

# UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

## FACULTAD DE ENFERMERÍA



**“CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA  
DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL  
2DO AÑO DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA  
MARÍA. AREQUIPA – PERÚ, 2013”**

**Tesis presentada por la Bachiller:**

***GABRIELA MILAGROS GONZALES ROSAS***

**Para optar el Título Profesional de  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AREQUIPA - PERU  
2014**

## PRESENTACIÓN

**SEÑORA DECANA DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARIA**

**S.D.**

De conformidad con lo establecido por la Facultad de Enfermería que Ud. tan acertadamente dirige, presento a su consideración y a la de los señores Miembros del Jurado el presente trabajo de investigación titulado: **CARACTERISTICA DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARÍA AREQUIPA – PERÚ, 2013**, requisito necesario para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Espero que el presente trabajo de investigación sea de su conformidad y cumpla con los requisitos académicos y técnicos correspondientes.

Arequipa, Junio del 2014

---

**GABRIELA MILAGROS GONZALES ROSAS**

**DICTAMEN DE BORRADOR DE TESIS**

**A** : Mgter. Ruth Romero de Rodriguez  
Decana de la Facultad de Enfermería

**DE** : Jurado Dictaminador  
Dra. Delta Ocola Villanueva  
Lic. Yeny Valdivia de Ibarra  
Mgter. María del Pilar Borja Vizcarra

**ASUNTO** : CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA  
EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL 2DO AÑO DE LA  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA. AREQUIPA-PERÚ 2013

**AUTORA**: Gabriela Milagros Gonzáles Rosas

**FECHA** : 04 de junio del 2014

---

Reunido el Jurado Dictaminador realizadas las correcciones, de acuerdo al reglamento de grados y títulos de la Facultad el presente borrador queda aprobado para pasar a la fase de sustentación.

Atentamente,



**Dra. Delta Ocola Villanueva**  
**PRESIDENTE**



**Mgter. María del Pilar Borja Vizcarra**  
**SECRETARIA**



**Lic. Yeny Valdivia de Ibarra**  
**MIEMBRO**

## INFORME DE ASESORÍA DE TESIS

**A** : Mgter. Ruth Romero de Rodríguez  
Decana de la Facultad de Enfermería

**De** : Dra. Lupe Mesías de Delgado  
Asesora del Estudio de Investigación

**Asunto** : **Asesoría de tesis Titulada:**  
"Características de la Motivación para la Práctica Deportiva en los  
Estudiantes de Enfermería del 2do año de la Universidad Católica  
de Santa María Arequipa – Perú, 2013"

**Autora** : Bachiller Gabriela Milagros Gonzales Rosas


**Fecha** : 8 de Abril del 2014

---

**Antecedentes:** Por medio de presente le informo que se ha concluido la asesoría del Trabajo de tesis titulado "Características de la Motivación para la Práctica Deportiva en los Estudiantes de Enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013", aplicando 46 encuestas a los 46 estudiantes del segundo año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María. La asesoría del estudio de investigación se llevó a cabo durante los meses de Setiembre 2013 a Abril del 2014. En el que se revisó el enunciado, los objetivo, variables, justificación, hipótesis, marco teórico y el contenido operacional. Revisión que demandó tiempo, la reestructuración necesaria de la metodología.

**Apreciación Personal:** Los resultados de la investigación permitirán fortalecer el cuerpo de conocimientos de la profesión de Enfermería.

Atentamente,



**Dra. Lupe Mesías de Delgado**



### DICTAMEN DE PROYECTO DE TESIS

**A** : Mgter. Ruth Romero de Rodríguez  
Decana de la Facultad de Enfermería

**DE** : Jurado Dictaminador  
Dra. Delta Ocola Villanueva  
Lic. María del Pilar Borja Vizcarra

**ASUNTO** : CARÁCTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA  
EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO DE LA  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA. AREQUIPA. 2013

**AUTORA:** Gabriela Milagros Gonzales Rosas

**FECHA** : 16 de julio del 2013

---

De acuerdo al anterior dictamen, se hace llegar las siguientes observaciones que no fueron resueltas:

1. Interrogantes y objetivos: Incluir población y precisar verbos.
2. Bibliografía: Tomar en consideración las normas de Vancouver.

Realizadas las correcciones el presente proyecto queda **APROBADO** para pasar a la fase de ejecución.

Atentamente,



\_\_\_\_\_  
**Dra. Delta Ocola Villanueva**



\_\_\_\_\_  
**Lic. María del Pilar Borja Vizcarra**

## Agradecimientos

Le agradezco a Dios por haberme permitido vivir hasta este día, haberme guiado a lo largo de mi vida, por ser mi apoyo mi luz y mi camino. Por haberme dado la fortaleza para seguir adelante en aquellos momentos de debilidad.

Con todo mi cariño y mi amor para las personas que hicieron todo en la vida para que yo pudiera lograr mis sueños, por motivarme y darme la mano cuando sentía que el camino terminaba, a ustedes siempre en mi corazón y mi agradecimiento.

# *Dedicatoria*

*Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.*

*A mi madre, por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional sin importar nuestras diferencias de opiniones. A mi padre quien con sus consejos ha sabido guiarme para culminar mi carrera profesional. Y sé que está orgulloso de la persona en la cual me he convertido.*

*A mis hermanos por ser los mejores amigos, que junto a sus ideas y consejos hemos pasado momentos inolvidables tanto para mi vida como para mi formación profesional.*

## ÍNDICE

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES	8
RESUMEN	11
ABSTRACT	12
INTRODUCCIÓN	13

### CAPITULO I

#### PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1. Enunciado del Problema	15
1.2. Descripción del Problema	15
A. Campo, Área y Línea	15
B. Análisis y Variables	16
C. Interrogantes Básicas	16
D. Tipo y Nivel del Problema	17
1.3. Justificación del Problema	17
2. OBJETIVOS	19
3. MARCO TEÓRICO	20
4. ANÁLISIS DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	60
5. HIPÓTESIS	61



## CAPITULO II

### PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

<b>1. TÉCNICA E INSTRUMENTO</b>	<b>62</b>
<b>2. CAMPO DE VERIFICACIÓN</b>	<b>63</b>
2.1. Ubicación Espacial	63
2.2. Ubicación Temporal	63
2.3. Unidades de Estudio	63
2.4. Universo	63
<b>3. ESTRATEGIAS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS</b>	<b>64</b>

## CAPITULO III

### RESULTADOS, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

<b>1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS</b>	<b>68</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>92</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>93</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>94</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>98</b>

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

### TABLAS

<b>TABLANº 1.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca para Conocer.	69
<b>TABLANº 2.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca para Experimentar Estimulación.	71
<b>TABLA Nº 3.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca para Conseguir Cosas.	73
<b>TABLA Nº 4.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación Introyectada de la Motivación Extrínseca.	75
<b>TABLA Nº 5.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación Introyectada de la Motivación Extrínseca.	77
<b>TABLA Nº 6.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación Externa de la Motivación Intrínseca.	79
<b>TABLA Nº 7.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la No Motivación en la práctica deportiva.	81
<b>TABLA Nº8.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca, todos los indicadores.	83
<b>TABLA Nº 9.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Extrínseca, todos los indicadores.	85
<b>TABLA Nº 10.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación, todos los indicadores.	88
<b>TABLA Nº 11.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación para la práctica deportiva, Evaluación Global.	90

## GRÁFICOS

<b>GRÁFICO Nº 1.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca.	70
<b>GRÁFICO Nº 2.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación identificada de la Motivación Extrínseca.	72
<b>GRÁFICO Nº 3.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca Para Conseguir Cosas.	74
<b>GRÁFICO Nº 4.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Extrínseca, Regulación Identificada.	76
<b>GRÁFICO Nº 5.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación introyectada de la Motivación de la motivación Intrínseca.	78
<b>GRÁFICO Nº 6.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Regulación Externa de la Motivación Extrínseca.	80
<b>GRÁFICO Nº 7.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la No Motivación.	82
<b>GRÁFICO Nº 8.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Intrínseca, todos los indicadores.	84
<b>GRÁFICO Nº 9.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación Extrínseca, todos los indicadores.	86
<b>GRÁFICO Nº 10.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación, todos los indicadores.	89
<b>GRÁFICO Nº 11.</b>	Estudiantes de enfermería del segundo año según Características de la Motivación para la práctica deportiva, Evaluación Global.	91



## RESUMEN

### “CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL 2DO AÑO DE LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA AREQUIPA – PERU 2013”

Presentado por Bachiller Gabriela Milagros Gonzales Rosas, para obtener en título profesional de LICENCIADA EN ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA, ubicada en la Urbanización San José S/N Umacollo. Teléfono: 251210, Fax: 054-219283, Apartado Postal 1350, Arequipa – Perú.

#### OBJETIVOS

- Determinar las características de la motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.
- Precisar las características de la MOTIVACIÓN INTRÍNSECA (MI) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.
- Determinar las características de la MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA (ME) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.
- Identificar las características de la NO MOTIVACIÓN para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.

#### TIPO Y NIVEL DEL PROBLEMA.

Es una investigación de campo, transversal, univariante y descriptiva.

#### MUESTRA.

Por ser un universo pequeño se trabajó con la totalidad previa aplicación de los criterios de inclusión y exclusión

#### METODOLOGÍA

Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario, el cual fue aplicado a los 46 alumnos del segundo año de la Facultad de enfermería de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa.

#### HIPOTESIS.

Por ser de naturaleza descriptiva este estudio no necesita de una hipótesis.

#### CONCLUSIONES

**PRIMERA:** Las características para la Práctica Deportiva del segundo año son: Motivación Intrínseca, Motivación Extrínseca y No Motivación.

**SEGUNDA:** Con respecto a las Características de la Motivación Intrínseca en la práctica deportiva, en la población de estudio se encontró: Motivación Intrínseca para conocer, Motivación Intrínseca para Experimentar Estímulos y Motivación Intrínseca para conseguir cosas, siendo en su mayoría en la que respecta al indicador para conseguir cosas.

**TERCERA:** En lo referente a las Características de la Motivación Extrínseca en la práctica deportiva, en la población de estudio se encuentran presentes: la Regulación Identificada, regulación introyectada y regulación externa, alcanzando el mayor porcentaje la Regulación Introyectada.

**QUARTA:** Con respecto a la No Motivación en la práctica deportiva se da en un bajo porcentaje en la población de estudio, ya que no aceptan los factores de la no motivación, referidos a no tener la intención para actuar en absoluto.

#### RECOMENDACIONES

**PRIMERA.** Que, la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María programe ciclos de motivación para la práctica Físico – deportiva orientadas a la formación integral del recurso enfermera/o ya que el mayor porcentaje de la población estudiada se encuentra poco o nada motivada hacia esta práctica.

**SEGUNDA.** Que, la Facultad de Enfermería debe centrar futuras líneas de investigación para profundizar en el conocimiento de las causas de la escasa motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de Enfermería de esta Casa Superior de Estudios.

GABRIELA MILAGROS GONZALES ROSAS

AREQUIPA – PERU  
2014



## ABSTRACT

### “CHARACTERISTICS OF THE MOTIVATION IN STUDENTS FOR SPORT PRACTICE IN 2<sup>ND</sup> YEAR NURSING STUDENT CATHOLIC UNIVERSITY OF SAINT MARY Arequipa - Peru 2013”

Submitted by Bachelor Gabriela Milagros Gonzales Rosas, for the professional title of LICENSED NURSE CATHOLIC UNIVERSITY OF SAINT MARY, located in the urbanization San Jose S / N Umacollo. Phone: 251210 Fax: 054-219283, PO Box 1350, Arequipa - Peru.

#### OBJECTIVES

- Determine the characteristics of the motivation for sports in nursing students of 2nd year at Catholic University of Saint Mary Arequipa - Peru , 2013.
- Specify the characteristics of the INTRINSIC MOTIVATION (MI) for sports sports in nursing students of 2nd year at Catholic University of Saint Mary Arequipa - Peru, 2013.
- Determine the characteristics of Extrinsic Motivation (ME) for sports sports in nursing students of 2nd year at Catholic University of Saint Mary Arequipa - Peru, 2013.
- Identify the characteristics of NO MOTIVATION for sports in nursing students in 2nd year year of the Catholic University of Saint Mary Arequipa - Peru, 2013.

#### TYPE AND LEVEL OF THE PROBLEM.

It is a field, transversal, descriptive and univariate research.

#### SAMPLE.

Due to the fact it is a small universe; we worked with the whole population. The inclusion and exclusion criteria was applied.

#### METHODOLOGY

The survey was used as a technique and the questionnaire as a tool, which was applied to the 46 students of the second year of the Faculty of Nursing at the Catholic University of Saint Mary of Arequipa.

#### HYPOTHESIS.

Being a descriptive research the study does not need a hypothesis.

#### CONCLUSIONS

**FIRST:** The characteristics for the sports practice of the second year students are: Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation and No Motivation.

**SECOND:** Regarding the characteristics of the Intrinsic Motivation in the sports practice in the study population it was found: Intrinsic Motivation to learn, Intrinsic Motivation for experience stimulation and Intrinsic Motivation to get things, being mostly regarded to the item to get things.

**THIRD:** Regarding the characteristics of Extrinsic Motivation in the sport practice it was found: Identified Regulation, Introjected regulation and external regulation. The highest percentage was found in the introjected regulation.

**FOURT:** In relation to the Lack of Motivation in the sports practice, there is a low percentage in the population due to the fact that they do not accept the factors referred to not having the intention to do it at all.

#### RECOMMENDATIONS

**FIRST:** That the Nursing Faculty of Saint Mary University should program motivational cycles to the sports practice oriented to the integral formation of nurses due to the fact that the studied population has little or no motivation towards it.

**SECOND.** That the Nursing Faculty should deepened the research in order to get to know the reasons for the lack of motivation for sports practice in the nursing students.

Gabriela Milagros Gonzales Rosas

Arequipa – Perú  
2014

## INTRODUCCION

El presente trabajo de investigación trata sobre la Motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería buscando explorar sus principales Características tal como se manifieste en la población del estudio.

La actividad físico-deportiva está ocupando paulatinamente un lugar privilegiado dentro del marco de la sociedad occidental. La magnitud social del fenómeno deportivo ha calado profundamente en virtud de la importante difusión que de él se hace en los diversos medios de comunicación, apareciendo un creciente interés por el desarrollo de los aspectos relativos al conocimiento y comprensión de los factores que determinan que las personas adquieran estilos de vida activos y perdurables en el tiempo. En otras palabras, el estudio del fenómeno deportivo ha ido evolucionando desde los estudios más descriptivos, en los que se mostraba gran preocupación por conocer cuáles eran los motivos que llevaban a los sujetos tanto a practicar deporte como a abandonar la práctica del mismo, hasta formulaciones teóricas más complejas en las que se han intentado determinar tanto los elementos personales como sociales relacionados con estas conductas. Así, en los últimos años, se está produciendo una revalorización de la Educación Física y el deporte, como contenido capaz de establecer una formación integral de la persona a través de manifestaciones motrices. Sin embargo, y a pesar de que buena parte de la gente conoce bien los beneficios que conlleva la práctica de actividades físico-deportivas sólo un porcentaje mínimo de la población realiza sistemáticamente ejercicio físico. Por consiguiente, el incremento que se ha producido en los últimos años, en la práctica de la actividad física en la población adulta, se ha dado solamente en los individuos activos con anterioridad y no en los sedentarios. Esto lleva a pensar que «el problema de fondo actual ya no radica en

convencer a la población de los beneficios de la actividad física, sino en diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física una vez estén ya apuntados en él».

Basándonos en estos datos, en esta investigación centraremos nuestro interés en la población universitaria porque corresponde al comportamiento o aprendizaje adquirido a lo largo de todo el período de formación de cada estudiante, siendo precisamente, a partir de la edad de 17-18 años, cuando los altibajos de adherencia se hacen más evidentes. Hay estudios que identifican el momento de comenzar sus estudios en la Universidad, con el abandono del hábito de hacer actividad física, ya que deben dedicar muchas horas al estudio con la consiguiente reducción del tiempo de ocio. Razón por la cual, la experiencia deportiva en la escuela superior o Universidad se convierte en un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta.

El objeto de este trabajo es el estudio de las motivaciones que llevan a los universitarios a participar en actividades físico-deportivas, entendidos como el conjunto de factores que intervienen en el acto volitivo, determinando que exista o se haga algo, en este caso, que se lleve a cabo la participación físico-deportiva. Para ello, se ha elaborado un Cuestionario de motivaciones de los alumnos hacia las actividades físico-deportivas. Más concretamente, mediante esta investigación se ha pretendido describir las principales características motivacionales de los estudiantes universitarios, para lo cual se han llevado a cabo métodos de estadística descriptiva.



## CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO TEÓRICO

### 1. PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

#### 1.1. ENUNCIADO

Características de la Motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013

#### 1.2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

##### A. CAMPO, AREA Y LÍNEA.

**CAMPO** : Ciencias de la Salud  
**AREA** : Enfermería del deporte.  
**LÍNEA** : Salud Física y Mental.



## B. ANÁLISIS Y OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	INDICADOR	SUB INDICADORES
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA	CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA (MI)	MI para conocer
		MI para experimentar estimulación
		MI para conseguir cosas
	CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA (ME)	Regulación Identificada
		Regulación Introyectada
		Regulación Externa
	CARACTERÍSTICAS DE LA NO MOTIVACIÓN	Directo

## C. INTERROGANTES BÁSICAS

- ¿Qué características tiene la motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013?
- ¿Cuáles son las características de la Motivación Intrínseca (MI) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013?
- ¿Cuáles son las características de la Motivación Extrínseca (ME) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013?

- ¿Qué características se observan en el caso de la No Motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013?

#### **D. TIPO Y NIVEL DEL PROBLEMA.**

Es una investigación de campo, transversal, univariante y descriptiva

#### **1.3. JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.**

Con esta información pretendemos hacer un humilde aporte al conocimiento científico de poblaciones, como las del estudio que nos permita mejorar la promoción de la actividad físico-deportiva saludable en el sistema universitario, además de conocer los motivos de práctica o no práctica deportiva. Los años universitarios son un período muy apropiado para esta labor de promoción, pues en ellos se produce un gran porcentaje de abandono de la práctica entre el alumnado<sup>1</sup>. Esta etapa se convierte en una de las más críticas para la consolidación de hábitos de vida saludable y, entre ellos, la práctica de actividad físico-deportiva<sup>2,3</sup>.

El joven que se decide por la carrera de enfermería escoge algo más que una profesión: elige un modo de vida.

---

<sup>1</sup> Pavón, A., y Moreno, J. A. (2006). Características de la práctica físico-deportiva en estudiantes universitarios. *Revista Conexoes*. 4 (1), 125-151.

<sup>2</sup> Flintoff, A. y Scraton, S. (2001). Stepping into activeleisure? Young women's perceptions of activelifestyles and their experiences of school physical education. *Sport, Education and Society*. 6 (1), 5-21.

<sup>3</sup> Arce, C. y de Francisco, C. (2008). A realidade da práctica deportiva en Galicia. Santiago de Compostela: Universidade de Santiago de Compostela.

