

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Ciencias Sociales

Relación de la edad deportiva con respecto a la percepción de motivación y autodeterminación de los atletas guatemaltecos de alto rendimiento en disciplinas de combate

Trabajo de investigación presentado por Jorge Ricardo Azurdia Lopez
para optar al grado académico de Licenciado en Psicología

Guatemala

2015

Relación de la edad deportiva con respecto a la percepción de motivación y autodeterminación de los atletas guatemaltecos de alto rendimiento en disciplinas de combate

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Ciencias Sociales

Relación de la edad deportiva con respecto a la percepción de motivación y autodeterminación de los atletas guatemaltecos de alto rendimiento en disciplinas de combate

Trabajo de investigación presentado por Jorge Ricardo Azurdia Lopez
para optar al grado académico de Licenciado en Psicología

Guatemala

2015

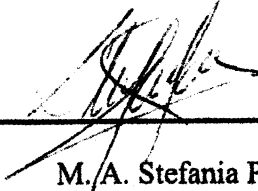
VoBo

(f)



M. A. Pablo Barrientos

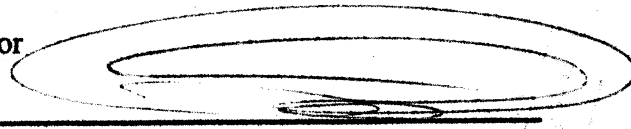
(f)



M. A. Stefania Paiz

Tribunal Examinador

(f)



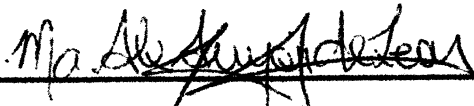
M. A. Pablo Barrientos

(f)



M. A. Claudia Castañeda

(f)



Licda. Alejandra Auyón

Fecha de aprobación: Guatemala 08 de diciembre 2015

I. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se basa en el área de la psicología deportiva la cual es una disciplina que investiga y aplica los principios del comportamiento humano en la práctica del deporte. La finalidad es la comprensión del deporte que se practica. Toma en cuenta la personalidad del deportista y la influencia que ésta tiene en su desempeño. Busca resolver los problemas asociados al ambiente deportivo. La psicología también toma en cuenta las distintas características que tiene cada deporte. Existen distintos tipos de deportes y categorías, están las disciplinas individuales y también están las colectivas. En este trabajo se enfocó en deportes individuales y que se clasifiquen de combate (boxeo, karate, judo, esgrima, lucha grecorromana, etc.)

Los casos más estudiados son la influencia de la práctica sistemática y continuada del deporte sobre la personalidad de los practicantes. También existe el caso de los efectos positivos del deporte sobre la elevación de la capacidad laboral en distintos tipos de actividad. En esta disciplina hay que tomar en cuenta las implicaciones específicas de los procesos psicológicos en la práctica del deporte. Por último la forma particular que adquieren los procesos de aprendizaje en la práctica del ejercicio físico como el aprendizaje de destrezas motrices cada atleta.

Varios estudios demuestran que la autodeterminación disminuye con respecto a la edad pero la motivación aumenta con la edad. También los resultados mostraron diferencias entre género, los hombres se encuentran más motivados hacia la meta y las mujeres están más orientadas hacia la tarea.

La psicología deportiva en Guatemala es una disciplina joven, actualmente no existen investigaciones en torno a esta rama. El siguiente trabajo enseña la actualidad de los deportistas de alto rendimiento con respecto a su comportamiento con respecto a la motivación y la autodeterminación.

En la investigación se evaluó la relación entre la autodeterminación y la motivación con respecto a la edad deportiva de los atletas evaluados. Fueron evaluadas tres disciplinas diferentes en la categoría de deportes de combate: boxeo, judo y esgrima.

ÍNDICE

Listado de tablas	VIII
Listado de gráfica	IX
Resumen	X
I. Introducción.....	01
II. Antecedentes conceptuales	03
A. Teoría de motivación	03
1. Teorías fundamentales de la motivación	03
2. Teorías de motivación deportiva	04
B. Motivación.....	09
1. Tipos de motivación	11
C. Evaluación de la motivación en el deporte	13
1. EPAAD.....	14
2. SMS	15
D. Teoría de autodeterminación	16
E. Deportes de combate.....	17
1. Judo.....	18
2. Esgrima.....	19
3. Boxeo.....	19
F. Estudios previos.....	20
III. Metodología.....	22
A. Pregunta de investigación	22
B. Objetivos.....	22
1. Objetivo general	22
2. Objetivo específico	22
C. Hipótesis	23
D. Participantes.....	23
1. Criterios de inclusión	25
2. Criterios de exclusión	25

E.	Diseño de investigación.....	26
F.	Materiales	26
	1.EPAAD.....	26
	2.SMS	27
G.	Variables	27
H.	Procedimiento	29
I.	Prueba piloto.....	29
J.	Estrategia de análisis de datos	30
K.	Asesores de proyecto	30
L.	Consideraciones éticas.....	30
IV.	Resultados.....	31
	A. Estadísticos descriptivos.....	31
	1.Resultados generales.....	31
	2.Resultados por deporte	32
	3.Resultados por género	34
	B. Correlaciones de autodeterminación y años de experiencia	36
	1.Correlaciones generales.....	36
	2.Correlaciones por deporte.....	37
	3.Correlaciones por género.....	38
	C. Correlaciones de motivación y años de experiencia.....	38
	1.Correlaciones generales.....	39
	2.Correlaciones por deporte.....	39
	3.Correlaciones por género.....	40
V.	Discusión	41
VI.	Conclusiones.....	46
VII.	Recomendaciones	48
VIII.	Referencias	51
IX.	Anexos	56

LISTADO DE TABLAS

	<i>Página</i>
1. Variables.....	29
2. Estadísticos descriptivos generales.....	33
3. Estadísticos descriptivos por deportes.....	35
4. Estadísticos descriptivos por género.....	36
5. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a autodeterminación general.....	38
6. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a autodeterminación por deporte.....	39
7. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a autodeterminación por género.....	40
8. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación general.....	40
9. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación por deporte.....	41
10. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación por género.....	42

LISTADO DE GRÁFICAS

	<i>Página</i>
1. Población por deporte.....	26
2. Población por género.....	26
3. Población por edades.....	27

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue determinar la percepción de la motivación y de la autodeterminación de los atletas y si esta varía dependiendo de la edad deportiva. Las tres distintas disciplinas que fueron: judo, boxeo y esgrima.

Los sujetos con los que se trabajó fueron 41 deportistas pertenecientes a las tres disciplinas dichas anteriormente, para realizar una investigación de tipo cuantitativa; 18 fueron mujeres y 23 fueron hombres.

Para realizar el estudio, se aplicaron dos escalas, una para medir la percepción de la motivación y otra para medir la percepción de autodeterminación del grupo de atletas, ambas escala utilizaron un tipo de evaluación estilo Likert.

Se concluyó que la edad deportiva no se encuentra ligada a la percepción de la motivación y tampoco a la percepción de la autodeterminación de los atletas en judo, boxeo y esgrima. Existen diferencias a la hora de comparar las variables por género, en este caso demuestra las diferencias que se encuentran de cómo perciben la motivación y autodeterminación las mujeres contra los hombres. Además, también se encontraron diferencias con respecto a la percepción vista desde la disciplina, los deportistas más motivados fueron los de esgrima, pero los más determinados fueron los de boxeo.

I. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se basa en el área de la psicología deportiva la cual es una disciplina que investiga y aplica los principios del comportamiento humano en la práctica del deporte. La finalidad es la comprensión del deporte que se practica. Toma en cuenta la personalidad del deportista y la influencia que ésta tiene en su desempeño. Busca resolver los problemas asociados al ambiente deportivo. La psicología también toma en cuenta las distintas características que tiene cada deporte. Existen distintos tipos de deportes y categorías, están las disciplinas individuales y también están las colectivas. En este trabajo se enfocó en deportes individuales y que se clasifiquen de combate (boxeo, karate, judo, esgrima, lucha grecorromana, etc.)

Los casos más estudiados son la influencia de la práctica sistemática y continuada del deporte sobre la personalidad de los practicantes. También existe el caso de los efectos positivos del deporte sobre la elevación de la capacidad laboral en distintos tipos de actividad. En esta disciplina hay que tomar en cuenta las implicaciones específicas de los procesos psicológicos en la práctica del deporte. Por último la forma particular que adquieren los procesos de aprendizaje en la práctica del ejercicio físico como el aprendizaje de destrezas motrices cada atleta.

Varios estudios demuestran que la autodeterminación disminuye con respecto a la edad pero la motivación aumenta con la edad. También los resultados mostraron diferencias entre género, los hombres se encuentran más motivados hacia la meta y las mujeres están más orientadas hacia la tarea.

La psicología deportiva en Guatemala es una disciplina joven, actualmente no existen investigaciones en torno a esta rama. El siguiente trabajo enseña la actualidad de los deportistas de alto rendimiento con respecto a su comportamiento con respecto a la motivación y la autodeterminación.

En la investigación se evaluó la relación entre la autodeterminación y la motivación con respecto a la edad deportiva de los atletas evaluados. Fueron evaluadas tres disciplinas diferentes en la categoría de deportes de combate, boxeo, judo y esgrima.

Los datos obtenidos en la investigación fueron por medio de dos escalas una que evaluaba la autodeterminación nombrada Escala de Percepción del Apoyo de Autonomía en el Contexto Deportivo (EPAAD) y la Escala de Motivación Deportiva (SMS) ambas son por medio de Likert. Los resultados de ambas escalas fueron analizados por medio del programa SPSS para encontrar la relación entre las variables determinadas.

II. ANTECEDENTES CONCETUALES

A continuación se presentan los antecedentes conceptuales que sustentan el fin de la investigación. Se tocan temas como: qué es la teoría de la autodeterminación y por quiénes fue desarrollada, luego se habla sobre la motivación y sus componentes en el área deportiva. Por último se presentan distintos estudios en los cuales se han trabajado estos dos conceptos.

A. Teorías de la motivación.

1. Teorías fundamentales de la psicología de la motivación. Existen tres perspectivas fundamentales respecto de la motivación: la conductista, la humanista y la cognitiva. La conductista menciona el papel de las recompensas en la motivación, la humanista en las capacidades del ser humano para desarrollarse y la cognitiva enfatiza en el poder del pensamiento (Naranjo, 2009: 156).

La perspectiva conductual, esta se basa en que las recompensas que recibe el individuo son de carácter externas. Las recompensas son eventos positivos o negativos que pueden motivar el comportamiento. Los que están de acuerdo con el empleo de incentivos recalcan que agregan interés y motivación a la conducta, dirigen la atención hacia comportamientos adecuados y la distancian de aquellos considerados inapropiados. Para lograr la modificación de una conducta se pueden aplicar diferentes métodos, entre estos el reforzamiento, la extinción y el castigo. Los refuerzos pueden ser positivos o negativos. Los positivos se emplean para aumentar la probabilidad de que una respuesta esperada ocurra, por lo que puede decirse que son una recompensa. El reforzador positivo dice que si en una situación dada una persona hace algo que es seguido inmediatamente por un reforzador positivo, es más probable que esa persona haga de nuevo la misma cosa cuando se enfrente a una situación familiar. El método de extinción, consiste en dejar de reforzar una conducta, se produce la extinción de una conducta cuando no se presenta el estímulo reforzador que la sustenta. Al no reforzar el comportamiento, este se irá debilitando, disminuyendo así la probabilidad de que se repita. En el método de castigo se administra una consecuencia aversiva a la aparición de una conducta. Es una forma de que la persona aprenda lo que no tiene que hacer, en lugar de lo que tiene que hacer (Naranjo, 2009: 157).

La perspectiva humanista es la capacidad de la persona para lograr su crecimiento, sus características positivas y la libertad para elegir su destino. Dentro de esta perspectiva se ubica la Teoría de las Necesidades. una de las teorías más conocidas sobre la motivación es la de la Jerarquía de las necesidades propuesta por Abraham H. Maslow, quien concibió las necesidades humanas ordenadas según una jerarquía donde unas son prioritarias y solo cuando estas están cubiertas, se puede ascender a necesidades de orden superior. Una vez satisfechas una serie de necesidades, estas dejan de fungir como motivadores (Lajlle, 1981: 119).

2. Teorías de motivación deportiva. En el ámbito de la actividad física y el deporte la motivación ha sido siempre uno de los procesos psicológicos más estudiados por los investigadores, ya que, en muchas ocasiones, explica y justifica la iniciación, la orientación, el mantenimiento y el abandono de la práctica deportiva. Según Dosil (2004) la motivación viene a ser como el motor que permite al deportista “seguir adelante”, “sacar fuerzas de flaqueza” y hacer frente a las múltiples exigencias de la actividad deportiva.

Dentro de la psicología deportiva se han utilizado muchas teorías enfocadas a la motivación de los deportistas, muchas de ellas se basan en teoría de la psicología aplicada a otro campo, por ejemplo muchas teorías provienen del campo de la psicología social, a continuación se mencionaran algunas de las más importantes en el ámbito del deporte

Teoría de necesidades básica: Según Buceta (1999) la teoría de necesidad básica se considera la presencia de cinco motivaciones deportivas básicas: la necesidad de movimiento, entendida como exigencia de dispensar la energía orgánica, no solo entendida en forma de descarga biológica, sino además como aquella satisfacción que deriva de la experiencia cinética, del ritmo, del sentido estético y del desempeño del cuerpo en el espacio. La autoafirmación, vista como tendencia a probar y descubrirse a sí mismo, a potenciar el desarrollo de su personalidad, obteniendo confirmación en el reconocimiento de sus habilidades particulares, de su rivalidad dominando al adversario, en el deseo de prestigio y éxito entre otros aspectos. La compensación de eventualidades, que es donde en el deporte el sujeto encuentra aquellas satisfacciones que ha alcanzado en otros campos de actuación y lo hace mantenerse en él. La agresividad, manifestada de modo positivo y constructivo, donde

hay voluntad para actuar con persistencia. Y la afiliación social, entendida como búsqueda de contacto, es el deseo de llegar a ser parte integrante de un grupo o equipo deportivo.

