas orientadas a la aprobación social, las metas no están directamente relacionadas con el aprendizaje o el logro, sino que tienen que ver con la experiencia emocional derivada de la respuesta social a la propia actuación, al tiempo que su consecución puede ser un instigador importante de la motivación por conseguir los objetivos. Para estos deportistas es importante la aprobación de sus padres, sus entrenadores y sus compañeros. Se trata de un tipo de motivación más extrínseca a lo largo de un continuo de autodeterminación.

El último lugar, y con una puntuación notablemente más baja, se sitúa la variable de motivación narcisista, que siguiendo el mismo marco teórico se relaciona con las orientaciones y estados motivacionales implicados al ego de la Teoría de metas de logro, y dentro de los distintos tipos de conductas, tanto con las orientadas a la demostración de capacidad como con las orientadas a la aprobación social. El estado de implicación al ego se relaciona con la demostración de superior capacidad que los demás. Bajo esta condición, el interés se centra en realizar tareas en las que pocos hayan obtenido éxito y así poder realizar inferencias de posesión de alta capacidad. De estos resultados queremos destacar el elevado nivel que presentan estos deportistas federados de balonmano en afiliación social, obteniendo en esta variable la puntuación media más alta, y muy próxima a la máxima posible (10 puntos), de las 4 variables analizadas, seguida de motivación de logro. Consideramos que esta información hay que tenerla muy en cuenta a la hora de trabajar con deportistas jóvenes, en el sentido de incidir y reforzar estos aspectos como entrenadores deportivos para contribuir así a incrementar, o al menos mantener, su interés por la práctica deportiva, y evitar o minimizar con ello su abandono prematuro. Igualmente destacar, afortunadamente en el otro extremo, la baja puntuación media obtenida en motivación narcisista, que probablemente no constituya la mejor orientación motivacional para la formación deportiva y personal de estos jóvenes atletas.

Conclusiones

En nuestra opinión, podemos considerar estos resultados como muy positivos, ya que nos describen un panorama muy alentador en cuanto a las motivaciones de nuestros deportistas. Por otro lado, estamos convencidos de que este tipo de trabajos en los que se pretende realizar una evaluación diferencial de las distintas variables motivacionales que influyen en la participación y en el rendimiento deportivo son necesarios y ayudan a diseñar e implementar el tipo de intervención más adecuada para la formación integral del deportista. Es nuestra obligación, y nuestra responsabilidad, aprovechar las oportunidades potenciales que nos brinda el deporte para contribuir entre todos -padres, equipo técnico, directivos, jueces, etc.- a un óptimo desarrollo físico, psicológico y social de los jóvenes de estas edades.

Referencias bibliográficas

- Buceta, J. M. (1990). *Aspectos a tener en cuenta en relación con las deportistas españolas de alta competición*. Comunicación presentada en el Seminario Mujer y Deporte, Madrid.
- Buceta, J. M. (1996a). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento físico y deportivo. *Máster Universitario y Especialista Universitario en Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), Madrid.
- Buceta, J. M. (1996b). Variables psicológicas relacionadas con el rendimiento físico y deportivo. *Máster Universitario y Especialista Universitario en Psicología de la Actividad Física y del Deporte*, Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), Madrid.
- Capafons, A., Labrador, F. J. y Gil, J. (1993). Variables físicas y psicológicas predictoras del rendimiento deportivo y del cambio terapéutico. *Psicothema*, 5, 97-110.
- Csikszentmihalyi, M. (2003). *Aprender a fluir* (3ª ed.). Barcelona: Kairós.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.

- Fernández-Seara, J. L., Fernández-Navarro, I. y Mielgo, M. (1999). *PY-BTPD-S Bateria de Tests Psicológicos para Deportistas - Salamanca*. Madrid: Psymtec.
- García, E. M., Rodríguez, M., Andrade, E. M. y Arce, C. (2006). Adaptación del cuestionario MSCJ para la medida de la cohesión en futbolistas jóvenes españoles. *Psicothema*, 18, 668-672.
- Gill, D. L., Gross, J. y Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
- Gimeno, F., Buceta, J. M. y Pérez-Llantada, M. C. (2007). Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: Evaluación mediante el cuestionario Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *Psicothema*, 19, 667-672.
- Gould, D. (1980). *Motivating young athletes*. East Lansing, MI: Michigan Institute for the Study of Youth Sport.
- Loehr, J. E. (1984). How to overcome tension and play at your peak all the time. *Tennis*, 19, 66-76.
- Mahoney, M. J., Gabriel, T. J. y Perkins, T. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 13, 181-199.
- McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Moliner, O., Salguero del Valle, A., Tuero, C., Álvarez, E. y Márquez, S. (2006). Dropout reasons in young spanish athletes: Relationships to gender, type of sport and level of competition. *Journal of Sport Behavior*, 29, 255-269.
- Nicholls, J. G. (1984). Conceptions of ability and achievement motivation. En R. Ames y C. Ames (Eds.), *Research on motivation in education: Student motivation* (Vol. 1, pp. 64-92). New York: Academic Press.
- Orlick, T., Hansen, H., Reed, A. y O'Hara, T. (1978). *Psychological attributes and on-ice behavioral indicators of high calibre hockey players*. Comunicación presentada en the 6th Commonwealth Conference on Sport Physical Education and Recreation, Edmonton.
- Ravizza, K. (1975). *A subjective study of the athlete's greatest moment in sport*. Comunicación presentada en the 7th Canadian Psychomotor Learning and Sport Psychology Symposium.
- Roberts, G. C. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (2ª ed., pp. 1-50). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Sosa, P. I. (2008). *Características psicológicas de deportistas en edad escolar: Un estudio en balonmano y judo*. Tesis Doctoral, Universidad Pablo de Olavide, Sevilla.
- Van der Auweele, I., Cuyper, B., Van Mele, V. y Rzewninicki, R. (1993). Elite performance and personality: From description and prediction to diagnosis and intervention. En R. N. Singer, M. Murphey y L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of research on sport psychology*. Nueva York: McMillan.