Siendo enfermero, aprenderá a interpretar los sentimientos del paciente. En sus perspectivas generales se combinarán los requisitos profesionales con un profundo respeto por los valores humanos. Su trabajo le exigirá que perfeccione las cualidades personales necesarias para dar consuelo y ayuda al enfermo en momentos difíciles. El socorro constante del prójimo irá enriqueciendo su propio ser humano. Para que los enfermeros desempeñen sus funciones con la mayor eficacia posible, es necesario asegurarles el disfrute de buena salud física y mental.

No olvidar que en la Enfermería del Deporte el enfermero participa de manera independiente e interdependiente en los diferentes niveles de entrenamiento y en la atención de las lesiones de los deportistas y su intervención inmediata en el campo, así como en la prescripción del ejercicio como opción terapéutica.

Aporta relevancia científica, un estudio exhaustivo de las consideraciones de los alumnos sobre la práctica físico-deportiva y las motivaciones para llevar a cabo esta práctica motriz, ya que nos permitirá diseñar estrategias encaminadas a aumentar la participación en las actividades físico-deportivas, favoreciendo más si cabe, su motivación hacia la práctica (Nicholls, 1989<sup>4</sup>). Además el presente trabajo denota relevancia social ya que, el conocer las motivaciones de los practicantes de deportes, bien sean internas o externas, puede ayudarnos a conocer, desarrollar, mantener o incrementar los niveles

---

<sup>4</sup>Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge: Harvard University Press.



de implicación personal durante la vida adulta, principalmente cuando un gran porcentaje de la población permanece sedentario a pesar del reconocimiento general de la importancia que la práctica de actividad física tiene para la salud.

El deporte en la sociedad moderna es más allá de una práctica física, de una forma útil de canalizar el tiempo libre y los momentos de ocio, de un elemento educativo, constituye un importante fenómeno social. A lo largo de la historia su papel ha evolucionado hasta convertirse en algo que deja huellas en los individuos, en las masas, en las naciones y en la misma convivencia internacional.

Queda pues claro, que esta perspectiva humanista se inserta cada vez más en la Enfermería, como un instrumento valioso en la ayuda, tratamiento y cuidado del paciente de forma interdisciplinaria.

## 2. OBJETIVOS

- Determinar las características de la motivación para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.
- Precisar las características de la MOTIVACIÓN INTRÍNSECA (MI) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.
- Determinar las características de la MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA (ME) para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.



- Identificar las características de la NO MOTIVACIÓN para la práctica deportiva en los estudiantes de enfermería del 2do año de la Universidad Católica de Santa María Arequipa – Perú, 2013.

### 3. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. GENERALIDADES.

El motivo es algo que nos impulsa a actuar. El motivo se presenta siempre como un impulso, una tendencia, un deseo, una necesidad... No todos los motivos tienen un mismo origen, ni son de la misma intensidad, ni tienden hacia los mismos objetos. Pero, sin embargo, se puede decir que el campo de la motivación abarca la totalidad del psiquismo humano comprendiendo una gama amplísima de móviles que incitan al hombre constantemente a actuar. Así podemos señalar móviles que van desde los impulsos más elementales, como el hambre, el sueño..., hasta los más complicados y complejos como puede ser el impulso o deseo de cierta persona a ser ingeniero de telecomunicaciones, periodista, maestro... Así pues, vemos que toda actividad está motivada por algo, y ese algo es lo que hemos llamado motivo. **Motivo** es, pues, lo que nos impulsa a la acción, a la actividad. Esta actividad motivada es como un circuito cerrado en el que se pueden distinguir tres momentos principales: motivo, conducta motivada y disminución o satisfacción de la necesidad.

### 3.2. LA MOTIVACIÓN.

El papel de la motivación es un tema central en cualquier esfera donde se realice una actividad humana, ya que tanto el rendimiento como los buenos resultados suelen asociarse al nivel de motivación manifestado por las personas. En el contexto de la psicología moderna, la motivación se ha utilizado para representar tanto la energía, como la intensidad y la direccionalidad que subyace a cualquier conducta humana. Diversas teorías han tratado y profundizado en el estudio de la motivación. Teorías que abarcan desde posiciones mecanicistas, que conciben al ser humano como un sujeto pasivo a merced de las influencias del entorno, hasta las perspectivas que destacan el papel de la cognición en las respuestas de los sujetos. Siguiendo a Roberts (1992), la motivación y la conducta de ejecución son manifestaciones de las cogniciones y de los procesos de pensamiento, dentro de los contextos sociales dinámicos, siendo estos procesos de pensamiento los que gobiernan la acción motivacional. De este modo, la motivación engloba aquellos factores de personalidad, variables sociales y/o cogniciones que entran en juego cuando una persona emprende una tarea en la que será evaluada, cuando en competición con otras, o intenta lograr cierto nivel de maestría. Encontramos varias perspectivas dentro de la motivación (Weinberg y Gould, 1996): a) una perspectiva centrada en el participante o en el rasgo, donde la conducta es una función de características individuales (algunas personas están más motivadas que otras por su personalidad); b) la segunda perspectiva está centrada en la situación, donde el nivel de motivación está

determinada por la situación; c) la tercera es la perspectiva interaccional, en la que la motivación no deriva únicamente de factores del participante como la personalidad, las necesidades, los intereses o los objetivos, ni solo de factores situacionales como el estilo del entrenador o el historial de victorias, sino desde la interacción de esos dos conjuntos de factores.

Motivación es el impulso que provoca que tomemos decisiones acerca de los objetivos a conseguir y acerca del esfuerzo que debemos poner para conseguirlos. Desde una perspectiva conductista (Skinner, Watson...), las recompensas o castigos harán su función como motivadores de la acción reforzando el comportamiento y la conducta a persistir en el intento de conseguir los objetivos. Desde la perspectiva cognitiva (Ausubel, Maslow, Hunt...), las fuentes de motivación serán otras totalmente distintas: el poder de decisión de cada uno, las necesidades humanas, innatas en el ser humano

### **3.2.1. MOTIVOS Y MOTIVACIONES PARA LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.**

Cuando los motivos son realizados se habla de motivación, pero los motivos constituyen solamente uno de los factores que determinan la motivación de una persona.

Si logramos diferenciar, siguiendo la propuesta de Bakker, Whiting y Van Der Brug (1993), entre motivos y motivaciones podríamos entender fácilmente porqué las personas adhieren a la práctica físico-



deportiva y diseñar mejores programas que promuevan la adherencia y la continuidad.

Sin embargo y comúnmente, las investigaciones que centran el interés por identificar porqué las personas adhieren al ejercicio físico, suelen hacer uso de ambos conceptos de manera equivocada, incluso en las conclusiones, para citar a las causas que inducen, impulsan o incentivan a realizar práctica de tiempo libre. Esto lejos de beneficiar trae consigo constantes confusiones que limitan la posibilidad de distinguir cuándo hacen referencia a la razón y cuándo a las necesidades que impulsan a realizar la actividad.

Para Vélaz (1996) una manera sencilla de evitar dicha confusión consiste en subrayar la diferencia entre esas dos dimensiones, para lo que se requiere la introducción de un concepto emparentado con el de motivación, pero con un referente distinto. Tal concepto es el de motivo. Este investigador, desde la perspectiva empresarial, expone que la motivación se refiere prioritariamente al aspecto compulsivo y energético, al impulso. Sin embargo, afirma que el motivo está del lado de las necesidades, objetivos, deseos y propósitos del individuo y, por tanto, es la dimensión que proporciona direccionalidad y contenido al impulso. De manera simple podemos entender que realizar un tarea, por ejemplo: ejercitarse para cuidar la salud (motivo) es llevada a cabo como un objetivo en la persona, pero existen diversas necesidades que impulsarán a efectuarla (motivación). Esto supone pensar y comprender que ambos términos no significan lo mismo, lamentablemente en el lenguaje cotidiano se utilizan como sinónimos.

En este sentido Bakker et al. (1993), en la perspectiva de la psicología del deporte, distinguen estos conceptos. Definen que las causas que



inducen al sujeto a comenzar o realizar una o varias actividades, y se diferencian por tener características relativamente estables, son el o los motivos. En cambio, las motivaciones se relacionan con el estado del organismo al que considera responsable de la realización de una determinada actividad en un punto preciso del tiempo, la cual puede variar como consecuencia de influencias intrínsecas (personales) y extrínsecas (ambientales), capaces de mantenerse o modificarse con el paso del tiempo.

Siguiendo estos conceptos, suponen que cuando los sujetos se adhieren a la práctica de actividad física por salud, afiliación, cuidado de su salud o estética podríamos referirnos a los motivos por los que ha sido llevada a cabo la actividad en particular y en torno a estos se encuentran una serie de factores (de situación y necesidad de raíz biológica) que determinan la motivación de las personas. Estos autores muestran marcadas diferencias que permiten entender que motivos y motivación no es lo mismo.

Los motivos son razones para hacer algo y, la motivación, que relaciona con el estado del organismo, es la responsable para realizar una determinada actividad en un punto preciso del tiempo. Por tanto la motivación debe ser tratada de un modo menos singular, dadas las múltiples variables que interactúan capaces de inducir a las personas a ejecutar una o varias actividades como resultado de la influencia de diversos tipos de agentes.

La motivación es un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, la intensidad y la persistencia del comportamiento relacionado con la tarea (Buckworth, Lee, Regan, Schneider & Diclemente, 2007). En otras

palabras, es la acción que estimula a la persona a emprender cierta actividad. Por ejemplo, en primera instancia el sujeto selecciona la actividad (dirección), seguidamente empleará una intensidad que realizará con esfuerzo (persistencia en la tarea) y finalmente hará con rendimiento (Balagué, 1990). Es decir, la actividad no es ejecutada por sí sola, sino que su cumplimiento será condicionado por la interacción de un conjunto de variables que influirán en la decisión para llevar a cabo la actividad. Por consiguiente, los tres, son aspectos importantes para la activación y la intención de una actividad (Ryan&Deci, 2000).

En el ámbito de la actividad física y el deporte, la motivación se ha mantenido como una constante preocupación en los entrenadores deportivos y profesores de Educación Física (Armenta, Prieto & Morilla, 1993). El interés por conseguir en los jóvenes su máximo potencial, mantenerlos en los entrenamientos y evitar el abandono, generaron, desde hace tiempo, múltiples interrogantes entre los profesionales de la actividad física y el deporte. La inquietud podría ser interpretada como una preocupación hacia la práctica, particularmente, por competencia o deporte, la cuál es realizada en programas organizados o estructurados, restando importancia en aquellas que son llevadas a cabo de manera espontánea.

En la perspectiva de salud pública la preocupación surge debido a los serios problemas que genera la inactividad física y por tanto, es necesario entender la conducta de las personas para promover o aumentar la motivación para la adherencia a la práctica de tiempo libre y reducir los problemas que derivan de la falta de actividad regular.

Al respecto, Buckworth et al. (2007) puntualizan que para aumentar y potenciar los beneficios saludables que otorga la práctica regular, es necesario entender, entre los sujetos que son regularmente activos, qué motivos les han conducido a mantener la práctica, para estimar y visualizar qué incentivos les llevan a persistir en dicho comportamiento, para, así, poder evitar la disminución o abandono de la práctica. Debido a que, como apuntan Ryan y Deci (2000), las experiencias obtenidas durante la práctica, juegan un importante papel y facilitan la toma de decisión es para promover la continuidad.

Aunque la posibilidad de permanecer depende del interés interno o coacción externa, según la persona valore la actividad.

Por tanto el conocimiento de los procesos fundamentales y los mecanismos del comportamiento humano, puede proporcionar, a los profesionales, herramientas para promover la motivación humana (Jermuravong, 2006).

Los comentarios expuestos sugieren la necesidad de indagar por un lado, los motivos, como causas en concreto que llevan a los jóvenes universitarios a realizar la práctica físico-deportiva de tiempo libre para entender qué necesidades, objetivos y propósitos se encuentran en estos sectores de la población. Por otro, a través de los referentes teóricos, encontrar respuestas a los diferentes impulsos que activan a la persona, para llevar a cabo la actividad y cómo modificando la conducta, persisten en el comportamiento.

Markland y Hardy (1993) sugieren que explorar las relaciones entre los objetivos y propósitos del ejercicio, la elección de la actividad y la



interacción con otros factores (ambientales y personales), resultará provechosa para valorar la adherencia a la práctica y promover la persistencia o continuidad en la misma.

### 3.2.2. TEORÍAS SOBRE MOTIVACIÓN.

A través del tiempo se han desarrollado numerosos modelos y líneas teóricas para explicar los cambios que ocurren en las personas sobre el curso y desarrollo de sus vidas. Las teorías son herramientas que ayudan a conocer y explicar el comportamiento de los seres humanos y, en alguna ocasión incluso, a predecir sus acciones futuras, pudiendo intervenir sobre ellas.

Se diferencian en varios conceptos de naturaleza humana, procurando conocer qué causas y mecanismos son adoptados por las personas para asumir un comportamiento dado. En la perspectiva de la actividad física y el deporte, tratan de encontrar respuestas a situaciones que derivan de la competición, la expectativa de logro, al éxito o el fracaso y la determinación de razón del comportamiento en ejercicio o deporte.

En este sentido, y siguiendo a Sallis (1999), los modelos teóricos son punto de partida en las investigaciones sobre la conducta humana, porque simplifican los fenómenos. Permiten probar o predecir cambios o modificaciones en la conducta de las personas. En este apartado examinaremos las teorías que, además de centrar su interés por identificar la motivación que exhiben las personas en las diferentes situaciones y contextos, han sido utilizadas en investigaciones similares a la nuestra (tabla 3). Haciendo hincapié que algunas, probablemente, permitan en mayor medida encontrar respuesta a nuestros objetivos e hipótesis planteadas.

### **A continuación abordamos cronológicamente las diversas teorías.**

En su teoría de las tres necesidades Atkinson (1974) propone que las personas motivadas tienen tres impulsos: la necesidad del logro, la necesidad del poder y la necesidad de afiliación. En la necesidad de logro es el grado en el que una persona desea realizar tareas difíciles y desafiantes; la necesidad de poder es típica en la gente que le gusta estar a cargo como responsable; y en la teoría de afiliación la gente busca buenas relaciones interpersonales con otras.

Así, la motivación de un individuo puede deberse a la búsqueda de satisfacción de tres necesidades dominantes.

Centrándonos en la necesidad de logro Atkinson (1974) refiere que la persona desea tener el éxito y la necesidad de recibir retroalimentación positiva a menudo. Aquí, la persona intenta presionarse así mismo para evitar situaciones poco arriesgadas y de riesgo elevado. Se cree que la persona evita situaciones de poco riesgo porque cree que el éxito fácilmente alcanzado es un logro genuino. Y por otro lado, los proyectos de riesgo elevado, son resultado de una de las alternativas posibles como resultado de su propio esfuerzo. Por ello se considera que a las personas les gustan los trabajos, tanto solos como con otros sujetos cumplidores de alto desempeño. Así, la teoría predice que las mayores probabilidades de éxito serían en aquellas personas con alta motivación de logro y que las menores probabilidades en aquellas con baja motivación.

La teoría de la auto-eficacia (Bandura, 1977), es un acercamiento para valorar qué procesos psicológicos modifican el nivel y la fuerza de la eficacia en el sujeto. Considera que la expectativa de eficacia en las

personas determina cómo el comportamiento que adopta será iniciado, cuánto esfuerzo será gastado, y cuánto tiempo será sostenido ante experiencias adversas y obstáculos.

Las expectativas de eficacia, según la teoría, varían sobre diversas dimensiones cuyas implicaciones son importantes para el funcionamiento. Estos se diferencian según la magnitud (nivel de dificultad), la generalidad (expectativa de dominio) y la fuerza (débiles son extinguidos y las fuertes perseveran). En este sentido la evaluación de estas expectativas (magnitud, generalidad y fuerza) se realizará a través de cuatro fuentes: funcionamiento de logro, experiencia delegada, persuasión verbal y emociones despertadas.

El funcionamiento de logro, está basado en las experiencias de dominio personal. Aquí los éxitos incrementan las expectativas de dominio, y ante situaciones o fracasos ocasionales, que más tarde son vencidos por el esfuerzo decidido, refuerzan la persistencia de auto-motivación por la experiencia obtenida tras superar difíciles obstáculos.

En la experiencia delegada, muchas expectativas son sacadas de la experiencia mostrada u obtenida por otros. Es decir, los sujetos observan que otros pueden, y por tanto, están convencidos que pueden alcanzar un mejor funcionamiento. En este caso las expectativas de eficacia inducidas son, probablemente, más débiles y más vulnerables para cambiarse.

Con respecto a la persuasión verbal, la cual es usada por su facilidad y disponibilidad, la gente es conducida, por la sugerencia de otros, a



creer en ellos para adaptarse satisfactoriamente en relación a lo que los ha abrumado en el pasado. Al igual que la anterior, las expectativas inducidas son, probablemente, más débiles que aquellas que, proviniendo de los propios logros, resultan auténticas.

En tanto, el despertar emocional, dependen de circunstancias que podrían tener un valor informativo que concierne a la capacidad personal. Por lo tanto, el despertar emocional es otra fuente constituyente de información que puede afectar la autoeficacia percibida para enfrentarse con situaciones amenazantes.

Las cuatro fuentes permiten afrontar, según la magnitud de autoeficacia, las situaciones adversas que pueden presentar para ser superadas. En la perspectiva de actividad físico-deportiva, permite pronosticar qué cambios psicológicos pueden adoptar las personas que, siendo físicamente inactivos durante su tiempo libre, puedan afrontar las barreras u obstáculos para iniciar o adherir a la práctica. En tanto, en los activos, para seguir participando.

Así la auto-eficacia percibida será importante para las personas en la creencia de sus capacidades para organizar y ejecutar las líneas de conducta requerida para producir diferentes niveles de logro.

En la actividad física y el deporte es posiblemente la más utilizada para investigar la motivación, dado el interés por intentar explicar y predecir los cambios psicológicos alcanzados por los diferentes modos de tratamiento.

En este terreno, la auto-eficacia es definida como el grado de confianza que un sujeto tiene para poder realizar con éxito las conductas necesarias para producir un resultado determinado. Es decir, permite valorar cómo el grado de auto-eficacia, en base a la capacidad, permite a los sujetos ejercitarse, vencer las barreras que obstaculizan y disminuyen la adherencia y continuidad a la práctica de tiempo libre. En sentido práctico podemos decir que los cambios conductuales en las persona serán determinados, en buen medida, por el grado de auto-eficacia que tenga el sujeto.

La teoría de la competencia percibida de Harter (1981), ha sido útil en el contexto del deporte. Para Harter la percepción de competencia es un motivo multidimensional que abarca las áreas cognitiva, física y social. El éxito y el fracaso en estas áreas son evaluados por los demás y la percepción de competencia y la satisfacción derivadas del éxito se supone que incrementan la tendencia al logro, mientras que la falta de percepción de competencia y la insatisfacción, producen ansiedad y una disminución de la tendencia al logro.

El modelo ha sido utilizado preferentemente con niños y la predicción es que aquellos niños que se ven a sí mismos como competentes en el área física presentan más probabilidad de participar en los deportes.