Teoría de la motivación de logro: Quienes aplicaron la teoría de motivación por logro en el área de psicología deportiva fueron Atkinson y Mclelland (1961) Básicamente, este modelo defiende que en los entornos de logro, como es el deporte, las personas actúan movidas por factores estables de personalidad (la razón de conseguir el éxito y la razón de evitar el fracaso) y por factores Situacionales (la probabilidad de conseguir el éxito/fracaso y el valor incentivo asociado al éxito/fracaso), que interactúan entre sí y explican la motivación de logro. Esto quiere decir que un deportista concreto, con unas características personales determinadas, tenderá a buscar el éxito o a evitar el fracaso dependiendo, fundamentalmente, de dos cuestiones: la probabilidad con que perciba el éxito/fracaso en el desempeño de su disciplina deportiva y el valor que dé a esa actividad (tanto si consigue el éxito como si fracasa).

En investigaciones más recientes se ha encontrado que deportistas movidos por la aspiración al triunfo tienden a seleccionar tareas de complejidad media, mientras los que tratan de evitar el fracaso, van a los extremos, eligen tareas muy fáciles o muy difíciles. De acuerdo con ello es justo tomar en consideración que en dependencia de la orientación de logro de los deportistas, el entrenador deberá ayudarlos a establecer metas realistas, tomando en cuenta siempre sus capacidades y posibilidades subjetivas y objetivas, propiciando independientemente de su mayor o menor necesidad de logro, la oportunidad de realizar y disfrutar la práctica deportiva.

Dos motivos que según Escartí y Cervelló (1994), son el escueto resultado de las experiencias tempranas de socialización, experiencias que, paulatinamente, van enseñando a los individuos a evitar aquellas situaciones en las que se percibe el fracaso y a perseguir aquellas otras en las que el éxito parece viable. De hecho, según plantea este modelo teórico, el motivo de alcanzar el éxito no es sino “la capacidad de sentir orgullo o satisfacción en las realizaciones”, mientras que el motivo de evitar el fracaso ha de explicarse como “la capacidad de sentir vergüenza o humillación como consecuencia del fracaso” (Gill, 1986: 60). Por eso mismo, Según Weinberg y Gould (1996) la conducta ha de verse influida, por el equilibrio que tengamos de uno y otro motivo. En concreto, los deportistas de alto

rendimiento demuestran tener una motivación alta para alcanzar el éxito y baja para evitar el fracaso, ya que disfrutan evaluando su talento y no se preocupan con la idea de cometer errores. Por el contrario, los deportistas de bajo rendimiento exhiben una motivación baja para alcanzar el éxito y alta para evitar el fracaso, dado que se preocupan y piensan constantemente en la posibilidad de fallar.

Teoría de atribución: Según Weiner (1972) su teoría analiza el modo en que las personas interpretan su conducta y la de los demás que se encuentran en su entorno. Los seguidores de este autor han encontrado importante que el entrenador tomando en consideración las posibles diferencias entre géneros, sobre todo a partir de los inicios de la adolescencia, ayude a sus deportistas a analizar los motivos reales que le han conducido a obtener el éxito o el fracaso, a enseñarles a realizar atribuciones centradas en el esfuerzo y en las habilidades que poseen y no sólo detenerse en las dificultades de la tarea, pues estas atribuciones se encuentran con el aumento de la motivación; así mismo, propician relacionar sus actos y los hechos que se producen para evitar el desarrollo de sentimientos de incompreensión, de temor, de ansiedad, de incapacidad para controlar sus acciones que le impiden alcanzar sus objetivos. Los entrenadores deben centrar su atención en aquellos aspectos que el deportista tiene realmente bajo su control.

Según Heider (1958), una de las actividades esenciales del ser humano es llegar a comprender por qué suceden las cosas como suceden y es por eso que viven en un constante estado de interrogación acerca de los fenómenos que se dan a su alrededor y compiten a su vida, fenómenos que, lógicamente, trata de explicar a partir de su percepción particular (atribución). Para el autor la atribución es un proceso cognitivo que permite al individuo dar un sentido, situar el origen o explicar por qué ha tenido lugar un determinado evento o por qué se ha producido un comportamiento concreto. En su opinión, el conocimiento que aportan las atribuciones ayuda al sujeto a crear un modelo explicativo del entorno social, un modelo que le permite controlar, por un lado, los propios eventos del medio, y por otro, los comportamientos de uno mismo y de los demás.

Según el modelo de Weiner (1972:55), una secuencia motivacional se inicia con el resultado de una acción que la persona interpreta como éxito (meta alcanzada) o como fracaso (meta no alcanzada), un resultado que el protagonista de la acción tiende a explicar en función

de factores internos, como el esfuerzo o la habilidad, o en función de factores externos, como la suerte o la dificultad de la tarea, un resultado que, depende de su alcance y de su trascendencia, enlaza directamente con sentimientos de satisfacción y autoconfianza o de tristeza y frustración. En efecto, ante un éxito, de igual forma que ante un fracaso, una persona puede dar explicaciones causales de muy diversa índole. Puede considerar, por ejemplo, que el resultado de su actuación ha sido fruto del esfuerzo personal, la habilidad o la experiencia (factores internos), que el éxito o el fracaso obtenido ha tenido mucho que ver con la suerte, la dificultad de la tarea o la actuación de otras personas (factores externos) incluso, en un alarde de ingenio, puede sugerir una acción conjunta de ambos tipos de factores que dé sentido y justifique el resultado obtenido.

Teoría de motivación extrínseca e intrínseca: fue desarrollada por Deci y Ryan (1985) es una teoría que trata de explicar cómo y en qué medida las actividades que realiza el sujeto afectan a la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y a la desmotivación. Según Deci y sus colaboradores, el deportista tiene la necesidad de sentirse competente en la actividad que realiza, así que, cuando no existe esta percepción, la motivación intrínseca disminuye y es más probable que se produzca el desánimo, la apatía o, incluso, el abandono de la práctica deportiva.

La teoría de la motivación intrínseca/extrínseca parte del supuesto de que las personas, a pesar de que existan una serie de pulsiones instintivas en ellas, adquieren mediante los procesos de aprendizaje necesidades nuevas, necesidades que han de ser satisfechas y que, en muchas ocasiones, actúan como verdadero motor de su conducta (Escartí y Cervelló, 1994).

Esto no quiere decir que lo pulsional deba ser descartado del inventario de los factores motivacionales, al contrario, como oportunamente señala Maslow (1976), primero se han de satisfacer las necesidades fisiológicas (hambre, sed, sexo, etc.), después las de seguridad, amor y afecto, más tarde las de estima propia y ajena y, por último, las de auto-realización. Lógicamente, cuando una necesidad se cubre, pierde su categoría como tal y la persona pasa a satisfacer la siguiente necesidad en el orden de jerarquía. Según Diego y Sagredo (1992) adaptan lo propuesto por Maslow en su teoría sobre la jerarquía de las necesidades humanas,

en el ámbito deportivo se han podido detectar tres tipos de necesidades básicas que impulsan al sujeto a participar en una determinada disciplina:

- Divertirse y pasársela bien en el deporte. Se trata de un tipo de necesidades directamente relacionadas con la motivación intrínseca y el amor al deporte y al ejercicio físico, dos ingredientes cuya presencia resulta indispensable en los momentos en los que el deportista trata de evitar el aburrimiento y de reducir la tensión.
- Sentirse parte de un grupo. Se relacionan más con el reconocimiento y la aceptación social que con la adquisición de destrezas y el logro de objetivos deportivos. El deportista sólo persigue el objetivo de resultado si éste es importante para el grupo, y no lo hace por motivos propios, sino por sentirse parte integrante y activa del colectivo.
- Demostrar competencia para sentirse importante. Una necesidad fundamental en la vida de todo deportista, una necesidad cuya satisfacción parece justificar y dar por buenos todos los esfuerzos y los sacrificios que la práctica deportiva nos impone.

Teoría social cognitiva: la formulación de la teoría social cognitiva fue fundamentalmente a Albert Bandura (1986) se centró en los conceptos de refuerzos y observación, elaboró la teoría de aprendizaje social. Bandura tomó en consideración las limitaciones del condicionamiento clásico, sosteniendo que los humanos obtienen destrezas y conductas de una forma operante e instrumental, al tiempo destacó la importancia de los factores cognitivos que tiene lugar entre la observación y la imitación, factores que ayudan al sujeto a decidir si lo observado debe de imitarse o no. En su opinión, la iniciación y el mantenimiento de una conducta siempre está condicionada por dos variables: las expectativas que el individuo tenga respecto y la percepción particular de si va a ser capaz o no de realizar dicha acción (autoeficiencia). Esta teoría comprende de tres mini teorías que buscan explicar la motivación en el ámbito deportivo y son las siguientes según Roberts (1995):

- Teoría de autoeficacia: Esta estudia cómo los sujetos juzgan sus propias capacidades y cómo sus autopercepciones de eficacia se relaciona con su motivación y su conducta, fue formulada por Bandura (Sánchez, 2004: 19-22).

- Teoría de competencia percibida: desarrollada por Harter (1978) esta teoría explica porque los individuos se sienten impulsados a llevar a cabo intentos de dominio en distintos contextos de ejecución. Según la teoría el placer es sentirse competente lo cual lleva al deportista a un nivel de esfuerzo mayor, mientras que el displacer crea fracaso e incompetencia percibida.
- Teoría de perspectivas de meta: esta teoría proviene del ámbito educativo la teoría plantea según Duda (2001) que existen dos objetivos fundamentales de logro que reflejan el criterio por el cual el atleta juzgan su competencia y por el que, subjetivamente, definen el éxito o el fracaso deportivo: las metas competitivas y las metas de maestría. Las metas competitivas, las dirigen a una evaluación de sus habilidades y comparación social con el otro oponente. Las metas de maestría van orientada a dominar una técnica en específico de la disciplina en la cual pertenecen.

B. Motivación

La motivación se puede definir como otro proceso psicológico. Éste en general se refiere al por qué de la intensidad y dirección del comportamiento. La intensidad del comportamiento se relaciona con el grado de esfuerzo que se activa para lograr una conducta o tarea. La dirección del comportamiento indica si el individuo se aproxima o evita una situación en particular (Lorenzo, 1997: 117). Según Burton y Raedeke (2008: 123) son tres componentes los que definen la motivación en un atleta, primero está la elección del deportista, es decir el deporte en el que eligió participar, establecer metas para esa disciplina y entrenar fuera de temporada. Luego está el componente de esfuerzo, la motivación también se puede medir por la intensidad del atleta durante sus entrenos, competencias y su hambre de triunfar. Por último se encuentra la persistencia, esto hace alusión a qué tanto quiere triunfar y cuánto va a dedicar para lograr sus metas en el deporte. Estos tres elementos se unen para poder determinar si el deportista se encuentra motivado.

En definitiva, se puede decir que “motivación” es un término global que se utiliza para definir el proceso psicológico que determina la dirección y la intensidad del esfuerzo, un proceso marcadamente individual en el que influyen factores de diversa índole (biológicos, sociales, cognitivos, emocionales, etc.) que es utilizado con frecuencia para

explicar el comportamiento de las personas cuando practican actividad física o deporte. La dirección del esfuerzo “se refiere a si el sujeto busca, se aproxima o se siente atraído por ciertas situaciones” por ejemplo, cuando un entrenador se inscribe y asiste a un clase de perfeccionamiento, mientras que la intensidad del esfuerzo hace referencia “a la cantidad de empeño que una persona emplea en una situación determinada” por ejemplo, un jugador de baloncesto que, aún no pudiendo entrenar los mismos días que sus compañeros, se esfuerza al máximo en cada sesión de entrenamiento (Weinberg y Gould, 1996: 64).

La motivación es un aspecto de enorme relevancia en las diversas áreas de la vida, entre ellas la educativa, la laboral y deportiva, por cuanto orienta las acciones y se conforma así en un elemento central que conduce lo que la persona realiza y hacia qué objetivos se dirige. La motivación es el conjunto de razones por las que las personas se comportan de las formas en que lo hacen. El comportamiento motivado es vigoroso, dirigido y sostenido (Naranjo, 2009: 153).

La motivación, como cualquier otra variable psicológica, varía a nivel interpersonal como intrapersonal, esta difiere de unas personas a otras y puede alterarse en la misma persona, siempre dependiendo de las experiencias previas, de las circunstancias ambientales y del momento anímico en el que se encuentre el sujeto. Hasta en los grupos deportivos más unidos se pueden apreciar diferentes tipos y grados de motivación: unos deportistas practican deporte por el placer y la satisfacción que experimentan cuando aprenden algo nuevo, alcanzan un determinado objetivo o se sienten competentes, otros, en cambio, dependen de refuerzos externos tangibles como son el dinero o un trofeo, o intangibles, como el prestigio social y el reconocimiento público, para esforzarse en llevar a cabo buenas actuaciones deportivas (Dasil, 2004:128).

Según Roberts (1995) la motivación hace referencia a aquellos factores de la personalidad, variables sociales y cogniciones que entran en juego cuando una persona realiza una tarea para la cual es evaluada, entra en competición con otros o intenta lograr un cierto nivel de maestría.

También tenemos la definición según la motivación es un término de significado muy amplio que puede englobar numerosos aspectos de la conducta, en general, se refiere al “por qué” de la intensidad y dirección del comportamiento.

La motivación es una de las claves explicativas más importantes de la conducta humana con respecto al porqué del comportamiento. Es decir, la motivación representa lo que originariamente determina que la persona inicie una acción, se dirija hacia un objetivo y persista en alcanzarlo (Naranjo, 2009: 154).

1. Tipos de motivación. Algunas de las maneras más sencillas de clasificar la motivación en el ámbito deportivo son la externa e interna. La motivación interna se refiere a la práctica del deporte por placer por parte de la persona. La motivación externa apunta a incentivos que están fuera del deporte (Lorenzo, 1997: 118). Por ejemplo en este caso puede ser una mejora de contrato a un deportista profesional. La clasificación de los tipos de motivación interna y externa no es excluyentes, pueden darse ambas al mismo tiempo, sumándose una a la otra (Lorenzo, 1997:118).

Según Deci y Kasser (2004) la motivación extrínseca es como cualquier situación en la que la razón para que actúen es alguna consecuencia separable de ella, ya sea dada por otros o autoadministrada. Mencionan cuatro componentes de la motivación extrínseca los cuales son:

- Regulación externa, las conductoras reguladas externamente se realizan para satisfacer una demanda exterior o para obtener un premio.
- Regulación introyectada, ocurre cuando las acciones se llevan a cabo bajo un sentimiento de presión, con el fin de evitar la sensación de culpa o ansiedad o para favorecer la autoestima.
- Regulación identificada, es el proceso a través del cual la persona reconoce y acepta el valor implícito de una conducta.
- Regulación integrada, se produce cuando la identificación se ha asimilado dentro del propio yo, estableciendo relaciones coherentes, con armonía y con jerarquía entre las conducta y otros valores, necesidades o metas personales.

Deci y Ryan (2000:64) definen la motivación intrínseca de dos maneras primero las que los sujetos consideran interesantes y que desean realizar en ausencia de consecuencias y segundo, las que son interesantes por sí mismas y no necesitan reforzamiento alguno.

Vallerand (1997: 274) menciona que existen tres tipos distintos de motivación intrínseca:

- Motivación para conocer, es la participación en una actividad por la satisfacción que se experimenta aprendiendo. Se relaciona con constructor de exploración, metas de aprendizaje o curiosidad intrínseca.
- Motivación por logro, tiene en cuenta el papel motivador asociado al placer que se siente cuando uno intenta superarse a sí mismo, lograr o crear algo. El foco de atención se centra en el propio proceso y no tanto en el producto final o resultado. Está relacionado con términos como reto personal, motivo de logro o competencia personal
- Motivación para experimentar la estimulación, se pone en marcha cuando se participa en una actividad con el fin de vivir sensaciones agradables.

La teoría más común de las tres según Lorenzo (1997) en psicología del deporte es la motivación por logro, ésta se refiere al deseo del atleta de comprometerse a una competencia o comparación social. Cuando las condiciones son parejas, quien sea de los dos que tenga mayor logro la motivación va a ser mayor. Los atletas se vuelven mejores por su deseo de competir. Se ha demostrado que los deportistas con necesidades por sobresalir trabajan más duro para lograr sus metas, que aquellos que no lo tienen, tienen más orientación hacia futuro y están dispuestos a retrasar su gratificación. Las personas con motivación por logro tienden a hacer sus metas su estilo de vida, así trabajan alrededor de cosas que no estén relacionados pero lo hacen porque saben que es parte del proceso. Existe una lista de motivos que podrían animar a deportistas jóvenes a comprometerse en actividades deportivas:

- Necesidad de hacer amistades, intercambio social.
- Oportunidad de influir o controlar a otros.
- Posibilidad de hacer cosas por sí mismo.

- Realizar actividades caracterizadas por producir tensión, excitación, estrés o presión.
- Oportunidad de hacer bien algo que es difícil.
- Probabilidad de recibir refuerzos externos, como aprobación, admiración, trofeos.
- Posibilidad de dominar, someter o vencer a otros.”

Por último nos encontramos con el componente de amotivación Según Rivera (2011) esta surge cuando un sujeto cree que no posee lo necesario para realizar satisfactoriamente un comportamiento. Existen tres tipos de amotivación:

- La amotivación por creencias de resultados surge cuando un sujeto cree que un comportamiento específico no será eficaz para lograr la meta deseada.
- La amotivación por creencias de esfuerzos surge cuando las personas creen, piensan o sienten que no podrán ejercer el esfuerzo sostenible para realizar y mantener el comportamiento.
- La amotivación por creencias de valor surge cuando la actividad o comportamiento a realizar no representa un componente integral en la vida de una persona.

C. Evaluación de la motivación en el deporte.

Seguin Lorenzo (1997:92) menciona que como cualquier variable psicológica la motivación debe ser evaluada regularmente a fin de mantener sus niveles entre unos valores aceptables a lo largo del tiempo. Aún más, de las diferentes posibilidades de evaluación, lo más aconsejable son aquella en la que el psicólogo del deporte realiza un trabajo sistemático de observación en el lugar mismo en el que se celebran los entrenamientos y/o las competiciones, ya que la observación sistemática que permite al profesional de la psicología prevenir posibles situaciones de déficit motivacional, intervenir cuando éste déficit se produce y garantizar al deportista unos niveles óptimos de motivación a lo largo de toda la temporada.

Dosil (2004:197) recomienda encarecidamente la utilización de la entrevista psicológica, una valiosa herramienta que permite recoger información detallada sobre la historia personal del deportista (relaciones familiares, estudios, trabajo, hábitos, salud, etc.) y sobre su historial deportivo (antecedentes, rendimiento, lesiones, logros, etc.), incluyendo datos referentes a la conducta motora, fisiológica y cognitiva que tiene lugar antes, durante y después de la ejecución, a las sensaciones subjetivas asociadas con las buenas y malas actuaciones, a las relaciones interpersonales, a los objetivos fijados, y a cualquier otro factor que se considere relevante en la evaluación de la motivación.

Escartí y Cervelló (1994) dicen que ni la entrevista más exhaustiva ni la observación más sistemática son suficientes para conseguir toda la información necesaria para evaluar correctamente el grado de motivación de un deportista. Es cuando se recurre a la uso de dos instrumentos que han demostrado su validez y su eficacia en la investigación: las escalas y los cuestionarios, ambos instrumentos pueden constituir una alternativa eficaz a horas de observación cuando no se dispone de tiempo o no es posible la observación directa. En el caso de esta investigación los instrumentos utilizados fueron la escala de la escala de percepción del apoyo de autonomía en contexto deportivo (EPAAD) y la escala de motivación deportiva (SMS).

1. Escala de percepción del apoyo de autonomía en contexto deportivo (EPAAD). Según Chatzisarantis y Hagger (2007:1) la teoría de autodeterminación se puede describir como orgánica para la motivación del ser humano. Está compuesta por cuatro “mini-teorías”. Los principios de cada una de estas cuatro “mini-teorías” buscan explicar el proceso de motivación desde la necesidad psicológica como los orígenes de la motivación y el proceso de cognición de la motivación en diferentes contextos, situaciones y las condiciones del ambiente que aumentan este desarrollo.

El principal objetivo del estudio según Hagger y sus cols (2006) fue crear el instrumento *Perceived autonomy support scale for exercise setting* para gente joven. El diseño de investigación fue por medio de un cuestionario transversal. El método se basó en dos estudios, en el primero se administró a 1432 estudiantes de colegio la primera versión de la escala y se tomó como referencia a su maestro de educación física. En la segunda investigación se utilizaron tres poblaciones, Inglaterra, Estonia y Hungría, con el objeto de

validar la escala en las diferentes culturas. En esta segunda parte se trabajó con los padres, maestros de educación física y con los pares de los estudiantes. Los resultados de ambos estudios no tuvieron ningún cambio, la media y la validez fue muy similar entre el primer estudio y el segundo.

Los resultados de la primera y segunda parte de la investigación demostraron una fiabilidad aceptable para todas las poblaciones en donde fue administrada. La escala fue validada para tres distintas culturas y no hubo ningún cambio significativo con los resultados de los distintos países. La única diferencia fue en Estonia, en donde los padres y los pares tuvieron una media más alta en comparación con la población inglesa y húngara. Por último se modificó a una escala que posee doce reactivos de evaluación.

Según León y cols (2010:173) el objetivo del estudio fue traducir de francés a español la escala y analizar las propiedades psicométricas de la versión española de la *Échelle des Perceptions du Soutien à l'Autonomie en Sport*, en un contexto deportivo. Los resultados apoyaron la estructura unifactorial de la escala. El modelo mostró evidencias de validez concurrente, en el que la percepción del apoyo a la autonomía predice de manera positiva la percepción de autonomía y la percepción de competencia y éstas, a su vez, predicen la motivación intrínseca, que muestra un efecto positivo sobre las emociones positivas durante la práctica deportiva.

2. Escala de motivación deportiva. La escala de motivación se basó en aportaciones de Deci y Ryan (1991) en las que defendían que la conducta puede estar motivada intrínsecamente, extrínsecamente o no estar motivada. Para medir estos tres tipos de motivación, un grupo de investigadores elaboraron primero la versión francesa de esta escala y posteriormente la versión inglesa.

Los tres tipos de motivación (intrínseca, extrínseca y no motivación) difieren en su grado de autodeterminación o autonomía. Las conductas intrínsecamente motivadas representan el prototipo de las actividades autodeterminadas. En estas conductas el locus de causalidad percibido es interno. En el caso de la motivación extrínseca, la teoría defiende y la investigación ha comprobado, que cuando la conducta va seguida por refuerzos monetarios, o bien por refuerzos tangibles contingentes a la conducta, estos socavan la

motivación intrínseca y el locus de causalidad pasa de interno a externo. En la no motivación (amotivation) obviamente los sentimientos de autodeterminación están ausentes y no existen razones extrínsecas ni intrínsecas que sustenten su relación con la conducta deportiva (Balaguer, 2007: 197).

D. Teoría de autodeterminación (*Self-determination theory*) en el deporte y el ejercicio.

Este modelo proviene del campo de la psicología de la salud; sin embargo, en la actualidad el modelo de autodeterminación se ha implementado en el ámbito de la psicología del deporte. Entre las razones por las cuales se ha trasladado a esta disciplina, es por la necesidad que han visto los psicólogos dedicados al deporte, de motivación y autonomía de sus atletas para un mejor rendimiento.

La teoría de autodeterminación fue desarrollada en el ámbito de salud por Richard Ryan y se ha aplicado a diferentes campos como la psicología del deporte y ejercicio. Esta teoría defiende que el comportamiento de una persona y las conductas entorno al cuidado propio, se pueden lograr mantener por mucho tiempo dependiendo de la motivación del individuo. Este proceso está ligado a ciertos elementos que son fundamentales para mantener el cambio. Primero se encuentra la autonomía y la competencia que resultan ser cruciales para la internalización e integración de la motivación. Así, un ambiente que favorezca la autonomía y apoye la confianza, tiene mayor éxito a la adherencia y mejores predicciones para su salud. Otro aspecto importante de la teoría de autodeterminación (*self-determination theory*, SDT, por sus siglas en inglés), es la relación que se puede crear con otras personas en el proceso, ya que las personas son más propensas a optar por un nuevo comportamiento con personas con las que se relacionen bien (Ryan, 2008:2).

Según Deci y Ryan (2002) el modelo establece que el individuo siente autonomía, competencia y relación con el profesional en el momento que tiene un ambiente de apoyo en el área de salud en lugar de un control por parte de éste. El modelo se basa primero en buscar que la relación entre profesional y cliente esté orientada hacia un ambiente que promueva la autonomía y no uno que busque controlar al sujeto. Uno de los aspectos principales es considerar la diversidad y diferencias existentes de personalidades entre individuos. El resultado que esto da es motivación, una identificación con el profesional y creación de

autonomía en la persona. Por último se ha encontrado que este modelo ayuda a determinar el éxito del cliente a nivel de salud física y mental basado en los mejores resultados obtenidos con el apego al tratamiento.

La teoría de la autodeterminación asume que el apoyo a la autonomía es el elemento esencial para la satisfacción de las necesidades psicológicas. Desde la teoría de la autodeterminación se postula que en la medida en la que los factores sociales favorezcan las percepciones de autonomía, competencia y relación, se desarrollarán tipos más autónomos o autodeterminados de motivación. La teoría distingue entre motivación autónoma y motivación controlada y considera que el ambiente desempeña un importante papel para que las personas se muevan de forma más o menos autónoma o más o menos controlada (Molinero *et al*, 2011: 289).

La influencia del entrenador en sus deportistas será mayor cuando éstos perciban que él comprende la vivencia que están teniendo de su situación competitiva, lo que contribuye, en gran medida, a la armonía entre jugadores y entrenador (Rosado, 2007; 152).

Según Balaguer (2008: 123) una asunción general de la teoría de la autodeterminación es que los seres humanos son organismos activos con tendencias innatas hacia el crecimiento personal, y a implicarse de forma óptima y eficaz en el entorno que les ha tocado vivir. Se defiende que si en su interacción con el medio las personas regulan sus conductas de forma voluntaria y volitiva, se favorecerá la calidad de la implicación y el bienestar, mientras que si por el contrario el ambiente actúa de forma controladora, esta tendencia innata se verá frustrada y se desarrollará el malestar.

E. Deportes de combate.

Los deportes de combate se categorizan dentro de los deportes de adversario directo y sus características principales son:

- Ser de habilidad abierta y poseer un nivel de incertidumbre muy elevado por tener al oponente cuerpo a cuerpo;
- Una alta intensidad del esfuerzo, con lo que trae exaltadas exigencias físicas, fisiológicas, técnico-tácticas y psicológicas ante el enfrentamiento.

Una preparación integral para atletas de deportes de combate es considerada importante para que logren mejorar en su disciplina, uniendo la preparación de cada uno de los componentes del entrenamiento deportivo (físico, técnico-táctico, fisiológico y psicológico) y que en la competición expresen su máximo potencial unificado. El entrenamiento de los componentes físicos de un luchador, debe perseguir el objetivo de mejorar su estado competitivo en el tatami (es un tipo de piso acolchonado donde se practican deportes como el judo y el karate), elevar su nivel deportivo general (Hernández, 2010: 31-32).

Existen diversas áreas en las cual tiene que intervenir el psicólogo deportivo en las disciplinas de combates. Debido a las exigencias del deporte el psicólogo debe estar presente durante los entrenamientos del deportista, también durante el proceso de competencia y por último tras terminar la competencia.

Durante el periodo de competencia: durante este periodo se prepara al deportista de manera que aprenda a manejar sus emociones antes de salir a competir. Lo que se busca es que el atleta pueda controlar su ansiedad antes de combatir para obtener mejores resultados en la competencia. Ya que tienen que estar preparados para “sufrir”, esto se refiere que ya que son deportes de contacto ellos saben que habrá golpes y por eso deben de metalizarse con esa idea.