La teoría de la motivación de logro, propuesta por Nicholls (1984), ha permitido, desde hace algunas décadas, estudiar la motivación en el contexto del deporte.

Esta perspectiva defiende que la principal premisa en los entornos de logro, como es el deporte, consiste en mostrar competencia. Sin embargo lo que se entiende como competencia en el deporte, puede variar de unos sujetos a otros, de tal forma que, según el criterio que se adopte para juzgar la competencia, aparecerá lo que se conoce como diferentes tipo de orientación motivacional. En este sentido Nicholls distingue que la capacidad puede ser concebida de dos maneras: con respecto a si mismo y a los demás u otros. En la primera, un incremento en los niveles de habilidad y dificultad de la tarea, que son juzgadas en relación con el propio dominio percibido, permite al sujeto sentirse más competente, demostrando la capacidad en sentido menos diferenciado (orientado a la concepción de tarea). En la segunda, superar con éxito la dificultad de la tarea es comparada alta o baja en referencia a la capacidad de los miembros de un grupo, demostrando la capacidad en sentido más diferenciado (implicando el ego). La motivación de logro en orientación de tarea y ego, permite entender y comprender cómo la composición del objetivo influye en la motivación individual hacia una actividad tanto como la interpretación del éxito y como el fracaso en esa actividad. La cognoscitiva social propuesta por Bandura (1989) y fundada a partir de un modelo de causalidad (triádico de determinismo recíproco), considera que el comportamiento es formado y controlado por influencias ambientales donde las disposiciones internas resultan importantes para la conducta. El modelo de causalidad distingue que el comportamiento (acciones individuales, elecciones y declaraciones verbales), la cognición (creencias,

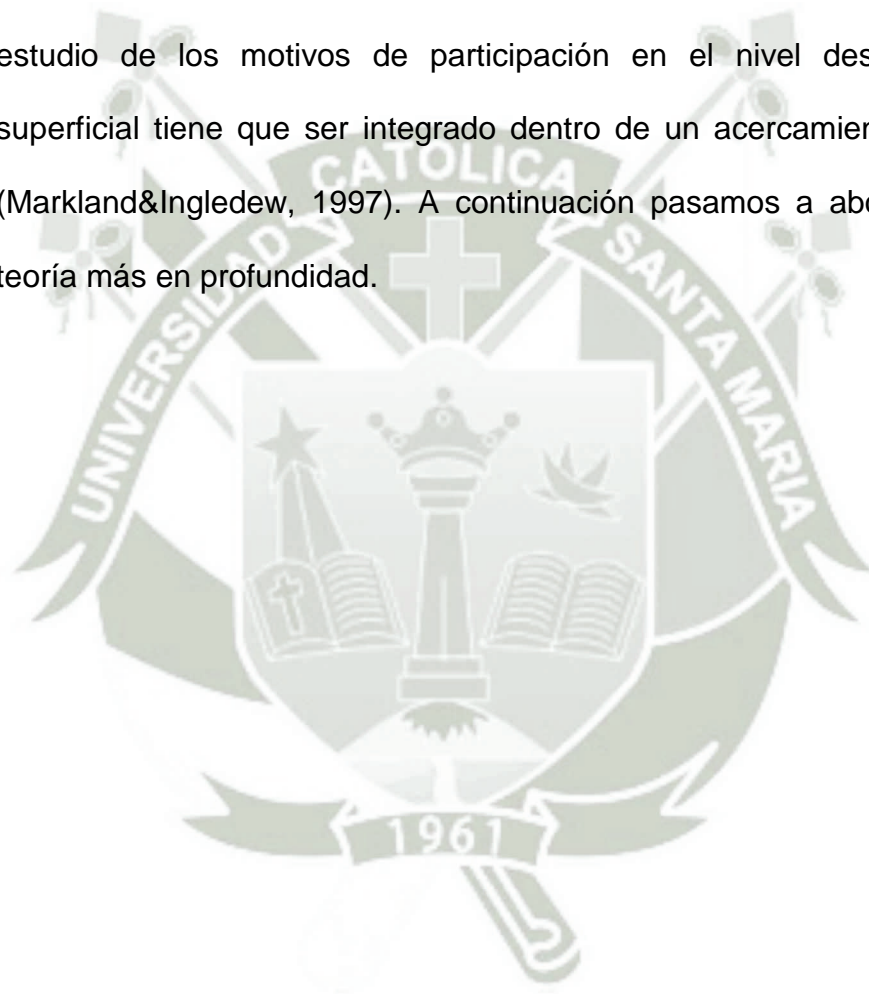


expectativas, actitudes y conocimientos) y los factores ambientales (recursos de aprendizaje, condiciones físicas y consecuencias de las acciones) que interactúan recíprocamente, resultan determinantes para la formación de la conducta en el sujeto. La teoría es un acercamiento para entender qué procesos cognitivos resultan importantes mediadores entre el ambiente y la conducta de las personas respecto al comportamiento que pueden asumir en la práctica de actividades físico-deportivas.

La teoría de la auto-determinación desarrollada por Deci y Ryan (1985, 1991, 2000), se ha mantenido como una de las teorías más utilizadas en el campo de la actividad física y el deporte. El modelo, que trata de explicar la variación de la conducta en el contexto social, ha sido referencia para conocer la motivación en estudiantes universitarios. Estima que la satisfacción de las necesidades psicológicas (capacidad, autonomía y relaciones con los demás), facilita el funcionamiento óptimo de la propensión natural para el crecimiento y la integración, así como para el desarrollo constructivo social y el bienestar personal. La teoría, que ha sido aplicada, tanto en educación (Deci, Vallerand, Pelletier&Ryan, 1991) como en deporte (Vallerand, Deci&Ryan, 1987), permite explicar cómo los sujetos pueden sentir de manera diferente motivados intrínsecamente, extrínsecamente o desmotivados hacia una actividad. Entendiendo que la motivación intrínseca facilita la continuidad en la práctica y la extrínseca el inicio o adherencia.

El análisis de estas teorías ha supuesto un acercamiento para distinguir qué función asume cada una, según la situación y el contexto, y cuáles

podrían responder mejor a los objetivos planteados en nuestra investigación. Tras su cotejo se ha considerado que la teoría de la autodeterminación será el referente para comprender qué cambios producen la modificación de conducta en las personas y cómo las motivaciones permiten presagiar el comportamiento de las personas para la adherencia, la continuidad y la reanudación para y en las actividades físico-deportivas de tiempo libre. Haciendo hincapié que el estudio de los motivos de participación en el nivel descriptivo o superficial tiene que ser integrado dentro de un acercamiento teórico (Markland&Ingledew, 1997). A continuación pasamos a abordar esta teoría más en profundidad.



**Tabla. Teorías sobre motivación**

Teoría	Perspectivas de la motivación	Autores
Teoría de las necesidades	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propone que las personas motivadas tienen tres impulsos: la necesidad del logro, la necesidad del poder y la necesidad de afiliación.</li> <li>• La necesidad de logro: centra el interés en la motivación de logro                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lograr el éxito: objetivos ambiciosos y alto rendimiento.</li> <li>○ Evitar el fracaso: objetivos intermedios menor rendimiento.</li> </ul> </li> </ul>	Atkinson (1974)
Teoría de la auto-eficacia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expectativas de éxito y rendimiento.</li> <li>• Auto-evaluación la propia posibilidad.</li> <li>• Auto-confianza.</li> </ul>	Bandura (1977)
Teoría de la competencia percibida	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La base para la motivación intrínseca. Es el deseo de un sujeto por demostrar competencia a través del dominio de experiencias y el éxito, en este aspecto, le permite continuar motivado y participando.</li> </ul>	Harter (1978 y 1981)
Motivación de logro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comportamiento de logro.</li> <li>• Capacidad, experiencia subjetiva.</li> <li>• Participación en tarea (juzga su nivel respecto a si mismo) y ego (juzga su nivel respecto a otros).</li> <li>• Desempeño o logro.</li> <li>• Funcionamiento en la implicación del ego.</li> <li>• Perspectiva de meta individual.</li> <li>• Niveles de percepción de habilidad.</li> </ul>	Nicholls (1984)
Cognoscitiva social	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trata sobre los determinantes socio-estructurales que influyen en las características de las personas.</li> <li>• El funcionamiento humano se explica en término de un modelo de reciprocidad triádica.</li> </ul>	Bandura (1986 y 1989)
Teoría de la autodeterminación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amotivación: carece de motivación.</li> <li>• Motivación extrínseca: regulación externa, regulación introspección, regulación identificada y regulación integrada.</li> <li>• Motivación intrínseca: interés por aprender, lograr superar la tarea y experimentar nuevas sensaciones.</li> </ul>	Deci y Ryan (1985, 1991 y 2000)



### 3.2.3. MODELO JERARQUICO DE LA MOTIVACIÓN: LA TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN

Es una macro-teoría de la motivación humana que engloba el estudio del desarrollo y funcionamiento de la personalidad dentro de un contexto social. La teoría se centra en determinar el grado en que los comportamientos humanos son volitivos o autodeterminados, es decir, el grado en que las personas realizan sus acciones de forma voluntaria, por propia elección.

Esta teoría se basa en una meta-teoría orgánico-dialéctica, la cual parte de la idea de que las personas son organismos activos, con tendencias innatas hacia el crecimiento y desarrollo psicológico, las cuales se esforzaran por conseguir maestría en ciertas actividades, se plantearan retos e integraran sus experiencias bajo un sentido coherente de voluntariedad. Estas tendencias naturales no operan de forma automática, sino que requiere de ciertos elementos del entorno social para interactuar de forma efectiva. Es decir, el contexto social puede también apoyar o frustrar las tendencias naturales hacia una participación activa y hacia el desarrollo psicológico.

La teoría de la Autodeterminación es una teoría general de la motivación y de la personalidad que ha evolucionado durante las tres últimas décadas a través de cuatro mini-teorías intentan explicar el fenómeno motivacional que relaciona la meta-teoría orgánico-dialéctica y el concepto de necesidades básicas. Dentro de estas cuatro mini-teorías encontramos la teoría de la evaluación cognitiva que se orienta

hacia los efectos del contexto social sobre la motivación intrínseca, y será en la que nos centremos a partir de ahora para el estudio de sus hipótesis en el campo de la actividad física y el deporte.

Mientras estas teorías han hecho varios avances en nuestro entendimiento de la motivación, ninguna ha desarrollado un modelo formal integrado de las relaciones entre los niveles de motivación investigados hasta ahora. Recientemente, Vallerand ofreció un modelo teórico que propone tal integración (Vallerand, 1997; Vallerand y Perreault, 1999; Vallerand y Ratéele, 2002)<sup>5</sup>, tomando en consideración la variedad de formas en que la motivación se representa en el individuo, cómo estas representaciones motivacionales están relacionadas entre sí, sus determinantes y consecuencias.

**La teoría de la autodeterminación se centra en como la motivación intrínseca influye en las personas para desarrollarse, persistir e incluso competir** (Frederick y Ryan 1993<sup>6</sup>, 1995<sup>7</sup>). Los sentimientos de competencia y autonomía pueden motivar a los deportistas para correr durante horas o practicar deporte varias horas a la semana sin recompensa aparente. Los niveles individuales de motivación intrínseca pueden estar afectados por factores relacionados con el ambiente que rodea la práctica deportiva, como el feedback recibido tras una

---

<sup>5</sup>Vallerand, R.J. (1997). Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. In M.P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. 271-360). New York, San Diego: Academic Press.

<sup>6</sup>Frederick, C.M. y Ryan, R.M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relation with participation and mental health. *Journal of Sport Behavior*, 16, 124- 146.

<sup>7</sup>Frederick, C.M. y Ryan, R.M. (1995). Self determination in sport: A review using cognitive evaluation theory. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 5-23

competición o las estructura de recompensas que rodea a una actividad dada (Vallerand y Lossier, 1999<sup>8</sup>).

Para algunos autores, la motivación es la variable más determinante a la hora de explicar el comportamiento de las personas (McClelland, 1985<sup>9</sup>; Weiner, 1992), las razones por las cuales se participa en una actividad son generalmente percibidas como indicativas de las motivaciones personales hacia la misma. Entre los diferentes tipos de razones por las cuales los atletas practican deporte encontramos como argumentos más comunes el experimentar nuevas sensaciones, conseguir la maestría en habilidades complejas, conquistar retos y destacar entre otros deportistas. Al respecto, podemos deducir que los deportistas están persiguiendo alcanzar ciertas metas (divertirse, mejorar su rendimiento, etc.) a través de su práctica deportiva. De acuerdo con la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985<sup>10</sup>, 1991<sup>11</sup>), estas metas son originadas por una serie de necesidades psicológicas que aparecen como fundamentales a la hora de explicar el comportamiento humano y son las necesidades de autonomía, competencia y de relación social. La necesidad de autonomía hace referencia al deseo de tener la iniciativa en la regulación de las propias acciones, es decir, experimentar que se participa en una actividad por voluntad propia y se tiene capacidad de decisión. Por otro lado, la

---

<sup>8</sup>Vallerand, R.J., y Losier, G.F. (1999). Self determined motivation and sportsmanship orientations: An assessment of their temporal relationship. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, 16, 229-245.

<sup>9</sup> McClelland, D.C. (1985). *Human Motivation*. London; Scott, Foresman.

<sup>10</sup>Deci, E.L., y Ryan, R.M. (1985a). The General Causality Orientations Scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.

<sup>11</sup>Deci, E.L., y Ryan, R.M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personahity. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation*. Vol. 38. Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.



necesidad de competencia implica que el individuo necesita ser eficiente en el entorno que le rodea. Finalmente, la necesidad de relación social refleja el deseo de sentirse unido, aceptado a los otros significativos (Richer y Vallerand, 1998; Ryan, 1993).

El concepto de necesidades, tiene por objeto en esta teoría, hacer referencia a los elementos que deben identificarse como necesarios para facilitar el crecimiento y desarrollo del potencial humano (Ryan 1993). Desde una perspectiva conceptual, las necesidades de autonomía, competencia y de relación social son importantes para el crecimiento y desarrollo de los sujetos que estarán intrínsecamente motivados para participar en experiencia y situaciones que satisfagan estas necesidades básicas. Uno de los aspectos más interesantes, es que esta teoría permite a los investigadores identificar las condiciones sociales más deseables para facilitar la motivación. Verdaderamente, las condiciones que son percibidas por los individuos les proporcionan oportunidades para satisfacer sus necesidades de autonomía, competencia, y de relación, y en consecuencia también aumentaran su motivación, por lo tanto las percepciones que los sujetos tienen a cerca de la autonomía, competencia y relación social representan los mediadores psicológicos que condicionan su motivación en una actividad social.

Así, los factores sociales positivos son generalmente percibidos como un soporte del sentimiento de autonomía, competencia y relación social del individuo y por lo tanto tendrá un impacto positivo sobre su motivación. Igualmente ocurre cuando los factores sociales tienen una

influencia negativa sobre la autonomía, competencia y relación social, que, probablemente disminuirán su motivación. Además, puesto que las condiciones sociales varían enormemente, y que también la manera en la que son percibidas cambia de un sujeto a otro, las razones por las que un sujeto participa en una actividad varían en función de estos dos aspectos. Consecuentemente, aparece en función de las experiencias particulares en una actividad y el contexto social que la rodean el **triple constructo de motivación: motivación intrínseca, motivación extrínseca y amotivación**. Años de investigación en psicología general (Deci y Ryan, 1985a, 1991; Vallerand, 1997), y en la psicología del deporte (Frederick y Ryan, 1995; Ryan et al. ,1984; Vallerand et al.,1987; Vallerand y Reid, 1990; Whitehead y Corbin, 1997<sup>12</sup>), han mostrado que esta triple estructura es crucial para entender los procesos psicológicos que subyacen en la conducta.

#### 3.2.4. MOTIVACIÓN INTRÍNSECA/EXTRÍNSECA

Edward Deci (1975) definió muy acertadamente el término motivación intrínseca como el impulso que hace que la gente haga actividades por ellas mismas (autonomía que da el realizarlas, satisfacción por competencia, prueba de nuestra habilidad...) sin esperar ninguna recompensa o regalo por completarlas. Así pues, la motivación intrínseca vendría dada por el propio estudiante o aprendiz y poco podrían hacer los profesores para cambiarla. La educación que reciben los alumnos en las escuelas no puede ser muy intrínseca

---

<sup>12</sup> Whitehead, J.R., y Corbin, C.B. (1991). Youth fitness testing: The effect of percentile-based evaluative feedback on intrinsic motivation. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 225-231.

cuando el gobierno impone un currículum, los padres tienen sus valores y creencias respecto a la lengua, la sociedad tiene unos deseos y valores que impone en el sistema educativo. Por ejemplo, una clase de inglés que no utilizase nunca el libro de texto manual, frecuentemente estaría mal visto por la dirección del colegio y por los padres de los alumnos, aunque seguramente podría ser más efectiva una clase de juegos, intercambios comunicativos relacionados con temas de actualidad que interesaran a los alumnos, pero gran parte de la sociedad del momento no está todavía preparada para ello.

Se puede definir la motivación extrínseca la relacionada con las recompensas, los regalos, las notas, los viajes... con los que se premia el esfuerzo, la constancia y el aprendizaje adquirido.

Este tipo de motivación puede ser tanto a largo plazo (Ej. Lograr un campeonato) como a corto plazo (Ej. Ganar un premio por romper un record)

### **3.2.5. MODELO JERÁRQUICO DE MOTIVACIÓN INTRÍNSECA, EXTRÍNSECA Y NO MOTIVACIÓN.**

Nuestro propósito en este apartado es explicar este modelo, llamado modelo jerárquico de motivación intrínseca y extrínseca (Vallerand, 1997) y mostrar que éste proporciona un marco para organizar y entender los mecanismos básicos subrayando los procesos motivacionales intrínsecos y extrínsecos encontrados en el deporte y en el ejercicio.