Periodo después de competencia: La psicología deportiva también tiene cabida en los momentos después de la competición, ya que en numerosas ocasiones el judoca va a experimentar emociones fuertes, bien sea por fracasos o por victorias. Por recomendación el dar “charlas” sobre los fallos o lo que se hizo bien tras una competición trae beneficios para los deportistas (Sánchez, 2002.:1-6).

A continuación se presentan las características de los tres deportes de combate que será tomado en consideración para el proyecto de tesis, los cuales son: judo, boxeo y esgrima:

1. Judo. El judo es un arte marcial y deporte de combate olímpico de origen japonés. Judo significa camino de la suavidad y es un deporte en el que se ve involucrado todo el cuerpo y cuya intensidad y demanda cardiovascular pueden ser modulados perfectamente por el deportista.

Durante el periodo de competencia: durante este periodo se prepara al deportista de manera que aprenda a manejar sus emociones antes de salir a competir. Lo que se busca es que el atleta pueda controlar su ansiedad antes de combatir para obtener mejores resultados en la competencia. Ya que tienen que estar preparados para “sufrir”, esto se refiere que ya que son deportes de contacto ellos saben que habrá golpes y por eso deben de metalizarse con esa idea (Confederación deportiva Autónoma de Guatemala, CDAG, 2015).

2. Esgrima. La esgrima es considerada uno de los de combate entre dos personas con el uso de un arma blanca. Su práctica retribuye a la persona una serie de variados beneficios, físicos e intelectuales.

En este caso, la esgrima exige una participación directa del cerebro, el cual debe realizar estudios mentales entre el pensamiento y la acción. El luchador de esgrima debe adelantarse a las maniobras de su adversario, deduciendo intelectualmente, la estrategia de este (CDAG, 2015).

3. Boxeo. Es una de las disciplinas más exigentes y que a la vez deja muchos dividendos tanto físicos como emocionales.

Los beneficios relacionados al boxeo tienen un largo alcance. Tu fuerza cardíaca y resistencia se verán potentemente mejoradas en sólo un par de semanas de ejercicios. Así mismo, comenzarás a aprender técnicas de defensa y golpes que podrían ayudarte en caso de un incidente violento. También la autoestima de quien practica boxeo como hobby, disciplina deportiva o simplemente para estar en salud, se ve fortalecida, ya que se van percibiendo rápidamente las mejoras en el aspecto físico (abdomen y brazos más definidos, glúteos y piernas más fuertes) además de la mejora en el control mental (el boxeo exige un alto nivel de concentración en el momento presente, para lograr coordinación y efectividad en dar y evadir golpes) destreza y flexibilidad. Los ejercicios de los boxeadores se hacen en largas sesiones de resistencia física. Por eso, sus niveles de energía suelen ser asombrosos (CDAG, 2015)

F. Estudios previos.

La escala PASSES ha sido traducida y validada para diferentes países y diferentes idiomas. La escala para el contexto español fue traducida por Moreno y su equipo de investigación (2008:1). El objetivo de esta investigación fue ver cómo se relacionan las variables de autonomía. Para medir este aspecto se hizo por medio de la escala PASSES, las metas sociales y la relación con la desmotivación de los estudiantes respecto a la educación física. El otro estudio donde se utilizó la escala fue de León y cols (2010:169) el cual buscó traducir y analizar las propiedades psicométricas del instrumento.

El objetivo principal del estudio de Moreno y cols (2008: 1) fue analizar los factores que influyen en la desmotivación de educación física. Participaron 399 estudiantes en el rango de edad de 14 a 16 años, se administraron tres escalas distintas entre las que se encuentra la escala PASSES, que en su tiempo no se encontraba validada para la población española. Por medio de este estudio se aprovechó para validar la escala luego de obtener los datos de la evaluación. Los resultados del modelo señalaron que las metas sociales de responsabilidad y relación predecían positivamente la satisfacción de la necesidad de relación con los demás, mientras que el contexto de apoyo a la autonomía no lo hacía significativamente. Esta satisfacción de la necesidad de relación predecía negativamente la desmotivación.

En el estudio realizado por Balanguer (2007) evaluaron a 301 atletas con la escala de motivación deportiva (SMS) en España. En el proceso se pudieron percatar de dos datos muy interesantes para este trabajo de investigación, el primero fue la diferencia de resultados por edad y el segundo fue la diferencia por género. Lo primero que se dio cuenta a la hora de validar la escala fue que la puntuación de los resultados por edad varía entre más años tenía el participante, la motivación resultaba bajar. En el caso de las diferencias por género se percataron que las mujeres tenían menor puntuación en la motivación que el grupo de hombres. Estos datos fueron explicados por diferencias culturales, ya que las pruebas habían sido administradas primero a una población Norte Americana.

En otro estudio que fue realizado por Guzman y Macagno (2013) 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. En este estudio se analizó si las relaciones entre las variables analizadas correspondían a los postulados de la Teoría de la Autodeterminación. El análisis fue de tipo 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 teoría de autodeterminación. 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. Por último se evaluó a los entrenadores de deportes individuales y estos 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.

En un estudio realizado por Digelidis y Papaopannou (1999) se evaluaron a jóvenes entre las edad de 10 a 17 años, con respecto a su motivación orientada hacia el ego y el clima de motivación de los alumnos griegos durante el periodo de educación física. Para esto usaron una muestra de 674 estudiantes en 30 diferentes colegios. Los resultados demostraron que los estudiantes en grados más altos tenían una puntuación más baja en lo que es la motivación intrínseca que los jóvenes en grados más bajos para poder aprender nuevas habilidades atléticas. Con los resultados obtenidos a la hora de evaluar la percepción física de los alumnos, los de grados más altos tenían una mejor percepción mientras los grados más pequeños tenían una mayor preocupación por cometer errores con respecto a sus habilidades físicas. Ambos grupos encuentran un ambiente de motivación más bajo conforme van creciendo en edad.

III. METODOLOGÍA

A. Pregunta de investigación.

¿Existe una relación entre las variables de autodeterminación y motivación con respecto a la edad deportiva en los atletas guatemaltecos federados que practican judo, esgrima y boxeo a un nivel de alto rendimiento?

B. Objetivo.

1. Objetivo general.

Determinar la relación edad deportiva con respecto a la percepción de la motivación y de la autodeterminación de atletas guatemaltecos de alto rendimiento en las disciplinas de combate.

2. Objetivos específicos.

- Conocer los niveles de autodeterminación por parte de los deportistas de alto rendimiento por medio de la escala EPAAD (Escala de Percepción de Apoyo a la Autonomía en Contexto Deportivo).
- Conocer los niveles de motivación del deportista de alto rendimiento por medio de la escala de motivación deportiva (SMS).
- Analizar si existen diferencias entre la motivación y autodeterminación en los deportistas de alto rendimiento según el género.
- Analizar si existe diferencias en la motivación entre las disciplinas de boxeo, judo y esgrima.
- Analizar si existe diferencias en la autodeterminación entre las disciplinas de boxeo, judo y esgrima.

C. Hipótesis.

Hi1: La edad deportiva se encuentra relacionada con la motivación en las disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

Ho1: La edad deportiva no se encuentra relacionada con la motivación en las disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

Hi2: La edad deportiva se encuentra relacionada con la autodeterminación en las disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

Ho2: La edad deportiva no se encuentra relacionada con la automotivación en las disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

Hi3: Existen diferencias significativas en función de género a nivel de motivación y autodeterminación en disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

Ho3: No existen diferencias significativas en función de género a nivel de motivación y autodeterminación en disciplinas de combate con un alfa de 0.05.

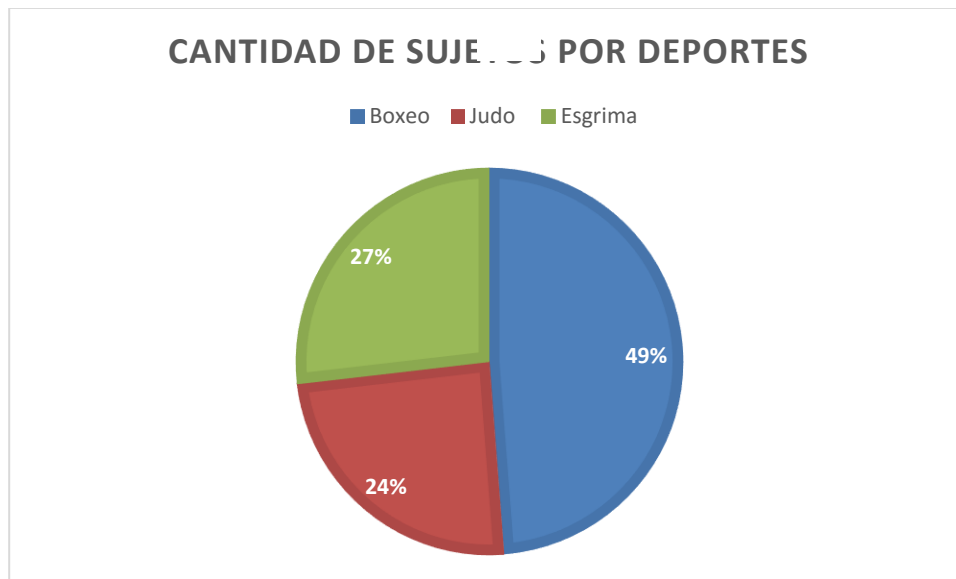
D. Participantes.

Los participantes fueron 41 deportistas (23 hombres y 18 mujeres) de las disciplinas de combate judo, esgrima y boxeo que se encuentran en la categoría de deportistas de alto rendimiento y que sean atletas federados al Comité Olímpico Guatemalteco (COG). Se evaluaron la mayor parte del universo de estos deportes.

Población

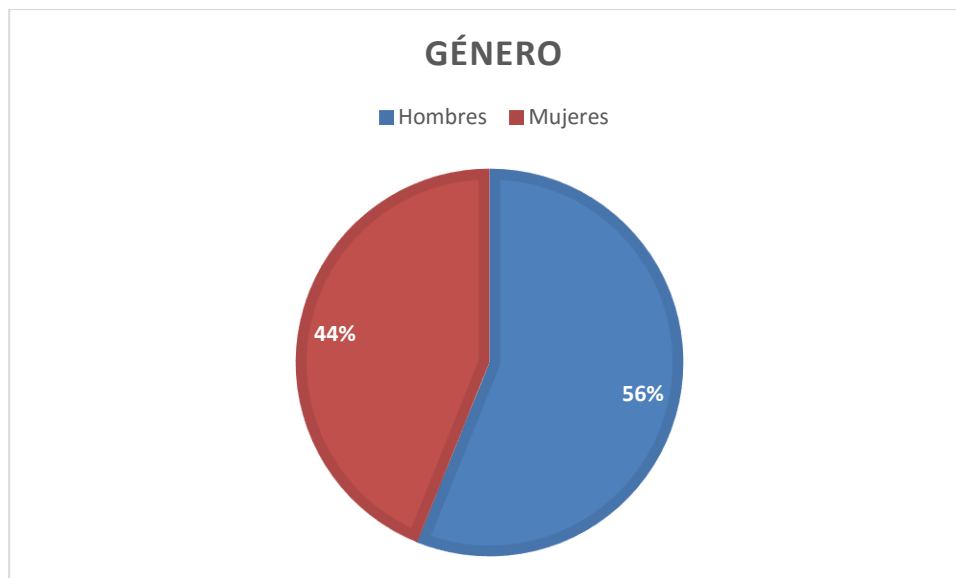
Todo deportista que participe de una disciplina de combate, en esta categoría entran los deportes como: Judo, Esgrima y Boxeo. La distribución por deportes es de 10 de judo, 11 de esgrima y 20 de boxeo. El rango de edad de los deportistas evaluados es de 18 años como edad mínima y 40 la máxima.

Gráfica 1. Población por deportes



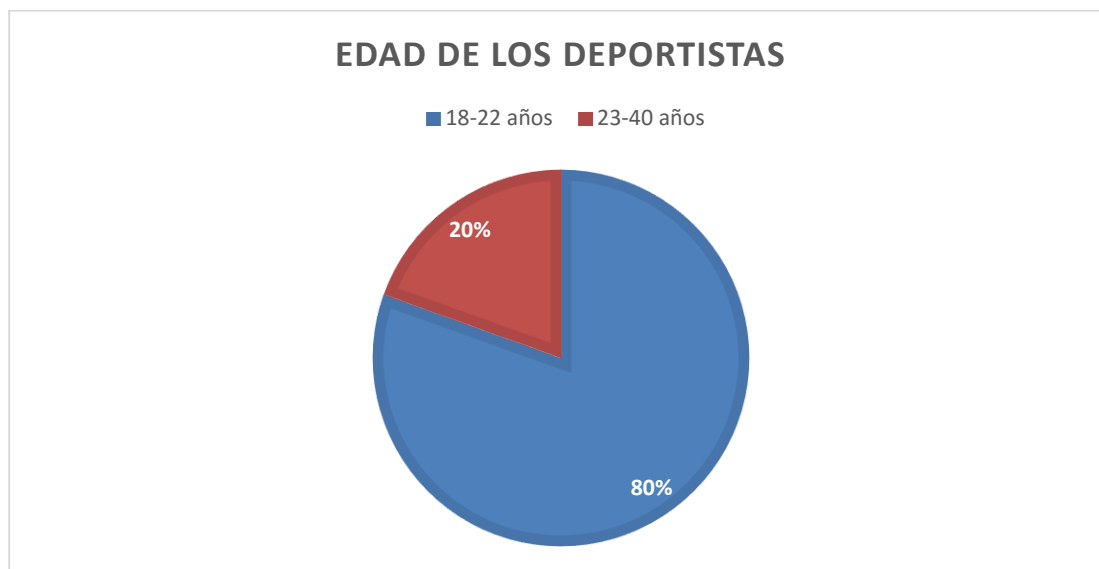
N Boxeo= 20, N Judo= 10, N Esgrima= 11. Gráfica elaborada por autor.

Gráfica 2. Población por género



N Mujeres= 18 y N Hombres= 23. Gráfica elaborada por autor.

Gráfica 3. Población por edades



N 18-22 años= 33, N 23-40 años= 8. Gráfica elaborada por autor.

1. Criterios de inclusión. Pertenecer a alguna de las tres disciplinas mencionadas anteriormente (judo, esgrima y boxeo) y que sean deportistas de alto rendimiento. Durante la realización del estudio fue necesario que todos los deportistas estén de acuerdo con el consentimiento informado. Para esta investigación se trabajó solo con atletas mayores de edad.

2. Criterios de exclusión. No se incluye en la población a los deportistas que no brinden su consentimiento informado. No se incluyó deportistas que no sean de alto rendimiento. Por último cabe mencionar que no entran en el estudio atletas que no pertenezcan a una de las tres disciplinas de combate mencionadas (judo, esgrima y boxeo) o no estén dentro del rango de edad establecido.

E. Diseño de investigación.

La investigación fue de tipo no experimental utilizando medidas cuantitativo con un estilo de diseño transaccional correlacional que tiene como meta la relación entre las dos variables dependientes del grupo que será sometida al análisis, al medir, evaluar y recolectar datos. Es parte de un diseño no experimental de investigación, ya que se basa en el análisis de dos variables existentes (motivación y autodeterminación) por medio de escalas (Hernández *et al*, 206: 105). Ninguna de las variables se manipula y la muestra a seleccionar cumplió los criterios de inclusión de la investigación. El estudio busca describir la relación entre los resultados obtenidos de dos variables por medio de instrumentos, uno de autodeterminación y otro de motivación, lo que califica a la investigación dentro del diseño transaccional correlacional.

F. Materiales.

1. La escala de percepción de apoyo a la autodeterminación en contexto deportivos (EPAAD) (León, 2010).

Es un instrumento que mide la percepción del deportista con respecto a su autonomía. Ésta consta de 12 ítems agrupados en un solo factor que se califica por medio de una escala de Likert, la escala va de uno a siete, siendo siete “muy de acuerdo”, uno “muy en desacuerdo” y cuatro “medianamente de acuerdo” (León et al., 2010:168). Para poder traducir el instrumento al español se optó por el proceso de traducción inversa, esto se refiere a que primero la escala se traduce al idioma deseado, en este caso español, y luego se vuelve a traducir al idioma original para validar su consistencia.

La puntuación de autodeterminación es obtenida por la suma de total de las respuestas dividido el número de reactivos de la prueba. Siendo 1 la puntuación más baja y 7 la más alta. Se divide en tres categorías la autodeterminación baja, media y alta. Siendo de 1-2 baja, 3-5 media y 6-7 alta.

2. Escala de motivación deportiva (SMS) (Pelletier *et al*, 1995). Esta escala mide tres subcomponentes y un punteo general. La primera es la amotivación. Luego está la motivación extrínseca, esta se evalúa como una subescala compuesta por tres tipos de pregunta regulación identificada, introyectada y externa. Después está la motivación intrínseca que es la otra subescala compuesta por elementos de mi propio conocer, para experimentar estimulación y para conseguir cosas. Por último tiene una evaluación general de motivación de los 28 ítems, los enunciados son encabezados por “participo y me esfuerzo en la práctica de mi deporte...”, que se responden con una escala tipo Likert que va de cero a siete siendo uno “en total desacuerdo” y siete “totalmente de acuerdo”.

Las subescalas de motivación extrínseca, intrínseca y amotivación se obtienen la puntuación de estas a través del promedio de los ítems correspondientes a sus factores. La motivación general es el promedio de todos los ítems de la escala. Se divide en tres categorías la motivación baja, media y alta. Siendo de 1-2 baja, 3-5 media y 6-7 alta.

El instrumento consta de una encuesta en donde se expondrán preguntas cerradas en un formato de Likert dirigidas hacia los deportistas del Comité Olímpico Guatemalteco. (COG).

G. Variables.

Las variables independientes del estudio son datos demográficos (deporte, edad, edad deportiva, sexo). Las variables dependientes son autodeterminación y motivación.

Tabla 1. Variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Tipo de variable	Indicador o unidad de medida
Edad	Tiempo de vida transcurrido desde el nacimiento hasta ahora	Obtenido en instrumento	Cuantitativa	Años

Continuación Tabla 1. Variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Tipo de variable	Indicador o unidad de medida
Sexo	Diferencias biológicas entre hombre y mujer, basado en sus caracteres sexuales	Obtenido en instrumento	Cualitativa	Hombre o mujer
Deporte	Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.	Obtenido en instrumento	Cuantitativa	boxeo, judo o esgrima
Edad deportiva	Edad transcurrida desde el inicio de la práctica deportiva hasta la actualidad.	Obtenido en instrumento	Cuantitativa	Años deportivos
Motivación	Ensayo mental preparatorio de una acción para animar o animarse a ejecutarla con interés y diligencia.	Evaluación de la escala SMS.	Cuantitativa	Motivación baja 1-2, media 3-5, y alta 6-7.
Autodeterminación	Es la capacidad de la persona de realizar una tarea.	Evaluación de la escala EPAAD.		Autodeterminación baja 1-2, media 3-5 y alta 6-7

Fuente: elaboración propia

H. Procedimiento.

- El protocolo de investigación fue aprobado por el director del Departamento de Psicología y decano de Facultad Ciencias Sociales de la Universidad del Valle de Guatemala.
- Aprobación de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad del Valle de Guatemala.
- Aprobación de las instituciones como Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala y el Comité Olímpico Guatemalteco para la participación de los atletas federados de los deportes de judo, karate y boxeo.
- Autorización formal de las máximas autoridades de las presentes instituciones deportivas, Confederación deportiva Autónoma de Guatemala y el Comité Olímpico Guatemalteco, si es necesario para trabajar con los atletas.

La investigación constará de dos etapas: En la primera parte de esta investigación se va a realizar una prueba piloto con los atletas de alto rendimiento para verificar que los instrumentos utilizados para la evaluación sean aplicables a la población guatemalteca. Luego de la prueba piloto se procederá a recopilar datos, por lo tanto es aquí donde se aplicarán las escalas de EPAAD y SMS en las siguientes disciplinas judo, esgrima y boxeo, todos miembros pertenecientes de la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala (CDAG). A los participantes se les explicará la finalidad de las escalas y los beneficios que trae el poder contar la información respecto a autodeterminación y motivación a la hora de predecir su éxito deportivo. En esta parte se administrarán las dos escalas.

En la segunda etapa se analizarán los datos obtenidos de la primera fase. Se creará una base de datos en Excel con los resultados de los 41 participantes, la cual tendrá las respuestas a las preguntas realizadas en la escala EPAAD y SMS. Esta base de datos será importada hacia el programa estadístico SPSS, y para conocer la confiabilidad.

I. Prueba piloto

La prueba piloto constó de ocho deportistas (5 mujeres y 3 hombres) siendo estos de las distintas disciplinas (3 boxeo, 4 esgrima y 1 judo). Los resultados para la escala EPAAD fue de 0.91 de alfa de Cronbach, para la escala de SMS el alfa de Cronbach fue de 0.83 para

la escala general, para la subescala de motivación intrínseca fue de 0.79, mientras que para la subescala de motivación extrínseca fue de 0.84 y por último para la subescala de no motivación fue de 0.73. Los siguientes resultados del alfa de Cronbach demuestran que las escalas utilizadas para la investigación tiene una fiabilidad alta.

J. Estrategia de análisis de datos.

En la presente investigación se utilizaron los siguientes análisis estadístico fueron métodos descriptivos y métodos inferenciales.

Método descriptivo

- Medidas de tendencia central: mediana, media y desviación estándar

Método inferencial

- Correlacion de Pearson para comparación de variables
- Alfa de Cronbach para fiabilidad de escalas.

K. Asesoría del proyecto.

Este trabajo de investigación contó dos asesores de proyecto, es la psicóloga deportivo del Comité Olímpico M.A. Stefania Paiz y El director de psicología de la Universidad del Valle de Guatemala M.S.C. Pablo Barrientos como los responsables de asesorar a la estudiante.

L. Consideraciones éticas

El siguiente estudio siguió los estándares éticos necesarios para la investigación con sujetos, se utilizó herramientas como el consentimiento informado para todos los participantes. Se codificaran todas las pruebas administradas garantizando que ningún participante será revelada su información personal y toda la información obtenida es solo para fines de la investigación de tesis.

IV. RESULTADOS

A continuación se presentan los distintos resultados estadísticos obtenidos por medio de análisis de la información recopilada de los 41 deportistas participantes en la evaluación de motivación (SMS) y autodeterminación (EPAAD). Los sujetos entrevistados provienen de las siguientes disciplinas: Judo, boxeo y esgrima. Por último todos los que participaron en la investigación son mayores de edad.

A. Estadísticos descriptivos

En la siguientes parte se presentaran únicamente los resultados de los estadísticos descriptivos obtenidos de la evaluación de los atletas de combate, primero se presentarán de manera general, luego por deporte y por últimos por género.

1. Descriptivos generales

Tabla 2. Estadísticos descriptivos generales

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Edad	41	16.00	40.00	20.82	4.03
Años exp.	41	1.00	3.00	1.805	0.81
EPAAD total	41	4.00	7.00	6.25	0.76
SMS total	41	4.50	6.60	5.42	2.70
Motivación intrínseca	41	4.16	7.00	6.20	0.74
Motivación extrínseca	41	3.08	7.00	5.40	1.00
No motivación	41	1.00	7.00	3.15	1.69

Fuente: elaboración propia

La media de años de experiencia entre los 41 deportistas evaluado se encuentra en 5.31 años, siendo el mínimo de experiencia en los atletas del comité olímpico 1 año de experiencia y luego 18 años siendo la edad más alta de experiencia. La edad promedio entre los tres deportes es de 20.87 años, lo cual indica una media en la cual los atletas se encuentran en una edad de jóvenes adultos. La edad mínima de los entrevistados fue de 18 años, esto es debido por la manera que el proyecto fue planteado ya que solo se tomaron en cuenta deportistas mayores de edad en el diseño del experimento. Luego se encontró que la edad mayor fue de 40 años, siendo este un caso único. La media en la escala EPAAD se encuentra en 6.24, siendo 4.00 el resultado más bajo y 7.00 siendo el resultado más alto en esta prueba.

La media para esta escala refleja que los deportistas de las tres disciplinas (judo, boxeo y esgrima) se encuentran autodeterminados en sus diferentes deportes. La media para la escala SMS es de 5.42, siendo 4.50 la puntuación más baja de la escala y 6.60 siendo el máximo, lo que refleja es que la media para la motivación para los atletas se encuentra en un nivel alto. La subescala de motivación intrínseca su media fue de 6.20, siendo 4.16 la puntuación más baja y 7 la puntuación más alta. La subescala de motivación extrínseca su media fue de 5.40, siendo 3.08 la puntuación más baja y 7 la más alta. La subescala de no motivación su promedio fue de 3.15, siendo 1.00 la puntuación más baja y 7 la más alta.

2. Descriptivos por deporte

Tabla 3. Estadísticos descriptivos por deportes

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Judo					
Edad	10	18.00	30.00	21.70	3.86
Años exp.	10	2.00	3.00	2.40	0.51
EPAAD total	10	5.16	7.00	6.48	0.56
SMS total	10	4.50	6.14	5.25	0.60
Motivación intrínseca	10	4.16	7.00	6.20	0.93
Motivación extrínseca	10	3.08	6.58	5.18	1.18
No motivación	10	1.00	5.75	2.91	1.72
Boxeo					
Edad	20	16.00	23.0	19.40	1.72
Años exp.	20	1.00	2.00	1.20	0.41
EPAAD total	20	4.41	7.00	6.33	0.69
SMS total	20	4.57	6.53	5.58	0.54
Motivación intrínseca	20	4.33	7.00	6.17	0.70
Motivación extrínseca	20	3.41	7.00	5.73	0.84
No motivación	20	1.00	7.00	3.31	1.96

Continuación Tabla 3. Estadísticos descriptivos por deportes

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Esgrima					
Edad	11	18.00	40.00	22.63	6.12
Años exp.	11	1.00	3.00	2.36	0.80
EPAAD total	11	4.00	7.00	5.91	0.97
SMS total	11	4.50	6.60	5.31	0.64
Motivación intrínseca	11	5.33	7.00	6.31	0.62
Motivación extrínseca	11	3.83	6.75	5.04	1.11
No motivación	11	1.25	5.00	3.10	1.20

Fuente: elaboración propia

La media de edad para los deportistas de judo se encuentra en 21.70 años, siendo 18 años la edad más baja y 30 años la más alta. El promedio con respecto a los años de experiencia es de 8.60, siendo 2 años de experiencia el más bajo y 18 años de experiencia el más alto. Con respecto a la escala EPAAD la media en autodeterminación es de 6.48 en los atletas, siendo 5.16 la puntuación más bajo y 7.00 siendo la puntuación más alto. Por ultimo esta la escala SMS de motivación deportiva, el promedio de esta escala es de 5.25, siendo 4.50 la puntuación más baja y siendo 6.14 la más alta. Con respecto a las subescalas de la prueba SMS la media para motivación intrínseca es de 6.20, la puntuación más baja es de 4.16 y la más alta es de 7. La siguiente subescala es la de motivación extrínseca, el promedio para esta fue 5.18, siendo 3.08 la puntuación más baja y 6.58 la más alta. Por último se encuentra la subescala de no motivación la cual su promedio fue de 2.91, siendo 1 el punteo más bajo y 5.75 la más alta.

El grupo de boxeadores entrevistado fue de 20 sujetos, la media de edad de estos deportistas fue de 19.50, un promedio de edad que determina que los atletas son jóvenes, la edad más baja fue de 18 y la más alta fue de 23 años. Con respecto a los años de experiencia el grupo promedia en 2.90 años de experiencia en la disciplina, siendo un año el más bajo y 7 siendo el más alto. La escala de Autodeterminación (EPAAD) tuvo una media de 6.31, siendo 4.41 la puntuación más baja y 7.00 siendo la más alta, la media muestra un grupo de deportistas con una autodeterminación alta. Por último esta la escala SMS de motivación deportiva, el promedio fue de 5.58, siendo 4.57 la motivación más baja y 6.53 la más alta. Al igual que la autodeterminación el grupo se encuentra con una motivación alta a la hora de

practicar su deporte. La subescala de la prueba SMS de motivación intrínseca su media es de 6.17, siendo 4.33 la puntuación más baja y 7 siendo la más alta. Para la subescala de motivación extrínseca el promedio fue de 5.73, siendo 3.41 la puntuación más baja y 7 la más alta. Por último se encuentra la subescala de no motivación la media fue de 3.31, siendo 1 la puntuación más baja y 7 la más alta.