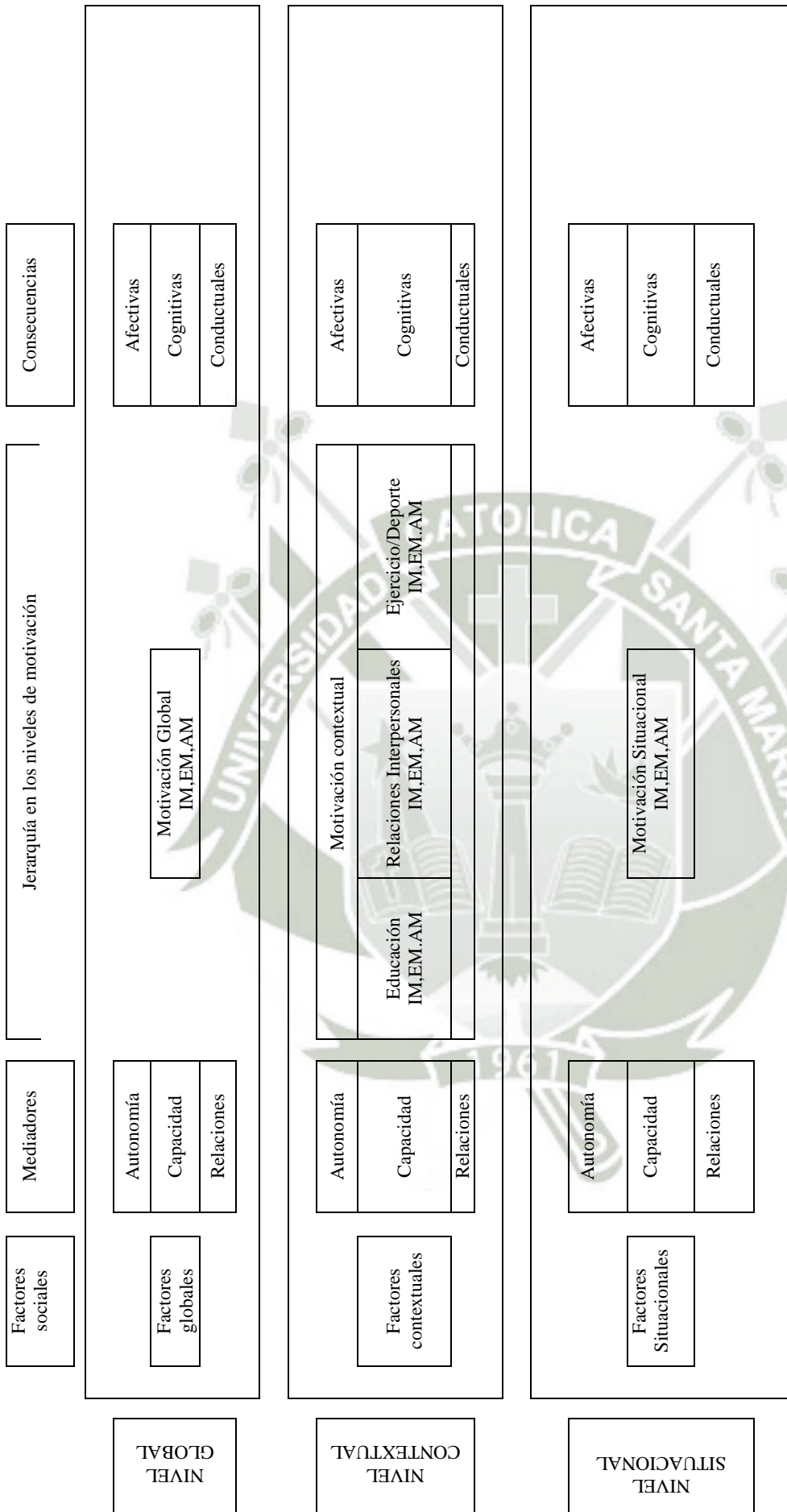
Básicamente el modelo queda representado por la figura 1 y necesita ser analizado en base a cuatro puntos importantes.

1. Un primer elemento fundamental para la comprensión de los procesos psicológicos que subyacen en la conducta es el triple constructo de motivación ya mencionado anteriormente: motivación intrínseca, motivación extrínseca y amotivación (Frederick y Ryan, 1995; Ryan et al., 1984; Vallerand et al., 1987; Vallerand y Reid, 1990; Whitehead y Corbin, 1997).
2. La motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la amotivación existen dentro del individuo a tres niveles jerárquicos de generalidad que deberían permitirnos estudiar la motivación con considerable precisión. Del más bajo al más alto nivel, están: el situacional (o estado), el contextual (o esfera de la vida), y el global (o personalidad).
3. Existen unos factores determinantes de la motivación (ver lado izquierdo de la figura.1) y ciertos aspectos de estos merecen especial atención: a) la motivación es el resultado de la influencia de los factores sociales en cada uno de los tres niveles de generalidad; b) el impacto de los factores sociales en la motivación está mediado por las percepciones de competencia (interactuar efectivamente con el medio ambiente), autonomía (sentirse libre de elegir uno mismo el curso de la acción) y las relaciones sociales (sentirse conectado significativamente a otros), en cada uno de los tres niveles de la jerarquía) existe un efecto “descendente /

ascendente” de la motivación a un nivel dado dentro de la jerarquía con la motivación en el siguiente nivel inferior / superior (ver la flecha entre los conceptos motivacionales en el centro de la figura.1). Así, por ejemplo, la motivación global afectará a la motivación contextual y la motivación contextual afectará a la motivación situacional, pero también a su vez la motivación en los niveles más bajos, la motivación situacional, puede afectar a la motivación de los niveles más altos, la motivación contextual hacia el deporte, a través de efectos recursivos (ver las dobles flechas en el centro de la figura.1) que pueden ocurrir en una base temporal.

4. La motivación produce importantes consecuencias, destacando cuatro puntos importantes al respecto. Primero estas consecuencias motivacionales pueden ser cognitivas, afectivas y de conducta. En segundo lugar, las diferentes motivaciones afectan a los resultados de forma distinta, de manera que las consecuencias más positivas son típicamente producidas por la motivación intrínseca, mientras los más negativos son engendrados por la amotivación y ciertos tipos de motivación extrínseca como se verá más adelante. El tercer punto, refleja que las consecuencias existen en los tres niveles de generalidad (el situacional, el contextual y el global) ya que se encuentran en el mismo nivel de generalidad que la motivación que los produce.

**Modelo jerárquico de la motivación (adaptado de Vallerand 2001)**



NOTA: IM= Motivación Intrínseca, EM= Motivación Extrínseca, AM= Amotivación



Hasta aquí se han mostrado una serie de puntos sobre la motivación, pero hace falta matizar algunos aspectos. Primero, los humanos son motivacionalmente complejos, por lo tanto, no es suficiente hablar sobre motivación en general para describir a una persona, sino que parece más apropiado referirse a un conjunto de motivaciones que varían en tipos y niveles de generalidad. En línea con el modelo jerárquico, los diferentes tipos de motivación están planteados para coexistir dentro del individuo en los tres niveles de generalidad, un sujeto puede estar intrínsecamente motivado hacia la educación y las relaciones personales, pero extrínsecamente motivada hacia el deporte. Cada uno de estos tipos de motivación representa una parte de la personalidad del sujeto, y si queremos entender a una persona en particular, necesitamos considerar las diferentes motivaciones que la describen y no simplemente aquellas relacionadas con el deporte. De la misma manera pueden coexistir los diferentes tipos de motivación en los diferentes niveles de generalidad, a nivel global un sujeto puede tener personalidad con motivación intrínseca, cosa que la predispone a presentar este tipo de motivación en otros contextos como puede ser hacia el colegio y las relaciones interpersonales, pero puede presentar una motivación extrínseca hacia la práctica deportiva en el nivel situacional.

Así pues, el modelo expone los resultados de la motivación desde una interrelación continua entre la persona y el medio ambiente, integrando las tradiciones de la psicología de la personalidad y de la psicología social. La tradición de la personalidad (Mc Clelland, 1985<sup>13</sup>) básicamente

---

<sup>13</sup> McClelland, D.C. (1985). Human Motivation. London; Scott, Foresman.

expone que la motivación resulta de unas características y orientaciones estables. Por otra parte, la psicología social (Lepper y Greene, 1978<sup>14</sup>) propone que la motivación resulta de factores sociales. La presente perspectiva expone que estas dos proposiciones son complementarias y por lo tanto, un modelo coherente sobre la motivación debería incorporar ambas posturas, y así lo hace el modelo jerárquico haciendo algunas afirmaciones con respecto a la naturaleza de la motivación, sus determinantes y sus consecuencias.

### 3.2.6. EL TRIPLE CONSTRUCTO DE MOTIVACIÓN

Es importante determinar los conceptos de motivación intrínseca y motivación extrínseca en el terreno deportivo porque los diferentes tipos de motivación están asociados con diferentes resultados, altos niveles de motivación intrínseca están relacionados con un aumento de la diversión en la actividad (Brustad, 1988; Scalan y Lewthwait, 1984), y el deseo de afrontar desafíos (Wong y Bridges, 1995), una mejor personalidad deportiva (Vallerand y Lossier 1994), y una disminución del abandono deportivo (Gill, Gross y Huddleston, 1983). Por el contrario, una alta motivación extrínseca ha sido asociada a un aumento de la ansiedad en jóvenes deportistas (Scalan y Lewthwaite, 1984), una tendencia a atribuir la participación deportiva a la consecución de recompensas más que a la propia iniciativa (Watson, 1984), y un aumento del abandono deportivo (Lindner, Johns y Butcher, 1991). Por lo tanto, podría ser muy útil para la psicología del deporte entender los

---

<sup>14</sup>Lepper, M.R., y Greene, D. (1978). Overjustification research and beyond: Toward a means-ends analysis of intrinsic and extrinsic motivation. In M.R. Lepper y D. Greene (Eds.), *The hidden costs of reward* (pp. 109-148). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

niveles de motivación intrínseca y extrínseca, ya que estos constructos parecen estar directamente relacionados con la intensidad de la participación y la persistencia en el esfuerzo, variables que podrían influir en la calidad del rendimiento de los deportistas (Martens y Webber 2002).

La motivación intrínseca se refiere generalmente a involucrarse en una actividad por propia iniciativa, y también al placer y satisfacción derivados de esta participación (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985a; Lepper, Green y Nisbett, 1973). Los atletas que se comprometen con su deporte por el placer que experimentan en su participación ejemplifican a los individuos que representan la motivación intrínseca. Por el contrario la motivación extrínseca se refiere a comprometerse en una actividad como medio para conseguir un fin y no para su propio beneficio (Deci, 1975). Los atletas que participan del deporte simplemente para complacer a sus padres o amigos son ejemplos de individuos que representan la motivación extrínseca. Un análisis conceptual de la motivación intrínseca y extrínseca sugiere que es posible distinguir la motivación intrínseca y la extrínseca al menos en tres puntos (Vallerand y Fortier, 1998).

Primero, estas dos formas de motivación difieren fundamentalmente desde una perspectiva “teleológica” o de propósito. Mientras para la motivación intrínseca el motivo de participación se encuentra dentro del proceso en sí mismo, el de la motivación extrínseca se centra en los beneficios que pueden acumularse con la siguiente participación. Esta distinción nos permite entender mejor la motivación que subyace en la



participación de individuos comprometidos en varias actividades, tales como el ejercicio. Por ejemplo, si preguntáramos a ciertos individuos si seguirían con su compromiso en la práctica de deportiva si pudieran tomar una píldora mágica que les permitiera perder peso y estar en forma sin hacer ejercicio, aquellos que están intrínsecamente motivados probablemente dirían que todavía continuarían, mientras que aquellos que están extrínsecamente motivados probablemente dirían que les gustaría dejar de practicar. Esto explicaría él porque cuando se está intrínsecamente motivado, la gente no está involucrada en la actividad por algún beneficio, como perder peso, sino para divertirse. Ellos se centran en el proceso y no en el resultado. Por el contrario, cuando se está extrínsecamente motivado, los individuos se comprometen con la actividad para alcanzar algún fin, como perder peso y estar bien físicamente y no por hedonismo (Vallerand 2001).

Segundo, la motivación intrínseca y extrínseca pueden ser distinguidas desde una perspectiva “fenomenológica”. Esto quiere decir que las experiencias de estar intrínsecamente o extrínsecamente motivados son diferentes. Así, estar intrínsecamente motivado lleva a los individuos a experimentar emociones agradables, tales como la diversión, la libertad y la relajación, experimentando poca presión o tensión y se centran en la tarea. Por el contrario, estar extrínsecamente motivado lleva a los individuos a sentirse tensos y con presión, la aprobación social, un importante motivo extrínseco, depende de los otros y por tanto en gran parte está fuera del propio control, y en consecuencia es fácil entender la presión que la gente puede experimentar cuando están extrínsecamente

motivados en una actividad. Sin embargo, como veremos, existen diferentes tipos de motivación extrínseca, algunos de los cuales están autodeterminados y por lo tanto minimizan la experiencia de tensión y presión.

Una tercera y útil distinción entre motivación intrínseca y extrínseca pertenece al tipo de recompensas que los individuos buscan en estos dos tipos de motivación. Cuando se está intrínsecamente motivado, los individuos intentan obtener premios afectivos, como son la diversión, el placer, etc., derivado de su participación (Berlyne, 1971a, 1971b). Cuando se está extrínsecamente motivado, los individuos buscan obtener premios sociales y materiales de la participación (Deci y Ryan, 1985a; Harter, 1978), como la aprobación de los demás, la fama, el reconocimiento, la popularidad, hechos que parecerían predominar en el mundo del deporte y la actividad física (Vallerand et al.), 1987). Así pues, parecería que cuando se está intrínsecamente motivado, los individuos buscan diferentes objetivos que cuando se está extrínsecamente motivado (Ryan, Sheldom, Kasser y Deci, 1996).

Finalmente, la amotivación se refiere a la falta de intencionalidad y por tanto, a la relativa ausencia de motivación (Deci y Ryan, 1985a; Koester, Losier, Vallerand y Carducci, 1996; Vallerand y O'Connor, 1989, 1991). Este concepto es de alguna manera similar a la impotencia aprendida (Abramson, Seligman y Teasdale, 1978) en que el individuo desmotivado experimenta sentimientos de incompetencia y expectativas de "incontrolabilidad". Con respecto a las tres dimensiones identificadas

anteriormente, los atletas que están desmotivados juegan su deporte sin propósito, típicamente experimentan un efecto negativo, como apatía, incompetencia, depresión, y no buscan ningún objetivo ni afectivo, ni social ni material. Cuando se está desmotivado, los atletas no están motivados ni intrínseca ni extrínsecamente; simplemente no están motivados (Vallerand, 2001).

### **3.2.7. NIVELES DE AUTODETERMINACIÓN DENTRO DE LA MOTIVACIÓN**

Aunque la mayoría de investigadores han planteado la presencia de una construcción de motivación intrínseca unidimensional, ciertos teóricos como White (1959) y Deci (1975) han propuesto que la motivación intrínseca podría ser diferenciada en dos tipos más específicos. Más recientemente, algunos autores plantearon la existencia de tres tipos de motivación intrínseca: la motivación intrínseca para saber, la motivación intrínseca hacia las habilidades y la motivación intrínseca para experimentar estimulación (Vallerand, Blais, Briere y Pelletier, 1989; Vallerand y col., 1992, 1993). Por eso, esta diferenciación ha sido usada para explorar la motivación en varios contextos de la vida, incluido el deporte, en el que ampliaremos este concepto tridimensional.

Estar intrínsecamente motivado para saber, puede definirse como el compromiso en una actividad por el placer y satisfacción que uno experimenta mientras aprende o intenta entender algo nuevo. Se relaciona con construcciones como la exploración (Berlyne, 1971a, 1971b), intelectualidad intrínseca (Lloyd y Barenblatt, 1984), la motivación intrínseca para aprender (Brophy, 1987), y la curiosidad



intrínseca (Harter, 1981), los jugadores de béisbol que practican porque les divierte aprender nuevas formas de completar un doble juego muestran la motivación intrínseca para saber.

La motivación intrínseca hacia las habilidades se centra en el compromiso hacia una actividad por el placer y la satisfacción experimentada mientras uno está intentando cumplir, crear algo o superarse a sí mismo. El centro de atención está en el proceso de cumplir algo y no en el resultado final. Este tipo de motivación está relacionada con construcciones como la motivación del control (Kagan, 1959), la motivación de la eficacia (White, 1959) y el reto intrínseco (Harter, 1981), los jugadores de tenis que trabajan en su servicio por el placer que ellos experimentan mientras intentan conseguir un “ace” muestran este tipo de motivación intrínseca.

El tercer tipo es la motivación intrínseca para experimentar estimulación, que es operativa cuando uno se compromete en una actividad para experimentar sensaciones placenteras asociadas principalmente con sus propios sentidos (p. ej: placer sensorial y ascético). Este tipo de motivación intrínseca parecería estar relacionado con construcciones como las experiencias ascéticas (Berlyne, 1971a), la fluidez (Csikszentmihalyi, 1975, 1978), el buscar sensaciones (Zuckerman, 1979) y experiencias de estar en plena forma (Maslow, 1970), los individuos que nadan porque disfrutan de sensaciones placenteras que experimentan mientras sus cuerpos se deslizan por el agua muestran este tipo de motivación intrínseca.

La taxonomía propuesta debería probar que es útil porque, entre otras cosas, puede llevar a la predicción de compromiso en actividades deportivas relacionadas con los tres tipos de motivación intrínseca (Vallerand y Briere, 1990).

La motivación extrínseca también ha sido considerada desde una perspectiva multidimensional. La teoría y la investigación han mostrado que existen diferentes tipos de motivación extrínseca, algunos de los cuales están autodeterminados (Chandler y Connell, 1987; Deci y Ryan, 1985a; Ryan y Connell, 1989; Ryan, Connell y Deci, 1985; Ryan, Connell y Grolnick, 1992). Es decir, que algunos comportamientos, no necesariamente placenteros, pueden estar determinados por propia elección. Deci y Ryan (1985<sup>a</sup>, 1991) han propuesto la existencia de cuatro tipos de motivación extrínseca: regulación externa, la regulación de “auto expulsión”, la regulación identificada y una regulación integrada.

El primer tipo, la regulación externa, se refiere a la motivación extrínseca tal y como es generalmente interpretada en la literatura. Es decir, la conducta es regulada a través de medios externos tales como los premios y las obligaciones. Por ejemplo, un atleta podría decir: “voy a la práctica de hoy porque quiero que el entrenador me deje jugar mañana”. Con la regulación de “autoexpulsión”, el individuo empieza a interanalizar las razones de sus acciones, sin embargo, tal interanálisis no está verdaderamente autodeterminado porque simplemente reemplaza la fuerza externa de control con una interna, como culpabilidad autoimpuesta y ansiedad, el atleta que dice que va al entrenamiento

porque se sentiría culpable si no lo hiciera muestra regulación de “autoexpulsión”. La motivación es interna, pero no está autodeterminada, porque la presión autoimpuesta es su fuente. Es solo con el tercer tipo de motivación extrínseca, la regulación identificada, que la conducta surge de la elección. Cuando la conducta es identificada es altamente valorada y juzgada como importante por el individuo será hecha libremente aunque la actividad no sea agradable en sí misma, un atleta podría pensar: “Quiero mejorar mi resistencia, esto es importante para mí, por tanto, he decidido venir al entrenamiento de hoy”. Finalmente, una regulación integrada también conlleva a realizar una actividad libremente, pero en este caso, tal elección representa una parte armoniosa del mismo individuo. Las elecciones de uno mismo están hechas en función de su coherencia con otros aspectos desí mismo, el atleta integrado puede decidir quedarse en casa el sábado por la noche, antes que salir con sus amigos, para estar preparado para el partido de fútbol de mañana.