El promedio de edad en los deportista de la disciplina de esgrima es de 22.63 años, siendo 40 años el más alto y 18 años el más bajo. La media para este deporte con respecto a los años de experiencia es de 6.72, siendo 10 años la mayor experiencia y tres años la menor. En la escala EPAAD la media fue de 5.91 siendo este un resultado de autodeterminación medio para los atletas de esgrima, la puntuación más alta fue de 7.00 y la más baja fue de 4.00. Luego está la escala de SMS de motivación, la media del grupo entrevistado fue de 5.31, esto nos da una motivación alta con respecto al grupo, siendo 6.60 el resultado más alto y 4.50 el más bajo. La subescala de motivación intrínseca obtuvo una media de 6.31, siendo 5.33 la puntuación más baja y 7 siendo la más alta. La subescala de motivación extrínseca su media fue de 5.04, siendo 3.83 la puntuación más baja y 6.75 la más alta. La subescala de no motivación su promedio fue de 3.10, siendo 1.25 la puntuación más baja y 5.00 la más alta.

3. Descriptivos por género

Tabla 4. Estadísticos descriptivos por género

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Mujeres					
Edad	18	16.00	30.00	21.44	3.46
Años exp.	18	1.00	3.00	2.00	0.84
EPAAD total	18	5.16	7.00	6.30	0.49
SMS total	18	4.50	6.60	5.29	0.61
Motivación intrínseca	18	4.91	7.00	6.24	0.66
Motivación extrínseca	18	3.08	7.00	5.05	1.06
No motivación	18	1.00	6.50	3.16	1.57

Continuación Tabla 4. Estadísticos descriptivos por género

	N	Mínimo	Máximo	Media	Desviación estándar
Hombres					
Edad	23	18.00	40.00	20.34	4.43
Años exp.	23	1.00	3.00	1.65	0.77
EPAAD total	23	4.00	7.00	6.22	0.93
SMS total	23	4.50	6.53	5.53	0.56
Motivación intrínseca	23	4.16	7.00	6.17	0.82
Motivación extrínseca	23	3.83	6.75	5.68	0.88
No motivación	23	1.00	7.00	3.15	1.81

La media para las atletas femeninas entrevistadas con respecto a edad fue de 21.55 años, siendo 18 años la edad más baja y 30 años la más alta. En cuanto a años de experiencia el promedio para las mujeres es de 6.27 años de experiencia, siendo 1 año la experiencia más baja y 18 años de experiencia siendo la más alta. Ahora hablando de la escala EPAAD de autodeterminación, la media fue de 6.30, siendo 5.16 la más baja y 7.00 siendo la puntuación más alta. La media de la escala EPAAD muestra que el grupo de 18 deportistas entrevistadas se encuentra en un nivel alto. Por último esta la escala SMS de motivación deportiva, la media se encuentra en 5.29, la puntuación más baja fue de 4.50 y la más alta de 6.60. La media para esta escala muestra que gran parte del grupo de atletas se encuentran motivadas. La subescala de motivación intrínseca su media fue de 6.24, siendo 4.91 la puntuación más baja y 7 la puntuación más alta. La subescala de motivación extrínseca su media fue de 5.05, siendo 3.08 la puntuación más baja y 7 la más alta. La subescala de no motivación su promedio fue de 3.16, siendo 1.00 la puntuación más baja y 6.50 la más alta.

La edad promedio de los atletas masculinos es de 20.34 años de edad siendo 18 años la edad más baja y 40 siendo la más alta de los 23 casos evaluados. La media con respecto a los años de experiencia es de 4.56, los atletas se encuentran en una etapa más avanzada a principiantes, la experiencia más baja fue de 1 año de experiencia y la más alta fue de 10 años. La media en la escala EPAAD fue de 6.20, esto indica que el grupo se encuentra autodeterminado en sus respectivas disciplinas, la puntuación más baja fue de 4.00 y la más alta fue de 7.00. Por último tenemos la media de la escala SMS de motivación en los

deportistas, esta refleja un promedio de 5.53 esto indica que los atletas se encuentran motivados en sus distintos deportes, siendo 4.50 la puntuación más baja del grupo y 6.53 siendo la más alta. La subescala de motivación intrínseca su media fue de 6.17, siendo 4.16 la puntuación más baja y 7 la puntuación más alta. La subescala de motivación extrínseca su media fue de 5.68, siendo 3.83 la puntuación más baja y 6.75 la más alta. La subescala de no motivación su promedio fue de 3.15, siendo 1.00 la puntuación más baja y 7 la más alta.

B. Correlaciones de autodeterminación con respecto a años de experiencia.

1. Correlaciones generales.

Tabla 5. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a autodeterminación general

		Años Exp.	EPAAD Total
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.14
	Sig. (bilateral)	-	0.36
	N	41.00	41.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	-0.14	1.00
	Sig. (bilateral)	0.36	-
	N	41.00	41.00

Fuente: elaboración propia

La correlación entre años de experiencia y la escala EPAAD de autodeterminación, muestran una correlación negativa de -.145, esta correlación resulta ser casi nula. Lo que esto indica es que los años de experiencia en las distintas disciplinas (judo, boxeo y esgrima) no afectan la autodeterminación de los atletas. Existe un leve cambio con el pasar los años, pero no es significativa.

2. Correlaciones por deporte de autodeterminación.

Tabla 6. Correlaciones de Pearson años de experiencia con respecto a autodeterminación por deporte

		Años Exp.	EPAAD Total
Boxeo			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.24
	Sig. (bilateral)	-	0.30
	N	20.00	20.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	-0.24	1.00
	Sig. (bilateral)	0.30	-
	N	20.00	20.00
Esgrima			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.19
	Sig. (bilateral)	-	0.56
	N	11.00	11.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	-0.19	1.00
	Sig. (bilateral)	0.56	-
	N	11.00	11.00
Judo			
Años exp.	Correlación de Pearson	-0.23	1.00
	Sig. (bilateral)	0.52	-
	N	10.00	10.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	1.00	-0.23
	Sig. (bilateral)	-	0.52
	N	10.00	10.00

Fuente: elaboración propia

La correlación entre años de experiencia y la escala EPAAD en la disciplina de boxeo es de -.24, la correlación de Pearson en los deportistas de esgrima es de -0.19 y el último grupo evaluado que fueron los atletas de judo tienen un coeficiente de Pearson de -0.23. Las tres correlaciones del grupo de deportes evaluado son negativas lo cual indica que más años de experiencia menor es la autodeterminación, la correlación de Pearson es baja lo cual indica que la relación entre las variables de motivación y años de experiencia son una correlación débil.

3. Correlaciones por género de autodeterminación.

Tabla 7. Correlaciones de Pearson Años de Experiencia con respecto a Autodeterminación por género

		Años Exp.	EPAAD Total
Mujeres			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.30
	Sig. (bilateral)	-	0.21
	N	18.00	18.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	-0.30	1.00
	Sig. (bilateral)	0.21	-
	N	18.00	18.00
Hombres			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.11
	Sig. (bilateral)	-	0.60
	N	23.00	23.00
EPAAD total	Correlación de Pearson	-0.11	1.00
	Sig. (bilateral)	0.60	-
	N	23.00	23.00

Fuente: elaboración propia

La correlación entre la autodeterminación y los años de experiencia con respecto a las atletas femeninas evaluados es de -0.30 , mientras que el grupo de atletas masculinos es de -0.11 el coeficiente de Pearson. Estas son unas correlaciones baja pero sí indica que existe una disminución en ambos grupos que a mayor años de experiencia es menor la autodeterminación.

C. Correlaciones de motivación respecto a años de experiencia.

1. Correlaciones generales.

Tabla 8. Correlación de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación general

		Años Exp.	SMS Total
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.21
	Sig. (bilateral)	-	0.18
	N	41.00	41.00
SMS total	Correlación de Pearson	-0.21	1.00
	Sig. (bilateral)	0.18	-
	N	41.00	41.00

Fuente: elaboración propia

La correlación entre los años de experiencia en los tres deportes (judo, boxeo y esgrima) es de -.212, lo cual indica que es una correlación muy baja casi siendo esta nula. Lo que demuestra que esta sea negativa es que a más años de experiencia en sus distintas disciplinas, menor resulta ser la motivación en los deportistas.

2. Correlaciones de motivación por deporte.

Tabla 9. Correlaciones de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación por deporte

		Años Exp.	SMS Total
Boxeo			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.13
	Sig. (bilateral)	-	0.58
	N	20.00	20.00
SMS total	Correlación de Pearson	-0.13	1.00
	Sig. (bilateral)	0.58	-
	N	20.00	20.00
Esgrima			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-0.47
	Sig. (bilateral)	-	0.13
	N	11.00	11.00
SMS total	Correlación de Pearson	-0.47	1.00
	Sig. (bilateral)	0.13	-
	N	11.00	11.00
Judo			
Años exp.	Correlación de Pearson	1.00	-.035
	Sig. (bilateral)	-	.925
	N	10.00	10.00
SMS total	Correlación de Pearson	-0.03	1.00
	Sig. (bilateral)	0.92	-
	N	10.00	10.00

Fuente: elaboración propia

La correlación de Pearson entre años de experiencia y la escala SMS con respecto a boxeo es de -0.13, la correlación de los atletas de esgrima es de -0.47 y por último el coeficiente de Pearson de los deportistas de judo es de -0.03. Esto indica que esta relación es casi nula y no explica que a mayor experiencia menor va siendo la motivación del deportista en la disciplina de en las tres disciplina de combate evaluadas para la presente investigación.

3. Correlación de motivación por género.

Tabla 10. Correlaciones de Pearson años de experiencia con respecto a la motivación por género

		Años Exp.	SMS Total
Mujeres			
Años	Correlación de Pearson	1.00	-0.36
Exp.	Sig. (bilateral)	-	0.13
	N	18.00	18.00
SMS	Correlación de Pearson	-0.36	1.00
Total	Sig. (bilateral)	0.13	-
	N	18.00	18.00
Hombres			
Años	Correlación de Pearson	1.00	0.01
Exp.	Sig. (bilateral)	-	0.94
	N	23.00	23.00
SMS	Correlación de Pearson	0.01	1.00
Total	Sig. (bilateral)	0.94	-
	N	23.00	23.00

Fuente: elaboración propia

La correlación entre motivación y los años de experiencia en el grupo de mujeres es de -0.36, mientras que la correlación de los deportistas masculinos evaluados es de 0.01 el coeficiente de Pearson esto nos indica que hay una correlación débil entre las variables en ambas correlaciones. En el caso de las mujeres sí muestra que hay una baja en la motivación de las deportistas evaluadas con respecto a sus años de experiencia y su motivación. Mientras en el grupo de hombre la correlación es positiva lo cual nos indica que a mayor edad mayor es la percepción de motivación.

V. DISCUSIÓN

En este capítulo se presenta la discusión de los resultados obtenido por parte de la investigación y se analiza los datos para comparar con los objetivos planteados en el diseño de investigación.

El principal objetivo que se busca cumplir con esta investigación es el lograr determinar si existe relación entre la motivación y la autodeterminación de los deportistas con respecto a su edad deportiva. Lo que las correlaciones demostraron es que la relación es muy baja entre las tres variables, ambas cuentan con una correlación de Pearson negativa y más cercanas a 0, lo cual determina que la relación es muy débil. Lo que se puede obtener de estos resultados es que no existe ningún problema con los atletas con la motivación y autodeterminación y su edad deportiva, lo cual es algo bueno que no importa la edad son constantes ambas variables. Otro dato que es reflejado es que sí existe una leve disminución en la motivación y autodeterminación en los deportistas pero es mínima. Por el resto los resultados demuestran una motivación y autodeterminación alta. En la investigación de Guzmán y Macagno (2013) mencionan que la percepción de motivación de los entrenadores que entrevistaron en torno a los deportistas que preparan va disminuyendo con el pasar del tiempo, a pesar de que esta disminución es mínima, a diferencia de la autodeterminación esta aumenta con el pasar de los años. Si lo comparamos con lo encontrado en la investigación podemos corroborar los datos obtenidos con los de la investigación de Guzmán y Macagno (2013) a la hora de comparar las medias de ambas investigaciones se puede ver que existe una disminución en la motivación con respecto a la edad que tiene el atleta. Luego comparando las medias de la perspectiva de la motivación y la autodeterminación también disminuyen con respecto a las edades.

Con respecto a la hipótesis de investigación en la cual establece que la edad deportiva se encuentra relacionada con la motivación en las disciplinas de combate, los resultados reflejaron que la relación entre las variables es muy baja y no es significativa y se tiene que tomar en significativa la hipótesis nula. La investigación si demostró datos interesantes con respecto a la edad deportiva y las variables de motivación y autodeterminación. Digelidis y Papaioannou (1999) ellos hablan que conforme van creciendo las personas la motivación con respecto a la actividad física va disminuyendo, pero a medida que son más grandes tienen

mayor control de las habilidades físicas, lo mismo sucedió en esta investigación donde a pesar que la correlación es baja se puede notar una pequeña baja en la motivación de los atletas. Al igual como menciona Balanguer(2007)

El nivel de relación entre las variables de años de experiencia y junto con la autodeterminación evaluada fue de bajo, esto fue establecido en los resultados de la investigación como una relación baja y no es significativa. Lo que quiere decir es que no existe relación alguna con entre las variables. Guzmán y Macagno (2013) en su investigación exponen algo similar en la cual mencionan que la edad de los deportistas no se encuentra relacionada con la autodeterminación, aunque en la investigación de Digelidis y Papaioannou (1999) mencionan que la autodeterminación no está relacionada con los años, en este caso en la investigación fue al revés ya que los resultados reflejaron un puntaje negativo.

El primer objetivo específico de la investigación es presentar que era determinar la autonomía de los deportistas de alto rendimiento de las disciplina de Boxeo, Judo y Esgrima por medio de la escala de EPAAD. Los datos obtenidos luego de hacer el análisis de datos muestran que la autodeterminación de los atletas en boxeo fue alta según la escala siendo el promedio está considerada una autonomía por parte de los deportistas alta. Luego está la media los deportistas de judo que fue de promedio alta, al igual que la de boxeo se encuentra en el rango alto y por ultimo tenemos el promedio de esgrima que fue el más alto con respecto a los entrevistados. Estos resultados están bastante similares pero no existen diferencias entre las medias de la percepción de la autodeterminación que valga la pena destacar. Como posible factor que afecte las medias fue que las federaciones de judo y boxeo en el momento de la entrevista se andaban preparando para salir a competir a diferencia de los deportistas de esgrima que ellos acababan de regresar de una competencia. Dependiendo los resultados obtenidos en una competencia estos pueden variar.

El segundo objetivo específico era determinar el nivel de motivación que presentaban los deportistas de disciplina de combate con respecto a los datos obtenidos por medio de la escala de motivación deportiva (SMS). Los resultados de las tres federaciones donde se entrevistaron a los deportistas se encuentran en el rango de motivación alta. La federación de boxeo tiene un promedio de alto, luego está la federación de judo con una media de alto y por último esta la federación de esgrima con un promedio de alto la cual fue la más baja. Al

igual que los resultados de autodeterminación puede ser afectada por lo mismo motivos. Solo que en este caso la federación con mayor motivación fue boxeo a diferencia en autodeterminación que fue esgrima. En la investigación realizada por Guzmán y Macagno (2013) menciona que los deportistas de disciplinas individuales están más motivados que los de deportes de equipo, esto es debido a que los atletas tienen una relación más personalizada con los entrenadores. Esto es el reflejo de la alta motivación en los tres deportes. También algo a destacar es la motivación que se estaba trabajando con los deportistas de esgrima ya que ellos con sus mismo compañeros se ayudan a estar motivados debido a la falta de entrenador. En este caso miramos la importancia de los tipos de motivación, ya que el grupo de deportistas de esgrima depende de sí mismos para poder estar motivados, este fue el grupo con la media más alta en la subescala de motivación intrínseca de la prueba SMS.

La primera hipótesis era comprobar si la edad deportiva tenía alguna relación con la variable de perspectiva de motivación del grupo de atletas evaluados. La correlación de Pearson fue baja, lo cual nos indica que no existe relación fuerte entre las dos variables. Esto que si nos indica es que a mayor edad deportiva va a existir una leve disminución en la perspectiva de la motivación del atleta. Como menciona Balanguer (2007) en su investigación, ella encontró que existe una diferencia entre la edad y la motivación. Su investigación muestra que a menor edad, mayor es la motivación y que a mayor edad baja la motivación de los deportistas.

La segunda hipótesis a comprobar era si existía relación entre las variables de autodeterminación y la edad deportiva de los atletas entrevistados. La correlación de Pearson fue de baja, lo cual nos indica que es una correlación casi nula y nos dice que la edad deportiva no se encuentra ligada a la autodeterminación. Algo que se debe destacar de este dato es que la relación resultó ser negativa, esto nos indica que sí existe una debacle en la autodeterminación pero es mínima como para decir que afecta al deportista. En el estudio de Digelidis y Papaioannou (1999) mencionan que la autodeterminación disminuye a medida que la edad de las personas aumenta, en su estudio demostraron que los niños que se encontraban en décimo grado del colegio estaban menos determinados que los estudiantes del séptimo grado. Con los resultados de los atletas evaluados se reflejan los mismo

resultados, la autodeterminación disminuye con el pasar de los años y eso explica que la correlación haya sido negativa al final.

Otro aspecto que se evaluó durante esta investigación fue las diferencias que hay entre hombres y mujeres con respecto a las variables de motivación y de autodeterminación. Este objetivo va ligado a la hipótesis de si existen diferencias significativas en los atletas de las disciplinas de combate con respecto al género. Los resultados de ambas pruebas (SMS y EPAAD) en los hombres fue alta con lo que es motivación y alta a lo que se refiere con autodeterminación. Para los resultados de las mujeres de las dos pruebas administradas fue de alta a lo que se refiera la motivación y alta lo que es la autodeterminación, al igual que los hombres los resultados de ambas pruebas reflejan un promedio alto para las deportistas de disciplinas de combate. Si revisamos los resultados se puede ver que el grupo de hombre está más motivado que el grupo de las mujeres pero la diferencia es mínima y en el caso de la autodeterminación es al revés los resultados, las mujeres son las que se encuentran más autodeterminadas que los hombres. En el caso de la autodeterminación en el momento que se hicieron las entrevistas habían más atletas mujeres que se estaban preparando para ir a competir, lo cual puede determinar porqué esta variable está un poco más fuerte. Según Guzmán y Macagno (2013) establecen que la motivación y la autodeterminación entre hombres y mujeres no son concluyentes en muchas investigaciones. Al igual que en este estudio las diferencias no son concluyentes ya que las diferencias son mínimas y ambos se encuentran entre los rangos de motivación y autodeterminación alta. El estudio de Vallerand y Bissonette (1992) demuestra que las mujeres están más autodeterminadas que el grupo de hombres, el estudio fue realizado en el ámbito escolar, pero reflejo que las mujeres están más motivadas en a la hora de realizar alguna actividad.

Según Moreno y Cervelló (2007) en su investigación encontraron en sus resultados que los hombres se encuentran más orientados hacia la motivación y las mujeres se encuentran más dirigidas hacia la autodeterminación. Con los datos presentados anteriormente se puede ver fácilmente la diferencia entre la motivación del grupo de hombres contra mujeres, teniendo los hombres los que tienen una motivación mayor aunque la diferencia es mínima. Por otro lado se da lo opuesto con la autodeterminación, en este caso las mujeres se encuentran más autodeterminadas que los hombres evaluados.

Una de las limitantes de la investigación fue el tamaño de la población. Debido a que se evaluó a la mayoría del universo de los atletas de alto rendimiento en sus respectivas disciplinas, esto pudo haber influido en la distribución de los datos para el análisis de correlaciones. Otro factor que pudo ser una limitante fue el hecho de que no se utilizaron triangulaciones cualitativas con los deportistas, ya que esto nos hubiese dado más información sobre las metas de cada atleta y tener una evaluación cualitativa. Según Dosil (2004) se recomienda para la obtención de datos de los deportistas siempre una evaluación de observación y las escalas como suplemento, esto con el fin de tener una relación más cercana con el deportista.

VI. CONCLUSIONES

Los hallazgos que se vieron en esta investigación van relacionados con la edad deportiva de los atletas y lo que es la motivación y autodeterminación para los deportistas de las disciplinas de judo, boxeo y esgrima. Aunque las correlaciones de Pearson no son lo suficientemente fuerte como para determinar que existe relación entre las variables si nos presentan bastante información con respecto a tendencia que puede suceder. También es importante tomar en consideración varios factores que pueden llegar a afectar el resultado final de las evaluaciones de los deportistas.

Se encontró que la motivación al igual que la autodeterminación va en disminución con respecto a la edad de los deportistas, esto se vio reflejado en las distintas correlaciones. A pesar de que las correlaciones fueran bajas demostraron ser negativas lo que nos indica entre más años de experiencia menor va a ser la motivación y la autodeterminación de los deportistas. En otras investigaciones se demostró lo mismo con los datos obtenidos en esta investigación. Aunque la autodeterminación aumenta con el pasar del tiempo en este caso se dio lo contrario. Primero con la motivación, esta va disminuyendo por falta de participación en competencias y en el caso de la autodeterminación también se vio en disminución por circunstancias externas a lo deportivo a la hora de evaluar a los atletas.

Otro aspecto que se analizó en la investigación fue las diferencias de género en los deportes de boxeo, judo y esgrima con respecto a la motivación y la autodeterminación. Lo que los datos reflejaron fue que el grupo de mujeres en general se encontró más autodeterminado que el grupo de hombres en general, pero el grupo de hombres se encontraba más motivado que el grupo de mujeres. En distintas investigaciones estos resultados también se han visto de la misma manera, explicando que la mujer se encuentra más orientada hacia la tarea y el hombre más orientado hacia la meta. Tiene sentido por el hecho de que en el momento que se produjo la evaluación de los atletas fue en periodo de competencia, a pesar de que el grupo de hombres de las distintas disciplinas no se encontraba en competencia, el grupo de estaba motivado. Las mujeres que iban a ir a competir se encontraban muy determinado de lograr un buen resultado en las competencias.

Por último se evaluó también las diferencias de motivación y autodeterminación de las tres distintas disciplinas entrevistadas. Se quería demostrar cuál de los tres deportes se encontraba con mayor motivación y mayor autodeterminación entre boxeo, judo y esgrima. El grupo total se encontraba en un nivel alto de motivación al igual que en un nivel alto de autodeterminación, a pesar de esto existen leves diferencias entre los tres grupos. Antes que nada es importante resaltar que la motivación y autodeterminación se encuentra más alta en deportes individuales que en deportes colectivos, esto es debido a la atención uno a uno que se les brinda a los atletas. A pesar que las tres federaciones se encontraban con competencias, el deporte más motivado y autodeterminado fue el grupo de boxeo y el más autodeterminado fue el grupo de la disciplina de judo. Debido a la situación que puedan estar pasando los deportistas esto puede llegar a afectar los resultados de las evaluaciones, por ejemplo si una federación se encuentra en época de competencia, los atletas puede que estén más motivados debido a la preparación que tienen que tener para este evento, mientras si es una federación que acaba de perder en su competencia, la percepción de motivación puede bajar.

A pesar de que los resultados no coincidieran con las hipótesis planteadas en la investigación, los datos obtenidos demuestran que el deporte es una cultura en sí. Los datos de otras investigaciones son similares en ciertos resultados pero no son suficientemente específicos. Estos datos reflejan que la autodeterminación y motivación tienen una leve relación con la edad de los deportistas y que esta es un factor mínimo que puede llegar a afectarla, hay que tomar en consideración más factores como por ejemplo las situaciones personales de los atletas, otro aspecto importante es el periodo de competencia en el que se encuentran y como está pueden llegar a disminuir o aumentar estas variables, ya que la edad deportiva no es suficiente para explicar falta de motivación o autodeterminación. La última limitante fue el tiempo cuando se realizó la evaluación, lo recomendable es estar presente durante todo el proceso olímpico de los atletas, debido a la forma de planteamiento de la investigación solo se evaluó al grupo en pleno ciclo olímpico.

VII. RECOMENDACIONES

- A la hora de evaluar al grupo de atletas es importante establecer una relación previa entre evaluador y el deportista, ya que en el momento de tener que responder a pruebas y escalas resultan desconfiar del evaluador debido a experiencias anteriores. Responden en muchos casos lo que ellos piensan que queremos ver.
- Hay que tomar en consideración el periodo en el que se encuentran los deportistas, ya que los resultados van a ir variando dependiendo si el atleta se encuentra en tiempo de competencia o en tiempo de descanso.
- Se debería evaluar a los deportistas, previo y posteriormente a las competencias en las cuales participan, este punto es importante ya que al igual que el anterior este va a variar dependiendo los resultados o la preparación de una competencia.
- Es necesario estar presente con los deportistas en todo el ciclo olímpico, esto se refiere a que es recomendado supervisar los entrenos y su relación con los preparados, también estar pendiente de todos los resultados de las competencias de esta etapa y tomar acción dependiendo los resultados de competencia.
- Hacer de forma rutinaria la evaluación de las escala por periodos cortos de tiempo, ya que esto les dará un mayor control sobre las variables de percepción de motivación y autodeterminación y en base a esta evaluación constante ayudar al atleta a rendir mejor.
- Para lograr obtener una muestra mayor, se debería de tomar encuentran a los deportistas menores de edad y a los que no se encuentran en la categoría de alto rendimiento.

A continuación se presenta una ejemplo de una propuesta de trabajo para las diferentes federaciones, esta propuesta toma en consideración todas las recomendaciones con base en la investigación:

El principal objetivo es establecer una preparación psicológica óptima para los atletas de competencia del gimnasio. El trabajo se realizará en preparación en tres distintas etapas de la preparación de un atleta, a nivel individual y grupal. La primera etapa se basa en el tiempo

de pre competencia, la segunda etapa se basa en tiempo de competencia y la tercera etapa se basa en el tiempo post competencia.

Beneficios

La preparación mental a nivel competitivo es considerada un 30% de la competencia. Atletas con capacidad de manejo de emociones tienen más potencial de triunfar en su deporte, ya que le ayuda a visualizar y crear estrategias dependiendo la situación en la que se encuentra. El estado mental va de la mano con la intensidad de los entrenos, un atleta motivado es un atleta con hambre de triunfar. El conocimiento del deportista, sus fortalezas y debilidades, ayuda a tomar planes de acción para optimizar su rendimiento. Estos son algunos de los beneficios preparación psicológica para los deportistas.

Etapa I Pre Competencia

Individual (atletas y entrenadores)

- Establecimiento de objetivos (Motivación)
 - Corto plazo
 - Mediano plazo
 - Largo plazo
- Evaluación de necesidades
 - Fortalezas
 - Debilidades
 - Oportunidades
 - Amenazas
- Evaluación de personalidad

Todo lo anterior se evaluará por medio de entrevistas individuales para los atletas, esto con el fin de crear un perfil de competencias de cada deportista para poder definir un plan de acción individual que ayude a la máxima potencialización mental para competencia. Esto ayudará el apoyo al entrenador durante entrenos.

Grupal

- Observación
 - Detectar las dinámicas de equipo
 - Buscar distintos roles de los deportistas
- Dinámicas de cohesión de equipo
- Talleres de motivación

Determinar cada rol de los deportistas para poder tomar plan de acción para el desarrollo de un equipo integrado y comprometido para la tarea.

Etapa II Competencia

- Evaluación de estado mental antes de competencia
 - Ansiedad
 - Estrés
 - Miedos
 - Motivación durante competencia
- Manejo de ansiedad y estrés por medio de plan de prevención en base al perfil del atleta.
- Técnicas de visualización para la optimización mental durante competencia.