Los investigadores también han considerado la amotivación desde una perspectiva multidimensional. Pelletier y sus colaboradores (Pelletier, Dion, Tuson y Green-Demers, 1998) han propuesto cuatro grandes tipos de amotivación. El primero es la amotivación debida a las creencias de capacidad/habilidad, que estaría en la línea de la definición de Deci y Ryan (1985a), de acuerdo con lo cual, la amotivación resulta de la falta de habilidad para trabajar la conducta. El segundo tipo es la amotivación resultante de la convicción del individuo de que la estrategia propuesta no dará los resultados deseados, amotivación de creencias de



estrategias. El tercer tipo de amotivación trata con las creencias de capacidad y esfuerzo, resultante de la creencia de que la conducta es demasiado exigente, y la persona no quiere gastar el suficiente esfuerzo para comprometerse en él. Finalmente, el cuarto tipo de amotivación, llamado creencias de impotencia, se refiere a una percepción general de que los esfuerzos de uno son intrascendentes considerando la enorme tarea que se tiene que realizar. Pelletier y col. (1998) han obtenido apoyo para un modelo que predice que la amotivación debida a falta de esfuerzo influye en la amotivación debida a una falta de creencias de habilidad y a la amotivación debida a la falta de creencias de estrategia, que lleva a su vez a la amotivación debida a las creencias de impotencia. Pocas investigaciones hasta ahora se han centrado sobre estos tipos de amotivación en el deporte y el ejercicio físico, y que deberían llevarse a cabo en vista del alto número de abandono del deporte por la juventud (Roberts, 1984a; Seefeldt, Bliedernicht, Bruce y Gilliam, 1978; Weiss y Chaumeton, 1993) y del hecho de que la amotivación puede ser un buen predictor del abandono (Pelletier, Fortier, Vallerand y Briere, 2001; Vallerand y Bissonnette, 1992; Vallerand, Fortier y Guay, 1997).

Deci y Ryan (1985a) también han propuesto que los diferentes tipos de motivación varían en términos de su nivel inherente de autodeterminación. Así pues, pueden ser ordenados a lo largo de un continuum de autodeterminación. Desde los niveles más bajos a los más altos de autodeterminación, los tipos son la amotivación; la regulación externa; la auto ejecución, identificada e integrada; y la motivación

intrínseca. Mucha investigación actual apoya la idea del continuum de autodeterminación en la psicología en general (Blais, Sabourin, Boucher y Vallerand, 1990; Ryan y Connell, 1989; Vallerand y Bissonnette, 1992) y en el deporte y el ejercicio físico (Briere, Vallerand, Blais y Pelletier, 1995; Li y Harmer, 1996; Pelletier, Fortier et al., 1995).

### **3.3. SISTEMA DEL DEPORTE UNIVERSITARIO UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTA MARÍA (UCSM).<sup>15</sup>**

- **CULTURA DEL DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

La Universidad Católica de Santa María en algunas Facultades de carreras profesionales proporcionan, en mayor o menor grado, un programa integral educativo, esto significa formar estudiantes y profesionales no solo en las aulas sino fuera de ellas en diversas actividades lúdicas, artísticas, recreativas y deportivas. Indudablemente que la actividad física, recreativa y deportiva deben ser punta de lanza como integrador educativo y social. Hay indicios que los alumnos no conciben plenamente a la Universidad que proporcione un programa deportivo estratégico encaminado a buscar la formación física, mental y de valores de los estudiantes. Hoy en día la Universidad está en la búsqueda de un proceso de implementar programas, planes y acciones que incluya y oferte la actividad física, recreativa, uso del tiempo libre y deporte para sus estudiantes y no ser una Universidad atrasada a los tiempos y con una formación a medias, de bajo nivel productivo y

---

<sup>15</sup>Oficina de Bienestar universitario U.C.S.M

académico con jóvenes carentes de información sobre la importancia de activarse físicamente para el cuidado de su salud y mente presente y futura.

Los estudiantes universitarios deberían estar conscientes de que la educación física y el deporte son los mejores instrumentos preventivos de enfermedades de todo tipo, sin embargo, aparentemente el deporte es tomado como una recreación y no como disciplina, al menos en la universidad, y deberían saber que si bien el ejercicio físico no es garantía total de no tener problemas físicos de salud, sí es parte integral y vital de formación humana. No se percibe dentro de la cultura deportiva de esta casa de estudios que el deporte sea entendido como un medio para tener una mejor calidad de vida. La Universidad está consciente de la necesidad de desarrollar no solo conocimientos académicos, sino destrezas, capacidades y habilidades relacionadas con el cuerpo humano, por ello existen promotores deportivos profesionales y actualizados constantemente, que por un lado, promueven e incentivan el deporte masivo universitario, y por el otro, la detección, reclutamiento y desarrollo de los talentos y posibles atletas universitarios de alto rendimiento. La cultura deportiva practicada y desarrollada en la Universidad debería ser parte de su propia identidad, pero aún no lo es. El deporte Universitario debe brindar la oportunidad a sus estudiantes de ampliar sus conocimientos en actividades lúdicas, recreativas, artísticas y deportivas enfocadas a desarrollar y preservar valores humanos, arma necesaria para su vida personal. Es limitada la actividad física desarrollada por estudiantes universitarios que les



permita más integración, comunicación e interacción entre ellos mismos y sus maestros ya que aprenderán a trabajar en equipo. La universidad tiene la gran responsabilidad social de entregar profesionistas íntegros, con valores, sentido de pertenencia e identidad. Esto, en gran parte se logrará con una buena cultura física y deportiva universitaria, visión a largo plazo que en esta universidad se halla en construcción.

- **OBJETIVOS PRINCIPALES:**

- Formular, concertar, desarrollar y evaluar el Programa del Deporte Universitario.
- Contribuir a través de las actividades deportivas, de educación y prácticas para la salud y la recreación, para coadyuvar al desarrollo armónico del estudiante universitario en su integración al proceso productivo del país.
- Promover la calidad en el deporte de los universitarios para alcanzar la excelencia.
- Apoyar y distinguir a los deportistas representativos para incrementar la competitividad de nuestra Universidad en los escenarios nacionales e internacionales.

- **FUNCIONES**

- Proponer, formular, ejecutar y evaluar las políticas que orienten el fomento y desarrollo del deporte en la institución.
- Establecer los procedimientos que se requieran para la mejor coordinación en materia deportiva, entre la Dirección General de Actividades Deportivas y Recreativas, con las autoridades de Facultad de Enfermería, así como entre estas y las Asociaciones

deportivas existentes.

- Propiciar la participación de las Asociaciones, los técnicos y de los estudiantes deportistas en la determinación y ejecución de las políticas, estableciendo los procedimientos para ello.
- Promover una mayor conjunción de esfuerzos para el apoyo y patrocinio de los programas deportivos que se aprueben con los miembros de la sociedad civil simpatizantes del deporte universitario.
- Formular el Programa de Deporte Universitario, llevar a cabo las acciones que se deriven del mismo, y con las evaluaciones obtenidas reprogramar las actividades que correspondan.
- Determinar los requerimientos del deporte universitario, así como planear y programar los medios para satisfacerlos, conforme a la exigencia de la dinámica de la institución.

- **ACTUALIDAD DEPORTIVA INSTITUCIONAL**

Deportistas que viajaron a Trujillo durante el año 2012, representando a la Universidad Católica de Santa María (Oficina de Bienestar universitario):

- Voleibol 12 mujeres y 09 varones
- Natación son 12 entre varones y mujeres
- Atletismo 08 entre varones y mujeres
- Básquet 10 varones y 10 mujeres
- Fútbol 15 varones.

El departamento a través de los años y con mucho esfuerzo y tesón ha conseguido su consolidación.

- **DEPORTE EN LA FACULTAD DE ENFERMERIA DE LA UCSM<sup>16</sup>**

En esta facultad se cuenta con la Coordinación de Formación Integral, sus objetivos son:

Contribuir al proceso de formación integral de los alumnos, a través de propiciar actividades, cursos y/o eventos extracurriculares que brinden oportunidades a los estudiantes de apreciar la cultura, estimular su sensibilidad artística, desarrollar su formación cívica, fomentar valores y hábitos para el cuidado de sí mismos y de protección al ambiente.

Por otro lado, con el fin de mejorar el desarrollo académico de los alumnos durante sus estudios, así como facilitar posteriormente su incorporación al mercado profesional, se brindan servicios de orientación educativa.

Hacer de la cultura física y el deporte un elemento indispensable en el proceso educativo del alumnado, así como un factor de integración y socialización entre los diferentes sectores de nuestra comunidad y su área de afluencia, sentando con ello bases sólidas en la conformación de una sociedad física y mentalmente sana, que se adapte al requerimiento actual de sociedades económicamente productivas (Martínez, 1999).

---

<sup>16</sup>Oficina de Bienestar Universitario UCSM



#### 4. ANÁLISIS DE ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

##### 4.1. GarcíaUcha. F. (2000) **PAPEL DE LAS EMOCIONES EN EL DEPORTE, UNIVERSIDAD SAN MARTÍN DE PORRES**<sup>17</sup>

El análisis de la correlación entre estados emocionales y rendimiento deportivo e indicadores psicológicos y otras categorías, arrojó una correlación significativa de 0.05, con la motivación y el rendimiento deportivo, y de 0.01 con los indicadores psicológicos de ansiedad y depresión, no reflejando correlación con la edad deportiva y el nivel cultura, que se pueden hallar atletas con resultados deportivos que presentan la relación fuerte y estable entre el rendimiento deportivo y los estados emocionales durante la competencia, dado por la manifestación de mecanismos de autocontrol y una conducta adaptativa a las condiciones exigentes de la competencia en cuestión y las características de la personalidad del deportista, pudiendo inferir que en el grupo estudiado la presencia de los estados emocionales y el rendimiento deportivo no está relacionada con los años de experiencia deportiva del atleta, y a pesar de que consideramos si presenta una influencia positiva en el nivel de desempeño deportivo, no es determinante, reflejado esto en la existencia de medios y altos niveles de desempeño deportivo en los atletas que conforman la muestra de la investigación.

##### 4.2. Fernández d, García, j. (2010)**MOTIVACIÓN HACIA LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE UNIVERSITARIOS GALLEGOS**<sup>18</sup>.

Conclusiones: La vertiente lúdica (44%) y la saludable (35%) de la actividad físico deportiva, son las motivaciones principales que impulsan a los universitarios gallegos a realizar actividad física. El 57% del

---

<sup>17</sup> García Ucha F. El papel de las emociones en el deporte. Lima: Universidad San Martín de Porras (2000)

<sup>18</sup> Fernández d, García, j. Motivación hacia la práctica físico-deportiva de universitarios gallegos. Revista de Investigación en Educación, nº 8, 2010, pp. 128-138 <http://webs.uvigo.es/reined/> ISSN: 1697-5200 eISSN: 2172-3427

alumnado encuestado manifiesta que no tiene información suficiente, sobre la oferta de actividades existentes en los servicios deportivos de su Universidad. Este trabajo guarda bastante semejanza con el nuestro en cuanto al enfoque, aunque no explora los mismos indicadores.

- 4.3. Pavón I, Moreno J. (2003) **LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN LA UNIVERSIDAD**<sup>19</sup>El estudio permite concluir que los estudiantes más jóvenes son quienes mayor importancia atribuyen a la competición, a compensar la inactividad física de las actividades cotidianas y a las capacidades personales. Confirmando además, que los practicantes encuentran mayor motivación en la competición, la capacidad personal y la aventura, mientras que, los no practicantes muestran los niveles más altos de motivación en los aspectos vinculados a la salud médica. En nuestra investigación exploramos las características, cualidades y/o atributos de la motivación mientras que en esta se recurre al análisis factorial de la motivación.

## 5. HIPOTESIS

Por ser de naturaleza descriptiva este estudio no necesita de una hipótesis.

---

<sup>19</sup> Pavón I, Moreno J. Revista de Psicología del Deporte 2003. Vol. 12, núm. 1, pp. 39-54 ISSN: 1132-239X

## CAPITULO II

### PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

#### 1. TÉCNICAS, INSTRUMENTOS

La técnica empleada en el presente trabajo de investigación es la encuesta.

#### **INSTRUMENTO.**

El instrumento que se utilizó es el cuestionario, llamado Escala de Motivación Deportiva (SMS). Se empleó la versión en castellano (Núñez, Martín-Albo, Navarro, y González, 2006)<sup>20</sup> de la SMS de Brière, Vallerand, Blais, y Pelletier (1995)<sup>21</sup>. Este instrumento es voluntario y anónimo, autocumplimentado, respetando la confidencialidad y privacidad de los participantes.

---

<sup>20</sup>Núñez, J. L., Martín-Albo, J., Navarro, J. G., y González, V. M. (2006). Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 102 , 919-930

<sup>21</sup>Brière, N.M., Vallerand, R.J., Blais, M.R, y Pelletier, L.G. (1995). Développement a validation d'unemesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'automotivation en contextesportif: l'Echelle de motivation dans les sports (EMS) [On the developpment and validation of the French form of the Sport Motivation Scale]. *International Journal of Sport Psychology*, 26 , 465-489



## 2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

**2.1. Ubicación Espacial:** El presente estudio se realizó en la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María.

**2.2. Ubicación Temporal:** Julio - Diciembre 2013

**2.3. Unidades de Estudio:** Alumnos (as) del segundo año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María – Arequipa.

**2.4. Universo:** El universo está constituido por los 46 alumnos del 2do año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María

### MUESTRA

Por ser un universo pequeño se trabajó con su totalidad previa aplicación de los criterios de inclusión y exclusión.

#### a. Criterios de inclusión

- Estudiantes del 2do año del la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María
- Estudiantes de asistencia regular
- Estudiantes que deseen participar en la investigación

#### b. Criterios de exclusión

- Estudiantes que no deseen participar en la investigación

Aplicando los criterios de inclusión y exclusión, la muestra quedó conformada por los 46 estudiantes.

### 3. ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 3.1. ORGANIZACIÓN DE LA RECOLECCIÓN DE DATOS:

Para la recolección de datos la técnica elegida fue la encuesta y como instrumento el cuestionario formulado, aplicado a las unidades de estudio seleccionadas, en el espacio delimitado que es la Facultad de Enfermería de la UCSM, con la finalidad de lograr información cuantitativa indispensable sobre las variables e indicadores, a partir de los objetivos establecidos.

Los participantes brindaron previamente a la recolección extensiva de datos su consentimiento informado, además de no entrañar ningún riesgo para los individuos ni afectar su confidencialidad (ver anexos).

#### 3.2. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCION DE DATOS

**Tiempo:** El período que duró la recolección de datos fue de dos meses desglosado en diferentes fases como son Coordinación/Supervisión, adiestramiento de la investigadora principal, corrección de instrumentos, y recolección extensiva.

**Recursos Humanos.**

Para la ejecución del estudio se contará con la investigadora principal:

#### 3.3. SISTEMATIZACIÓN DE LOS DATOS.

Se dió un conjunto de pasos destinados a ordenar, clasificar y organizar la información recolectada para los fines del análisis

- Para la realización del estudio se han realizado los trámites administrativos correspondientes.

- A nivel de Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María

Otorgado el permiso, se captó a los estudiantes del 2do año de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María.

La aplicación del instrumento se realizó previa coordinación con la tutora del semestre

- Finalizada la recolección de datos se agradeció amablemente a los estudiantes por su disponibilidad y colaboración.
- El procesamiento de la información se realizó en base a los siguientes pasos:
  - Codificación de los formularios de recolección de datos
  - Tabulación de tablas de información

### CALIFICACION

VARIABLES	INDICADOR	SUB INDICADORES	ÍTEMS
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA	CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA (MI)	MI para conocer	2, 4, 23, 27
		MI para experimentar estimulación	1, 13, 18, 25
		MI para conseguir cosas	8, 12, 15, 20.
	CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA (ME)	Regulación Identificada	7, 11, 17, 24
		Regulación Introyectada	9, 14, 21, 26
		Regulación Externa	6, 10, 16, 22
	CARACTERÍSTICAS DE LA NO MOTIVACIÓN	Directo	3, 5, 19, 28

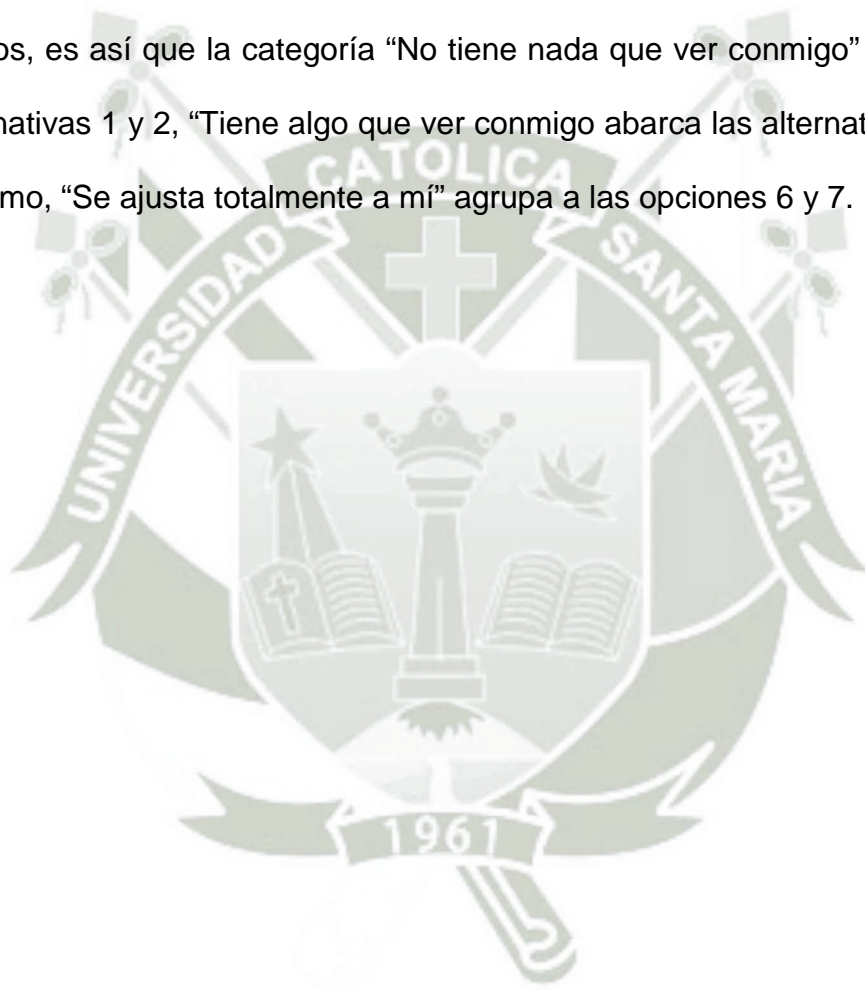


El formato de respuesta empleado fue de tipo Likert, dicho cuestionario se divide en tres Indicadores y 7 Sub indicadores de los cuales, el primer Indicador se refiere a la motivación intrínseca y comprende tres sub indicadores: Motivación Intrínseca para conocer (Ejemplo: Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento), para experimentar estimulación (Ejemplo: Por la satisfacción -disfrute- que me produce realizar algo excitante) y para conseguir cosas (Ejemplo: Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento). Otros 3 sub indicadores de este cuestionario están relacionados con el indicador motivación extrínseca, dividida en motivación extrínseca identificada (Ej: “Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente”), introyectada (Ej: “Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma”) y externa (Ej: “Porque me permite ser valorado por la gente que conozco”). El último indicador de la escala lo componen ítems que valoran la desmotivación como sub indicador directo (Ej: “Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo”).