El siguiente plan busca trabajar de manera preventivo para que no exista ningún distractor mental durante la etapa de competencia.

Etapa III Post competencia

- Reevaluación de estado mental
- Restablecimiento de metas
 - Corto plazo
 - Media plazo
- Plan de acción en base a resultados de competencias
 - Mantenimiento de motivación
 - Manejo de frustración
 - Manejo de cansancio post competencia.

En esta etapa el plan se basa en reestablecer las metas para mantener la motivación y un objetivo claro para el deporte y tomar acción dependiendo cuales fueron los resultados de cada atleta o equipo para no caer en un estado mental negativo.

VIII. REFERENCIAS

- Adler, Alfred. 1924. *The practise and theory of individual psychology*. Estados Unidos
- Balaguer, Isabel. 2008. *Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminacion*. *Revista de Psicología del Deporte* 17(1), págs 123-139. España.
- Balaguer, Isabel. 2007. *Propiedades psicométricas de la escala de motivación deportiva en deportistas españoles*, *Revista de Psicología del Deporte* vol. 24, núm. 2, págs. 197-207.
- Bandura, Albert. 1977. *Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioural change*. *Psychological Review*, 84, pags. 191-215.
- Bandura, Albert. 1977. *Social learning theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall. Págs: 97-101.
- Biddle, Stuart y Hanrahan, Stephanie. 2001 “Attributions: past, present” and future. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas y C. M. Janelle (eds.) *Handbook of sport psychology*. Estados Unidos.
- Burton, Dwayne. 2008. *Sport psychology for coaches, Human Kinetics* Estados Unidos. págs.: 123-138.
- CDAG. *Federación Nacional de Boxeo*. <http://cdag.com.gt/federacion/Boxeo/>. [Fecha de Consulta 15 de agosto 2015]
- CDAG. *Federación Nacional de Esgrima*. <http://cdag.com.gt/federacion/esgrima/>. [Fecha de Consulta 15 de agosto 2015]
- CDAG. *Federación Nacional de Judo*. <http://cdag.com.gt/federacion/judo/>. [Fecha de Consulta 15 de agosto 2015]

- Guzman, José, Macagno, Laura. 2013. *La Motivación de los Entrenadores: un estudio desde la teoría de autodeterminación*. Cuadernos de Psicología deportiva. Vol. 13, págs... 37- 45. España.
- Digelidis, Nikolaos y Papaioannu, Athanasios. 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. Grecia
- Dosil, Joaquin. 2004. *Psicología de la Actividad física y del Deporte*. Madrid, España McGraw Hill. Págs. 197
- Dosil, Joaquin. y Caracuel, Jose. 2003. *Psicología aplicada al deporte. En Joaquin Dosil Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. Madrid: Síntesis. España
- Duda, Joan. 1987. *Toward a developmental theory of motivation in sport*. Journal of Sport Psychology, 9, págs. 130-145.
- Duda, Joan. 2001. Goals perspectives research in sport: pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En Glyn Roberts *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, Ill.: Human Kinetics. Estados Unidos.
- Duda, Joan y Nicholls, John. 1989. *Relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among high school athletes*. Journal of Sport & Exercise Psychology, 11, págs. 318-335.
- Hagger, Martin. 2007. *Advances in self-determination theory research in sport and exercise*. Elsevier: Psychology of sport and exercise págs: 597-599, Reino Unido.
- Heider, Fritz. 1958. *The psychology of interpersonal relations*. New York, Estados Unidos
- Hagger, Martin. 2006. *The perceived autonomy support scale for exercise settings (PASSES): Development, validity, and cross-cultural invariance in young people*, Elsevier: Psychology of sport and exercise de Reino Unido. págs: 1-22.
- Hernández, Raquel. 2010. *Preparación Física Integrada en Deportes de Combate*. Revista de deporte de España. págs. 31-38.

- Hernández Sampieri, Roberto; C. Fernández-Collado y P. Baptista. 2006. *Metodología de investigación*. 4ta ed. México D.F.: McGraw- hill/InteramericanaEditores, S.A. de C.V.850 págs.
- León, Jaime. 2010. *Traducción y validación de la versión española de la Échelle des Perceptions du Soutien à l'Autonomie en Sport*. Universidad de las Palmas España Vol. 1 No. 1. págs.: 165-177.
- Lorenzo, Jose. 1996. *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid, España
- Lorenzo, José. 1997. *Psicología del deporte*, Biblioteca Nueva S.L., Madrid, España. Pág. 92
- Molinero, Olga. 2011. *Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado de la cuestión Self-determination and exerciseadherence: state-of-the-art*. International Journal of Sport Science Volumen VI. Universidad de León, España, pág.: 289.
- Moreno, Juan. 2008. *Influencia del apoyo a la autonomía, las metas sociales y la relación con los demás sobre la desmotivación en educación física*. Psicothema 2008. Vol. 20, nº 4, pp. 636-641. España.
- Moreno, Juan. Y Cervelló, Eduardo. 2007. *Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación*. Apuntes de Psicología, 25, págs.35-51. España.
- Rosado, Antonio 2007. *Percepción de los Jugadores de Fútbol, de distintos niveles, sobre sus entrenadores*, Revista Psicología del deporte España, Vol. 16 No. 2, págs.: 151-167.
- Roberts, Glyn. 1982. "Achievement and motivation in sport". *Exercise and Sport Science Review: Vol. 10*. Philadelphia: Franklin Institute Press. Estados Unidos
- Roberts, Glyn. 1986. *Actividad física competitiva para niños: consideraciones de la psicología del deporte*. En Actas I Congreso Nacional de Psicología de la

- Actividad Física y del Deporte*, págs. 48-62. Barcelona: ACPE Dirección General de l'Esport. España
- Roberts, Glyn 1995. *Motivación en el deporte y el ejercicio*. Bilbao: Desclée De Brouwer. España
- Roberts, Glyn y Balagué, Gloria. 1989. *The development of a Social Cognitive Scale of Motivation*. VII World Congress in Sport Psychology. Singapur.
- Roberts, Glyn y Balagué, Gloria. 1998. *Achievement goals in sport: the development and validation of the Perception of Success Questionnaire*. Journal of Sport Science, 16, págs 337-347. Estados Unidos
- Ryan, Richard 2008. *Facilitating health behaviour change and its maintenance: Interventions based on Self-Determination Theory*, The European Health Psychologist Estados Unidos. Vol 10 págs.: 1-5.
- Sánchez Acosta, María Elisa. (2002) *Psicología del entrenamiento y la competitividad deportiva*. <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v15n2/amc200211> [Fecha de consulta 6 de febrero 2015]
- Vallerand, Richard & Perrault. 1999. Intrinsic and extrinsic motivation in sport: toward a Hierarchical Model. *Sport psychology: linking theory and practice*. Morgantown: FIT. Estados Unidos
- Vallerand, Richard & Rousseau, F. L. 2001 *Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: a review using the Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation*. Handbook of sport psychology. New York: John Wiley & Sons. Estados Unidos
- Vallerand, Richard & Thill, E. E. 1993 *Introduction to the concept of motivation. Problems in motor control*. New York: North Holland. Estados Unidos.
- Vallerand, Robert y Bissonette, Robert. 1992. *Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study*. Journal of Personality, 60, págs.599-620. Inglaterra

Weinberg, Robert. 2007. *Foundation of sport and exercise psychology*, 4ta edición, Human Kinetics Estados Unidos págs.: 51- 76

Weiner, Bernard. 1972. *Theories of motivation: from mechanics to cognition*. Chicago: Markham. Estados Unidos.

Weiner, Bernard. 1979. "A theory of motivation for some classroom experiences". *Journal of Educational Psychology*, 71, pags. 3-25. Estados Unidos

IX. ANEXOS

Anexo 1: escala EPAAD, Respuesta libre



Escala EPAAD

Escala de Percepción de Apoyo a la Autonomía en Contexto Deportivo

Sexo: M o F Edad: _____

Deporte _____

A continuación se presenta una serie de enunciados, en los cuales usted tendrá que marcar un número del 1 al 7, siendo 1 “total desacuerdo” y 7 “totalmente de acuerdo”.

1. Creo que mi entrenador me deja tomar decisiones en este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

2. Creo que mi entrenador entiende por qué he elegido este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

3. Mi entrenador confía en mi capacidad para hacer este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

4. Mi entrenador me anima a entregarme por completo en este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

5. Mi entrenador me presta atención durante la práctica deportiva.

1 2 3 4 5 6 7

6. Mi entrenador me apoya en este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

7. Puedo hablar sin problema de este deporte con mi entrenador.

1 2 3 4 5 6 7

8. Mi entrenador se preocupa de que yo entienda por qué necesito practicar este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

9. Mi entrenador responde a mis dudas sobre este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

10. Mi entrenador se interesa por mí durante la práctica deportiva.

1 2 3 4 5 6 7

11. Siento que puedo compartir mis experiencias deportivas con mi entrenador.

1 2 3 4 5 6 7

12. Confío en los consejos que me da mi entrenador sobre este deporte.

1 2 3 4 5 6 7

Anexo 2: Escala de motivación deportiva (SMS)

Nos gustaría saber las razones por las cuales participas en tu deporte. Por favor, indica, rodea con un círculo, el grado en el que cada una de las siguientes preguntas corresponde a alguna de las razones por las que actualmente participas en tu deporte.

	¿Por qué participas en este deporte?	No tiene nada que ver conmigo		Tiene algo que ver conmigo			Se ajusta totalmente a mi	
		1	2	3	4	5	6	7
1	Por la satisfacción que me produce realizar algo excitante	1	2	3	4	5	6	7
2	Por la satisfacción de aprender algo más sobre este deporte	1	2	3	4	5	6	7
3	Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar	1	2	3	4	5	6	7
4	Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
5	No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte	1	2	3	4	5	6	7
6	Porque me permite ser valorado por la gente que conozco	1	2	3	4	5	6	7
7	Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente	1	2	3	4	5	6	7
8	Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento	1	2	3	4	5	6	7
9	Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma	1	2	3	4	5	6	7
10	Por el prestigio de ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
11	Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo	1	2	3	4	5	6	7
12	Por la satisfacción que siento mejorando algunos de mis puntos flacos	1	2	3	4	5	6	7

13	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso	1	2	3	4	5	6	7
14	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo	1	2	3	4	5	6	7
15	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades	1	2	3	4	5	6	7
16	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma/ ser un deportista	1	2	3	4	5	6	7
17	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
18	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
19	No lo tengo claro; en realidad no creo que este se mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
20	Por la satisfacción que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
21	Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participo	1	2	3	4	5	6	7
22	Para demostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
23	Por la satisfacción que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes	1	2	3	4	5	6	7
24	Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos	1	2	3	4	5	6	7
25	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso	1	2	3	4	5	6	7
26	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte	1	2	3	4	5	6	7
27	Por la satisfacción de descubrir nuevas estrategias de ejecución	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

Anexo 3: Asentimiento informado para deportistas menores de 18 años



Universidad del Valle de Guatemala
Departamento de Psicología

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA MENORES DE 18 AÑOS

La siguiente investigación es parte de una tesis de licenciatura en psicología por parte del estudiante Ricardo Azurdía como parte del programa de la Licenciatura de Psicología General de la Universidad del Valle de Guatemala. El objetivo principal de la investigación es comparar las escalas de EPAAD (Percepción de Apoyo a la Autonomía en Contexto Deportivo) y EMS (Escala de Motivación Deportiva) con la edad deportiva del atleta. Esto es con el fin de tener información del deportista guatemalteco federado que practican judo, karate y boxeo con respecto a la motivación y la autodeterminación.

Si está de acuerdo en participar, el adolescente deberá responder una escala que evalúa su nivel de autodeterminación y motivación en el contexto deportivo. No se le exigirá que conteste preguntas que lo hagan sentir incómodo/a y podrá retirarse de la investigación en cualquier momento si así lo desea. El proceso no representa ningún riesgo directo para el adolescente, ni para su integridad física y/o psicológica

Se tomarán todas las medidas necesarias para proteger la confidencialidad a lo largo de la administración de la escala. La información que se va recolectar mediante la evaluación, por lo que no se compartirá o publicará información que pueda exponer la identidad de usted, ni su/s hijo/a/s o afecte su integridad de cualquier manera. Ninguna persona más que el investigador principal y su asesora van a tener acceso a la información que usted o su hijo(a) compartan.

Declaración del cuidador primario del participante:

Declaro que he leído y/o escuchado el consentimiento informado de este estudio. Entiendo que mi participación es voluntaria y accedo a que mi hijo/a participe.

Firma o huella: _____ Fecha: _____

Anexo 4: Consentimiento Informado para deportistas mayores de 18



Universidad del Valle de Guatemala
Departamento de Psicología

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA MAYORES DE 18 AÑOS

La siguiente investigación es parte de una tesis de licenciatura en psicología por parte del estudiante Ricardo Azurdia como parte del programa de la Licenciatura de Psicología General de la Universidad del Valle de Guatemala. El objetivo principal de la investigación es comparar las escalas de EPAAD (Percepción de Apoyo a la Autonomía en Contexto Deportivo) y EMS (Escala de Motivación Deportiva) con la edad deportiva del atleta. Esto es con el fin de tener información del deportista guatemalteco federado que practican judo, karate y boxeo con respecto a la motivación y la autodeterminación.

Si está de acuerdo en participar, deberá responder una escala que evalúa su nivel de autodeterminación en el contexto deportivo. No se le exigirá que conteste preguntas que lo hagan sentir incómodo/a y podrá retirarse de la investigación en cualquier momento si desea. El proceso no representa ningún riesgo directo para el participante para su integridad física y/o psicológica.

Se tomarán todas las medidas necesarias para proteger la confidencialidad a lo largo de la administración de la escala. La información que se va recolectar mediante la evaluación, por lo que no se compartirá o publicará información que pueda exponer la identidad de usted ni sus hijos o afecte su integridad de cualquier manera. Ninguna persona más que el investigador principal y su asesora van a tener acceso a la información que usted comparta.

Declaración del participante:

Declaro que he leído y/o escuchado el consentimiento informado de este estudio. Entiendo que mi participación es voluntaria y accedo a participar.

Firma o huella: _____ Fecha: _____