En cuanto a las respuestas a los reactivos se trata de una escala categorizada, de elección múltiple y de respuesta cerrada. Tiene un rango de respuesta de 1 a 7, donde 1 y 2 corresponde a “No tiene nada que ver conmigo lo expresado en los ítems”, 3,4 y 5 corresponde a “Tiene algo que ver conmigo la afirmación postulada”, y finalmente 6 y 7 “Se ajusta totalmente a mí” lo enunciado en los ítems. Este instrumento consta de una frase introductoria (¿Por qué participas en tu deporte?...), continuada por 28 ítems que miden las distintas razones de práctica y/o participación.

Categorías	Rango de respuesta
No tiene nada que ver conmigo	1 y 2
Tiene algo que ver conmigo	3,4 y 5
Se ajusta totalmente a mí	6 y 7

Se procederá a colapsar categorías que permitan una mejor presentación de los resultados, es así que la categoría “No tiene nada que ver conmigo” comprende las alternativas 1 y 2, “Tiene algo que ver conmigo abarca las alternativas 3,4 y 5 y por último, “Se ajusta totalmente a mí” agrupa a las opciones 6 y 7.





# CAPITULO III

# RESULTADOS



TABLA Nº 1

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA  
PARA CONOCER**

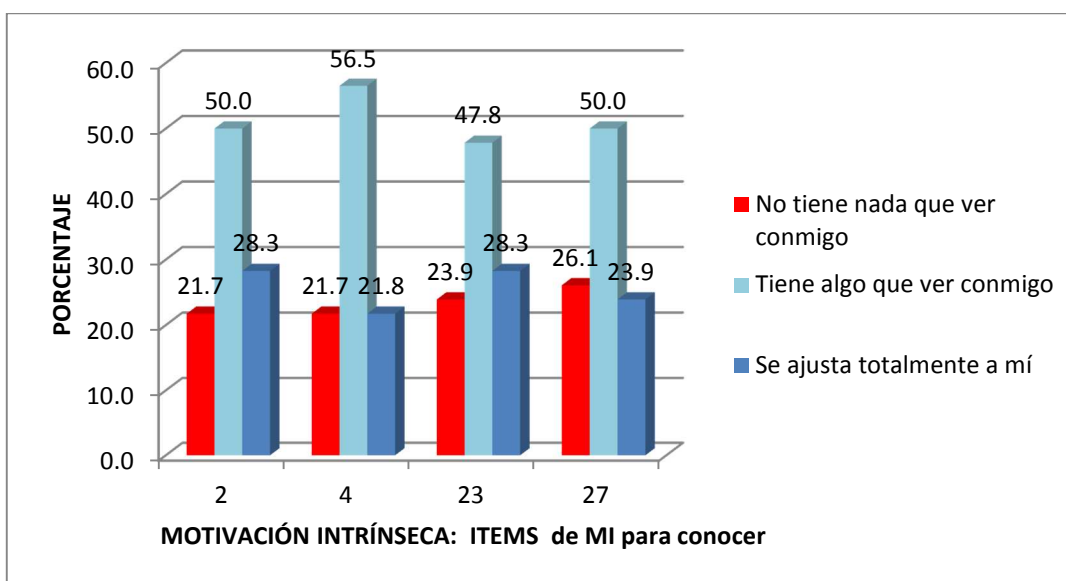
ALTERNATIVA	REACTIVO							
	2		4		23		27	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	10	21,7	10	21,7	11	23,9	12	26,1
Tiene algo que ver conmigo	23	50,0	26	56,5	22	47,8	23	50,0
Se ajusta totalmente a mí	13	28,3	10	21,8	13	28,3	11	23,9
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

- 2 Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre este deporte
- 4 Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento
- 23 Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.
- 27 Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)

Aquí podemos apreciar que en el Indicador Motivación Intrínseca, sub indicador Motivación Intrínseca para Conocer, en los ítems explorados, los más altos porcentajes corresponden a la afirmación “tiene algo que ver conmigo” evidenciando estar poco motivados por descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento (56,5%), aprender algo más de este deporte (50%), descubrir nuevas estrategias de juego (50%) y aprender técnicas y/o destrezas que no han realizado antes (47,8%). Si bien es cierto la mitad de la población estudiada presenta poca Motivación Intrínseca para Conocer, la otra mitad se distribuye casi por igual entre los que no se sienten motivados, o por el contrario, motivados para Conocer, En cada uno de los ítems de los cuatro ítems examinados se repite esta figura.

**GRAFICO N° 1**  
**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO**  
**SEGÚN CARACTERÍSTICA DE LA MOTIVACIÓN**  
**INTRÍNSECA PARA CONOCER**



**Fuente:** Matriz de elaboración personal.

- 2 Por la satisfacción (disfrute) de aprender algo más sobre este deporte
- 4 Porque me gusta descubrir nuevas habilidades y/o técnicas de entrenamiento
- 23 Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes.
- 27 Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)

TABLA Nº 2

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA PARA  
EXPERIMENTAR ESTIMULACIÓN.**

ALTERNATIVA	REACTIVO							
	1		13		18		25	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	10	21,7	11	23,9	6	13,0	12	26,1
Tiene algo que ver conmigo	23	50,0	21	45,7	22	47,8	22	47,8
Se ajusta totalmente a mí	13	28,3	14	30,4	18	39,2	12	26,1
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Matriz de elaboración personal

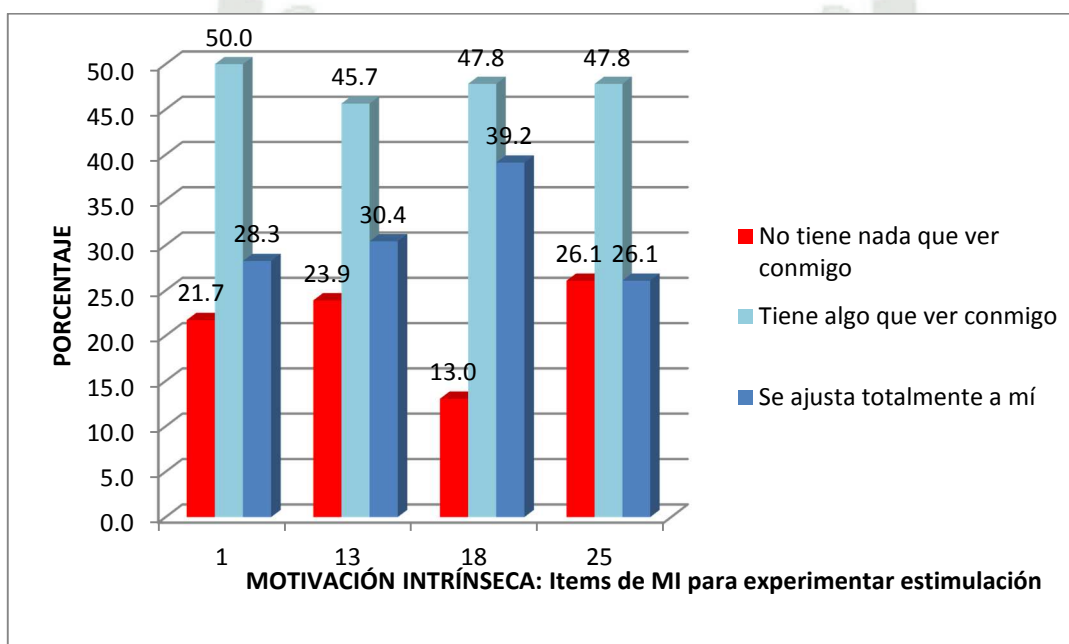
- 1 Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante
- 13 Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva
- 18 Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte
- 25 Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte

Casi la mitad de los investigados, como en el sub indicador anterior, tienen poca Motivación Intrínseca para Experimentar Estimulación que se evidencia al señalar satisfacción que le produce realizar algo excitante el 50,0%, el 47,8% por las intensas emociones que sienten cuando están practicando deporte, porque el sentimiento de estar totalmente inmerso en el deporte también el 47,8% y por la emoción que siente cuando está totalmente inmerso en su ejecución deportiva en un 45,7%. En los ítems 1, 13 y 25 tanto en los más altos porcentajes de los ítems explorados como en la distribución algo simétrica de la otra mitad entre los que están o no motivados los resultados son algo parejos, excepción hecha en el ítem 18 (“Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte”), en el que destaca la opción “se ajusta totalmente a mí” casi en un 40%.



GRAFICO Nº 2

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA PARA  
EXPERIMENTAR ESTIMULACIÓN.**



**Fuente:** Matriz de elaboración personal.

- 1 Por la satisfacción (disfrute) que me produce realizar algo excitante
- 13 Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva
- 18 Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte
- 25 Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte

TABLA Nº 3

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA  
PARA CONSEGUIR COSAS**

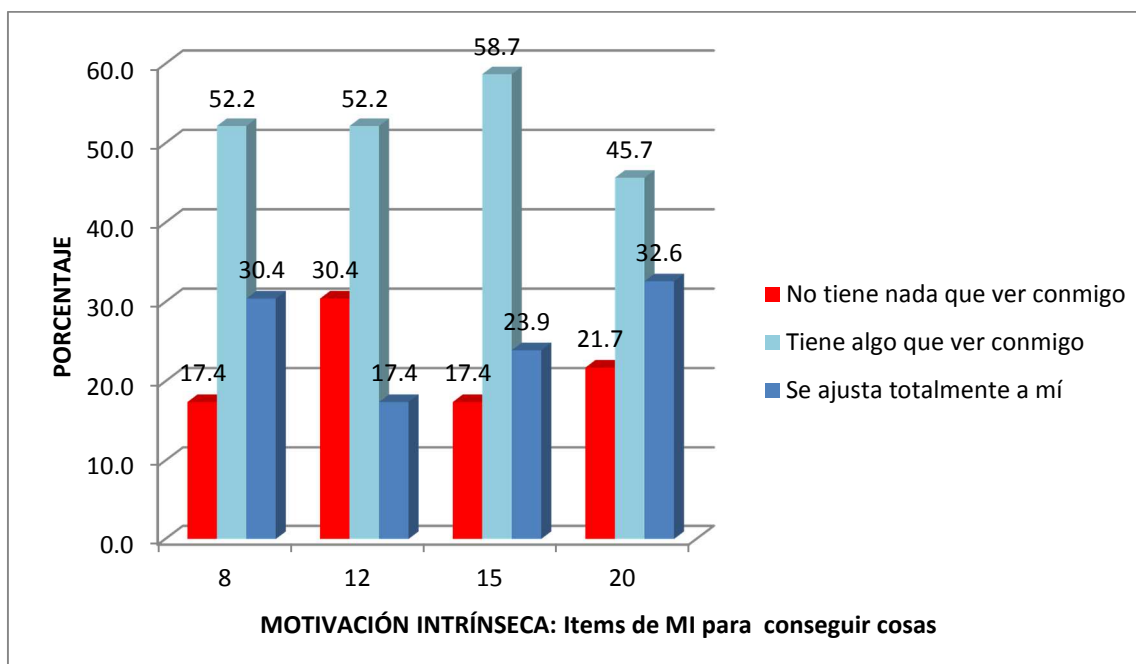
ALTERNATIVA	REACTIVO							
	8		12		15		20	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	8	17,4	14	30,4	8	17,4	10	21,7
Tiene algo que ver conmigo	24	52,2	24	52,2	27	58,7	27	45,7
Se ajusta totalmente a mí	14	30,4	8	17,4	11	23,9	11	32,6
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>48</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Matriz de elaboración personal

- 8 Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento
- 12 Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos
- 15 Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades
- 20 Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte

En Motivación Intrínseca para Conseguir Cosas, se repite la opción más frecuente, así como en los cuadros anteriores, denotando que la mayoría (alrededor de la mitad) está poco motivado por este factor. Así el 58,7% tiene poco que ver con la satisfacción que experimenta mientras está perfeccionando sus habilidades, el 52,2% siente poca satisfacción interna mientras aprende ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento, también en el 52,2% tiene algo que ver la satisfacción que siente mejorar algunos de sus puntos flacos y en el 45,7% por la poca satisfacción que siente mientras ejecuta ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en su deporte. En el ítem 12 en el segundo grupo más numeroso (30,4%) están los que no tiene nada que ver la motivación de satisfacción por mejorar algunos de sus puntos flacos.

**GRAFICO N° 3**  
**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN**  
**CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA PARA**  
**CONSEGUIR COSAS**



**Fuente:** Matriz de elaboración personal.

- 8 Porque siento mucha satisfacción interna mientras aprendo ciertas habilidades difíciles y/o técnicas de entrenamiento
- 12 Por la satisfacción (disfrute) que siento mejorando algunos de mis puntos flacos
- 15 Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades
- 20 Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte



**TABLA Nº 4**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
REGULACIÓN IDENTIFICADA DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA**

ALTERNATIVA	REACTIVO							
	7		11		17		24	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	23	50,0	9	19,6	7	15,3	19	41,3
Tiene algo que ver conmigo	16	34,8	25	54,3	25	54,3	19	41,3
Se ajusta totalmente a mí	7	15,2	12	26,1	14	30,4	8	17,4
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

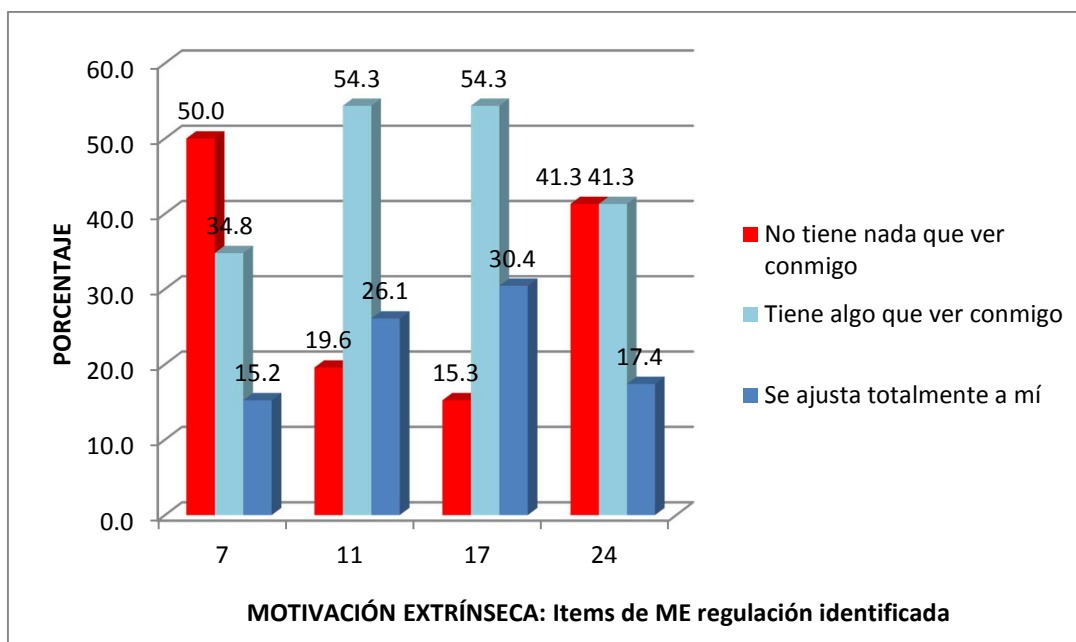
**Fuente:** Matriz de elaboración personal

- 7 Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente
- 11 Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo
- 17 Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida
- 24 Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos

En el Indicador Motivación Extrínseca, para el sub indicador Motivación Extrínseca Regulación Identificada, los ítems evaluados difieren a lo exhibido en los cuadros precedentes del primer indicador en el que la mayoría afirmaba “tiene algo que ver conmigo” en el ítem examinado. Aquí, si bien es cierto esto se repite en los reactivos 11 y 17 (“porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo” y “porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida” con 54,3% en ambos casos) en el reactivo 7 la mayoría (el 50%) la opinión que es una de las mejores formas de conocer gente no tiene nada que ver ellos. En el ítem 24 “Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos”, se produce un empate ya que se polariza la opinión entre dos opciones, ya sea estar de acuerdo o estarlo parcialmente). Por otro lado, “Se ajusta totalmente a mí” es el segundo grupo sólo en el ítem 11, ya que en el resto siempre es último.

GRAFICO N° 4

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO  
SEGÚN REGULACIÓN IDENTIFICADA DE  
LAMOTIVACIÓN EXTRÍNSECA



Fuente: Matriz de elaboración personal.

- 7 Porque en mi opinión es una de las mejores formas de conocer gente
- 11 Porque es una de las mejores formas que tengo para desarrollar otros aspectos de mí mismo
- 17 Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida
- 24 Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos

**TABLA Nº 5**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
REGULACIÓN INTROYECTADA DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA**

ALTERNATIVA	REACTIVO							
	9		14		21		26	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	11	23,9	11	23,9	24	52,2	10	21,7
Tiene algo que ver conmigo	26	56,5	20	43,5	13	28,3	28	60,9
Se ajusta totalmente a mí	9	19,6	15	32,6	9	19,5	8	17,4
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

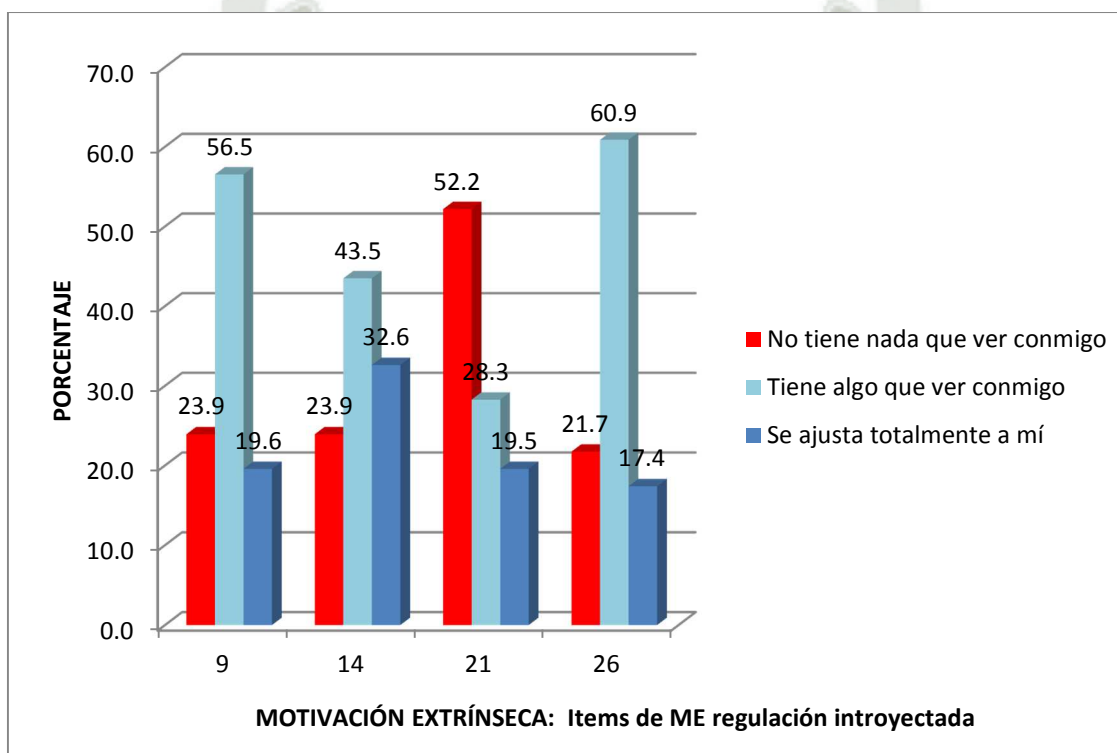
- 9 Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma
- 14 Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo
- 21 Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase
- 26 Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte

En los ítems 26, 9 y 14 la mayoría, 60,9%, 56,5% y 43,5%, está poco de acuerdo con “Porqué siento que debo realizar con regularidad mi deporte”, “Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma” y “Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo” sean factores de motivación respectivamente. Aquí destaca el ítem 21 (“Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase”) en el que más de la mitad, 52,5%, señala “no tiene nada que ver conmigo” siendo el grupo más numeroso.



GRAFICO Nº 5

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
REGULACIÓN INTROYECTADA DE LA MOTIVACIÓN  
EXTRÍNSECA



Fuente: Matriz de elaboración personal.

- 9 Porque es absolutamente necesario participar en este deporte si se quiere estar en forma
- 14 Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo
- 21 Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase
- 26 Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte

TABLA Nº 6

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
REGULACIÓN EXTERNA DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA**

ALTERNATIVA	REACTIVO							
	6		10		16		22	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	19	41,3	28	60,9	20	43,5	21	45,7
Tiene algo que ver conmigo	20	43,5	13	28,3	18	39,1	17	37,0
Se ajusta totalmente a mí	7	15,2	5	10,8	8	17,4	8	17,4
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

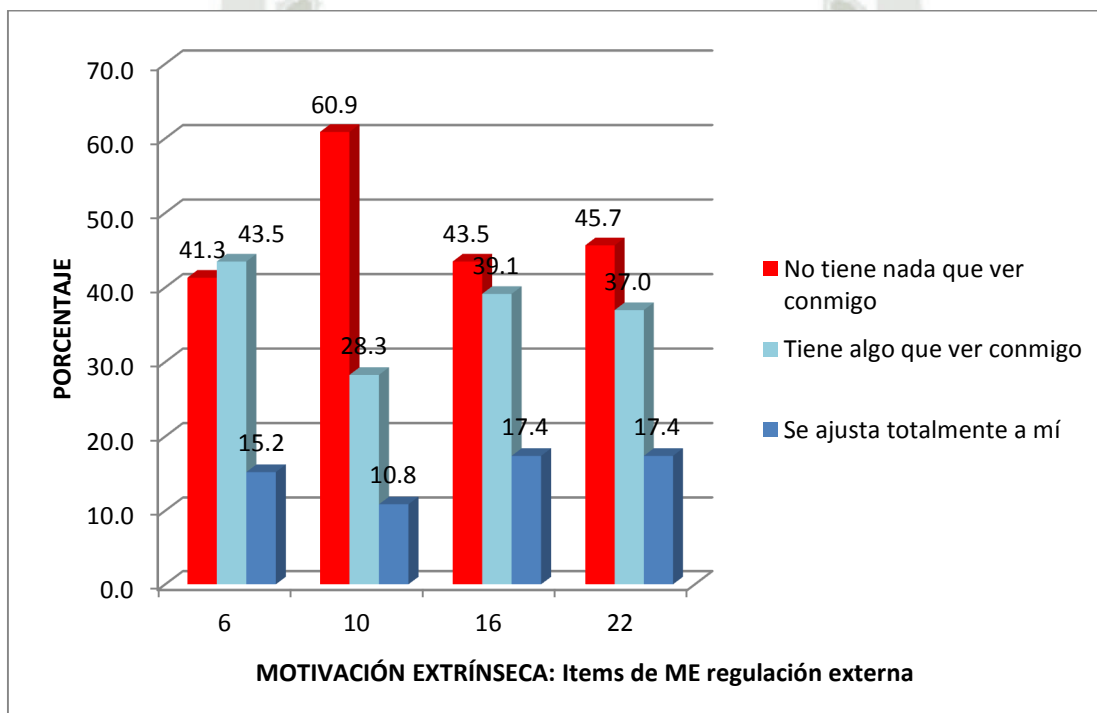
**Fuente:** Matriz de elaboración personal

- 6 Porque me permite ser valorado por la gente que conozco
- 10 Por el prestigio de ser un deportista
- 16 Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista
- 22 Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte

En el ítem 10 “Por el prestigio de ser un deportista” la opción “no tiene nada que ver conmigo” tiene el más alto porcentaje (60,9 %). En el caso de los reactivos 6, 16 y 22 (“Porque me permite ser valorado por la gente que conozco”, “Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista” y “Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte” respectivamente) exhiben resultados similares en las opciones “no tiene nada que ver conmigo” y “tiene algo que ver conmigo”, todos con porcentajes alrededor del 40%.

GRÁFICO N° 6

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO  
SEGÚN REGULACIÓN EXTERNA DE LA MOTIVACIÓN  
EXTRÍNSECA



Fuente: Matriz de elaboración personal.

- 6 Porque me permite ser valorado por la gente que conozco
- 10 Por el prestigio de ser un deportista
- 16 Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista
- 22 Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte



TABLA Nº 7

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARÁCTERÍSTICAS DE LA NO MOTIVACIÓN**

ALTERNATIVA	REACTIVO							
	3		5		19		28	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	17	37,0	36	78,3	37	80,4	27	58,7
Tiene algo que ver conmigo	26	56,5	6	13,0	9	19,6	15	32,6
Se ajusta totalmente a mí	3	6,5	4	8,7	0	0,0	4	8,7
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

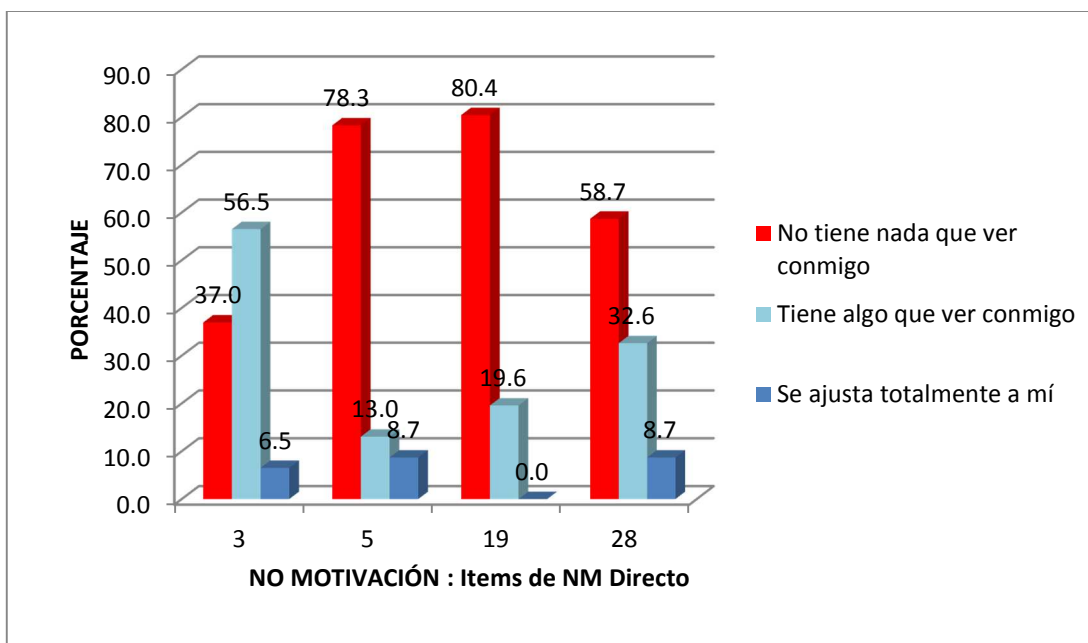
- 3 Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo
- 5 No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte
- 19 No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte
- 28 A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos

Mientras que los ítems 5, 19 y 28 (“No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte”, “No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte” y “A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos”) la gran mayoría señala “no tiene nada que ver conmigo” (78,3%, 80,4% y 58,7% respectivamente).

En el ítem 3 (“Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo”) la mayoría (56%) de los estudiados respondió “Tiene algo que ver conmigo”.

GRÁFICO N° 7

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA NO MOTIVACIÓN



Fuente: Matriz de elaboración personal.

- 3 Solía tener buenas razones para practicar este deporte, pero actualmente me pregunto si debería continuar haciéndolo
- 5 No lo sé: siento que no soy capaz de tener éxito en este deporte
- 19 No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte
- 28 A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos

**TABLA N°8**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO  
SEGÚN CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN  
INTRÍNSECA, TODOS LOS SUB INDICADORES**

ALTERNATIVA	Sub Indicadores					
	MI para conocer		MI para experimentar estimulación		MI para conseguir cosas	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	11	23,4	10	21,7	10	21,7
Tiene algo que ver conmigo	24	51,1	22	47,8	24	52,2
Se ajusta totalmente a mí	12	25,5	14	30,43	12	26,09
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

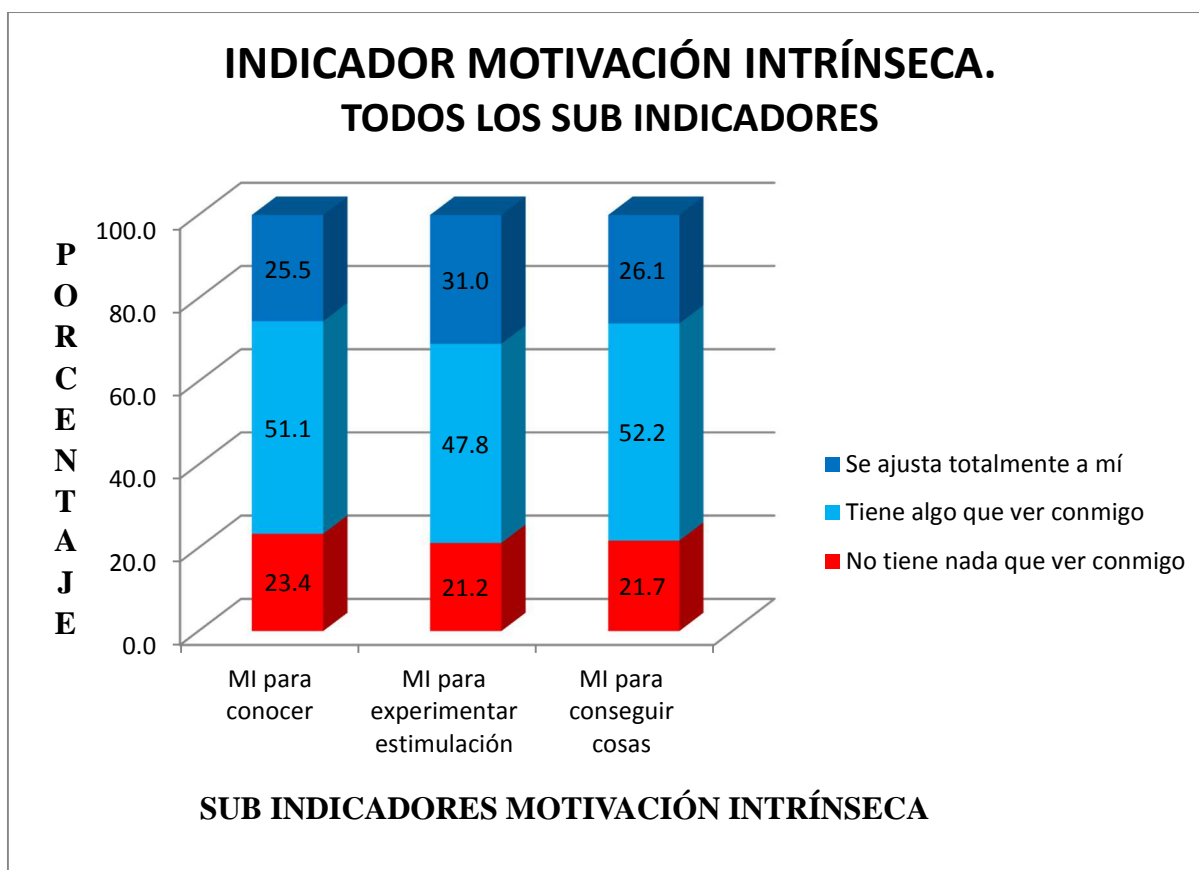
**Fuente:** Matriz de elaboración personal

En los tres sub indicadores la mayor parte de estos universitarios se identifica parcialmente con que los factores explorados en MI para conocer, MI para experimentar estimulación y MI para conseguir cosas sean motivadores para ellos.



**GRÁFICO N° 8**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA,  
TODOS LOS SUB INDICADORES**



**Fuente:** Matriz de elaboración personal

TABLA Nº 9

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO  
SEGÚN CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN  
EXTRÍNSECA, TODOS LOS SUB INDICADORES**

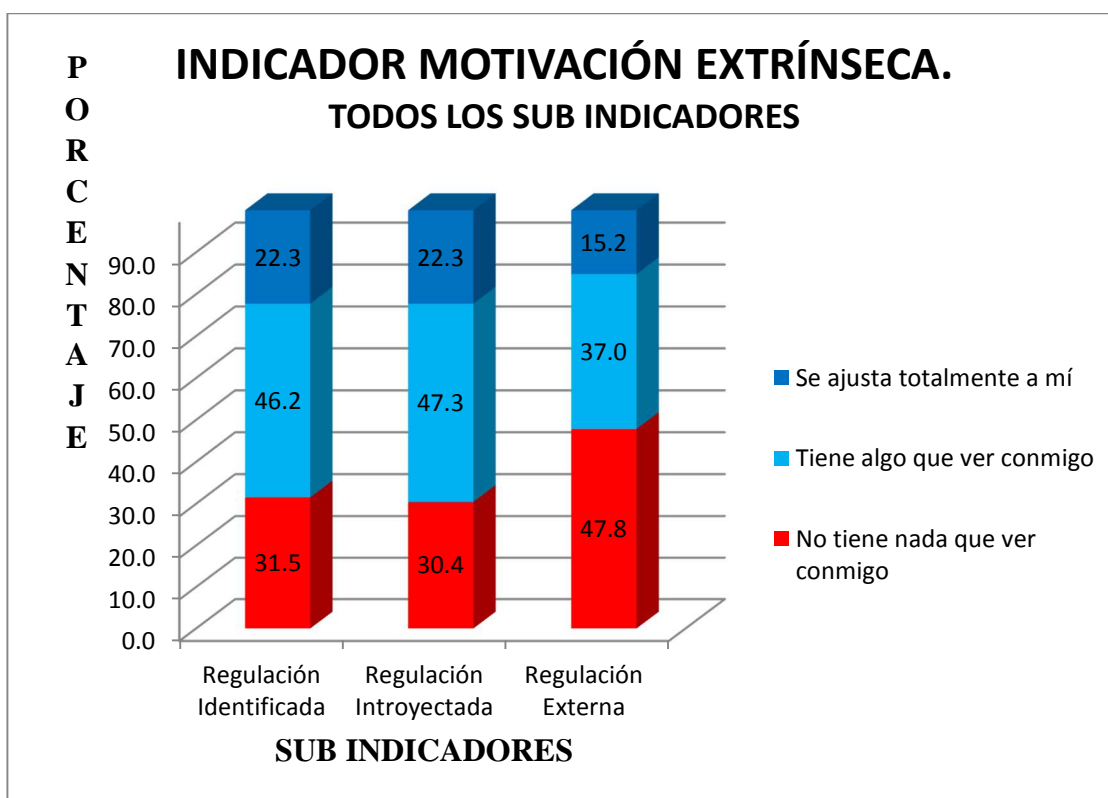
ALTERNATIVA	SUB INDICADORES					
	Regulación Identificada		Regulación Introyectada		Regulación Externa	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	15	32.6	14	30.4	22	47.8
Tiene algo que ver conmigo	21	45.7	22	47.8	17	37.0
Se ajusta totalmente a mí	10	21.7	10	21.7	7	15.2
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

Como en el caso anterior, los factores que pertenecen a los tipos de motivación Regulación Identificada, Regulación Introyectada y Regulación Externa no son muy motivadores para la práctica deportiva en estos jóvenes, al responder la mayoría que tiene algo que ver con ellos.

GRÁFICO Nº 9

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA,  
TODOS LOS SUB INDICADORES

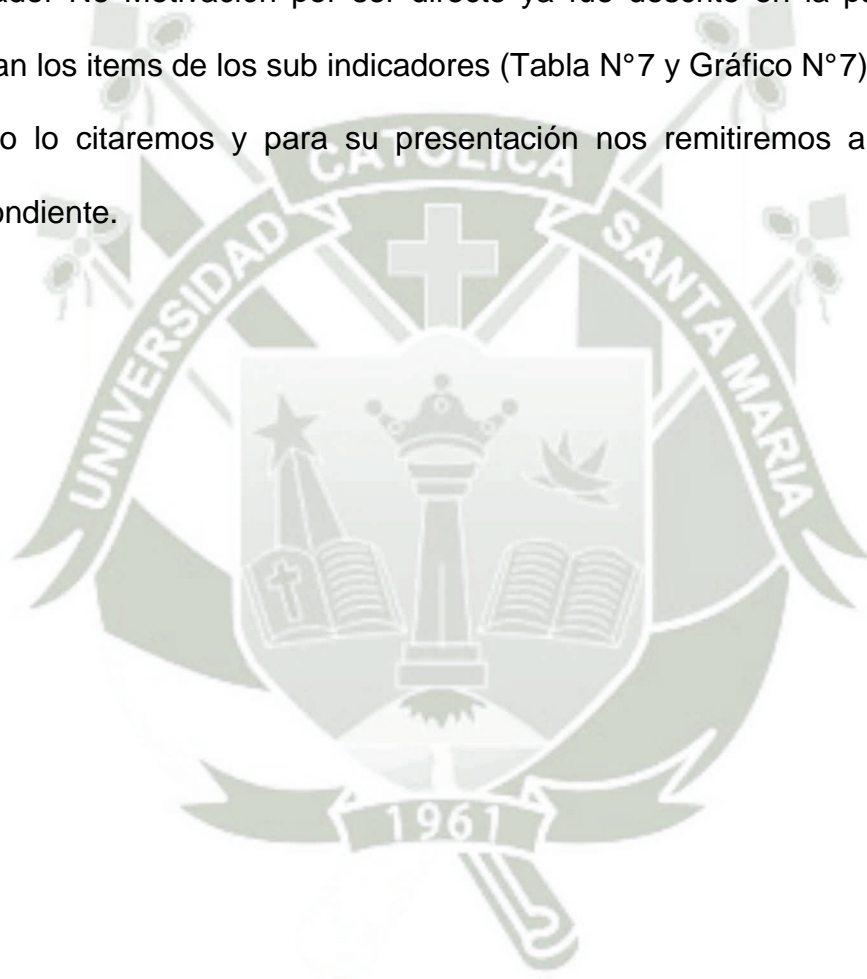


Fuente: Matriz de elaboración personal



## INDICADOR NO MOTIVACIÓN

El Indicador No Motivación por ser directo ya fue descrito en la parte que se describían los ítems de los sub indicadores (Tabla N°7 y Gráfico N°7) por lo que aquí sólo lo citaremos y para su presentación nos remitiremos a la sección correspondiente.



**TABLA Nº 10**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN, TODOS LOS  
INDICADORES**

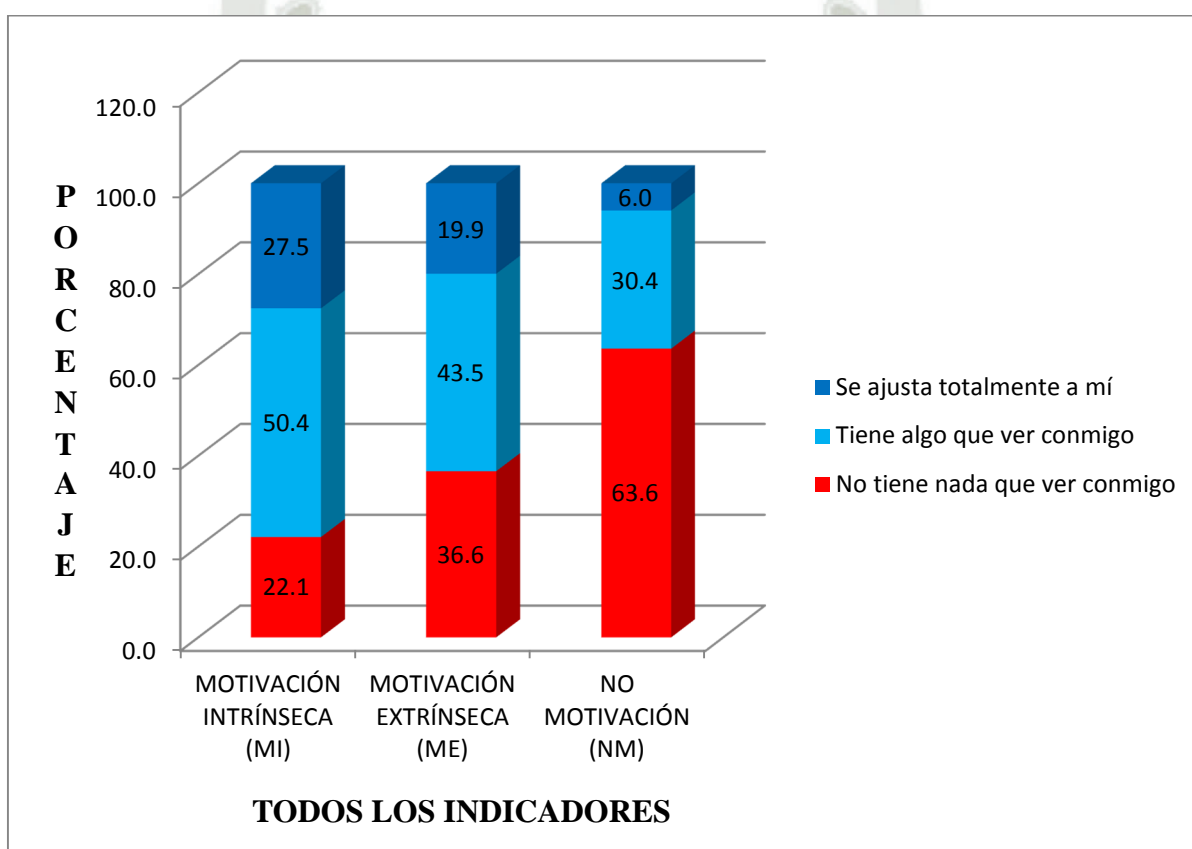
ALTERNATIVA	INDICADORES					
	MOTIVACIÓN INTRÍNSECA (MI)		MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA (ME)		NO MOTIVACIÓN (NM)	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	10	21,7	17	37,0	29	63,1
Tiene algo que ver conmigo	23	50,0	20	43,5	14	30,4
Se ajusta totalmente a mí	13	28,3	9	19,5	3	6,5
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

En la presente tabla resumen se puede observar los indicadores, colocados uno a lado del otro, destacando en cada uno lo siguiente: que la mayoría de esta población no se identifica con los reactivos del sub indicador No Motivación (NM) con un 63,1%; por otro lado la mitad de los investigados, el 50,0%, sienten poca aceptación de los factores de Motivación Intrínseca y el 43,5% no está de acuerdo con los ítems de Motivación Extrínseca (ME). Si se observa cuidadosamente el gráfico se ha establecido una gradiente de motivación, de mayor a menor, en la medida que los participantes se identifican con los reactivos de motivación en el siguiente orden: Motivación Intrínseca (MI), Motivación Extrínseca (ME), No Motivación (NM). Al mismo tiempo lo contrario se observa en la no aceptación de los reactivos de estos sub indicadores.

**GRAFICO Nº 10**

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA NOTIVACIÓN MOTIVACIÓN, TODOS LOS  
INDICADORES**



**Fuente:** Matriz de elaboración personal



TABLA Nº 11

**ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN  
CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA  
DEPORTIVA, EVALUACIÓN GLOBAL**

ALTERNATIVA	VARIABLE MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA	
	Nº	%
No tiene nada que ver conmigo	19	41.30
Tiene algo que ver conmigo	19	41.30
Se ajusta totalmente a mí	8	17.39
<b>TOTAL</b>	<b>46</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Matriz de elaboración personal

En la variable Motivación para la Práctica Deportiva se ha presentado una similar distribución de frecuencias entre los que no se hallan motivados y los que están poco motivados con un 41,3% y 41,3% respectivamente, siendo los motivados solo un 17,39%.

### GRÁFICO Nº 11

#### ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DEL SEGUNDO AÑO SEGÚN CARACTERÍSTICAS DE LA MOTIVACIÓN PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA, EVALUACIÓN GLOBAL



**Fuente:** Matriz de elaboración personal

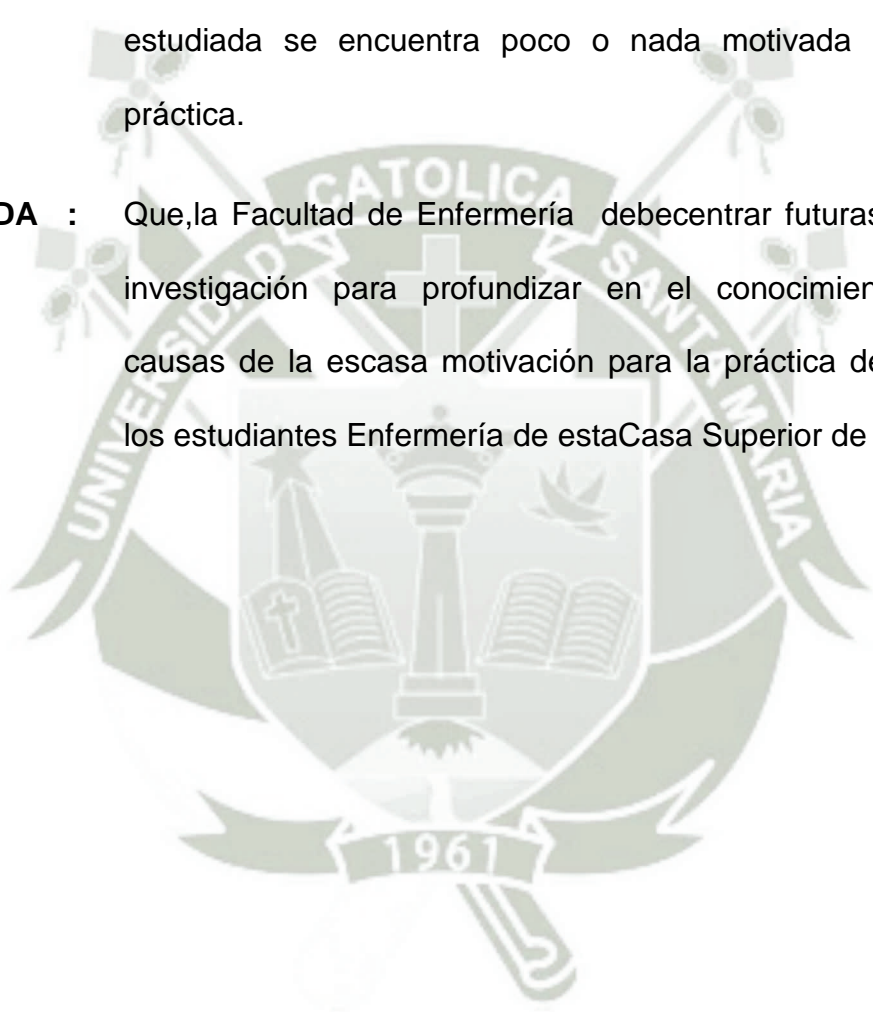
## CONCLUSIONES

- PRIMERA** : Las características para la Práctica Deportiva del segundo año son: Motivación Intrínseca, Motivación Extrínseca y No Motivación.
- SEGUNDA** : Con respecto a las Características de la Motivación Intrínseca en la práctica deportiva, en la población de estudio se encontró: Motivación Intrínseca para conocer, Motivación Intrínseca para Experimentar Estímulos y Motivación Intrínseca para conseguir cosas, siendo en su mayoría en la que respecta al indicador para conseguir cosas.
- TERCERA** : En lo referente a las Características de la Motivación Extrínseca en la práctica deportiva, en la población de estudio se encuentran presentes: la Regulación Identificada, regulación introyectada y regulación externa, alcanzando el mayor porcentaje la Regulación Introyectada.
- QUARTA** : Con respecto a la No Motivación en la práctica deportiva se da en un bajo porcentaje en la población de estudio, ya que no aceptan los factores de la no motivación, referidos a no tener la intención para actuar en absoluto.



## RECOMENDACIONES

- PRIMERA** : Que, la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María programe ciclos de motivación para la práctica Físico – deportiva orientadas a la formación integral del recurso enfermera/o ya que el mayor porcentaje de la población estudiada se encuentra poco o nada motivada hacia esta práctica.
- SEGUNDA** : Que, la Facultad de Enfermería debecentrar futuras líneas de investigación para profundizar en el conocimiento de las causas de la escasa motivación para la práctica deportiva en los estudiantes Enfermería de esta Casa Superior de Estudios.



## BIBLIOGRAFÍA

1. Arce C. y de Francisco C. A realidad de da práctica deportiva en Galicia. Santiago de Compostela: Universidades de Santiago de Compostela. 2008
2. Arce C. y de Francisco C. A realidad de da práctica deportiva en Galicia. Santiago de Compostela: Universidad de Santiago de Compostela Revista de Investigación en Educación, nº 8, 2007.
3. Brière, N.M. Vallerand, R.J. Blais, M.R y Pelletier L.G. Développement a validation d'unemesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contextesportif: l'Echelle de motivation dans les sports (EMS) [On the developpment and validation of the French form of the Sport Motivation Scale]. International Journal of Sport Psychology, 26, 465-489. 2da edición Madrid (1995)
4. Buckworth, J. Lee R., Regan, G., Schneider, L., & DiClemente, C. Decomposing intrinsic and extrinsic motivation for exercise: Application to stages of motivational readiness. Psychology of Sport and Exercise. , 8, 441-46 2007.
5. Deci E.L. y Ryan R.M. A motivational approach to self: Integration in personahity. In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska symposium on motivation. Vol. 38. Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press (1991).
6. Deci E.L. y Ryan R.M. The General Causality Orientations Scale: Self-determination in personality. Journal of Research in Personality, 19, 109-134. New York: The Guilford Press (1985a).

7. Fernández de García, J. Motivación hacia la práctica físico-deportiva de universitarios gallego. 128-138 <http://webs.uvigo.es/reined/> ISSN: 1697-5200 eISSN: 2172-3427. Revista de Investigación en Educación, nº 8, 2010.
8. Flintoff A. y Scraton. Stepping into active leisure? Young v perceptions of active lifestyles and their experiences of school physical education. Sport, Education and Society. 6 (1), 5-2New York: Volume 6, Issue 1, 2001
9. Frederick C.M. y Ryan R.M. Differences in motivation for sport and exercise and their relation with participation and mental health. Journal of Sport Behavior, 16, 124- 146.Londres: Journal of Sport Behavior, Vol. 16 N°3 (1993).
- 10.Frederick C.M. y Ryan R.M.Self determination in sport: A review using cognitive evaluation theory. International Journal of Sport Psychology, 26, 5-23. Journal of Sport Behavior, Vol. 16 N°3 (1995).
- 11.García Ucha F. El papel de las emociones en el deporte. Lima: Universidad de San Martín de Porres (2000)
- 12.Gómez López, M. La actividad físico-deportiva en los centros almerienses de educación secundaria post obligatoria y en la Universidad de Almería. Evolución de los hábitos físico-deportivos de su alumnado. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de Almería (España) (2005).
- 13.Lepper M.R. y Greene. Overjustification research and beyond: Toward a means-ends analysis of intrinsic and extrinsic motivation. In M.R. Lepper y D. Greene (Eds.), The hidden costs of reward (pp. 109-148). Hillsdale, NJ: Erlbaum.London:Thehiddencosts of reward (1978)



14. Lopez N.I. Relación entre factores motivacionales y niveles de ansiedad en porristas en precompetencia. International Journal of Psychological Research, 4(1), 80-9 80 International Journal of Psychological Research Tesis Doctoral. Universidad de Almería (2011).
15. McClelland D.C. Human Motivation. London Scott Foresman. (1985)
16. McClelland, D.C. Human Motivation. London; Scott Foresman.(1985)
17. Nicholls J. G. The competitive ethos and democratic education. Cambridge: Harvard University Press. (1989).
18. Núñez J. L. Martín-Albo, J. Navarro, J. G. y González V. M. Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. Perceptual and Motor Skills, 102 , 919-930. Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. Perceptual and Motor (2006)
19. Pavón I Moreno J. Revista de Psicología del Deporte Vol. 12, núm. 1, pp. 39-54 ISSN: 1132-239X (2003).
20. Pavón A. y Moreno J. A. Características de la práctica físico-deportiva en estudiantes universitarios. Revista Conexoes.Vol 4 (1), 125-15 (2006)
21. Sánchez D Leo F Sánchez P Gómez F García T. Teoría de la autodeterminación y comportamientos prosociales en jóvenes jugadores de fútbol. Pedagogía Deportiva 103er trimestre ( Páginas 31 a 37) 2011
22. Vallerand R.J. Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation. In M.P. Zanna (Ed.), Advances in experimental social psychology (Vol. 29, pp. 271-360). New York, San Diego: Academic Press.(1997)

23. Vallerand R.J. y Losier, G.F. Self determined motivation and sportsmanship orientations: An assessment of their temporal relationship. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, Vol 16, 229-245.(1999)
24. Whitehead J.R. y Corbin C.B. Youth fitness testing: The effect of percentile-based evaluative feedback on intrinsic motivation. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 225-23(1991)





# ANEXOS



## ANEXO 1

### INSTRUMENTO

### CUESTIONARIO

ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA (SMS/EMD)  
(Pelletier et al., 1995 ; Balaguer, Castillo , & Duda, 2003 ; 2007 ).

#### ESCALA DE MOTIVACIÓN DEPORTIVA (SMS/EMD)

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

13	Por la emoción que siento cuando estoy totalmente inmerso en mi ejecución deportiva								
14	Porque debo participar para sentirme bien conmigo mismo								
15	Por la satisfacción que experimento mientras estoy perfeccionando mis habilidades								
16	Porque las personas que me rodean creen que es importante estar en forma / ser un deportista								
17	Porque es una buena forma de aprender muchas cosas que podrían ser útiles para mí en otras áreas de mi vida								
18	Por las intensas emociones que siento cuando estoy practicando mi deporte								
19	No lo tengo claro; en realidad no creo que este sea mi deporte								
20	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras ejecuto ciertos movimientos difíciles y/o destrezas en mi deporte								
21	Porque me sentiría mal conmigo mismo si no participase								
22	Para mostrar a otros lo bueno que soy en mi deporte								
23	Por la satisfacción (disfrute) que siento mientras aprendo técnicas y/o destrezas que no he realizado antes								
24	Porque ésta es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos								
25	Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente inmerso en mi deporte								
26	Porque siento que debo realizar con regularidad mi deporte								
27	Por la satisfacción (disfrute) de descubrir nuevas estrategias de ejecución (de juego)								
28	A menudo me lo pregunto ya que no estoy consiguiendo mis objetivos								

## ANEXO 2

### CONSENTIMIENTO INFORMADO:

Expreso mi consentimiento para participar de este estudio dado que he recibido toda la información necesaria de lo que incluirá el mismo y que tuve la oportunidad de formular todas las preguntas necesarias para mi entendimiento, las cuales fueron respondidas con claridad y profundidad, donde además se me explicó que el estudio a realizar no implica ningún tipo de riesgo.

Dejo constancia que mi participación es voluntaria y que puedo dejar de participar en el momento que yo lo decida.

APELLIDO Y NOMBRES DEL PARTICIPANTE: .....

LC/ LE / DNI: .....

FIRMA DEL PARTICIPANTE:.....

APELLIDO Y NOMBRES DEL INVESTIGADOR DEL PROYECTO

.....

LC/ LE / DNI: .....

FIRMA DEL INVESTIGADOR DEL PROYECTO:.....

Corresponde Ordenanza N°005/08





*Universidad Católica de Santa María*

(51 54) 251210 Fax: (51 54) 251213 ✉ [ucsm@ucsm.edu.pe](mailto:ucsm@ucsm.edu.pe) <http://www.ucsm.edu.pe> Apartado: 1350

AREQUIPA - PERÚ

“IN SCIENTIA ET FIDE EST FORTITUDO NOSTRA”  
(En la Ciencia y en la Fe esta Nuestra Fuerza)

FACULTAD DE ENFERMERIA

Arequipa, 25 de septiembre del 2013

Oficio N° 096 -FENF-2013

Señoras  
DOCENTES DEL IV SEMESTRE  
DE LA FACULTAD DE ENFERMERIA  
Presente.-

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo y a la vez presento a usted a las Señoritas:

**GABRIELA MILAGROS GONZALES ROSAS**

Quien está elaborando el Proyecto de Investigación titulado: “CARACTERISTICAS DE LA NOTIVACION PARA LA PRACTICA DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DFEL 2DO. AÑO DE LA UNIEVRSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA. AREQUIPA – PERU, 2013”.

En tal sentido, solicito a usted se sirva autorizar a la señorita estudiante para que pueda realizar su investigación, aplicar el instrumento de estudio y elaborar la tesis con la que optará al Título Profesional de LICENCIADA EN ENFERMERIA, cumpliendo con la función de Investigación Universitaria que demanda la Ley N° 23733 y el propio Estatuto de nuestra Universidad.

Agradeciéndole anticipadamente su valiosa colaboración, aprovecho la oportunidad para testimoniarle los sentimientos de mi estima personal.

Atentamente,

  
Mgter. RUTH ROMERO de RODRIGUEZ  
Decana de la Facultad de Enfermería  
Universidad Católica de Santa María

RRdeR/DFENF  
jqm.